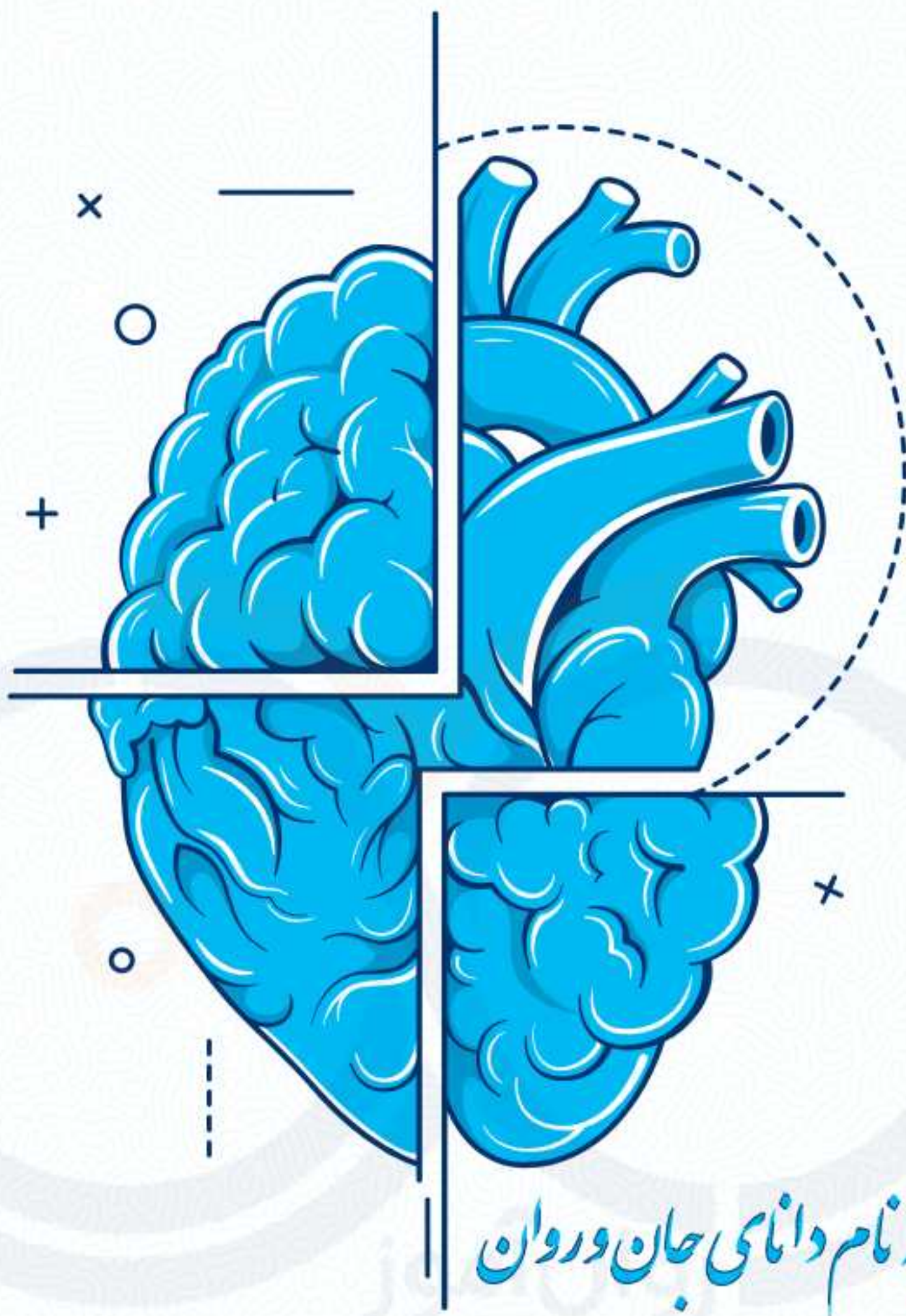




به نام دانای جان و روان

منطبق بر جدیدترین تغییرات کنکور، آزمون‌های سراسری کشوری و کتاب‌های مرجع دانشگاهی

از سری کتاب‌های جامع روان‌آموز (درس‌نامه + تست + پاسخ تشریحی)

به‌روزرسانی دائمی در طول سال تحصیلی منتهی به کنکور ۱۴۰۶

منطبق بر محتوای کلاس‌های جامع روان‌آموز

شامل تست‌های کنکور سال‌های اخیر

سه مرحله آزمون جامع کشوری رایگان

سرشناسه	قاسمی، زینب	موضوع	روان‌شناسی - راهنمای آموزشی (عالی)
عنوان	روان‌شناسی عمومی، مبانی و کاربردهای روان‌شناسی	موضوع	Psychology - Study and teaching (Higher)
مشخصات نشر	روان‌پویش	موضوع	روان‌شناسی - آزمون‌ها - آزمون‌ها و تمرین‌ها (عالی)
مشخصات ظاهری	۳۴۴ ص، ۲۹×۲۲ س.م.	موضوع	Psychological tests - Examinations, questions, etc. (Higher)
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۱۹۸۳۱-۵-۵	رده‌بندی کنگره	BF۱۲۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیبا	رده‌بندی دیویی	۱۵۰
موضوع	روان‌شناسی Psychology	شماره کتاب‌شناسی ملی	۱۰۵۶۹۷۵۶



روان‌شناسی عمومی، مبانی و کاربردهای روان‌شناسی

دفتر مرکزی: تهران - اقدسیه - بزرگراه ارتش
واحد اداری و لجستیک: مشهد - بزرگراه وکیل‌آباد - بلوار هفت تیر

ravanamooz_team

ravanamooz.ir

ravanamooz

۰۹۳۰۱۰۳۷۷۷۸

۰۲۱۸۲۸۰۸۱۸۰

company/ravanamooz

صاپست: ۱۰۷۷۰۸۰



زینب قاسمی

رحلی

روان‌پویش

نشر روان‌آموز

جلال پریداد

عاطفه حیدری مقدم

واحد گرافیک و نشر روان‌آموز

مهسا عدالتیان شعرباف

واحد توسعه محصول نشر روان‌آموز و رتبه‌های

برتر کنکور ارشد و دکتری (۱۴۰۵ - ۱۳۹۸)

دکتر محمد امید فرد

دکتر زینب خجوی

سال ۱۴۰۵ (ویژه کنکور ۱۴۰۶)

برای مشاهده QR code را اسکن کنید

مؤلف و گردآورنده

قطع

ناشر

صاحب امتیاز

مدیر تولید و ناظر چاپ

مدیر هنری

طراحی، صفحه‌آرایی و حروف‌چینی

مدیر پروژه و ناظر تألیف

ویرایش فنی و علمی

سرپرست شورای سیاست‌گذاری

دبیر شورای تألیف و ناظر علمی

نوبت چاپ

قیمت



برای ما، حفظ حقوق این اثر فقط یک مسئله حقوقی نیست...

نسخه‌های غیرمجاز، تنها حقوق ناشر و پدیدآورندگان را تضییع نمی‌کنند؛ بلکه می‌توانند مخاطب را از اطمینان به اصالت، کامل بودن و به‌روز بودن محتوا و نیز دسترسی به اصلاحات، خدمات پشتیبانی و امکانات آموزشی همراه کتاب محروم کنند. نشر و استفاده غیرمجاز همچنین امید و امکان سرمایه‌گذاری دوباره بر پژوهش، بازبینی، اصلاح و تولید آثاری دقیق‌تر و قابل اعتمادتر را کاهش می‌دهد. این حقوق در «قانون حمایت حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان» نیز مورد حمایت قرار گرفته است. بر همین اساس، هرگونه تکثیر، بازتولید، بازنشر، پخش، عرضه یا بهره‌برداری غیرمجاز از تمام یا بخشی از این کتاب، بدون اجازه صاحبان حقوق اثر، ممنوع است؛ از جمله حروف‌چینی و چاپ مجدد، افست، بازتولید دیجیتال، فتوکپی، عکسبرداری، ریسوگرافی، اسکن، نمونه‌برداری، تهیه جزوه یا خلاصه و تولید یا انتشار فایل PDF و سایر نسخه‌های غیرمجاز. از همین رو، ناشر، مؤلف و تمامی دست‌اندرکاران این اثر، نسبت به هرگونه استفاده یا نشر غیرمجاز آن رضایت ندارند و رعایت حقوق مادی و معنوی اثر را از نظر اخلاقی، عرفی، شرعی و قانونی ضروری می‌دانند. ما تلاش کرده‌ایم این کتاب شایسته زمانی باشد که برای آموختنش صرف می‌کنید، انتخاب نسخه قانونی از مسیرهای مجاز و تعریف‌شده، احترام به همین تلاش و همراهی با مسیری است که باید به تولید آثاری علمی‌تر، باکیفیت‌تر و دقیق‌تر، آموزشی بهتر و منابعی قابل اعتمادتر برای فردا منتهی شود.



سخن مؤلف

اولین سؤالی که یک دانشجوی روان‌شناسی باید از خود بپرسد این است که روان‌شناسی به‌طور کلی چیست و چه پدیده‌هایی تحت عنوان آن مورد بررسی قرار می‌گیرند؟ اینجا است که کتاب روان‌شناسی عمومی وارد می‌شود تا به سؤالات شما پاسخ دهد! روان‌شناسی عمومی پایه‌ای‌ترین درس برای دانشجویان و داوطلبان کنکور کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی است. در کنکورهای سال‌های اخیر معمولاً سؤالات از منابع مشخصی طرح می‌شدند که در رأس آن‌ها کتاب زمینه روان‌شناسی هیلگارد بوده است. این کتاب همچنان منبع اصلی طرح سؤال طراحی است. با این حال اهمیت منابع دیگر را نمی‌توان دست‌کم گرفت؛ چراکه کنکور قابل پیش‌بینی نیست. از این رو کتاب روان‌شناسی عمومی روان‌آموز با پوشش‌دهی کامل مطالب اصلی‌ترین منبع این درس، یعنی کتاب هیلگارد، به همراه نکات مهم سایر کتاب‌های مطرح در این حوزه، مثل عمومی گنجی و عمومی سائتراک تلاش کرده است تا در حجم منطقی و مناسب، مطالب پایه‌ای و نکات کنکوری این درس را در بر گیرد. علاوه بر این، هر سال پس از انتشار کتاب جامع روان‌شناسی عمومی روان‌آموز، ضمیمه الکترونیک آن نیز منتشر می‌شود که نکات تکمیلی هر بخش در آن به‌طور ویژه ارائه می‌شوند. این کتاب به‌گونه‌ای تألیف شده است که محتوای آن برای همه افراد، چه دانشجویان روان‌شناسی و چه تغییر رشته‌ای‌ها، قابل فهم باشد؛ به‌طوری که حتی اگر زمان کافی برای مطالعه منبع اصلی را نداشته باشید، می‌توانید روی این کتاب به‌عنوان منبعی جامع و روان حساب کنید. یکی دیگر از ویژگی‌های برجسته کتاب روان‌شناسی عمومی روان‌آموز این است که در پایان هر فصل، خلاصه‌ای از نکات مهم فصل آورده شده تا داوطلبان بتوانند در زمانی کوتاه، نکات مهم فصل را مرور کنند. این خلاصه‌ها به‌ویژه برای دوران جمع‌بندی بسیار کاربردی خواهند بود. علاوه بر این در پایان هر فصل سؤالات طبقه‌بندی‌شده کنکور کارشناسی‌ارشد با پاسخ تشریحی قرار گرفته است که به شما در سنجش و ارزیابی کمک بسیاری می‌کند. امیدواریم مطالعه صحیح و دقیق این کتاب، به شما در کسب نتایج مورد نظرتان یاری بخشد.

زینب قاسمی | پاییز ۱۴۰۵



سخن روان‌آموز

چیزهای بسیاری را می‌توان اندازه گرفت، ساخت، پیش‌بینی کرد و از نو آفرید؛ اما انسان را نمی‌توان تنها با کنار هم گذاشتن اجزایش شناخت. ذهن آدمی، جهانی است که می‌تواند میان گذشته و آینده رفت‌وآمد کند؛ از خاطره‌ای بلرزد، از تجربه‌ای معنا بسازد و با یک تصمیم، مسیر زندگی را تغییر دهد. انسان فقط آن چیزی نیست که انجام می‌دهد؛ بخشی از واقعیت او در لایه‌هایی شکل می‌گیرد که برای خودش قابل مشاهده نیست. همین پیچیدگی، شناخت انسان را به دشوارترین کوشش‌های علمی بدل کرده است. روان‌شناسی، تلاشی علمی برای نزدیک شدن به همین جهان پیچیده است؛ جهانی که رفتار حقیقت را آشکار نمی‌کند، هیجان‌ها بی‌ریشه شکل نمی‌گیرند و هیچ انتخابی جدا از تجربه‌های پیشین، زیست‌شناسی، روابط، فرهنگ و شرایط زندگی معنا پیدا نمی‌کند. برای فهم انسان، باید از آنچه دیده می‌شود فراتر رفت؛ پرسید، سنجید، مقایسه کرد و امکان‌های مختلف را جدی گرفت. هرچه بیشتر درباره انسان می‌آموزیم، بیشتر درمی‌یابیم که دانسته‌های ما پایان راه نیستند. هر پاسخ، می‌تواند پرسشی تازه بسازد و هر نظریه، دریچه‌ای برای دیدن آنچه پنهان مانده بود. علم نیز در این جست‌وجو زنده می‌ماند؛ با پرسش کردن، آزمودن، اصلاح کردن و پذیرفتن اینکه فهم ما می‌تواند دقیق‌تر شود. آنچه در این مسیر می‌آموزید، قرار نیست تنها شما را از یک آزمون عبور دهد یا به مدرک و عنوانی حرفه‌ای برساند. این دانش ممکن است روزی به شما کمک کند رنجی را دقیق‌تر بفهمید، تصمیمی آگاهانه‌تر بگیرید یا در لحظه‌ای حساس، همراه انسانی باشید که بخشی از آسیب‌پذیرترین تجربه زندگی‌اش را به شما سپرده است. در چنین لحظه‌ای، آنچه آموخته‌اید فقط مجموعه‌ای از مفاهیم و نظریه‌ها نیست؛ دانشی است که می‌تواند بر کیفیت زندگی انسان اثر بگذارد. از همین جاست که مسئولیت یادگیری آغاز می‌شود؛ دانش، فقط دانستن نیست و فهمیدن انسان، به دقت، فروتنی، کنجکاوی، تفکر انتقادی و تعهد نیاز دارد. روان‌آموز برای همین مسیر ساخته شده است؛ برای عمیق‌تر آموختن، دقیق‌تر اندیشیدن و بهتر فهمیدن انسان.

نشر روان‌آموز | پاییز ۱۴۰۵





خلاصه‌های الکترونیک

اگر می‌خواهید سریع منابع اصلی و زبان اصلی روان‌شناسی بروید اما در سال کنکور فرصت مطالعه کتاب‌های حجیم را ندارید، «منشورهای روان‌آموز» برای همین فاصله تدوین شده‌اند. این خلاصه‌ها با همکاری مترجمان و متخصصان روان‌شناسی، مهم‌ترین مفاهیم منابع را فشرده و منظم ارائه می‌کنند و برای کنکور و مرور دانشگاهی کاربرد دارند. منشورها در موضوعاتی مانند شخصیت، رشد، آسیب‌شناسی و بالینی منتشر شده‌اند. نمونه منشورها و برخی عناوین رایگان در سایت روان‌آموز در دسترس است.



کتابچه‌های مرور و جمع‌بندی

در هفته‌ها و ماه‌های پایانی کنکور، مسئله اصلی یادگیری دوباره همه مباحث نیست؛ مهم‌ترین مطالب را سریع، منظم و چندباره مرور کنید. «کتابچه‌های مرور و جمع‌بندی روان‌آموز» با محتوایی فشرده و طبقه‌بندی‌شده، روی نکات کلیدی و مباحث پرتکرار هر درس تمرکز دارند تا مرور منابع ساده‌تر شود. این کتابچه‌ها جای مطالعه اصلی را نمی‌گیرند؛ برای بازیابی سریع، جمع‌بندی و اتصال نکات پراکنده‌اند. حجم جمع‌وجور آن‌ها مرور چندباره در روزهای نزدیک آزمون را ممکن می‌کند.



کلاس‌های نکته‌وتست

ماه‌های پایانی کنکور زمان دوباره‌خواندن همه چیز نیست؛ زمان تبدیل دانسته‌ها به مهارت پاسخ‌گویی است. «کلاس‌های نکته‌وتست»، برخلاف کلاس‌های جامع، بر حل و تحلیل سؤالات کنکور، مرور نکات سؤال خیز و شناخت الگوهای طراحان تمرکز دارند. مدرس، منطق سؤال، دام‌های گزینه‌ها و نکات استخراج را توضیح می‌دهد. بسیاری از مدرسان، رتبه برترهای سال‌های گذشته‌اند، امکان رفع اشکال را فراهم می‌کنند. جلسات برای مرور، جمع‌بندی، تثبیت مطالب و تقویت مهارت تست‌زنی هستند.



اپلیکیشن نارنگی

زمان مطالعه در رفت‌وآمد، بین جلسات یا دقایق روزانه از دست می‌رود. «نارنگی» این زمان را به فرصت مرور تبدیل می‌کند. در اپلیکیشن نارنگی به فلش‌کارت‌های دسته‌بندی‌شده سؤال‌وپاسخ بر پایه منابع و کتاب‌های روان‌آموز دسترسی دارید. می‌توانید فلش‌کارت شخصی بسازید و کارت‌ها را با جعبه لایتنر مرور کنید. هدف نارنگی یادگیری از صفر نیست؛ مرور و بازیابی مطالبی است که قبلاً خوانده‌اید. برای مرور کنکور، امتحانات دانشگاهی و تثبیت نکات فزاینده در دسترس شماست.



مشاوره SOS

گاهی در کنکور، یک سؤال درست می‌تواند جلوی تصمیم اشتباه را بگیرد. «SOS» سرویس مشاوره رایگان روان‌آموز است. با تکمیل فرم سایت، در گفت‌وگویی ۱۵ دقیقه‌ای درباره انتخاب منابع، برنامه‌ریزی، زمان‌بندی، ثبت‌نام و دیگر ابهام‌های کنکور ارشد و دکتری راهنمایی می‌گیرید. این فرصت در هر دوره مطالعاتی، یک‌بار برای هر داوطلب است. مشاوران SOS با فضای کنکور روان‌شناسی و مسائل رایج داوطلبان آشنا هستند و پس از جلسه می‌توانید میزان رضایت خود را ثبت کنید.



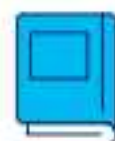
مشاوره بروکا

بروکا برای زمانی‌ست که پاسخ کوتاه کافی نیست و در مسیر کنکور به همراهی مستمر نیاز دارید. پلتفرم ارتباط داوطلبان ارشد و دکتری روان‌شناسی با مشاوران تحصیلی متخصص است؛ رزومه‌ها را ببینید، مشاور را انتخاب کنید و درباره گرایش، منابع، برنامه‌ریزی، روش مطالعه، تست‌زنی و ظرفیت‌های پذیرش مشورت بگیرید. مشاوران بروکا رتبه‌های برتر سال‌های گذشته‌اند. توصیه‌های مطالعاتی بر پایه تجربه و تشخیص مستقل مشاوران شکل می‌گیرد و روان‌آموز بستر این ارتباط را فراهم می‌کند.



کتاب‌های جامع

مطالعه مستقیم منابع اصلی، پایه یادگیری عمیق روان‌شناسی است؛ اما در سال کنکور، محدودیت زمان، نیاز به منبعی منسجم و هدفمند را جدی‌تر می‌کند. «کتاب‌های جامع روان‌آموز» بر اساس منابع دست‌اول، تحلیل سؤالات سال‌های گذشته و بررسی خط فکری طراحان آزمون تألیف شده‌اند تا فهم مفاهیم و مهارت پاسخ‌گویی به تست‌ها را تقویت کنند. این کتاب‌ها با نمودارهای شماتیک ابتدای فصل، درس‌نامه‌های مفصل و روان، جمع‌بندی‌های پایان فصل، پاسخ‌های تشریحی طبقه‌بندی‌شده و پوشش گسترده سؤالات کنکور، مسیر مطالعه را مرحله به مرحله پیش می‌برند؛ چه پیش‌زمینه دانشگاهی مرتبط داشته باشید و چه از رشته‌ای دیگر وارد روان‌شناسی شده باشید. در روان‌آموز، نسخه‌های چاپی و الکترونیکی با بررسی آزمون‌های جدید و بازخورد مخاطبان، اصلاح و به‌روزرسانی می‌شوند.



کتاب‌های مرجع

برای مطالعه جدی روان‌شناسی، انتخاب منبع مناسب بخشی از مسیر یادگیری است. فرقی نمی‌کند داوطلب کنکور، دانشجوی روان‌شناسی یا رشته‌های مرتبط، پژوهشگر، متخصص یا علاقه‌مند باشید؛ کتاب درست می‌تواند مطالعه را دقیق‌تر، عمیق‌تر و هدفمندتر کند. فروشگاه روان‌آموز با بیش از ۴۰۰۰ عنوان کتاب مرجع، مجموعه‌ای گسترده از منابع دانشگاهی، تخصصی و شناخته‌شده را گردآوری کرده است؛ از کتاب‌های پرکاربرد و کلاسیک تا آثاری که یافتن آن‌ها همیشه آسان نیست. کتاب‌های جامع و تألیفی روان‌آموز نیز برای نیازهای آموزشی و مطالعاتی در دسترس‌اند. موجودی واقعی کتاب‌ها، چاپ‌ها و ویراست‌های جدید، تخفیف‌های قابل‌توجه، بسته‌بندی مناسب، ارسال سریع و پشتیبانی، تهیه منابع را ساده‌تر می‌کند تا با انتخاب کتاب مناسب، تمرکزتان را روی یادگیری بگذارید.



پوسترهای آموزشی

بعضی نکته‌ها ارزش ماندن دارند. «پوسترهای آموزشی روان‌آموز»، مفاهیم مهم و پرتکرار را با چیدمانی دیداری جمع می‌کنند تا مرور سریع‌تر و به‌یادسپاری آسان‌تر شود؛ مناسب اتاق مطالعه، جمع‌بندی و وقت‌هایی که نگاه کوتاه چند نکته را زنده می‌کند.



سالنامه روان‌شناسی

سالنامه روان‌آموز برای ثبت تاریخ و قرارها نیست؛ فضایی برای نوشتن و مرور است. صفحه روزانه، کاربرگ‌های خودشناسی، روایت‌های فضای درمان و نقل‌قول‌های روان‌شناختی، آن را به همراهی روزانه تبدیل می‌کنند که کاربردی و شخصی‌تر از سررسید معمولی است.



کلاس‌های جامع

گاهی برای فهم عمیق یک مبحث، خواندن کافی نیست و توضیح مدرس مسیر یادگیری را کوتاه‌تر و روشن‌تر می‌کند. «کلاس‌های جامع روان‌آموز» طراحی شده‌اند تا آموزش مفهومی و منسجم مباحث مهم کنکور، با تمرکز بر منابع و همراهی مدرس‌هایی مسلط که مطالب پیچیده را مرحله به مرحله ارائه کنند. کلاس‌ها به صورت آنلاین و با کیفیت استودیویی ضبط شده‌اند و از طریق بستر اختصاصی «روان‌رسانه» در دسترس قرار می‌گیرند. امکان مشاهده و مرور نامحدود دوره‌ها تا یک سال، اجازه می‌دهد بخش‌های دشوار را دوباره ببینید. محتوای کلاس‌های جامع همراه آموزش مباحث، به نکات و تست‌های کنکوری می‌پردازد. دوره‌ها هر سال بازبینی و به‌روزرسانی می‌شوند و اصلاحات برای خریداران قبلی اعمال می‌شود.



آزمون‌های جامع آزمایشی

آزمون آزمایشی زمانی ارزشمند است که فقط نمره و رتبه ندهد؛ باید نشان دهد در شرایطی نزدیک به کنکور کجا ایستاده‌اید و چه بخش‌هایی از مطالعه‌تان نیاز به اصلاح دارد. «آزمون‌های جامع روان‌آموز» در سه مرحله و به صورت آنلاین برگزار می‌شوند تا با سؤالات شبیه‌ساز استاندارد، زمان‌بندی نزدیک به کنکور، جامعه آماری گسترده، مدیریت زمان، کیفیت تست‌زنی و نقاط قوت و ضعف خود را واقع‌بینانه‌تر بسنجید. پس از هر مرحله، کارنامه کمی و کیفی و پاسخ‌نامه کامل تشریحی ارائه می‌شود. «تستیک» کمپین مسئولیت اجتماعی روان‌آموز برای دسترسی گسترده‌تر به این سنجش استاندارد است. با تهیه یک جلد از کتاب‌های جامع روان‌آموز، شرکت در هر سه مرحله آزمون رایگان است. کد فعال‌سازی در صفحه فهرست هر کتاب درج شده است.



استیکرهای اختصاصی

روان‌شناسی می‌تواند حال و هوای روزمره‌تان باشد. استیکرها با طرح‌های فانز و روان‌شناسی محور، روکش چرمی و ساختار ضد آب و ضد خش ساخته شده‌اند تا روی دفتر، لپ‌تاپ، گوشی یا میز مطالعه، جزئیات بسازند؛ انتخابی جمع‌وجور برای هدیه دادن به روان‌شناسی‌خوان.



دفتر برنامه‌ریزی تبسم

برنامه‌ریزی هدف‌ها را به کارهای قابل اجرا تبدیل می‌کند. «تبسم» با ساختار فصل به فصل، ماه به ماه و هفته به هفته، مسیر مطالعه را تقسیم می‌کند تا بدانید کجا هستید، چه چیزی پیش رو دارید و چه چیزی نیازمند جبران است؛ همراهی منظم برای پیگیری مسیر کنکور.



ستاره‌ها

هر رتبه، یک عدد است؛ اما پشت آن، داستانی است که هیچ کارنامه‌ای نمی‌تواند روایتش کند. سال‌هاست در روان‌آموز، بخشی را «ستاره‌ها» می‌نامیم. امروز، با بیش از ۱۴۰۰ رتبه ثبت‌شده، ستاره‌ها برای ما مجموعه‌ای از نام‌ها و عددها نیستند؛ آرشیوی از روایت‌های واقعی و متفاوت آدم‌هایی‌اند که از نقطه‌های مختلف شروع کرده‌اند، اشتباه کرده‌اند، روششان را تغییر داده‌اند و راه مناسب خودشان را پیدا کرده‌اند. رتبه، نتیجه مهمی در یک رقابت جدی است و رسیدن به آن ارزشمند است؛ اما هیچ موفقیتی را نمی‌توان فقط به یک کتاب، کلاس، آزمون، مشاور یا مجموعه آموزشی نسبت داد.

هر موفقیتی، پیش از هر چیز، متعلق به خود داوطلب است.

این خود اوست که ساعت‌های مطالعه را پشت سر گذاشته، با روزهای خوب و بد کنار آمده، تصمیم گرفته، بعضی انتخاب‌ها را اصلاح کرده و دانسته‌هایش را به عملکرد تبدیل کرده است. کتاب، کلاس، آزمون و مشاوره می‌توانند یادگیری را منظم‌تر کنند، خطاها را زودتر نشان دهند و انتخاب‌های آگاهانه‌تری پیش روی داوطلب بگذارند، اما نتیجه را کسی می‌سازد که این ابزارها را به عمل، استمرار و تصمیم‌های خودش پیوند می‌دهد. مرور مصاحبه‌ها و روایت‌های ستاره‌ها یک نکته را روشن کرده است: برای موفقیت، نسخه واحدی وجود ندارد. بعضی با پایه علمی قوی‌تر وارد این رقابت شده‌اند و بعضی از رشته‌ای دیگر؛ میزان استفاده از امکانات روان‌آموز هم یکسان نبوده است؛ یک نفر از کتاب‌ها، کلاس‌ها، آزمون‌ها و مشاوره‌ها استفاده کرده و دیگری فقط یک یا چند مورد را متناسب با نیاز خودش انتخاب کرده است. ارزش این روایت‌ها در همین تفاوت‌هاست. قرار نیست تجربه یک رتبه برتر به نسخه‌ای تبدیل شود که همه باید تکرارش کنند، آنچه می‌تواند به کار نفر بعدی بیاید، خود تجربه است؛ اینکه دیگری چه تصمیمی گرفته، کجا اشتباه کرده، چه زمانی روشش را تغییر داده و چه چیزی در شرایط خودش نتیجه داده است.

روایت ستاره‌ها را منتشر نمی‌کنیم تا موفقیت کسی را به نام روان‌آموز بنویسیم؛ آن‌ها را منتقل می‌کنیم تا تجربه‌ای که با زحمت به دست آمده، متوقف نشود. اگر یک انتخاب درست، یک اشتباه قابل‌پرهیز یا یک روش مؤثر بتواند بخشی از راه داوطلب دیگری را روشن‌تر کند، این روایت ارزش منتقل شدن دارد. ستاره‌ها قرار نیست معیار مقایسه باشند. نقطه شروع، زمان در دسترس، پیش‌زمینه علمی و شرایط زندگی آدم‌ها با هم فرق دارد. تجربه دیگران زمانی مفید است که به جای تبدیل شدن به فشار، دامنه انتخاب‌های شما را بیشتر کند و کمک کند راهی را پیدا کنید که با شرایط خودتان سازگارتر است.

و شاید روایت بعدی «ستاره‌ها»، از همین روزهای شما آغاز شود.



درصد تطابق

هر سال بعد از کنکور، کار شروع می‌شود، بررسی سؤال‌ها و این‌که کتاب‌های روان‌آموز چقدر محتوای لازم برای پاسخ‌گویی را پوشش داده‌اند. «درصد تطابق» برای ما عدد تبلیغاتی نیست؛ حاصل بررسی سؤال‌به‌سؤال کنکور در برابر محتوای کتاب است. در تحلیل کنکور ۱۴۰۵، سؤال‌ها بررسی و در صورت تطابق، محل پوشش در کتاب ثبت می‌شود. در مستندات، سؤال کنکور، مبحث، منبع اصلی سؤال و بخش پوشش‌دهنده کنار هم قرار می‌گیرند تا مبنای ادعا روشن باشد. منبع اصلی برای شناخت منشأ سؤال ذکر می‌شود، اما در محاسبه درصد فقط محتوای کتاب ملاک است. مستندات از طریق QR code صفحه در دسترس‌اند تا هر عدد قابل‌بررسی باشد. این بررسی پایان آزمون نیست؛ آغاز دور بعدی اصلاح است. تغییرات منابع اصلی، مباحث تازه یا کم‌رنگ‌شده و الگوهای جدید طراحی سؤال به تیم تألیف برمی‌گردند تا کتاب‌ها بازبینی و به‌روزرسانی شوند. اگر پس از چاپ نکته علمی، مقاله، محتوای تکمیلی یا تست مرتبطی لازم باشد، برای خریداران چاپ جدید منتشر و از طریق کانال‌های رسمی روان‌آموز اطلاع‌رسانی می‌شود. هیچ کتابی جای یادگیری عمیق، تمرین و تلاش داوطلب را نمی‌گیرد و درصد تطابق بالا نیز تضمین‌کننده نتیجه فردی نیست. وظیفه منبع، فراهم کردن محتوای دقیق و متناسب با نیاز آزمون است. تصاویر زیر، درصد تطابق کتاب‌های جامع روان‌آموز با کنکور ۱۴۰۵ را نشان می‌دهند؛ پشت هر عدد، بررسی سؤال‌به‌سؤال، مستندات قابل‌ارزیابی و چرخه اصلاح قرار دارد و معیاری برای سنجش کیفیت و دقیق‌تر شدن چاپ بعدی کتاب است.







فهرست

فصل ۱/ ماهیت روان‌شناسی	۹	فصل ۱۱/ هیجان	۱۹۴
فصل ۲/ مبانی زیست‌شناختی و روان‌شناسی	۲۶	فصل ۱۲/ تفاوت‌های فردی و هوش	۲۰۹
فصل ۳/ رشد روانی	۴۹	فصل ۱۳/ شخصیت	۲۲۵
فصل ۴/ فرایندهای حسی	۶۹	فصل ۱۴/ فشار روانی، سلامت، و مدارا	۲۴۸
فصل ۵/ ادراک	۹۰	فصل ۱۵/ روان‌شناسی نابهنجاری	۲۶۴
فصل ۶/ هوشیاری	۱۰۵	فصل ۱۶/ روش‌های درمان	۲۹۱
فصل ۷/ یادگیری و شرطی‌سازی	۱۲۳	فصل ۱۷/ شناخت اجتماعی و احساسات اجتماعی	۳۱۲
فصل ۸/ حافظه	۱۴۶	فصل ۱۸/ تعامل اجتماعی و نفوذ اجتماعی	۳۲۷
فصل ۹/ زبان و اندیشه	۱۶۳	سؤالات کنکور ۱۴۰۵	۳۴۲
فصل ۱۰/ انگیزش	۱۷۷		

روان‌آموز



کوپن اختصاصی ثبت‌نام رایگان آزمون‌های آزمایشی جامع روان‌آموز

پس از اسکن QR code، نوار زیر را خراشیده و سپس از کد یک‌بارمصرف مربوطه برای ثبت‌نام استفاده کنید.



روان‌شناسی، بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی است. در این تعریف روان‌شناسی سه اصطلاح کلیدی وجود دارد: علم، روان‌شناسی به عنوان یک علم، برای مشاهده، توصیف، پیش‌بینی و تبیین یا توضیح رفتار از روش‌های نظام‌مند استفاده می‌کند. رفتار، هر کاری که ما می‌توانیم انجام دهیم و به صورت مستقیم قابل مشاهده است، رفتار نامیده می‌شود. فرایندهای ذهنی، افکار، احساسات و انگیزه‌هایی که در درون ما وجود دارد و قابل مشاهده نیستند، فرایندهای ذهنی نامیده می‌شوند. تعریف فوق از روان‌شناسی موضوع‌های متنوعی را در بر می‌گیرد که در ادامه برخی از آن‌ها را توضیح می‌دهیم:

(۱) آسیب‌شناسی مغزی و بازشناسی چهره‌ها: برخی از کارکردهای مغز، مثلاً بازشناسی چهره‌ها، موضع (مکان) معینی در بخش خاصی از مغز دارند. مثلاً بعضی افراد به علت آسیب ناحیه معینی از نیمکره راست مغز، قادر به بازشناسی چهره افراد آشنا نیستند، اما از سایر جهات تقریباً رفتار بهنجار دارند. این نابهنجاری، **ادراک‌پریشی چهره‌ای یا چهره‌شناسی** (پروسوپاگنوسیا) نامیده می‌شود. مورد مشهوری از چهره‌شناسی، مردی است که همسرش را با یک کلاه اشتباه می‌گرفت.

(۲) نسبت دادن ویژگی‌ها به افراد (اسناد ویژگی‌ها): وقتی از ما بخواهند قضاوت کنیم که رفتار خاص فرد معینی، به دلیل ویژگی خود شخص است یا ناشی از قرار گرفتن در موقعیت خاصی، معمولاً به طور ناخودآگاه رفتار را به خود شخص اسناد یا نسبت می‌دهیم، نه به موقعیت. به این پدیده خطای بنیادین اسناد می‌گویند. در **خطای بنیادین اسناد**، رفتار «دیگران» را، با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد توجیه می‌کنیم. به عبارت دیگر افراد در هنگام توضیح رفتار دیگران، نقش صفات شخصیتی را بیش از حد و نقش عوامل موقعیتی را کمتر از حد برآورد می‌کنند؛ مثلاً موقعیت فرد دیگری در آزمون را به تلاش یا هوش زیاد او نسبت می‌دهیم. اثر توجیه اضافی، مفهوم دیگری است که با اسناد مرتبط است.

در **اثر توجیه اضافی** رفتار خودمان را با تأکید مفرط (زیاد) بر عوامل موقعیتی و بدون تأکید کافی بر علت‌های شخصی توجیه می‌کنیم؛ مثلاً موفقیت خود در آزمونی را به آسان بودن سؤالات نسبت می‌دهیم، نه تلاش خود.

اگر خطای بنیادی اسناد را با اثر توجیه افراطی مقایسه کنیم، به تدریج متوجه خواهیم شد که درباره خودمان و دیگران چگونه قضاوت می‌کنیم. وقتی به رفتار خودمان فکر می‌کنیم، معمولاً مسائل را به عوامل محیطی و بیرونی نسبت می‌دهیم، اما وقتی به کارهای دیگران فکر می‌کنیم، معمولاً آن‌ها را به عوامل درونی نسبت می‌دهیم.

(۳) یادزدودگی کودکی، تقریباً هیچ‌کس نمی‌تواند اکثر رویدادهای سه سال اول زندگی خود را به خاطر آورد. این پدیده یادزدودگی کودکی یا آمیزبای کودکی نامیده می‌شود و از این لحاظ قابل توجه است که سه سال اول زندگی سرشار از تجربه است.

(۴) چاقی: روان‌شناسان می‌خواهند بدانند چه عواملی باعث پرخوری انسان‌ها می‌شود. ظاهراً یکی از این عوامل، سابقه محرومیت از غذا است. هرگاه موش‌ها را ابتدا از غذا محروم کنیم و بعد اجازه دهیم تا رسیدن به وزن طبیعی خود غذا بخورند، می‌بینیم که این موش‌ها بیشتر از موش‌هایی که تجربه محرومیت نداشته‌اند، غذا می‌خورند.

(۵) اثر برنامه‌های پرخشونت رسانه‌ها بر پرخاشگری کودکان: برخی معتقد هستند که تماشای برنامه‌های خشونت‌بار تلویزیونی، ممکن است نوعی اثر **پالایشی** (تخلیه روانی) داشته باشد، به این معنا که ابراز پرخاشگری از راه تماشای آن باعث می‌شود پرخاشگری کودکان کاهش یابد و به اصطلاح از تنش‌ها بیرون بریزد؛ اما شواهد پژوهشی اثر پالایشی را تأیید نمی‌کنند. شواهد نشان می‌دهند برنامه‌های تلویزیونی پرخشونت، اثرات زیان‌بار و پایداری بر تماشاگران کم‌سن و سال می‌گذارند؛ هراندازه پسری در ۹ سالگی بیشتر برنامه‌های خشونت‌بار تماشا کرده باشد، احتمالاً در ۱۹ سالگی پرخاشگری بیشتری نشان خواهد داد.

در راستای تعریف ماهیت روان‌شناسی، یکی از مباحثی که اهمیت دارد تاریخ روان‌شناسی است که در ادامه به آن می‌پردازیم.

خاستگاه‌های تاریخی روان‌شناسی

روان‌شناسی از دل دو رشته بیرون آمده است: فلسفه و علوم طبیعی. این ایده که ذهن انسان ماهیت جسمی ندارد، از فلسفه گرفته شده است. علوم طبیعی، مثل زیست‌شناسی و فیزیولوژی، رویکرد تکاملی چارلز داروین را در مطالعه رفتار پیش کشیدند و بیان کردند که مغز نقش مهمی در رفتار دارد.

خاستگاه‌ها یا ریشه‌های تاریخی روان‌شناسی را می‌توان در دیدگاه‌های فلاسفه بزرگ یونان باستان یافت: سقراط، افلاطون و ارسطو، پرسش‌های بنیادینی درباره زندگی روانی انسان مطرح کردند؛ مثلاً هوشیاری چیست؟ آیا انتخاب آزاد وجود دارد؟ و ... این پرسش‌ها با ماهیت ذهن و فرایندهای ذهنی و روانی سروکار دارند و از عناصر اصلی رویکرد **شناختی** در روان‌شناسی محسوب می‌شوند.

بقراط که پدر علم پزشکی بود، علاقه زیادی به فیزیولوژی داشت. بقراط مشاهدات مهمی درباره نحوه کنترل مغز بر اندام‌های بدن انجام داد که آن مشاهدات



زمینه‌ساز رویکرد زیست‌شناختی (فیزیولوژی) در روان‌شناسی شد. فیزیولوژی رشته‌ای است که با بررسی کارکردهای جانداران و اندام‌های آن‌ها سروکار دارد. یکی از مسائل مهمی از ابتدای تاریخچه روان‌شناسی مطرح می‌شد بحث فطری یا غیرفطری بودن قابلیت‌های انسان بود که در مباحث مجادله طبیعت-تربیت به آن می‌پردازیم.

● مجادله طبیعت-تربیت

مجادله طبیعت-تربیت یکی از اولین مجادله‌ها در روان‌شناسی و بر سر این سؤال است که آیا قابلیت‌های انسان ذاتی است (فطری‌نگری) یا از راه تجربه کسب می‌شود (تجربی‌نگری).

- فطری‌نگری

دیدگاه فطری‌نگری یا سرشت‌گرایی بیان می‌کند که (۱) انسان‌ها با گنجینه‌ای از دانش و توان فهم واقعیت به دنیا می‌آیند؛ (۲) این دانش و فهم از طریق استدلال و درون‌نگری دقیق دست‌یافتنی است.

آفلاطون، دکارت و کانت از طرفداران فطری‌نگری هستند. دکارت، برخی اندیشه‌ها را فطری و ذاتی می‌دانست؛ از جمله خدا، خویشتن، اصول بدیهی هندسه، کمال و بی‌نهایت. دکارت اعتقاد داشت که بدن و ذهن دو چیز جدا از هم هستند. بدن انسان شبیه یک ماشین یا دستگاه است که مثل هر ماشین دیگری قابل بررسی است و ذهن درون آن بدن یا ماشین قرار دارد. این اعتقاد دکارت سرآغاز رویکرد پردازش اطلاعات است. در واقع دکارت به عنوان پدر رویکرد پردازش اطلاعات شناخته می‌شود.

- تجربه‌گرایی

دیدگاه تجربه‌گرایی یا تربیت‌گرایی بیان می‌کند که دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های انسان با جهان کسب می‌شود.

ارسطو، جان لاک و تداعی‌گرایان از پیروان تجربه‌گرایی هستند.

تجربه‌گرایی عمده‌تاً با نام جان لاک پیوند دارد. جان لاک معتقد بود که ذهن انسان از ابتدای تولد، مثل لوح نانوخته‌ای است که تجربه‌های جریان رشد او، دانش و فهم را روی آن ثبت می‌کنند. این دیدگاه لاک سرآغاز پیدایش روان‌شناسی تداعی‌گرا بود.

تداعی شدن یعنی ایجاد پیوند و رابطه خاص میان دو اندیشه که معمولاً رابطه علت و معلولی است. تداعی‌گرایان وجود اندیشه‌ها و رفتارهای فطری را قبول نداشتند، بلکه در عوض، معتقد بودند که ذهن انباشته از اندیشه‌هایی است که این اندیشه‌ها از طریق حواس بدن به آن راه می‌یابند و طبق اصولی از قبیل مشابهت و تضاد به هم پیوند می‌یابند.

پژوهش‌های امروزی در زمینه حافظه و یادگیری، پیوندی با نظریه آغازین تداعی‌گرایی دارند.

امروزه اکثر روان‌شناسان رویکردی تلفیقی دارند؛ یعنی هم فرایندهای فطری (طبیعت و عوامل زیست‌شناختی) و هم تجربه (تربیت) را در رفتار دخیل می‌دانند. یکی از مجادلات دیگر در تاریخچه روان‌شناسی، مسئله ذهن-مغز است.

● مسئله ذهن-مغز

سؤال فلسفی «چگونه تجربه با مغز ارتباط دارد»، مسئله ذهن-مغز یا ذهن-بدن نامیده می‌شود. در این زمینه دو دیدگاه وجود دارد؛ دوگانه‌نگری و وحدت‌گرایی. دیدگاه دوگانه‌نگری معتقد است که ذهن از مغز جداست ولی به گونه‌ای مغز و بنابراین باقی بدن را کنترل می‌کند. مشکل این است که دوگانه‌نگری با «قانون بقای ماده و انرژی»، که یکی از اصول مهم فیزیک است، در تضاد می‌باشد. طبق این قانون، تنها راه تأثیر گذاشتن بر هر ماده و انرژی که بدن شما را تشکیل داده‌اند، این است که ماده یا انرژی دیگران روی آن تأثیر بگذارد. یعنی اگر ذهن از ماده و انرژی تشکیل نشده باشد، هیچ کاری نمی‌تواند انجام دهد. به همین دلیل تقریباً تمام پژوهشگران مغز طرفدار وحدت‌گرایی هستند.

وحدت‌گرایی دیدگاهی است که بیان می‌کند تجربه هوشیار از مغز مادی جدانشدنی است. یعنی ذهن چیزی است که مغز تولید می‌کند (شاید به طور تصادفی)، یا فعالیت ذهن و مغز صرفاً دو اصطلاح برای یک چیز هستند.

آغاز روان‌شناسی علمی

اندیشمندان گذشته که پیشگامان روان‌شناسی نوین بودند، برخلاف روان‌شناسان مدرن خیلی بر شواهد تجربی متکی نبودند، بلکه به شدت بر مشاهدات اتفاقی تکیه می‌کردند. مشاهدات آن‌ها اغلب فقط مبتنی بر تمثیل و حکایت یا توصیف موارد فردی بود. البته این به این معنی نیست که آن‌ها همیشه در اشتباه بودند. آن‌ها به مشاهدات معتبری پرداختند و به استنباط‌های مفیدی دست یافتند، اما بدون روش‌های تجربی دقیق، اشتباهات زیادی هم در توصیف و هم تبیین یا توضیح رفتار مرتکب شدند، که **جمع‌شناسی** نمونه‌ای از آن‌هاست. **جمع‌شناسان** از پزشک اتریشی به نام فرانتس یوزف گال الهام‌گرفتند

و مدعی بودند که نواحی مختلف مغز، علت وجود ویژگی‌ها و صفات شخصیتی از جمله «خساست»، و «دین‌ورزی» هستند. علاوه بر این می‌گفتند که این صفات را می‌شود از روی برجستگی‌های مجسمه تشخیص داد؛ مثلاً تصور می‌کردند که دزدها برجستگی‌هایی در بالای گوش دارند. این نظریه امروز منسوخ شده است. تقریباً همزمان با اوج محبوبیت مجسمه‌شناسی، بسیاری افراد به تدریج با استفاده از «روش‌های علمی» به بررسی مسائل روان‌شناختی پرداختند. آغاز روان‌شناسی علمی (اواخر قرن ۱۹) را همزمان با تأسیس نخستین آزمایشگاه روان‌شناسی توسط **ویلهلم وونت** می‌دانند. وونت، پدر روان‌شناسی نوین است. در سایه تلاش‌های وونت، روان‌شناسی روش توصیفی را کنار می‌گذارد تا به صورت علم تجربی درآید. وونت می‌خواست روان‌شناسی را به صورت رشته مستقلی درآورد که فرزندخوانده فلسفه و فیزیولوژی نباشد. او معتقد بود که زمینه مطالعه روان‌شناسی باید **هوشیاری** باشد؛ یعنی آگاهی از تجربه بی‌واسطه. بنابراین روان‌شناسی «مطالعه تجربه هوشیاری» شد.

منشأ تأسیس آزمایشگاه وونت، این عقیده بود که ذهن و رفتار را نیز همانند سیاره‌ها و مواد شیمیایی یا اندام‌های بدن انسان، می‌توان با روش‌های علمی بررسی و تحلیل کرد. در واقع محور آزمایش‌های وونت این بود که هوشیاری و فرایندهای ذهنی را می‌توانیم به صورت کمی مطالعه کنیم، یعنی فرایندهای ذهنی قابل اندازه‌گیری هستند. بنابراین محور اصلی تحقیقات وونت، کشف عناصر یا ساختارهای بنیادی فرایندهای ذهنی یا همان هوشیاری (تجربه آگاهانه) بود. برای مثال وونت و همکارانش سه بُعد متفاوت برای احساس توصیف کردند: ۱) لذت، عدم لذت ۲) تنش، آرمیدگی و ۳) تهییج، افسردگی. پژوهش‌های وونت عمدتاً متمرکز بر حواس انسان و به‌ویژه حس بینایی بود؛ وونت و همکارانش ادراک، زمان واکنش، تصور، توجه، هیجان و حافظه را نیز بررسی کردند اما از پرداختن به یادگیری، شخصیت و رفتار نابهنجار اجتناب می‌کردند.

وونت برای بررسی فرایندهای ذهنی از روش **درون‌نگری** استفاده می‌کرد. درون‌نگری یعنی مشاهده و ثبت ماهیت ادراک‌ها، اندیشه‌ها و احساس‌های شخص توسط خودش. نمونه‌هایی از درون‌نگری، شامل گزارش‌هایی است که افراد از ادراک خود راجع به میزان سنگینی یک شیء می‌دهند. نکته‌ای که درون‌نگری را روشی علمی می‌کرد، خودگزارشی‌های نیرومند و مشروح شخص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی بود. وونت به روش درون‌نگری که از فلسفه اقتباس شده بود، بُعد تازه‌ای بخشید؛ به این معنا که خویشتن‌نگری محض را کافی ندانست، بلکه **آزمایش** را برای تکمیل آن لازم دانست. وونت در آزمایش‌هایش بُعد فیزیکی محرک معینی مثلاً شدت آن را به شیوه منظمی تغییر می‌داد و آن‌گاه روش درون‌نگری را به کار می‌گرفت تا معلوم شود این تغییرات فیزیکی موجب چه تغییراتی در تجربه هوشیار یا خودآگاه آزمودنی می‌شود (تجربه هوشیار یا خودآگاه یعنی تجربه‌ای که فرد در حال انجام دادن آن است و خودش می‌داند که آن را انجام می‌دهد)؛ بنابراین وونت از روش‌های درون‌نگری و آزمایش استفاده می‌کرد.

تکیه بر درون‌نگری، به‌ویژه در بررسی رویدادهای ذهنی بسیار سریع، کارایی نداشت؛ بنابراین در زمان حاضر درون‌نگری در رویکردهای شناختی محوریت ندارد. ای. بی. تیچنر، از شاگردان وونت بود که رویکرد ساخت‌گرایی را به وجود آورد.

● ساخت‌گرایی

وونت، پیش‌گام ساخت‌گرایی است و تیچنر، مؤسس آن است.

تیچنر همانند وونت معتقد بود که مسئله اصلی روان‌شناسی، ماهیت تجربیات ذهنی است. او اصطلاح ساخت‌گرایی را به وجود آورد. منظور او از ساخت‌گرایی، **تحلیل ساختارهای ذهنی** (تحلیل عناصر هوشیاری یا آگاهی) بود.

ساخت‌گرایی به دنبال تجزیه آگاهی به عناصر متعدد آن (یعنی احساس، ادراک، هیجان و ...) است. ساخت‌گرایان در جست‌وجوی آن دسته از عناصر ذهنی بودند که تجربه‌های پیچیده، آمیزه‌ای از آن‌ها به شمار می‌آمدند. (می‌خواستند بفهمند که تجربه‌های پیچیده از چه اجزای ساده‌تری ساخته شده‌اند). ساخت‌گرایان تصور می‌کردند اگر شیمی‌دان‌ها با تجزیه آب به اکسیژن و هیدروژن گام بزرگی در رشته خود برداشتند، روان‌شناسان هم می‌توانند مزه لیموناد (ادراک) را به عناصری مثل شیرین، تلخ و سرد (احساس‌ها) تجزیه کنند؛ بنابراین نام دیگر مکتب ساخت‌گرایی، «شیمی روانی» است. درون‌نگری، روش مرسوم در رویکرد ساخت‌گرایی است. ارزش مکتب ساخت‌گرایی در این است که از فلسفه جدا شد و سعی کرد آگاهی را وارد آزمایشگاه کند تا عناصر مختلف آن را مورد مطالعه قرار دهد.

یکی دیگر از رویکردهایی که همانند ساخت‌گرایی تجربه هوشیار یا آگاهانه را مطالعه می‌کرد، کارکردگرایی بود.

● کارکردگرایی یا کنش‌گرایی

ویلیام جیمز رویکرد کارکردگرایی را به وجود آورد. جان دیویی، استانی هال، جیمز مک‌کین کتل، هاروی کار و جان آنگل از دیگر کارکردگرایان هستند.

منظور از کارکردگرایی بررسی این مطلب است که ذهن چگونه کار می‌کند (مطالعه عملکرد ذهن) که جاندار موفق به **انطباق و سازگاری با محیط** و عمل در آن می‌شود. کارکردگرایان بر مشاهده رفتار واقعی و بررسی تفاوت‌های فردی تأکید می‌کردند. آن‌ها با ماهیت صرفاً تجزیه‌ای ساخت‌گرایی مخالف بودند. جیمز به جای تأکید بر تحلیل و تجزیه عناصر هوشیاری که در ساخت‌گرایی انجام می‌شد، به بررسی ماهیت سیال و شخصی هوشیاری پرداخت و به دنبال این بود که

بداند چگونه افراد رفتارهای مفیدی ایجاد می‌کنند. در واقع کارکردگرایی عملکردهای هوشیاری را مطالعه می‌کند، نه عناصر تشکیل‌دهنده آن را.

ویلیام جیمز ذهن را محصول و نتیجه فعالیت‌های مغز در نظر می‌گرفت. او به موضوعاتی مثل هوشیاری و هیجان علاقه‌مند بود و باور داشت که هوشیاری یک واقعیت شخصی، پیوسته، دائماً در حال تغییر، انتخاب‌گر و هدفمند است و از جریان مداوم افکار تشکیل شده است. او مفهوم «شیلان هوشیاری» («جوی یا جویبار هوشیاری» یا «جریان سیال ذهن») را مطرح کرد. یعنی ذهن انعطاف‌پذیر، سیال و در حال حرکت است (نه مجموعه‌ای از عناصر مجزا و ایستا) و در پاسخ به جریان اطلاعات پیوسته تغییر می‌کند و سازگاری نشان می‌دهد. جان دیویی نیز از رهبران مکتب کنش‌گرایی یا کارکردگرایی است که به نظر او به ذهن باید به عنوان یک ابزار نگاه کرد.

توجه کارکردگرایان به موضوع انطباق با محیط، از نظریهٔ **تکامل داروین** منشأ می‌گرفت. چارلز داروین در نظریهٔ تکامل خود «اصل انتخاب طبیعی» را مطرح کرد. طبق این اصل موجوداتی بیشتر احتمال دارد زنده بمانند، تولیدمثل کنند و ژن‌هایشان را به نسل بعد منتقل کنند که بهترین و بیشترین سازگاری را با طبیعت دارند. طبق اصل انتخاب طبیعی داروین، ویژگی‌های نمونهٔ یک گونهٔ جاندار باید در خدمت هدف‌هایی باشند. ویلیام جیمز این عقیده را در مورد انسان به کار برد و اعلام کرد که «هوشیاری» ویژگی مهم گونهٔ انسان است. به همین دلیل بیان کرد که روان‌شناسی باید به جای ساختار هوشیاری، کارکرد آن را بررسی کند. از نظر کارکردگرایان علت تکامل ذهن این است که به ما کمک کند با دنیای اطراف سازگار شویم؛ پس روان‌شناسی باید به مطالعهٔ فرایندهایی بپردازد که به سازگاری ما با محیط کمک می‌کند. کارکردگرایان همانند داروین معتقد بودند که برای پی‌بردن به نحوهٔ تطابق و سازگاری جاندار با محیطش، باید به **مشاهدهٔ رفتار واقعی** پرداخت.

چند نکته در مورد ساخت‌گرایی و کارکردگرایی:

هم ساخت‌گرایان و هم کارکردگرایان، هر دو روان‌شناسی را دانشی تجربهٔ هوشیار (علم مطالعهٔ تجربهٔ آگاهانه) به شمار می‌آورند؛ اما کارکردگرایان گسترهٔ روان‌شناسی را وسعت دادند تا بررسی رفتار، کودکان، حیوانات و تجربه‌های دینی را نیز در بر بگیرد.

ساخت‌گرایی بر چیستی آگاهی (محتوای فرایندهای هوشیاری) تأکید می‌کند و کارکردگرایی بر چرایی آگاهی (چگونگی عمل فرایندهای هوشیاری) تأکید می‌کند. ساخت‌گرایی از روش درون‌نگری و آزمایش استفاده می‌کند و کارکردگرایی از روش مشاهده استفاده می‌کند.

ساخت‌گرایی روی توصیف مؤلفه‌های ذهن متمرکز بود، اما کارکردگرایی بر ذهن و رفتار از لحاظ سازگاری با محیط تأکید می‌کرد؛ بنابراین ساخت‌گراها به درون ذهن و کارکردگراها به دنیای بیرون علاقه داشتند.

ساخت‌گرایی و کارکردگرایی جای خود را به سه مکتب جدید دادند: رفتارگرایی، روان‌شناسی گشتالت و روان‌کاوی. از بین این سه مکتب جدید، رفتارگرایی بیشترین تأثیر را بر روان‌شناسی علمی به جای گذاشت. نارضایتی بسیار روان‌شناسان از درون‌نگری، سبب شد رفتارگرایی به سرعت رواج یابد.

● رفتارگرایی

رفتارگرایی، بررسی رفتار بدون ارتباط با هوشیاری است. رفتارگرایی بر مطالعهٔ علمی رفتار تأکید می‌کند و مدعی است که «محیط» به رفتار شکل می‌دهد. رفتارگرایان می‌خواهند ذهنیت را از مشاهده علمی رفتار حذف کنند؛ آن‌ها رفتار را برحسب رویدادها و اعمال قابل مشاهده تبیین می‌کنند و به هوشیاری و فرایندهای ذهنی اعتقادی ندارند. ریشهٔ رفتارگرایی به کارهای جان لاک و دیوید هیوم برمی‌گردد. کارهای پاولف و ژرندایک را می‌توان آغازگر رفتارگرایی دانست؛ اما مؤسس یا بنیان‌گذار واقعی رفتارگرایی **واتسون** بود.

واتسون با دیدگاهی که قلمروی روان‌شناسی را محدود به تجربهٔ هوشیاری یا تجربهٔ آگاهانه می‌دانست، مخالفت کرد. واتسون معتقد بود هوشیاری را فقط با درون‌نگری می‌توان مطالعه کرد، ولی درون‌نگری ابزاری ناکارآمد است. چون نمی‌توان هوشیاری را با دقت و به شیوهٔ صحیح مورد مطالعه قرار داد، پس روان‌شناسان باید مطالعهٔ هوشیاری را کلاً کنار بگذارند و صرفاً روی رفتارهایی تمرکز کنند که بتوانند مستقیماً آن‌ها را مشاهده کنند؛ مطالعهٔ هوشیاری باید به فیلسوفان واگذار شود. واتسون اهمیت وراثت را قبول نداشت و معتقد بود که رفتار کلاً توسط محیط تعیین می‌شود. مکتب رفتارگرایی با این گفته واتسون آغاز می‌شود: «ده دوازده کودک سالم به من بدهید، من تضمین می‌کنم که از آن‌ها (صرف‌نظر از اینکه وراثت چه باشد) هر چه می‌خواهم تربیت کنم؛ پزشک، مهندس، وکیل یا دزد و راهزن.» او در بررسی‌های خود دربارهٔ رفتار حیوان‌ها و کودکان خردسال، هیچ پیش‌فرضی دربارهٔ هوشیاری عنوان نکرد. از نظر واتسون روان‌شناسی حیوان‌ها و روان‌شناسی کودک، علوم مستقلی به شمار می‌آیند و حتی می‌توانند الگویی برای روان‌شناسی بزرگسالان نیز باشند.

به اعتقاد واتسون نیروی روش علمی بر مفهوم اثبات‌پذیری استوار است. برای اینکه روان‌شناسی به صورت علم درآید، داده‌های آن باید مانند داده‌های علوم دیگر، قابل بررسی همگان باشد؛ یعنی همه بتوانند آن را بررسی کنند. رفتار، پدیده‌ای همگانی است و هوشیاری پدیده‌ای خصوصی؛ علم باید با واقعیت‌های همگانی سروکار داشته باشد؛ یعنی علم باید رفتار را بررسی کند. به طور کلی واتسون در روان‌شناسی دو تأثیر مهم و دائمی برجای گذاشت؛ (۱) هدف روان‌شناسی را از «درک هوشیاری» به «تلاش برای پیش‌بینی و کنترل رفتار» تغییر داد. (۲) رفتار را موضوع تحقیق روان‌شناسی قرار داد. همچنین واتسون معتقد بود که،

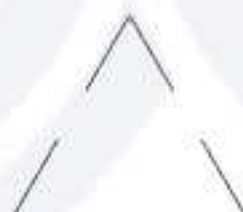
- ۱) تقریباً همه رفتارها حاصل شرطی شدن هستند و محیط از راه تقویت عادت‌های خاص، رفتار را شکل می‌دهد. (در فصل ۷ با این مباحث آشنا می‌شوید.)
 - ۲) پاسخ شرطی (Condition Response = CR) کوچک‌ترین واحد رفتار محسوب می‌شود. رفتارهای پیچیده‌تر از مجموعه آن‌ها ساخته می‌شود.
 - ۳) همه انواع الگوهای پیچیده رفتار که در نتیجه آموزش یا پرورش ویژه ایجاد می‌شوند چیزی جز شبکه به هم پیوسته‌ای از پاسخ‌های شرطی نیستند.
- رفتارگرایان، رفتار را پاسخ به یک محرک در نظر می‌گیرند و معمولاً پدیده‌های روان‌شناختی را در چهارچوب محرک و پاسخ تحلیل می‌کنند، به همین دلیل این دیدگاه را روان‌شناسی محرک-پاسخ (S-R) نیز می‌نامند.
- یکی دیگر از رفتارگرایان بی. اف. اسکینر بود. اسکینر معتقد بود پاداش‌ها و تنبیه‌ها، رفتار ما را تعیین می‌کنند و تأکید می‌کرد که «آنچه انجام می‌دهیم»، معیار نهایی کسی که هستیم، می‌باشد. اسکینر بر این نکته اصرار داشت که اراده آزاد توهمی بیش نیست. برخلاف انسان‌گراها و برخی اصول عقاید دینی که معتقدند انسان در تعیین سرنوشت خود نقش دارد، اسکینر اعتقاد داشت که آنچه ما را شکل می‌دهد «محیط» و میراث ژنتیکمان است.

● روان‌شناسی گشتالت

روان‌شناسی گشتالت (روان‌شناسی کل‌گرا یا هیئت‌نگر) به رویکرد ورتهاایمر، کافکا و گهلر گفته می‌شود. گشتالت واژه‌ای آلمانی به معنای «شکل» یا «شکل‌بندی» است. گشتالت‌گرایی در خلاف جهت ساخت‌گرایی و کنش‌گرایی حرکت می‌کند؛ از دیدگاه روان‌شناسی گشتالت، روان یا ذهن انسان قابل تجزیه نیست و ذهن انسان باید به صورت یک کل در نظر گرفته شود. همچنین روان‌شناسان گشتالت با واتسون مخالفند و معتقدند که روان‌شناسی باید به جای رفتار آشکار به بررسی تجربه هوشیار ادامه دهد.

روان‌شناسی گشتالت بر الگوهای حاصل از محرک‌ها و سازمان تجربه تأکید می‌کند. روان‌شناسان گشتالت اساساً به مبحث ادراک توجه داشتند و بر این باور بودند که «تجربه‌های ادراکی» مبتنی بر طرح‌هایی هستند که محرک‌ها و سازمان تجربه آن‌ها را شکل می‌دهند. به عبارت دیگر، تجربه‌های ادراکی ما، هم به الگوهایی که محرک‌ها تشکیل می‌دهند و هم به سازمان‌بندی تجربه ما بستگی دارند.

به اعتقاد روان‌شناسان گشتالت آنچه دیده می‌شود، هم تابع «زمینه‌ای است که شیء در آن آشکار می‌شود» و هم تابع «سایر وجوه طرح کلی تحریک» یا همان سایر جنبه‌هایی که با خود محرک، یک کل را تشکیل می‌دهند. به این ترتیب، «کل، چیزی متفاوت از مجموع اجزای آن است»، زیرا کل تابع روابط اجزا است (به روابط میان اجزای خود وابسته است)؛ به عبارت دیگر «کل» شامل «جمع جبری اجزاء» + «رابطه اجزا با یکدیگر» است. مثلاً یکی از اصول روان‌شناسی گشتالت قانون بستگی یا ترمیم است که اشاره دارد به اینکه گرایش در انسان وجود دارد که همواره می‌خواهد تا شکل‌ها و موقعیت‌های ناجور و نامتقارن را تکمیل کند. برای مثال وقتی به شکل زیر نگاه می‌کنیم، آن را یک مثلث بزرگ می‌بینیم، یعنی یک شکل واحد، نه سه زاویه کوچک.



روان‌شناسان گشتالت به ادراک حرکت، نحوه ارزیابی اندازه و به پیدایش رنگ‌ها تحت تأثیر تغییر روشنایی توجه داشتند. در نتیجه، آنان به تفسیرهایی ادراک-مدار در مباحث یادگیری، حافظه، حل مسئله و بینش گرایش پیدا کردند که خود شالوده پژوهش‌های معاصر را در روان‌شناسی شناختی پی‌ریزی کرد.

روان‌شناسان گشتالت بر بنیان‌گذاران اصلی «روان‌شناسی اجتماعی» جدید که شامل کورت لوین، سولومون آش و فریتس هایدلر هستند، تأثیر گذاشته‌اند. این افراد برای فهم پدیده‌های بین فردی، اصول روان‌شناسی گشتالت را گسترش دادند و از آن‌ها برای درک پدیده‌های میان فردی استفاده کردند.

امروزه مکتب‌های ساخت‌گرایی و کنش‌گرایی جزء مکتب‌های روان‌شناسی جدید به حساب نمی‌آیند، اما گشتالت‌گرایی هنوز به قوت خود باقی است و در روان‌درمانی و روان‌شناسی اجتماعی جایگاهی ویژه دارد.

● روان‌کاوی (روان‌پویایی یا روان‌پوشی)

روان‌کاوی بر نقش فرایندهای ناهوشیار بر رشد شخصیت و انگیزش تأکید می‌کند. روان‌کاوی هم نظریه‌ای درباره شخصیت است و هم روشی برای روان‌درمانی. سیگموند فروید، بنیان‌گذار رویکرد روان‌کاوی است. فروید رویکردی منفی نسبت به ماهیت انسان داشت و معتقد بود انسان هم همانند حیوانات توسط سائق‌ها یا غرایز اساسی جنسی و پرخاشگری هدایت می‌شود.

فروید بیان می‌کند که انسان به صورت تصادفی و ارادی عمل نمی‌کند، بلکه براساس انگیزش‌های درونی، آرزوهای سرکوب‌شده یا ناآگاه عمل می‌کند؛ بنابراین هر رفتاری که از انسان سر می‌زند، جبری است. به این مفهوم «جبرگرایی روانی» فروید می‌گویند.

هسته اصلی نظریه فروید مفهوم ناهوشیار (ناخودآگاه) است. ناهوشیار عبارت است از افکار، نگرش‌ها، تکانه‌ها، امیال، انگیزه‌ها و هیجان‌هایی که خودمان



از وجود آن‌ها آگاهی نداریم. فروید معتقد بود امیال ناپذیرفتنی یا خواسته‌های نامعقول از جمله امیال منع شده یا تنبیه شده دوران کودکی، از حیطة آگاهی هوشیار رانده شده و به ناهوشیار یا ناخودآگاه می‌روند، اما همچنان بر افکار و هیجان‌ها و اعمال ما اثر می‌گذارند. افکار ناهوشیار به صورت‌های گوناگون خود را نشان می‌دهند؛ از قبیل رؤیا، لغزش‌های لفظی و حالات تکراری بدنی. در نظریه سنتی فروید، انگیزه‌های امیال ناهوشیار تقریباً همیشه به نحوی با میل جنسی یا پرخاشگری پیوند دارد.

رویکرد فروید به روان‌شناسی، از تلاش وی برای درمان اختلال‌های روانی به وجود آمد. فروید معتقد بود وجود تعارض‌های ناخودآگاه (ناهوشیار) بین بخش‌های مختلف روان یعنی «نهاد»، «خود» و «فراخود» علت اصلی رفتار نابهنجار هستند. فروید برای دسترسی به ناهوشیار انسان، ابتدا روش هیپنوتیسم را پیش گرفت و بعد به تداعی آزاد و تعبیر رؤیا روی آورد. از نظر فروید روش اصلی دسترسی به ناهوشیار، **تداعی آزاد** است. در روش تداعی آزاد بیمار هدایت می‌شود که هر آنچه به ذهنش می‌رسد، بدون سانسور، بگوید. به این وسیله امیال ناهوشیار بیمار به حیطة هوشیاری آورده می‌شود.

● تحولات نوین

پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی قرن بیستم عبارت‌اند از: نظریه خبرپردازی، روان‌شناسی زبان و روان‌شناسی عصب‌شناختی.

- نظریه خبرپردازی (پردازش اطلاعات)

هربرت سیمون (برنده جایزه نوبل) و همکارانش نشان دادند که با استفاده از کامپیوتر می‌توان پدیده‌های روان‌شناسی را شبیه‌سازی کرد. این‌گونه بسیاری از مسائل روان‌شناختی قدیمی در قالب نظام‌های خبرپردازی یا پردازش اطلاعات بازنگری شد.

به اعتقاد رویکرد خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، انسان همچون رایانه موجودی پردازشگر اطلاعات تلقی می‌شود. دیدگاه پردازش اطلاعات، در مقایسه با رفتارگرایی، برای روان‌شناسی رویکرد پویاتری ارائه می‌دهد. همچنین دیدگاه خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، برخلاف روان‌شناسی گشتالت و روان‌کاوی، ماهیت ذهن را در قالب اصطلاحات ملموس، ارائه کرد؛ مثلاً این رویکرد عملکرد حافظه را مشابه کاری می‌داند که رایانه هنگام ذخیره‌سازی و بازیابی اطلاعات می‌کند.

- روان‌شناسی زبان

زبان‌شناسان نوین، نظریه‌هایی درباره ساخت‌های ذهنی لازم برای درک و تولید زبان ارائه کردند. یکی از پیش‌گامان پژوهش در زمینه زبان‌شناسی، **نوام چامسکی** بود.

- روان‌شناسی عصب‌شناختی

روان‌شناسی عصب‌شناختی یا عصب-روان‌شناسی به روابط بین رویدادهای عصبی و فرایندهای ذهنی می‌پردازد. از فعالان این حوزه، **راجر اسپری** بود که به خاطر نشان دادن ارتباط بین نواحی معینی از مغز با روندهای رفتاری و تفکری ویژه، برنده جایزه نوبل شد. برای مثال نشان داد نیمکره‌های راست و چپ مغز تکالیف ذهنی متفاوتی را برعهده دارند.

رشد الگوهای خبرپردازی، روان‌شناسی زبان و روان‌شناسی اعصاب، به پیدایش نوعی رویکرد روان‌شناسی انجامیده که گرایش شناختی نیرومندی دارد و منجر به «انقلاب شناختی» در روان‌شناسی شد. هدف عمده روان‌شناسی شناختی، تحلیل علمی فرایندها و ساخت‌های ذهنی است. با این حال، روان‌شناسی شناختی صرفاً با تفکر و دانش ارتباط ندارد، بلکه به بسیاری از زمینه‌های دیگر مانند انگیزش و ادراک و شخصیت و روان‌شناسی اجتماعی گسترش پیدا کرد. اکنون که با مکتب‌های اصلی روان‌شناسی آشنا شدیم، به رویکردهای معاصر در روان‌شناسی می‌پردازیم.

روان‌شناسی در ایران

روان‌شناسی ایران، از قرن‌ها پیش با عنوان علم‌النفس یا اخلاق، مورد توجه دانشمندان بوده است. اما روان‌شناسی جدید در ایران، با تلاش‌های دکتر علی‌اکبر سیاسی، دکتر محمد باقر هوشیار، دکتر محمود صناعی و عده‌ای دیگر از روان‌شناسان شروع شده است. دکتر علی‌اکبر سیاسی پدر روان‌شناسی علمی ایران است.

رویکردهای معاصر روان‌شناسی

رویکرد، نوعی شیوة نگرش به موضوع است. در روان‌شناسی هر موضوعی را می‌توان با رویکردهای گوناگون بررسی کرد. پنج رویکرد معاصر اصلی در روان‌شناسی عبارت‌اند از: رویکرد زیست‌شناختی، رویکرد رفتاری، رویکرد شناختی، رویکرد روان‌کاوی و رویکرد پدیدارشناختی. هرکدام از این رویکردها به جنبه‌های متفاوتی از پدیده پیچیده واحدی می‌پردازند.

● رویکرد زیست‌شناختی

رویکرد زیست‌شناختی یا فیزیولوژیک به دنبال شناخت فرایندهای زیستی و عصبی زیربنای رفتار و فرایندهای ذهنی است. به عبارت دیگر رویکرد زیستی

رفتار را با مطالعه اندام‌ها، سلول‌های عصبی و وراثت توضیح می‌دهد. بررسی سهم ژن‌ها و سایر عوامل زیستی در شکل‌گیری توانایی‌ها و صفات شخصیتی کار روان‌شناسان زیستی است. از نظر آن‌ها رفتار علل عضوی دارد و می‌تواند در دستگاه عصبی مرکزی یا در برخی نورون‌ها به وجود آید. پژوهشگرانی مثل **دونالد هب** ادعا می‌کنند که همه پدیده‌های رفتاری و روانی، نتیجه فعالیت فیزیکی مغز هستند. به‌طور کلی طبق رویکرد زیست‌شناختی، رفتار قابل پیش‌بینی است و پیغام این رویکرد این است که تا بدن خود را نشناسیم واقعاً نمی‌توانیم خودمان را بشناسیم. به عنوان مثال در رویکرد زیستی به افسردگی، سعی می‌شود این اختلال برحسب تغییرات غیرعادی میزان پیک‌های عصبی مثل سروتونین تبیین شود. در ادامه به برخی مطالعات رویکرد زیست‌شناختی می‌پردازیم.

(۱) بررسی درباره «بازشناسی چهره» در افراد دچار آسیب مغزی نشان داد که نواحی مسئول بازشناسی چهره عمدتاً در نیمکره راست قرار دارند.

(۲) نیمکره‌های مغز انسان به میزان زیادی نقش‌های تخصصی دارند؛ در اغلب افراد راست‌دست، درک زبان بر عهده نیمکره چپ و تفسیر روابط فضایی بر عهده نیمکره راست است.

(۳) دستگاه هیپوکامپ (دُم اسب) مغز، در تحکیم خاطرات نقش دارد. یادزدودگی کودکی (که کمی قبل درباره‌اش صحبت کردیم) ممکن است تا حدودی ناشی از رشد نایافتگی هیپوکامپ باشد؛ زیرا در طول دو سال بعد از تولد است که هیپوکامپ به رشد کامل خود می‌رسد.

● رویکرد رفتاری

در صفحات قبل تا حدودی با رفتارگرایی و واتسون آشنا شدید. رفتارگرایی معتقد است که فرد در برابر محیط خود واکنش نشان می‌دهد، نه این که به گفته روانکاوان از درون برانگیخته شود یا به گفته انسان‌گرایان بر اساس اراده و اختیار خود عمل کند. رویکرد رفتاری بیشتر با محرک‌ها و پاسخ‌های قابل مشاهده (S-R) سروکار دارد. برای مثال در مورد چاقی، دیده می‌شود که برخی افراد فقط در کنار محرک‌های خاصی، مثل تماشای تلویزیون، پرخوری می‌کنند (پاسخ‌های خاص و مشخص؛ پاسخ اختصاصی)؛ بنابراین یاد گرفتن اجتناب از این محرک‌ها، امروزه بخشی از اکثر برنامه‌های مهار وزن بدن در رفتارگرایی است. در مورد پرخاشگری مشاهده می‌شود که کودکان پاسخ‌های پرخاشگرانه‌ای از جمله کتک زدن کودک دیگر را هنگامی بیشتر نشان می‌دهند که چنین پاسخی به پاداش (مثلاً کوتاه آمدن یا گریه کردن کودک دیگر)، منجر شود تا وقتی تنبیه شوند (مثلاً حمله متقابل کودک کتک خورده)؛ یعنی وقتی رفتارهای پرخاشگرانه پاداش یابند، بیشتر احتمال دارد که ادامه پیدا کنند.

رویکرد رفتاری محض (S-R)، فقط به رفتار و محرک و پاسخ توجه دارد و به فرایندهای ذهنی فرد یعنی فرایندهای ذهنی میانجی بین محرک و پاسخ کاری ندارد؛ بنابراین فعالیت‌های پیچیده انسان از جمله تفکر، استدلال، برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری و تبادل پیام را نادیده می‌گیرد.

نظریه شناختی-اجتماعی که توسط آلبرت بندورا مطرح شد، یکی از رویکردهای معاصر رفتاری است. نظریه شناختی-اجتماعی بندورا تأکید دارد که علاوه بر شرایط محیطی، نحوه اصلاح تأثیرات محیط بر رفتار، توسط افکار هم رفتار را تعیین می‌کند؛ یعنی چگونه افکار می‌توانند تأثیرات محیط بر رفتار را اصلاح کنند. به عبارت دیگر نظریه شناختی-اجتماعی دامنه رفتارگرایی را گسترش داد تا علاوه بر رفتارهای قابل مشاهده، شیوه‌های پردازش اطلاعات محیطی توسط ذهن را نیز پوشش بدهد. به نظر بندورا، **تقلید** یکی از اصلی‌ترین روش‌های ما برای یادگیری است. ما برای تقلید رفتار یک الگو باید اطلاعات را وارد حافظه و در حافظه ذخیره کنیم که یک فرایند ذهنی یا شناختی است. به طور کلی نظریه پردازان شناختی-اجتماعی، عناصر رفتارگرایی را با پژوهش درباره افکار، ارزش‌ها، انتظارات و نیت‌ها ترکیب کردند. آن‌ها معتقدند که یادگیری انسان نه تنها از راه سازگاری رفتار با محیط، بلکه با تقلید از دیگران و تفکر درباره رویدادهای اطراف خود رخ می‌دهد.

● رویکرد شناختی

روان‌شناسان بعد از مدت‌ها دوباره به هوشیاری برگشتند، اما این بار آن را «شناخت» نامیدند. به عبارت دیگر شناخت، تفکر یا تجربه هوشیار را شامل می‌شود. رویکرد شناختی امروزی برخاسته از رویکرد گشتالتی است و تا حدودی واکنشی است در برابر محدودیت‌های رفتارگرایی (دیدگاه S-R). شناخت‌گرایی فرایندهای شناختی را زیربنای رفتار می‌داند و می‌گوید که رفتار هر فرد به «برداشت» او از خود و محیط وابسته است. رویکرد شناختی بر فرایندهای ذهنی دخیل در تفکر تمرکز دارد؛ یعنی بر نحوه جهت دادن، توجه، ادراک کردن، به یاد آوردن، فکر کردن و حل مسائل. همچنین به تبیین تجربه، کسب هنجارهای اخلاقی و شکل‌گیری عقاید می‌پردازد. مشهورترین روان‌شناس شناخت‌گرا، پیازه بود. چامسکی و هربرت سیمون از دیگر شناخت‌گرایان هستند.

بسیاری از روان‌شناسان شناختی ذهن انسان را نوعی پردازشگر اطلاعات می‌دانند که شبیه کامپیوتر اما بسیار پیچیده‌تر از آن است. رویکردهای معتقد به **پردازش اطلاعات** بر این واقعیت تکیه می‌کنند که مغز اطلاعات را منفعلانه ثبت نمی‌کند بلکه آن‌ها را فعالانه تغییر می‌دهد و منظم می‌کند؛ به بیان دیگر روان‌شناسان شناختی ذهن را یک نظام حل مسئله فعال و آگاه می‌دانند. رویکرد شناختی همچنین بر نقش زبان در سازمان‌بندی خاطرات تأکید دارد.

رویکرد شناختی برای اراده و فعال بودن انسان اهمیت قائل است، اما رویکردهای رفتاری و روان‌کاوی، جبرگرا هستند و نقشی برای اراده قائل نیستند. شناخت‌گرایی نوین، برخلاف سده نوزدهم، مبتنی بر درون‌نگری نیست. شناخت‌گرایی نوین دو فرض اصلی قرار دارد؛



۱) تنها از طریق بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان به طور کامل درک کرد که جانداران چه می‌کنند.

۲) برای بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان از راه تمرکز بر رفتارهای معین، راه و روش عینی پیش گرفت؛ یعنی همانند رفتارگرایان رفتارهای مشخص را مورد توجه قرار داد؛ اما باید آن رفتارها را برحسب فرایندهای ذهنی زیربنایی آن‌ها تفسیر کنیم. برای مثال از دید رویکرد شناختی، شاید علت یادزدودگی کودکی این باشد که در سال‌های ابتدایی زندگی، تغییر عمده‌ای در «نحوه سازمان‌دهی تجربه‌ها در حافظه» روی می‌دهد. این تغییرات در حوالی سه سالگی ممکن است بارزتر شود، زیرا در این سن توانایی‌های زبانی افزایش چشمگیری پیدا می‌کنند.

● رویکرد روان‌کاوی (روان‌پویایی یا روان‌پوشی)

در ابتدای همین فصل در مبحث روان‌شناسی علمی به رویکرد روان‌کاوی پرداختیم و در اینجا به بررسی بیشتر آن می‌پردازیم. روان‌کاوی ترکیبی از شناخت‌شناسی و فیزیولوژی قرن نوزدهم بود. رویکرد روان‌کاوی (روان‌پویایی یا روان‌پوشی) بر **فکر ناهوشیار**، **تعارض** غرایز زیست‌شناختی با توقعات جامعه و **تجربه‌های خانوادگی اولیه** تأکید می‌کرد. کار خاص فروید این بود که مفاهیم شناختی رایج زمانه خود در زمینه هوشیاری و ادراک و حافظه را، با مفاهیم غریزه‌ها که بنیان زیست‌شناختی داشتند، درهم آمیخت و نظریه‌ای نوین مطرح کرد.

فرض بنیادی در نظریه فروید این است که بخش عمده رفتار انسان از فرایندهای ناهوشیار یا ناخودآگاه سرچشمه می‌گیرد. منظور فروید از فرایندهای ناهوشیار عبارت بود از باورها، ترس‌ها و خواسته‌هایی که شخص از وجود آن‌ها آگاه نیست اما بر رفتارشان اثر می‌گذارند.

فروید معتقد بود انسان نیز همانند حیوان‌ها، توسط غرایز اساسی (عمدتاً غرایز جنسی و پرخاشگری) هدایت می‌شود و فرد مدام با جامعه‌ای که بر مهار کردن این تکانه‌ها تأکید دارد، در جنگ است. از نظر او بسیاری از تکانه‌هایی که در دوره کودکی یا منع یا تنبیه والدین یا جامعه رویه‌رو شده‌اند، از غریزه‌های فطری کودک سرچشمه گرفته‌اند. این تکانه‌ها از آنجاکه از ابتدای تولد وجود دارند، دارای قدرت اثرگذاری زیادی هستند که باید آن‌ها را حل و فصل کرد؛ چون منع و ممنوعیت نمی‌تواند آن‌ها را از بین ببرد، بلکه فقط باعث می‌شود از حیطه آگاهی هوشیار به سمت ناهوشیاری فرستاده شوند و از همان جا به صورت اختلالات هیجانی و نشانه‌های بیماری روانی، یا از سوی دیگر به شکل رفتارهای جامعه‌پذیر از قبیل فعالیت هنری و ادبی خود را نشان دهند. به عقیده فروید، آگاهی یافتن از تعارض‌های ناخودآگاه باعث کاهش اضطراب می‌شود.

به طور کلی فروید بخش زیادی از رشد و تحول را غریزی می‌دانست ولی اعتقاد داشت روابط اولیه کودک با والدینش، نیروهای مهمی در شکل‌دهی شخصیت او هستند.

رویکرد روان‌کاوی فروید، برخلاف رویکرد رفتاری، بر امور بالینی متمرکز است و توجهی به تحقیق آزمایشی ندارد.

روان‌کاوی یا روان‌پوشی انگشت شست روان‌شناسی است - به سایر انگشت‌ها چسبیده است، اما از آن‌ها جدا هم هست - چون به لحاظ زبان، روش، و استاندارد شواهد پذیرفتنی، به شدت با سایر دیدگاه‌ها فرق دارد.

نظریه‌های روان‌کاوی (روان‌پویایی) فعلی یا معاصر، کمتر روی غرایز جنسی تأکید می‌کنند و بیشتر تجربه‌های فرهنگی را به عنوان تعیین‌کننده‌های رفتار در نظر می‌گیرند.

● رویکرد پدیدارشناختی

رویکرد پدیدارشناختی (رویکرد انتزاعی، ذهن‌گرایی یا انسان‌گرایی) به رویکرد شناختی نزدیک است، همانند آن مبنای گشتالتی دارد و واکنشی در مقابل محدودیت‌های رفتارگرایی است. در رویکرد پدیدارشناختی یا انتزاعی اعتقاد بر این است که رفتار انسان تابع درک او از جهان است، نه تابع واقعیت جهان. یکی از مفاهیمی که در دیدگاه پدیدارشناسی مطرح می‌شود، مفهوم «واقع‌گرایی ساده‌لوحانه» (رتالیسم ساده‌لوحانه) است که اشاره دارد به «گرایی در افراد برای آنکه واقعیت‌های درون ذهنی خود را بیان صادقانه‌ای از جهان عینی تلقی کنند».

به طور کلی پدیدارشناختی بر **تجربه‌های ذهنی** فرد و انگیزش در جهت **خودشکوفایی** تأکید می‌کند. این رویکرد به تجربه خصوصی افراد نسبت به خود، جهان و رویدادها توجه دارد. رویکرد پدیدارشناختی از گذشته با روان‌شناسان اجتماعی همراه بوده که توجه خاصی به نحوه درک، فهم و تفسیر انسان از مسائل اجتماعی دارند. طبق دیدگاه پدیدارشناسی یا ذهن‌گرایی، برای فهم رفتار اجتماعی انسان باید به «تعریف خود فرد از موقعیت» دست یافت؛ تعریفی که انتظار می‌رود به فرهنگ، گذشته فرد و حالت انگیزشی او بستگی داشته باشد؛ بنابراین دیدگاه پدیدارشناسی بیشترین آمادگی را برای توجه به تفاوت‌های فرهنگی و فردی و اثرات انگیزش و هیجان دارد. برخی روان‌شناسان پدیدارشناس، روش‌های علمی را به طور کلی مردود می‌دانند. به طور کلی روان‌شناسی پدیدارشناختی یا انسان‌گرا بیشتر با ادبیات و معارف انسانی مرتبط است تا با علم.

دو جنبش پدیدارشناسی که معروف رویکردی مثبت به روان‌شناسی هستند عبارتند از: جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر و جنبش انسان‌گرایی.

جنبش **روان‌شناسی مثبت‌نگر** بیان می‌کند که روان‌شناسی خیلی بر جنبه‌های منفی مردم تأکید کرده است و باید به هیجانات مثبت و صفات مثبتی مثل

خوش بینی، خردمندی، خلاقیت و ارزش‌های مثبت گروهی شهروندی، بیشتر تمرکز شود. سلیگمن و میهالی از صاحب‌نظران رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر بودند.

جنبش **انسان‌گرایی**، که از جنبش مثبت‌گرا قدیمی‌تر است، فرض‌های زیربنایی رویکردهای روان‌کاوی و رفتاری را دربارهٔ طبیعت انسان رد می‌کنند. در مقابل بر **خصوصیات منحصر به فرد** انسان تأکید می‌کند و افراد سالم را، هم از افراد بیمار و هم از حیوانات متمایز می‌کند. انسان‌گرایی بر توانایی انسان در خود شکوفایی، نقش اصلی آگاهی، آگاهی از خویشتن و توانایی انتخاب تأکید دارد. در این مکتب، آگاهی به صورت نیرویی در نظر گرفته می‌شود که به شخصیت وحدت می‌بخشد. انسان‌گرایی به دلیل اهمیتی که برای پدیده آگاهی و آگاهی از خویشتن قائل است، نوعی پدیدارشناختی است. این دیدگاه تجربه شخصی را، به صورتی که خود فرد دریافت می‌کند، مهم‌ترین پدیده در روان‌شناسی به حساب می‌آورد. انسان‌گرایان معتقدند که آگاهی از خویشتن، تجربه و انتخاب، به ما اجازه می‌دهند تا خود را کشف کنیم. طور کلی هدف روان‌شناسی انسان‌گرا این است که افراد را یاری دهد تا خلاقانه اظهار وجود کنند و به توانایی‌های پنهان خود کاملاً دست یابند. به عقیدهٔ انسان‌گرایان، انسان آزاد است و با ارادهٔ خود تصمیم می‌گیرد و بر سرنوشت خود اثر می‌گذارد؛ بنابراین آن‌ها به جبرگرایی اعتقاد ندارند. کارل راجرز و آبراهام مزلو از پیشروان انسان‌گرایی بودند.

طبق نظریه‌های انسان‌گرا:

(۱) نیروی انگیزش اصلی هر فرد، گرایش به سوی رشد و خود شکوفایی است.

(۲) در همهٔ ما این نیاز اساسی وجود دارد که توانایی بالقوهٔ خود را تا بالاترین حد ممکن شکوفا کنیم و به پیشرفتی فراتر از سطح کنونی خود برسیم.

(۳) تمایل طبیعی ما، حرکت در مسیر تحقق توانایی بالقوهٔ خودمان است، هرچند که در این راه با برخی موانع محیطی و اجتماعی روبه‌رو شویم.

(۴) عمده‌ترین عاملی که فرد را وادار به حرکت می‌کند، نگرشی است که او به خود و دنیای اطراف دارد.

روان‌شناسان پدیدارشناس و انسان‌گرا بیشتر به بررسی شخصیت پرداخته‌اند و پدیدارشناسی بیشترین نفوذ را بر روان‌شناسی اجتماعی و شخصیت گذاشته است. در روان‌شناسی کلاسیک، روان‌کاوی را نیروی اول، رفتارگرایی را نیروی دوم و انسان‌گرایی را نیروی سوم می‌دانند.

روان‌شناسی مثبت‌گرا و روان‌شناسی انسان‌گرا هر دو به رشد انسان‌ها به سمت تحقق توانایی‌های کامل خود توجه دارند اما تفاوت‌شان این است که روان‌شناسی مثبت‌گرا بیشتر از روش‌های تجربی (روش‌های علمی و آزمایشگاهی) برای بررسی موضوعاتش استفاده می‌کند.

● سایر رویکردهای روان‌شناسی

تا اینجا با رویکردهای اصلی روان‌شناسی آشنا شدیم. در ادامه به برخی دیگر از رویکردهای روان‌شناسی می‌پردازیم.

رویکرد علوم عصبی-رفتاری: این رویکرد تأکید می‌کند که مغز و دستگاه عصبی، نقش اصلی را در رفتار و هیجانات ما دارند و سعی دارد کشف کند که اعمال ذهنی و روانی ما چگونه در مغز اتفاق می‌افتند. به همین دلیل، این رویکرد مغز افراد بهنجار را در هنگام انجام یک تکلیف شناختی معین بررسی می‌کند تا کشف کند هنگام انجام یک فعالیت شناختی، چه تغییراتی در مغز روی می‌دهد. برای مثال آن‌ها دریافته‌اند که در نگهداری اطلاعات به مدت چند ثانیه، فعالیت عصبی نواحی جلویی مغز افزایش می‌یابد و در نگهداری اطلاعات به مدت طولانی، فعالیت عصبی قسمت میانی مغز افزایش می‌یابد.

رویکرد روان‌شناسی تکاملی: رویکرد روان‌شناسی تکاملی بر عقاید داروین استوار است که در مبحث کارکردگرایی تاحدی با آن آشنا شدید. این رویکرد بر نقش مهم انطباق یا سازگاری، تولید مثل و بقای اصلح (بقای سازگارترین) در تبیین رفتار تأکید می‌کند. روان‌شناسی تکاملی با منشأ زیستی فرایندهای روانی سروکار دارد. فرض اساسی این رویکرد این است که مکانیسم‌های روان‌شناختی همانند مکانیسم‌های زیست‌شناختی براساس فرایند انتخاب طبیعی شکل گرفته‌اند؛ یعنی این مکانیسم‌ها مبنای وراثتی دارند.

دیوید بوس می‌گوید تکامل همان‌طور که ویژگی‌های جسمی مثل شکل بدن و قد را تغییر می‌دهد، بر نحوهٔ تصمیم‌گیری، میزان پرخاشگری، ترس‌ها و الگوهای جفت‌یابی نیز تأثیر شدیدی می‌گذارد. بنابراین می‌توانیم بگوییم سابقهٔ نحوهٔ سازگاری ما با دنیای امروز، به مشکلاتی که حیوانات و انسان‌های اولیه در سازگاری با محیط‌های تکاملی‌شان با آن‌ها مواجه بوده‌اند، برمی‌گردد.

استیون پینکر نیز معتقد است روان‌شناسی تکاملی یکی از رویکردهای مهم فهم رفتار است. به نظر پینکر طرز کار ذهن در سه نکته خلاصه می‌شود: (۱) ذهن مثل یک کامپیوتر اطلاعات را بررسی و محاسبه می‌کند؛ (۲) سیر تکامل، باعث شده تا ذهن ما محاسبه‌گر شود و (۳) این محاسبات توسط دستگاه‌های مغزی مخصوصی انجام می‌شوند که در مسیر انتخاب طبیعی برای رسیدن به هدف‌های خاصی مثل زنده ماندن طراحی شده‌اند. به طور خلاصه یعنی طی میلیون‌ها سال که انسان‌ها تکامل پیدا کردند، ذهن ما طوری ساخته شده که حساب‌گر باشد تا بتواند به ما کمک کند زنده بمانیم و مشکلات را حل کنیم. برای مثال ذهن درون‌داد حسی را طوری تجزیه و تحلیل می‌کند که به نفع انسان‌های شکارچی و گردآورندهٔ غذای ماقبل تاریخ بوده است. انسان‌هایی که ذهن‌شان علت و معلول‌ها را می‌فهمید و ابزار ساز بوده‌اند و همچنین دام پهن می‌کردند و قارچ‌های سمی نمی‌خوردند، شانس بیشتری برای زنده ماندن و بچه‌دار



شدن داشتند؛ همان بچه‌ها با ذهن محاسبه‌گر خود بعداً توانستند ریاضیات و مسائل پیچیده را کشف کنند.

رویکرد اجتماعی-فرهنگی: این رویکرد بر تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی بر رفتار تأکید دارد؛ برای اینکه رفتار یک نفر را به طور کامل بفهمیم، باید بافت فرهنگی رفتار را بشناسیم. روان‌شناسان اجتماعی بر نقش‌ها و قواعد اجتماعی تأکید دارند، بر این که گروه‌ها چگونه بر نگرش‌ها و رفتار تأثیر می‌گذارند، چرا مردم از مرجع قدرت پیروی می‌کنند و هر یک از ما چگونه تحت تأثیر دیگران قرار می‌گیریم. روان‌شناسان فرهنگی به این مسئله می‌پردازند که قواعد و ارزش‌های فرهنگی چگونه بر رشد، رفتار و احساسات مردم تأثیر می‌گذارند.

به طور کلی رویکردهای روان‌کاوی، شناختی، علوم عصبی-رفتاری و روان‌شناسی تکاملی بر آنچه درون شخص می‌گذرد تأکید دارند. رویکردهای رفتاری و اجتماعی-فرهنگی بر محیط بیرون تمرکز دارند.

سه مکتب شناختی، اجتماعی-فرهنگی و زیستی به مکاتب پویا یا داینامیک شهرت دارند.

● پیوند رویکردهای روان‌شناختی با رویکردهای زیست‌شناختی

رویکردهای رفتاری، شناختی، روان‌کاوی و پدیدارشناختی همگی متکی بر مفاهیم و اصول روان‌شناختی محض هستند؛ بنابراین به آن‌ها رویکردهای روان‌شناختی می‌گویند؛ اما در رویکرد زیست‌شناختی علاوه بر مفاهیم و اصول روان‌شناختی، مفاهیم و اصول فیزیولوژی و سایر شاخه‌های زیست‌شناختی نیز مورد توجه است. پژوهشگرانی که رویکرد زیست‌شناختی دارند، می‌کوشند مفاهیم و اصول روان‌شناختی را برحسب معادل‌های زیست‌شناختی آن‌ها تبیین کنند. از آنجاکه چنین کوششی نیازمند کاهش دادن مفاهیم روان‌شناختی به مفاهیم زیست‌شناختی است، این تبیین را **کاهش‌گری** (تقلیل‌گرایی) نامیده‌اند. برای مثال ممکن است سعی کنند بازنشاسی چهره را صرفاً بر مبنای کار سلول‌های عصبی و رابطه متقابل بین این سلول‌ها در ناحیه معینی از مغز توضیح دهد. امروزه پدیده‌های رفتاری بیشتر و بیشتر در هر دو سطح زیست‌شناختی و روان‌شناختی تبیین می‌شوند.

از آنجا که روان‌شناسی یک روش علمی است، یافته‌های آن از طریق پژوهش حاصل می‌شوند. در ادامه به شیوه‌های پژوهش در روان‌شناسی می‌پردازیم.

شیوه‌های پژوهش در روان‌شناسی

برخی از روان‌شناسانی که پژوهش می‌کنند صرفاً به دنبال دانش هستند؛ آن‌ها در «روان‌شناسی پایه» کار می‌کنند و به پژوهش «محض» می‌پردازند. روان‌شناسی پایه عبارت است از بررسی موضوعات روان‌شناختی برای دستیابی به خود دانش، نه برای کاربرد علمی. مثلاً «فشار همسالان چگونه بر نگرش و رفتار افراد تأثیر می‌گذارد؟»

عده‌ای دیگر که به کاربردهای عملی دانش توجه دارند در «روان‌شناسی کاربردی» کار می‌کنند. روان‌شناسی کاربردی شامل بررسی موضوعات روان‌شناختی است که اهمیت کاربردی مستقیم دارند. مثلاً «چگونه می‌توان از دانش موجود درباره فشار همسالان برای کاهش سیگار کشیدن در دانشگاه استفاده کرد؟» هر دو رویکرد روان‌شناسی پایه و کاربردی مکمل هم هستند؛ روان‌شناسی کاربردی ارتباط مستقیمی با مشکلات انسانی دارد، اما بدون روان‌شناسی پایه کمتر دانشی برای کاربرد وجود خواهد داشت.

به طور کلی هر پژوهش دو مرحله اساسی دارد: (۱) پیشنهاد فرضیه علمی (۲) آزمایش آن فرضیه

● فرضیه‌سازی

نخستین گام در هر طرح پژوهشی، ساختن فرضیه است. **فرضیه علمی**، گزاره و عبارتی است که بتوان آن را آزمایش کرد. به عبارت دیگر فرضیه یعنی «اظهارنظری قابل آزمودن» درباره مسئله مورد نظر که قصدش تبیین پدیده‌های خاص و نحوه ارتباط آن‌هاست. فرضیه با پیش‌بینی مترادف است و پیش‌بینی یا فرضیه ممکن است درست یا غلط از آب درآید. در اغلب موارد، مهم‌ترین منبع فرضیه علمی، **نظریه علمی** است. نظریه علمی مجموعه به هم پیوسته‌ای از گزاره‌ها درباره هر پدیده معین است. یک نظریه خوب با مشاهدات مطابقت داشته و به پیش‌بینی‌های دقیق و درست در مورد اطلاعات جدید متجر می‌شود. دانشمندان نظریه‌ای را ترجیح می‌دهند که بر فرض‌های ساده متکی باشد.

مقصود از کلمه «علمی» این است که روش‌های گردآوری داده‌ها؛ (۱) **فاقد سوگیری** هستند؛ یعنی به نفع یک فرضیه و به ضرر فرضیه دیگر عمل نمی‌کنند. (۲) **پایایی** دارند؛ به این معنا که اگر افراد متخصص دیگری همان مشاهدات را تکرار کنند، به نتایج همانند می‌رسند.

● آزمایش

نیرومندترین روش علمی، آزمایش است. برای **کشف علل رفتار** در یک موقعیت معین، تنها می‌توان از روش آزمایشی کمک گرفت؛ به عبارت دیگر روش آزمایشی قوی‌ترین آزمون برای یک فرضیه «علت-معلولی» است و این روش تنها روشی است که اطلاعات قابل اطمینانی فراهم می‌آورد. در روش آزمایشی محقق به میل خود می‌تواند یک متغیر را تغییر دهد و آثار آن را روی موجود زنده بررسی کند. متغیر، هر چیزی است که بتواند اندازه‌ها یا مقدارهای گوناگونی داشته

باشد. در روش آزمایشی، پژوهش‌گر شرایط را به دقت و غالباً در آزمایشگاه کنترل می‌کند و اندازه‌گیری‌هایی انجام می‌دهد تا روابط علی بین متغیرها را کشف کند؛ برای مثال هدف آزمایش ممکن است کشف ارتباط بین دو متغیر حافظه و خواب باشد؛ مثلاً بخواهیم مشخص کنیم که توانایی یادآوری خاطرات کودکی در نتیجه بی‌خوابی کاهش می‌یابد یا نه. به همان اندازه که توانایی به خاطر سپردن به شیوه نظام‌دار با میزان خواب تغییر کند، می‌توان نتیجه گرفت که به همان نسبت ارتباط علی بین این دو متغیر وجود دارد.

نکته: روش آزمایشی می‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند.

واژگان فنی پژوهش آزمایشی	
متغیر	هر چیزی که بتواند اندازه‌ها و مقادیر گوناگونی داشته باشد.
متغیر مستقل (علت)	توسط آزمایشگر دستکاری می‌شود تا اثر آن روی متغیر وابسته بررسی شود. مستقل از کارهایی است که آزمودنی انجام می‌دهد.
متغیر وابسته (معلول)	نتیجه‌ای که توسط متغیر مستقل ایجاد می‌شود. شاخصی از رفتار آزمودنی است. توسط آزمایشگر مشاهده می‌شود. مقادیر آن تابع مقادیر متغیر مستقل است. می‌خواهیم بررسی کنیم که تحت تأثیر متغیر مستقل قرار دارد یا نه.
گروه آزمایش	گروهی که شرایط بررسی در آن وجود دارد و متغیر مستقل بر آن اعمال می‌شود.
گروه گواه	گروهی که شرایط بررسی در آن وجود ندارد و متغیر مستقل بر آن اعمال نمی‌شود. به عنوان خط مبنا یا خط پایه برای مقایسه گروه‌های آزمایشی به کار می‌رود.

امکان کنترل دقیق متغیرها، مشخصه‌ای است که روش آزمایشی را از سایر روش‌های مشاهده علمی متمایز می‌کند. همچنین یکی از عناصر اصلی طرح آزمایشی یا یکی از خصوصیات مهم در آزمایش، «عضوگیری تصادفی» یا «گمارش تصادفی» است.

عضوگیری یا گمارش تصادفی یعنی قرار دادن تصادفی آزمودنی‌ها در وضعیت آزمایشی یا گواه. بدون عضوگیری تصادفی، آزمایشگر نمی‌تواند مطمئن شود که در ایجاد نتایج آزمایش فقط متغیر مستقل نقش داشته و چیزی به جز متغیر مستقل نقش نداشته است؛ برای مثال در یک آزمایش این فرضیه مطرح است: «مردم با دریافت پول بیشتر، مسائل ریاضی را بهتر حل خواهند کرد.» در این فرضیه مقدار پول، متغیر مستقل است. میزان عملکرد، متغیر وابسته است. آزمایشگر برای کنترل دقیق متغیرها، باید به طور تصادفی آزمودنی‌ها را در سه گروه قرار دهد. در صورت عملکرد بهتر؛ گروه اول هشت هزار تومان پاداش می‌گیرند، گروه دوم چهار هزار تومان پاداش می‌گیرند و گروه سوم هیچ پولی دریافت نمی‌کنند. سپس آزمایشگر عملکرد هر سه گروه را اندازه‌گیری و مقایسه می‌کند تا متوجه شود که واقعاً دریافت پول با عملکرد بهتری همراه شده است یا نه. گروه‌هایی که به آن‌ها پول پرداخت می‌شود، گروه‌های آزمایشی هستند. گروهی که به آن‌ها پولی پرداخت نمی‌شود، گروه گواه هستند.

برای بیان وابستگی متغیری به متغیر دیگر، از عبارت «تابعی است از» استفاده می‌شود؛ برای مثال، عملکرد آزمودنی‌ها تابعی است از مقدار پول داده شده به آن‌ها. بررسی‌هایی که در آن‌ها چند متغیر به طور هم‌زمان تغییر می‌کنند را آزمایش‌های چندمتغیری می‌نامند، مثلاً در مثال فوق، ممکن است آزمایشگر علاوه بر مقدار پول، دشواری مسئله که یکی دیگر از متغیرهاست را هم تغییر دهد.

آنچه در روش آزمایش اهمیت دارد منطق کار است، نه محل آن؛ بنابراین روش آزمایش را بیرون از آزمایشگاه نیز می‌توان به کار گرفت. با این حال بیشتر آزمایش‌ها در آزمایشگاه انجام می‌شود؛ چون در محیط آزمایشگاه بهتر می‌توان متغیرها را کنترل کرد.

وقتی پژوهشگر بیان می‌کند که تفاوت بین گروه آزمایش و گروه گواه را «از لحاظ آماری معنادار می‌داند» منظورش این است که در مورد داده‌ها آزمون آماری به عمل آمده و معلوم شده که تفاوت مشاهده شده بین دو گروه، قابل اعتماد است. آزمون آماری نشان می‌دهد که تفاوت مشاهده شده حقیقتاً ناشی از تأثیر مستقل است و نه حاصل عوامل تصادفی یا وجود چند مورد افراطی.

تعریف چند مفهوم

اندازه‌گیری: نظامی برای اختصاص عدد به متغیرها

آمار: رشته‌ای که با نمونه‌گیری داده‌ها از جامعه و استنباط و استنتاج درباره آن جامعه براساس داده‌های نمونه سروکار دارد.

رایج‌ترین شاخص آماری، میانگین است.

میانگین: اصطلاحی فنی برای معدل حسابی که مقدار آن برابر است با حاصل جمع نمره‌ها تقسیم بر تعداد نمره‌ها.

● روش هم‌بستگی

روش هم‌بستگی به بررسی ارتباط یا پیوند دو یا چند متغیر می‌پردازد. در مواردی که آزمایشگر کنترلی بر قرار گرفتن آزمودنی‌ها در گروه‌های گواه و آزمایشی ندارد، می‌توان از روش هم‌بستگی استفاده کرد.

به کمک روش هم‌بستگی می‌توان معین کرد متغیری که بر آن کنترل نداریم، با متغیر دیگری که مورد توجه ما است، ارتباط دارد یا نه. به عبارت دیگر با روش هم‌بستگی می‌توان تعیین کرد آیا تفاوت طبیعی بین مردم در یک زمینه با تفاوت آنان در زمینه دیگری ارتباط دارد یا نه. یکی از کاربردهای رایج روش هم‌بستگی، در زمینه آزمون‌هایی است که نوعی استعداد، پیشرفت یا سایر صفات روانی را می‌سنجند. وقتی این فرضیه مطرح است: «افراد مبتلا به بی‌اشتهایی روانی بیش از افرادی با وزن بهنجار به تغییر مزه‌ها حساس‌اند»؛ برای این منظور مسلماً نمی‌توان از روش آزمایشی استفاده کرد؛ یعنی نمی‌توان کسانی را که وزن بهنجار دارند انتخاب و نیمی از آن‌ها را وادار کرد که به بی‌اشتهایی روانی دچار شوند. به جای این کار، گروهی را که در حال حاضر دچار بی‌اشتهایی روانی هستند با گروهی که وزن بهنجار دارند، انتخاب می‌کنیم و تفاوت آن‌ها را از لحاظ حساسیت نسبت به مزه‌ها بررسی می‌کنیم.

هم‌بستگی بین دو متغیر با ضریب هم‌بستگی (r) اندازه‌گیری می‌شود. ضریب هم‌بستگی عبارت است از محاسبه میزان رابطه بین دو متغیر. ضریب هم‌بستگی عددی بین -۱ و +۱ است. صفر نشانه نبودن رابطه و +۱ نشانه رابطه کامل است. همچنین -۱ رابطه کامل منفی و +۱ رابطه کامل مثبت را نشان می‌دهد. هرچه مقدار r از صفر به سوی +۱ یا از صفر به سوی -۱ حرکت کند، نیرومندی رابطه بین دو متغیر نیز افزایش می‌یابد.

ضریب هم‌بستگی ممکن است مثبت (+) یا منفی (-) باشد. علامت هم‌بستگی نشان می‌دهد که هم‌بستگی بین دو متغیر مثبت است، یعنی ارزش‌ها یا مقادیر هر دو متغیر با هم افزایش می‌یابند یا با هم کاهش می‌یابند یا هم‌بستگی بین دو متغیر منفی است، یعنی وقتی ارزش‌های یک متغیر افزایش می‌یابد، ارزش‌های متغیر دیگر کاهش می‌یابد.

در پژوهش‌های روان‌شناختی، ضریب هم‌بستگی ۰/۶ یا بیشتر، ضریب بسیار نیرومندی محسوب می‌شود. ضرایب بین ۰/۲ و ۰/۶ از لحاظ عملی و نظری ارزشمند به حساب می‌آیند و می‌توان از آن‌ها در کار پیش‌بینی استفاده کرد. در مورد هم‌بستگی‌های صفر تا ۰/۲ باید محتاط بود؛ این هم‌بستگی‌ها در پیش‌بینی‌ها حداقل کارآمدی را دارند.

وقتی دو متغیر هم‌بسته باشند، تغییر یکی از آن‌ها ممکن است علت تغییر دیگری باشد، اما در غیاب شواهد آزمایشی کافی، چنین استنتاجی ناموجه است. از طرف دیگر، هم‌بسته شدن دو متغیری که هیچ‌یک علت دیگری نیست نیز امکان‌پذیر است؛ یعنی ممکن است دو متغیر هم‌بستگی داشته باشند، اما رابطه علت و معلولی نداشته باشند.

نکته: روش هم‌بستگی، برخلاف روش آزمایشی، نمی‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند.

● مشاهده

- مشاهده مستقیم

در روش مشاهده مستقیم یا طبیعی، روان‌شناس رفتار موجود زنده را در شرایط عادی و طبیعی زندگی مطالعه می‌کند و هیچ دخل و تصرفی در آن نمی‌کند. روش مشاهده مستقیم برای توصیف رفتار و موقعیتی که رفتار در آن اتفاق افتاده، مفید است. در مراحل اولیه پژوهش بهترین راه رسیدن به یک توضیح، مشاهده مستقیم است.

در مواردی که مسئله تا حدودی جنبه زیست‌شناختی دارد، روش مشاهده نیز ممکن است نیازمند کار در آزمایشگاه باشد. مسترز و جانسون در بررسی مشاهده مشهور خود درباره جنبه‌های فیزیولوژیایی رفتار جنسی انسان، روش‌هایی را ابداع کردند که امکان مشاهده مستقیم پاسخ‌های جنسی را در آزمایشگاه فراهم می‌کرد.

از معایب مشاهده طبیعی این است که وقت زیادی لازم دارد، علل رفتار را نمی‌تواند مشخص کند و ممکن است نظر شخصی مشاهده‌گر وارد عمل شود؛ یعنی مشاهده‌گر وقایع را براساس تمایلات و نگرش‌های شخصی خود ببیند.

پدیده‌هایی را که مشاهده مستقیم آن‌ها امکان‌پذیر نیست، با استفاده از زمینه‌یابی (پرسش‌نامه‌ها و مصاحبه‌ها) یا شرح حال‌نگاری می‌توان به طور غیرمستقیم مشاهده کرد.

مسائلی که تحقیق درباره‌ی آن‌ها از راه مشاهده مستقیم دشوار است را می‌توان از طریق مشاهده غیرمستقیم، یعنی با استفاده از روش زمینه‌یابی یا پیمایشی (پرسش‌نامه و مصاحبه) بررسی کرد. در روش زمینه‌یابی پژوهشگر به جای مشاهده منظم رفتار، از خود شخص می‌پرسد که چنین رفتاری دارد یا نه. به عبارت دیگر، زمینه‌یاب از مصاحبه‌شونده درباره‌ی نگرش‌ها و رفتارهای پرس‌وجو می‌کند. از زمینه‌یابی‌ها برای گردآوری اطلاعات درباره‌ی عقاید سیاسی، محصولی که ترجیح می‌دهند، نیازهای افراد به خدمات سلامت و ... استفاده می‌شود.

از آنجاکه مردم سعی می‌کنند تصویر بهتری از خود ارائه کنند، روش زمینه‌یابی با سوگیری همراه است. یک سوگیری رایج در زمینه‌یابی، اثر مطلوبیت اجتماعی است. اثر مطلوبیت اجتماعی زمانی رخ می‌دهد که فرد سعی می‌کند خود را خوب نشان دهد تا در چشم دیگران مطلوب به نظر بیاید. مثلاً فرد مقدار ورزش روزانه خود را بیشتر از میزان واقعی گزارش می‌دهد.

زمینه‌یابی رضایت‌بخش نیازمند آن است که پرسش‌نامه‌هایی دقیق و ازپیش‌آزمون‌شده، در گروه نمونه‌ای از مردم اجرا شود. این گروه نمونه باید طوری انتخاب شود که معرف جامعه در دست بررسی باشد. به عبارت دیگر اعتبار زمینه‌یابی درگرو معرف بودن پاسخ‌دهندگان از جمعیت مورد بررسی است؛ یعنی افرادی که مورد بررسی قرار می‌گیرند، معرف کل آن جامعه باشند.

- شرح حال‌نگاری

شرح حال‌نگاری (روش تاریخچه فردی) یا تهیه زندگی‌نامه افراد یکی دیگر از ابزارهای مشاهده غیرمستقیم است. در شرح حال‌نگاری از مردم می‌خواهند بگویند که در گذشته، در زمینه مورد نظر چه کارهایی کرده یا چه تجربه‌هایی داشته‌اند.

شرح حال‌نگاری‌ها، زندگی‌نامه‌هایی هستند که به منظور کاربرد علمی طرح‌ریزی شده‌اند و برای روان‌شناسانی که به بررسی افراد می‌پردازند، از منابع مهم اطلاعاتی به شمار می‌روند. گاهی استفاده از سایر داده‌ها به تأیید اطلاعات حاصل از شرح حال‌نگاری کمک می‌کند؛ برای مثال از مدارک کتبی مثل گواهی فوت می‌توان برای کنترل تاریخ رویدادها استفاده کرد.

محدودیت عمده شرح حال‌نگاری این است که بر حافظه افراد و بازسازی رویدادهای سال‌های گذشته تکیه دارد که عمدتاً تحریف‌شده یا ناقص هستند. این محدودیت شرح حال‌نگاری باعث می‌شود که در آزمون نظریه یا اثبات فرضیه فایده زیادی نداشته باشد، ولی از این روش می‌توان برای پیشنهاد فرضیه استفاده کرد.

- روش بالینی

در روش بالینی یا کلینیکی به مطالعه عمیق یک فرد یا گروه پرداخته می‌شود. در این روش، روان‌شناس همه اطلاعات به دست آمده از فرد (از مصاحبه، مشاهده، آزمون و ...) را به عنوان یک مجموعه در نظر می‌گیرد و سپس در مورد رفتار فرد نظر می‌دهد.

محدودیت روش بالینی این است که نظر شخصی روان‌شناس وارد عمل می‌شود و نتایج را از عینیت یا واقعیت دور می‌کند (عینیت پایین).

- مرور منابع

مرور منابع عبارت است از تلخیص (خلاصه کردن) عالمانه پژوهش‌های موجود درباره موضوع مشخص. مرور منابع به دو صورت است:

- ۱) مرور روایتی: مؤلفان به توصیف کلامی مطالعات انجام شده در گذشته می‌پردازند و از میان شواهد روان‌شناختی موجود، یافته‌های پر قدرت را مطرح می‌کنند.
- ۲) فراتحلیل: مؤلفان با استفاده از فنون آماری به ترکیب مطالعات انجام شده در گذشته و استخراج نتایج در دل آن‌ها می‌پردازند. در هر مطالعه آزمایشی هر شرکت‌کننده یک مورد تلقی می‌شود و از او داده‌هایی برای تحقیق به دست می‌آید که فقط از او می‌شود به دست آورد، سپس این داده‌ها به صورت آماری خلاصه می‌شود؛ ولی در یک فراتحلیل هر «مطالعه» یک «مورد» تلقی می‌شود و از آن داده‌های خلاصه شده‌ای به دست می‌آید که فقط از آن مطالعه می‌توان به دست آورد و بعد باز این داده‌ها در سطحی بالاتر یا فراتر از تحلیل خلاصه می‌شوند. فراتحلیل به طور بالقوه نظام‌دارتر و متصفانه‌تر از روش مرور روایتی است.

- ملاحظات اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی

اصول حاکم بر رفتار اخلاقی با انسان‌های مورد آزمایش عبارت‌اند از:

اصل اول. کمترین خطر: احتمال خطر در پژوهش نباید بیش‌تر از میزان آن در شرایط زندگی عادی باشد.

اصل دوم. رضایت آگاهانه: آزمودنی‌ها باید داوطلبانه در پژوهش شرکت کنند و بتوانند هر وقت بخواهند از پژوهش کنار روند بدون آنکه به این خاطر جریمه شوند. پیش از شروع آزمایش نیز باید جنبه‌هایی از پژوهش که بر تصمیم‌گیری افراد برای شرکت در آزمایش اثر می‌گذارد، با آنان درمیان گذاشته شود.

اصل سوم. رعایت حریم خصوصی: اطلاعاتی که در جریان پژوهش درباره هر فرد معین به دست می‌آید، باید محرمانه بماند و بدون اجازه خودش در اختیار

رشته‌های تخصصی روان‌شناسی

روان‌شناسی زیست‌شناختی (فیزیولوژیک): سعی دارد رابطه فرایندهای زیست‌شناختی را با رفتار کشف کند.

روان‌شناسی آزمایشی (تجربی): نحوه واکنش به محرک‌های حسی، ادراک جهان، یادگیری و به خاطر سپردن، استدلال و پاسخ‌دهی هیجانی را در انسان‌ها و جانداران دیگر بررسی می‌کند. این حوزه، قلمروی فعالیت روان‌شناسان رفتارگرا و شناخت‌گرا است.

روان‌شناسی رشد: توجه به رشد آدمی و عواملی که رفتار را از بدو تولد تا دوران پیری شکل می‌دهند.

روان‌شناسی میان‌فرهنگی: نقش فرهنگ در فهم رفتار، فکر و هیجان را بررسی می‌کند و علاقه خاصی به جهانی بودن یا وابسته به فرهنگ بودن پدیده‌های روان‌شناختی دارند.

روان‌شناسی اجتماعی: روابط اجتماعی بین افراد و رفتار گروه‌ها را بررسی می‌کند. به نحوه درک و تفسیر مردم از محیط اجتماعی خود و نحوه تأثیر دیگران بر باورها، نگرش‌ها و رفتار هر شخص توجه دارد.

روان‌شناسی اجتماع‌نگر: بر مراقبت‌های در دسترس برای کسانی که مشکلات روان‌شناختی دارند، تأکید می‌کند. رفتار انسان را بر اساس انطباق با منابع و امکانات و وضعیت‌ها بررسی می‌کند. در عین حال دغدغه پیشگیری هم دارد و با مشخص کردن گروه‌های در معرض خطر به دنبال پیشگیری از بروز مشکلات روانی هستند.

روان‌شناسی شخصیت: بررسی افکار، هیجانات و رفتارهایی که سبک تعامل خاص هر شخص را با جهان تعیین می‌کنند. بیشتر به بررسی تفاوت‌های فردی انسان توجه دارد.

نکته: هم‌پوشی زیادی بین سه حوزه روان‌شناسی رشد، اجتماعی و شخصیت وجود دارد.

روان‌شناسی مرضی: مطالعه ناهنجاری‌های رفتاری به منظور پی بردن به علل آن‌ها و نهایتاً جلوگیری از آن‌ها.

روان‌شناسی بالینی: کاربرد اصول روان‌شناختی در کار تشخیص و درمان اختلالات هیجانی و رفتاری.

روان‌شناسی مشاوره: روان‌شناسان مشاور وظایفی مشابه روان‌شناسان بالینی دارند، اما معمولاً سروکارشان با اختلالات خفیف‌تر است و اکثراً با دانش‌آموزان دوره متوسطه و دانشجویان کار می‌کنند.

روان‌شناسی آموزشگاهی: عبارت است از آزمون کردن، راهنمایی و پژوهش. روان‌شناسان آموزشگاهی در زمینه ارزیابی اختلالات یادگیری و هیجانی با کودکان کار می‌کنند. آن‌ها شرایط روان‌شناختی و مشکلات یادگیری و هیجانی را شناسایی می‌کنند و سعی می‌کنند آن‌ها را رفع کنند.

روان‌شناسی تربیتی (پرورشی): کاربرد اصول روان‌شناسی در تعلیم و تربیت. مطالعه روش‌های مختلف یادگیری و فنون تدریس به منظور کمک به دانش‌آموزان در موفقیت تحصیلی. روان‌شناسان تربیتی در زمینه یادگیری و تدریس تخصص دارند.

روان‌شناسی صنعتی (سازمانی): به دنبال گزینش افراد مناسب برای مشاغل گوناگون و تدوین برنامه‌های آموزش شغلی است.

روان‌شناسی مهندسی (کارپژوهی یا مهندسی عوامل انسانی): در زمینه بهسازی رابطه بین آدم‌ها و ماشین‌ها فعالیت دارند.

روان‌شناسی محیط‌نگر: مطالعه مبادلات انسان‌ها و محیط فیزیکی آن‌ها است. تأثیرات محیط‌های فیزیکی بر موضوعات مهم روان‌شناسی را بررسی می‌کنند؛ از جمله تأثیر آرایش ساختمان‌ها و اتاق‌ها بر رفتار افراد.

روان‌سنجی: تحقیق درباره اندازه‌گیری، تهیه آزمون‌ها و تعیین روایی و کاربرد آن‌ها. هدف این رشته اندازه‌گیری، انتخاب و راهنمایی افراد است. روان‌شناسان روان‌سنج به طراحی و ارزیابی آزمون‌های مربوط به توانایی روانی، استعداد، علایق، و شخصیت می‌پردازند.

خلاصه فصل

روان‌شناسی بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی است.

بقراط پدر علم پزشکی بود و مشاهدات او سرآغاز رویکرد زیست‌شناختی بود.

طبق دیدگاه فطری‌نگری (سرشت‌گرایی) آدمیان با گنجینه‌ای از دانش و توان فهم واقعیت به دنیا می‌آیند.

طبق دیدگاه تجربه‌گرایی (تربیت‌گرایی) دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان کسب می‌شود. جان لاک پیشگام تجربه‌گرایی بود.

به اعتقاد دیدگاه تداعی‌گرایی ذهن از اندیشه‌هایی انباشته می‌شود که از طریق حواس به آن راه می‌یابند و طبق اصولی از قبیل مشابَهت و تضاد به هم پیوند می‌یابند.

تأسیس نخستین آزمایشگاه روان‌شناسی توسط ویلهلم وونت، سرآغاز روان‌شناسی علمی بود. ساخت‌گرایی (شیمی روانی) عبارت است از تحلیل ساختارهای ذهنی یا تحلیل عناصر هوشیاری. کارکردگرایی یعنی ذهن چگونه کار می‌کند که جاندار موفق به انطباق و سازگاری با محیط و عمل در آن می‌شود. روش مطالعه در ساخت‌گرایی، درون‌نگری و در روش کارکردگرایی مشاهده بود. ساخت‌گرایی بر چپستی (محتوای هوشیاری) تأکید می‌کند و کارکردگرایی بر چرایی (چگونگی عمل فرایندهای هوشیاری). پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی عبارت‌اند از، نظریهٔ خبرپردازی یا پردازش اطلاعات (هربرت سیمون)، روان‌شناسی زبان (نوام چامسکی) و روان‌شناسی عصب‌شناختی (راجر اسپری).

روان‌شناسی گشتالت، گُل را چیزی متفاوت از مجموع اجزای آن می‌داند. روان‌شناسی گشتالت بر ادراک، الگوهای حاصل از محرک‌ها و سازمان تجربه تأکید می‌کند؛ تجربه‌های ادراکی مبتنی بر طرح‌هایی هستند که محرک‌ها و سازمان تجربه آن‌ها را شکل می‌دهند. رویکرد روان‌کاوی یا روان‌پویایی فروید بر فکر ناهوشیار، تعارض غرایز زیستی با توقعات جامعه و تجربه‌های خانوادگی اولیه تأکید می‌کند. هستهٔ اصلی نظریهٔ روان‌کاوی فروید مفهوم ناهوشیار (ناخودآگاه) است. روش اصلی دسترسی به ناهوشیار، تداعی آزاد است. جبرگرایی روانی فروید یعنی هیچ رفتاری تصادفی نیست و افراد براساس انگیزش‌های درونی و ناهوشیار عمل می‌کنند. رویکرد رفتاری بیشتر با محرک‌ها و پاسخ‌های قابل مشاهده (S-R) سروکار دارد. نظریهٔ شناختی-اجتماعی بندورا از رویکردهای معاصر رفتاری است که علاوه بر رفتارهای مشهود، به شیوه‌های پردازش اطلاعات محیطی توسط ذهن تأکید می‌کند. بندورا به نقش تقلید در یادگیری اهمیت می‌داد. طبق رویکرد شناختی تنها از طریق بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان به‌طور کامل دریافت که جانداران چه می‌کنند. (تأکید بر شباهت ذهن با رایانه-تأکید بر اراده و فعال بودن انسان)

پدیدارشناسی بر خصوصیات منحصر به فرد، آزادی و ارادهٔ انسان، تجربه‌های ذهنی و انگیزش خودشکوفایی تأکید می‌ورزد. رویکرد پدیدارشناختی از گذشته با روان‌شناسان اجتماعی همراه بوده است. در روان‌شناسی کلاسیک، روان‌کاوی را نیروی اول، رفتارگرایی را نیروی دوم و انسان‌گرایی را نیروی سوم می‌دانند. دکارت، پدر رویکرد پردازش اطلاعات است. جان لاک سرآغاز پیدایش روان‌شناسی تداعی‌گرا بود. وونت، پدر روان‌شناسی نوین است. وونت پیش‌گام و تیچنر مؤسس ساخت‌گرایی است. ویلیام جیمز مؤسس کارکردگرایی است. سیگموند فروید بنیان‌گذار رویکرد روان‌کاوی است. مؤسس یا بنیان‌گذار واقعی رفتارگرایی، واتسون است. نخستین گام در هر طرح پژوهشی، ساختن فرضیه است. فرضیه یعنی گزاره و عبارتی که بتوان آن را آزمایش کرد. نظریه مجموعهٔ به هم پیوسته‌ای از گزاره‌ها دربارهٔ هر پدیدهٔ معین است. نیرومندترین روش علمی، آزمایش است. امکان کنترل متغیرها، مشخصه‌ای است که روش آزمایشی را از سایر روش‌ها متمایز می‌کند. روش آزمایشی می‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند، اما روش هم‌بستگی نمی‌تواند. اصول اخلاقی در پژوهش‌ها عبارت‌اند از: اصل کمترین خطر (اولین اصل)، اصل رضایت آگاهانه، اصل رعایت حریم خصوصی کاهش‌گرایی (تقلیل‌گرایی) یعنی کاهش دادن مفاهیم روان‌شناختی به مفاهیم زیست‌شناختی. ادراک‌پریشی چهره‌ای به دلیل آسیب ناحیهٔ معینی از نیمکرهٔ راست مغز به وجود می‌آید. خطای بنیادین اسناد یعنی توجیه رفتار با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد. در اثر توجیه اضافی رفتار خودمان را با تأکید مفرط بر عوامل موقعیتی و بدون تأکید کافی بر علت‌های شخصی توجیه می‌کنیم. اثر پالایشی یعنی ابراز پرخاشگری از راه تماشای آن سبب کاهش پرخاشگری می‌شود. شواهد، اثر پالایشی را تأیید نمی‌کنند. نواحی مسئول بازشناسی چهره عمدتاً در نیمکرهٔ راست قرار دارند. هیپوکامپ (دم اسب) مغز، در تحکیم خاطرات نقش دارد. روان‌شناسی تکاملی به این نکته می‌پردازد که رفتار متأثر از ژن‌ها که در گذشتهٔ تکاملی ما جنبه کارکردی یا انطباقی داشته است، چگونه در بسیاری از رفتارها، فرایندهای روانی و صفات فعلی ما بازتاب می‌یابد.



۱) خودگزارش‌دهی نظام‌مند و مشروح اشخاص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی، برای توصیف مؤلفه‌های ذهن، روش مرسوم کدام رویکرد است؟ (علوم ۱۳۹۰)

۱) رفتارگرایی (۲) روان تحلیل‌گری (۳) کارکردگرایی (۴) ساختارگرایی

۲) در کدام مکتب روان‌شناختی، عناصر تشکیل‌دهنده تجربه آگاه به روش درون‌نگری مورد مطالعه قرار می‌گیرند؟ (علوم ۱۳۹۱)

۱) زیست‌شناختی (۲) ساخت‌گرایی (۳) روان تحلیل‌گری (۴) کنش‌گرایی

۳) نخستین اصل حاکم بر رفتار اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی کدام است؟ (علوم ۱۳۹۲)

۱) رضایت آگاهانه (۲) کمترین احتمال خطر (۳) رعایت حریم خصوصی (۴) بیان صادقانه در علم

۴) طراحی روش‌ها و برنامه‌های تدریس در حوزه کدام رشته تخصصی روان‌شناسی است؟ (علوم ۱۳۹۲)

۱) رشد (۲) تطبیقی (۳) تربیتی (۴) آموزشی

۵) تأکید بر خصوصیات منحصربه‌فرد انسان و گرایش به سوی رشد، مربوط به کدام رویکرد است؟ (علوم ۱۳۹۵)

۱) شناختی (۲) تکاملی (۳) پدیدارشناختی (۴) رفتاری

۶) «بررسی محتوای هوشیاری انسان‌ها به روش شیمی روانی» مربوط به کدام دیدگاه است؟ (علوم ۱۳۹۶)

۱) کنش‌گرایی (۲) رفتارگرایی (۳) ساخت‌گرایی (۴) شناخت‌گرایی

۷) تأکید بر اینکه «ذهن انباشته از نظراتی است که از طریق حواس وارد آن می‌شود» مربوط به کدام دیدگاه است؟ (علوم ۱۳۹۶)

۱) ساختارگرا (۲) سرشت‌گرا (۳) تداعی‌گرا (۴) کارکردگرا

۸) براساس پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه پرخاشگری، کدام نوع رفتار قربانی، پرخاشگرا به مداومت در رفتار پرخاشگرانه تشویق می‌کند؟ (علوم ۱۳۹۸)

۱) گریه کردن (۲) فرار از موقعیت (۳) نادیده گرفتن (۴) مقابله کردن

۹) فعالیت‌های هربرت سیمون پیرامون شبیه‌سازی پدیده‌های روان‌شناختی منجر به شکل‌گیری کدام رویکرد شد؟ (علوم ۱۴۰۰)

۱) خبرپردازی (۲) تکامل‌نگری (۳) کارکردگرایی (۴) بوم‌شناختی

۱۰) در کدام رویکرد تأکید بیشتری بر انطباق و سازگاری فرد با محیط شده است؟ (علوم ۱۴۰۱)

۱) کارکردگرایی (۲) ساخت‌گرایی (۳) روان‌کاوی (۴) گشتالت

۱۱) کدام دیدگاه را می‌توان سرآغاز پیدایش روان‌شناختی تداعی‌گرا دانست؟ (علوم ۱۴۰۲)

۱) گشتالت (۲) تجربه‌گرایی (۳) ساخت‌گرایی (۴) کارکردگرایی

۱۲) در کدام دیدگاه روان‌شناختی، توجه به تجربه خصوصی افراد نسبت به خود، جهان و رویدادها، مهم تلقی می‌شود؟ (علوم ۱۴۰۳)

۱) پدیدارشناختی (۲) شناخت‌گرایی (۳) رفتارگرایی (۴) گشتالتی

پاسخ تشریحی کنکور کارشناسی ارشد

۳) گزینه ۲ اولین اصل حاکم بر رفتار اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی، اصل کمترین احتمال خطر است. دومین اصل، رضایت آگاهانه و سومین اصل، رعایت حریم خصوصی است.

۴) گزینه ۳ روان‌شناسان تربیتی (پرورشی) در کاربرد اصول روان‌شناختی در مسائل مربوط به یادگیری، آموزش و تدریس تخصص دارند و طراحی روش‌ها و برنامه‌های تدریس در حوزه تخصصی آن‌ها است.

۵) گزینه ۳ رویکرد پدیدارشناسی (انسان‌گرا یا ذهن‌گرایی) معتقد است که نیروی انگیزش اصلی هر فرد گرایش به سوی رشد و خودشکوفایی است. در

۱) گزینه ۴ مکتب ساختارگرایی به دنبال تجزیه و تحلیل ساختارهای ذهنی و کشف مؤلفه‌های ذهن است و در این راه از درون‌نگری و آزمایش استفاده می‌کند. درون‌نگری یعنی مشاهده و ثبت ماهیت ادراک‌ها، اندیشه‌ها و احساس‌های شخص توسط خودش. نکته‌ای که درون‌نگری را روشی علمی می‌کرد، خودگزارشی‌های نیرومند و مشروح شخص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی بود.

۲) گزینه ۲ در مکتب ساختارگرایی، مؤلفه‌های ذهنی و عناصر تجربه آگاه به روش درون‌نگری بررسی می‌شوند.

۹) **گزینه ۱** هربرت سیمون و همکارانش نشان دادند که با استفاده از کامپیوتر می‌توان پدیده‌های روان‌شناسی را شبیه‌سازی کرد. به همین دلیل بسیاری از مسائل روان‌شناختی پیشین در قالب نظام‌های خبرپردازی (پردازش اطلاعات) عرضه شد. به اعتقاد رویکرد خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، انسان همچون رایانه موجودی پردازشگر تلقی می‌شود.

۱۰) **گزینه ۱** منظور از کارکردگرایی بررسی این مطلب است که ذهن چگونه کار می‌کند (عملکرد ذهن) که جاندار موفق به انطباق و سازگاری با محیط و عمل در آن می‌شود.

۱۱) **گزینه ۲** دیدگاه تجربه‌گرایی بیان می‌کند که دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان کسب می‌شود. تجربه‌گرایی عمدتاً با نام جان لاک پیوند دارد. جان لاک معتقد بود که ذهن آدمی در بدو تولد، همچون لوح نانوشت‌ای است که تجربه‌های جریان رشد او، دانش و فهم را روی آن ثبت می‌کنند. این دیدگاه لاک سرآغاز پیدایش روان‌شناسی تداعی‌گرا بود.

۱۲) **گزینه ۱** در رویکرد پدیدارشناختی یا ذهن‌گرایی اعتقاد بر این است که رفتار آدمی تابع درک او از جهان است، نه تابع واقعیت جهان. به‌طورکلی پدیدارشناختی بر تجربه‌های ذهنی فرد و انگیزش در جهت خودشکوفایی تأکید می‌ورزد. این رویکرد به تجربه خصوصی افراد نسبت به خود، جهان و رویدادها توجه دارد.

همه ما این نیاز اساسی وجود دارد که توانایی بالقوه خود را تا بالاترین حد ممکن شکوفا کنیم و به پیشرفتی فراتر از سطح کنونی خود دست‌یابیم. پدیدارشناسان بر خصوصیات منحصربه‌فرد انسان تأکید می‌کنند و افراد سالم را از افراد بیمار و از حیوانات متمایز می‌سازند.

۶) **گزینه ۳** موضوع رویکرد ساخت‌گرایی بررسی مؤلفه‌های ذهن و هوشیاری است؛ ساخت‌گرایان تصور می‌کردند اگر شیمی‌دان‌ها با تجزیه آب به اکسیژن و هیدروژن گام بزرگی در رشته خود برداشتند، روان‌شناسان هم می‌توانند مزه لیموناد (ادراک) را به عناصری مثل شیرین، تلخ و سرد (احساس‌ها) تجزیه کند؛ بنابراین نام دیگر مکتب ساخت‌گرایی، «شیمی روانی» است.

۷) **گزینه ۳** تداعی‌گرایان وجود مفاهیم و توانایی‌های ذاتی را انکار کردند و معتقد هستند که ذهن انباشته از مفاهیم و نظراتی است که از طریق حواس وارد آن می‌شوند و سپس از طریق اصولی مثل مشابهت و تضاد با هم ارتباط و تداعی پیدا می‌کنند.

۸) **گزینه ۱** در مورد پرخاشگری مشاهده می‌شود کودکان پاسخ‌های پرخاشگرانه‌ای از قبیل کتک زدن کودک دیگر را هنگامی بیشتر نشان می‌دهند که چنین پاسخی به پاداش مثلاً کوتاه آمدن یا گریه کردن کودک دیگر بینجامد تا وقتی که به تنبیه مثل حمله متقابل کودک کتک‌خورده بینجامد.

خودنگار...

روان‌آموز