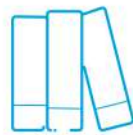


# روانشناسی

## روانشناسی عمومی



از سری کتاب‌های جامع روان‌آموز (درسنامه + تست) شامل تست‌های کنکور سال‌های اخیر



منطبق بر محتوای کلاس‌های جامع روان‌آموز



۸۰ درصد تطابق با کنکور سال گذشته



بروزرسانی دائمی در طول سال تحصیلی ۱۴۰۲

## سخن روان‌آموز

علم هم برای خودش سلسله مراتبی دارد، مثلاً اولین سطح علم، چارچوب‌های ثابت‌اند، مثل پل‌ها و ساختمان‌ها که مطالعه آن کار مهندسان عمران است. در سطح دوم به ساعت‌واره‌ها می‌رسیم، مثل ساعت و موتور خودرو، این‌ها بر خلاف سطح قبل حرکت هم می‌کنند، مهندسی مکانیک این موارد را بررسی می‌کند. در سطح سوم، دستگاه‌های برنامه‌پذیرند، مثل ترموستات که علاوه بر آن که حرکت می‌کند، می‌شود به آن برنامه داد، برنامه‌نویسی کامپیوتر و علم مهندسی کنترل در این سطح است. سطح بعدی سلول است، تک یاخته زنده‌ای که مستقلاً می‌تواند، تولید مثل کند و با محیط ارتباط برقرار کند، دنیای خیلی پیچیده‌تر از دنیای مهندسی! رشته‌های زیست‌شناسی و ژنتیک در این سطح از علم فعالیت می‌کنند. سطح بعدی گیاه و اندام‌هاست، مجموعه‌ای از سلول‌ها که با هم تقسیم وظیفه می‌کنند و هرکدام کاری را به عهده می‌گیرند، رشته‌های پزشکی و گیاه‌شناسی در این سطح فعالیت می‌کنند. سطح بعدی حیوانات هستند، از اینجا آگاهی آغاز می‌شود، جاندارانی که آموزش پذیرند و از تجربه‌های قبلی درس می‌گیرند، کسانی که حیوانات را آموزش می‌دهند و روانشناسان رفتارگرا در این سطح فعالیت می‌کنند. سطح بعدی فهم و تحلیل هیجانات و رفتار انسان خودآگاه است که به لحاظ پیچیدگی فراتر از تمام علوم پزشکی و مهندسی، در بالاترین سطوح علم قرار می‌گیرد. جایی که شما با شگفتی‌های ذهن انسان روبه‌رو می‌شوید و مسایلی را حل می‌کنید که علوم پزشکی و مهندسی، نه تنها، راه‌حلی نمی‌توانند ارائه دهند، بلکه حتی ابزاری برای پیدا کردن مساله ندارند. اینجا آغاز دنیای روان‌شناسی است. خوشحالیم که در رویای بزرگ اکتشاف این سرزمین شگفت‌انگیز، قدم به قدم همراه شما هستیم!

## مقدمه مولف

روانشناسی عمومی پایه‌ای‌ترین درس برای دانشجویان روانشناسی و از دروس مهم آزمون ارشد روانشناسی است. کتاب حاضر تمام مطالب مهم کتاب زمینه روانشناسی هیلگارد به همراه نکات مهم کتاب روانشناسی عمومی گنجی و روانشناسی عمومی سانتراک را پوشش می‌دهد و به خوبی شما را برای پاسخ‌دهی به سوالات درس روانشناسی عمومی در آزمون ارشد آماده می‌کند. این کتاب طوری تالیف شده است که برای همه افراد، چه دانشجویان روانشناسی و چه تغییر رشته‌ای‌ها، قابل فهم باشد؛ به طوری که حتی اگر زمان کافی برای مطالعه منبع اصلی را ندارید، این کتاب به تنهایی نیز منبع جامع و روانی برای شماست. یکی از ویژگی‌های برجسته کتاب 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 به ویژه برای دوران جمع‌بندی بسیار کاربردی خواهند بود. علاوه بر این در پایان هر فصل سوالات طبقه‌بندی شده کنکور ارشد با پاسخ تشریحی قرار گرفته است که به شما در سنجش و ارزیابی مطالعاتتان کمک بسیاری می‌کند. مجموعه روانشناسی عمومی روان‌آموز برای کسانی که قصد شرکت در گرایش‌های عمومی، تربیتی، کودکان استثنایی، روانسنجی، شخصیت، اجتماعی و... را دارند، و همچنین برای داوطلبان گرایش بالینی که می‌خواهند شانس خود را در گرایش عمومی نیز امتحان کنند، مفید است. امیدواریم مطالعه صحیح و دقیق این کتاب، به شما در کسب نتایج مورد نظرتان یاری بخشد.

زینب قاسمی، تابستان ۱۴۰۲

روایت از زندگی کن!

# ستاره های روان آموز

سال	رتبه کشوری در آگرایش	نام و نام خانوادگی
۱۴۰۱	+ ۳۹ بالینی - ۱۷ روانسنجی - ۲۳ کودکان - ۳۶ تربیتی	نیما خوش فطرت
۱۳۹۹	+ ۱۷ بالینی	طاهها سلاجقه
۱۴۰۱	+ ۴۹ عمومی - ۱۸ بالینی	مجتاب شرفیه
۱۴۰۰	+ ۱۹ بالینی	فاطمه عموزاده
۱۳۹۹	* ۲۱ بالینی - ۲۹ سلامت - ۱۹ بالینی کودک	آرزو زنجیر مقدم
۱۴۰۱	+ ۲۰ روانسنجی	علیرضا باغبان
۱۴۰۰	+ ۲۰ بالینی	مهسا کشاورز
۱۴۰۰	+ ۲۷ بالینی - ۲۶ کودکان - ۳۰ روانسنجی	علی جولانی
۱۴۰۱	+ ۲۷ تربیتی	نیکو صدوری
۱۴۰۱	* ۲۷ بالینی - ۲۸ بالینی کودک - ۲۸ سلامت - ۳۱ بهداشت روان	ویدا کوه پیمما
۱۴۰۱	+ ۲۸ عمومی - ۲۸ بالینی - ۴۸ روانسنجی - ۳۴ کودکان	ریحانه گل کوند
۱۴۰۰	+ ۲۸ عمومی	عالیه مرادی
۱۴۰۱	+ ۳۱ بالینی	فاطمه جباری
۱۴۰۱	+ ۳۱ عمومی - ۴۷ بالینی	شیدا عباس زاده
۱۳۹۹	+ ۳۱ بالینی	ملیکا بھرامی
۱۴۰۰	* ۳۲ بهداشت روان - ۳۶ سلامت - ۵۰ بالینی	مهدی میروبیان
۱۴۰۱	+ ۴۲ روانسنجی - ۳۵ کودکان	پریسا کیلا
۱۴۰۱	+ ۳۷ عمومی	علی قائم مقام
۱۴۰۰	+ ۳۷ بالینی	سپیده کاروان
۱۴۰۰	+ ۳۸ عمومی - ۴۰ بالینی	حسین اصلا
۱۴۰۱	+ ۳۹ عمومی - ۴۳ روانسنجی - ۵۰ کودکان	یاسمن کریمی
۱۴۰۱	+ ۳۹ روانسنجی	زهرا نجیبی
۱۴۰۱	+ ۴۷ عمومی - ۳۹ کودکان	فاطمه بزرگ
۱۴۰۱	+ ۴۰ بالینی	فرزانه عبدی
۱۴۰۱	+ ۴۲ عمومی - ۱۴ بالینی	فاطمه کرمزانی
۱۴۰۰	+ ۴۸ عمومی - ۴۲ بالینی - ۵۰ کودکان	فاطمه خسروانجام
۱۴۰۱	+ ۴۳ عمومی	علی خدا پناه
۱۳۹۹	+ ۴۴ بالینی	نگار فراسی
۱۴۰۰	+ ۴۵ عمومی	فاطمه ایمانی
۱۴۰۱	+ ۴۶ بالینی	محمد مهدی آبرزاده
۱۴۰۰	+ ۴۷ بالینی	مریم میراشه
۱۴۰۱	+ ۴۸ تربیتی	زهرا نیایش راد
۱۴۰۰	+ ۴۸ بالینی	گوثریوسفی

سال	رتبه کشوری در آگرایش	نام و نام خانوادگی
۱۴۰۱	+ ۲ عمومی - ۱ بالینی - ۸ روانسنجی - ۵ کودکان - ۲۳ تربیتی	زهرا قاسمی
۱۳۹۹	+ ۱ تربیتی - ۴۷ کودکان	نیما فریدنی
۱۳۹۸	+ ۱ بالینی	فائزه قدیمی
۱۴۰۱	+ ۶ عمومی - ۲ بالینی - ۲۲ روانسنجی - ۵ کودکان	مهرنازیوسفی
۱۳۹۹	+ ۲ عمومی - ۹ بالینی	مهسا محمدی
۱۳۹۹	* ۲ بالینی - ۵ بهداشت روان - ۳ سلامت - ۲ بالینی کودک	سارا بابایی
۱۴۰۰	+ ۳ روانسنجی	نجمه نورری
۱۳۹۸	+ ۱۰ عمومی - ۳ بالینی - ۳۹ کودکان	فریبا میری
۱۴۰۱	+ ۸ عمومی - ۴ بالینی - ۱۲ روانسنجی - ۲۳ کودکان - ۳۰ تربیتی	مجتبی حدائق
۱۴۰۰	+ ۸ عمومی - ۱۲ بالینی - ۱۲ روانسنجی - ۴ کودکان	سارا صابری
۱۳۹۹	+ ۴ کودکان - ۱۱ روانسنجی	فاطمه بصودی
۱۳۹۹	+ ۴ عمومی - ۶ بالینی - ۱۰ روانسنجی - ۱۳ کودکان	امیرحسین ارفع حبیان
۱۴۰۱	+ ۳۲ عمومی - ۵ بالینی - ۳۸ روانسنجی	فرزانه قیومی
۱۴۰۱	+ ۵ عمومی - ۱۲ بالینی - ۳۴ روانسنجی - ۳۱ کودکان	علی سلیمی
۱۴۰۰	+ ۲۰ عمومی - ۵ بالینی	محمد علی حائری
۱۴۰۰	+ ۵ عمومی - ۱۶ بالینی - ۹ روانسنجی - ۱۱ کودکان - ۲۵ تربیتی	علیرضا محمودی
۱۳۹۹	+ ۵ کودکان - ۳۲ عمومی - ۳۵ بالینی	زهرا آقاجانی
۱۴۰۱	* ۶ بهداشت روان - ۱۰ سلامت - ۱۶ بالینی - ۱۶ بالینی کودک	زهرا قاسمی
۱۴۰۰	+ ۶ عمومی - ۷ بالینی - ۸ روانسنجی - ۱۰ کودکان - ۲۷ تربیتی	انوشا ناصر طاهر
۱۴۰۱	+ ۷ تربیتی	مرضیه زمانی
۱۴۰۱	* ۷ بهداشت روان - ۲۳ سلامت	امیر مهدی امرانی
۱۴۰۱	* ۷ بهداشت روان - ۱۸ سلامت - ۳۴ بالینی - ۳۴ بالینی کودک	علیرضا باغبان
۱۴۰۰	+ ۷ عمومی - ۴۴ بالینی - ۱۵ کودکان - ۲۳ روانسنجی	سارا جلودار
۱۳۹۹	* ۱۰ بالینی - ۸ بهداشت روان - ۷ سلامت - ۱۰ بالینی کودک	ساینا فتح الله زاده
۱۴۰۱	* ۸ بالینی - ۹ سلامت - ۸ بالینی کودک	ندا اقلی پور
۱۴۰۱	+ ۴ عمومی - ۹ بالینی - ۵۴ روانسنجی - ۳۸ کودکان	زهرا الهامی
۱۴۰۰	+ ۹ عمومی - ۳۶ بالینی - ۲۹ روانسنجی - ۳۰ کودکان	سعید پایدارفرد
۱۳۹۸	+ ۱۱ بالینی	مهسا هونجانی
۱۴۰۱	+ ۱۲ عمومی - ۲۴ بالینی - ۱۴ روانسنجی - ۲۷ کودکان - ۳۴ تربیتی	پریا الفتی
۱۳۹۹	+ ۱۲ بالینی - ۳۹ عمومی	سپیده سعادت
۱۴۰۰	+ ۱۳ عمومی - ۲۶ بالینی - ۲۱ روانسنجی - ۳۹ کودکان	سینا صبور
۱۳۹۸	+ ۱۳ بالینی	زینب قاسمی
۱۳۹۹	+ ۲۲ عمومی - ۱۴ بالینی - ۳۱ روانسنجی - ۴۲ کودکان	سارا الله وردی

+ داوطلب وزارت علوم  
\* داوطلب وزارت بهداشت

برای اطلاع از جدیدترین ستاره های سال ۱۴۰۲ روان آموز، QR code را اسکن کن.  
راستی تابه حال از خودت پرسیده ای چرا تو یکی از هزار هزار ستاره ما نباشی!؟



# نظرات رتبه برترها

## زهرا قاسمی - رتبه ۱ کنکور ۱۴۰۱

اصلا باور نمی‌کردم همونطور که در آزمون جامع روان آموز رتبه تک رقمی شدم در کنکور واقعی هم همینطور بشه. من از کتاب‌ها، کلاس‌ها و اپلیکیشن نارنگی خیلی استفاده کردم و به نظرم واقعا اثرگذار بود.

## مجتبی حدائق - رتبه ۴ کنکور ۱۴۰۱

کلاس‌های رشد و بالینی خانم دکتر خجوی خیلی جامع مباحث رو پوشش می‌دادن و من دو هفته آخر برای دوره و مرور بهشون تکیه کردم و برای شخص من خیلی مفید و کاربردی بودن.

## زهرا احمدی - رتبه ۹ کنکور ۱۴۰۱

من از کتاب‌ها و کلاس‌های روان آموز استفاده کردم. قطعاً نقش پررنگی در این مسیر داشت و اگر این کتاب‌ها به این خوبی تالیف نمی‌شدند، جمع‌آوری این نکات از کتب مختلف قطعاً کار طاقت فرسا و غیرممکنی بود. آزمون جامع مرحله یک رو هم شرکت کردم و در اون آزمون به نظرم سوال‌های خیلی خوبی طرح شده بود.

## سارا صابری - رتبه ۴ کنکور ۱۴۰۰

از همه محصولات روان آموز از جمله کلاس رشد و بالینی و کتابها استفاده کردم. واقعا ممنونم که تو سال کنکور نه مثل موسسه‌های کنکوری، بلکه مثل یه دوست واقعی کنارمون بودن.

## محمدعلی حائری - رتبه ۵ کنکور ۱۴۰۰

لازم می‌دونم که یک تشکر ویژه از مجموعه روان آموز داشته باشم که واقعا در موفقیت من موثر بود و به کنکوری‌های آینده هم کتابا و جزوات و مخصوصاً اپ نارنگی روان آموز رو پیشنهاد می‌کنم.

## سارا جلوداری - رتبه ۷ کنکور ۱۴۰۰

من خیلی خوشحالم که تو مسیر کنکور روان آموز رو کنارم داشتم؛ چون تیم کاملیه، چه از نظر منابع درسی و کلاس‌های آنلاین و چه از نظر طرح‌های مشاوره، انتخاب مناسبیه.

## زهرا آقاجانی - رتبه ۵ کنکور ۱۳۹۹

من از کتاب‌های روان آموز استفاده کردم و واقعا به دور از اغراق می‌گم خیلی فوق‌العاده بود. بین تمامی جزوات و کتاب‌های کمک آموزشی روان آموز بهترینیه. کتاب‌هایی کامل، بدون اضافه‌گویی و واقعا مختصر و مفیده. محتوای غنی کتاب‌های روان آموز علاوه بر اینکه در طول سال مناسب‌ترین منابع جمع‌بندی هم هستن، اگر دوباره به عقب برگردم حتماً از خدمات مشاوره روان آموز هم کمک می‌گیرم.

## فریامیری - رتبه ۳ کنکور ۱۳۹۸

من ابتدا قصد داشتم منابع اصلی رو بخونم ولی به علت کمبود وقت از کتاب‌های روان آموز استفاده کردم که خیلی برام مفید بود و خودم فکر نمی‌کردم تکیه کردن به خلاصه‌ها بتونه همچین نتیجه‌ای برام داشته باشه.

## سینا محمدباقری - رتبه ۳ کنکور ۱۴۰۰

با توجه به پراکندگی منابع، حجم گسترده و محدودیت زمانی که داشتم، دنبال یک منبع جامع و در عین حال اقتصادی می‌گشتم و در نهایت کتاب روان آموز رو انتخاب کردم و کاملاً راضی بودم.

## مرضیه زمانی - رتبه ۷ کنکور ۱۴۰۱

یک بار در آزمون آزمایشی شرکت کردم که در ترتیب پاسخگویی به دروس خیلی کمکم کرد. رتبه‌ام چهار شد، اپ نارنگی رو داشتم، ولی خب دیر باهاش آشنا شدم، از کارگاه رشد خانم خجوی هم استفاده کردم. همچنین ممنونم از شون که یه سری خدمات آموزشی در سایت روان آموز رو رایگان در اختیار داوطلبین قرار می‌دن.

## محمد احمدوند - رتبه ۱۲ کنکور ۱۴۰۱

خوشبختانه پوشش جامع کتاب‌های روان آموز باعث شد که بی‌نیاز از مطالعه منابع اولیه باشم؛ این مسئله به ویژه درباره کتاب آسیب‌شناسی روانی صدق می‌کرد.

## فاطمه ایمانی - رتبه ۴۵ کنکور ۱۴۰۰

کلاس‌های بالینی و رشد خانم خجوی عبور از چالش رو برام ممکن کرد. بازخورد خوبی هم از یادگیریم می‌گرفتم. رشد سه برابر درصدهامو نشون میداد. تمام مطالب سخت و مبهمی که برام وجود داشت با توضیحات عمیق خانم دکتر به نقطه قوت تبدیل شدن. موسسه روان آموز با تمام کتاب‌ها و کلاس‌ها و اپلیکیشن‌ها یه مرجع بی‌کم و کاست برای کنکور روانشناسیه.

## انوشا ناصرطاهری - رتبه ۶ کنکور ۱۴۰۰

مطالعه برای ارشد روانشناسی رو از سایت روان آموز شروع کردم. فررنس‌های معرفی شده رو پیدا کردم و خوندم. از کتاب‌های روان آموز استفاده کردم و راضی بودم چون پوشش دهی خوبی از نکات اصلی داره.

## نیما فریدنی - رتبه ۱ کنکور ۱۳۹۹

من به شخصه چون یک هفته مانده به کنکور مطالعه و مرور منابع را تمام کرده بودم، از طرفی هم دیدی نسبت به شکل کنکور نداشتم و تا حدی هم استرس داشتم، تصمیم گرفتم آزمون جامع آخر را شرکت کنم که بسیار در جمع‌بندی، مطالعه‌ی نکات مهم و جامانده و البته سنجش از خودم، به من کمک کرد.

## فانزه قدیمی - رتبه ۱ کنکور ۱۳۹۸

من از کتاب‌ها و برنامه نارنگی استفاده کردم. روان آموز موسسه واقعا خوبیه و کیفیت کتاب‌ها خوبه.

## مهسا هونجانی - رتبه ۱۱ کنکور ۱۳۹۸

من خیلی از کتاب‌های روان آموز و مطالب سایتشون استفاده کردم و بی‌تعارف به نظرم روان آموز یکی از منطقی‌ترین و صحیح‌ترین کتاب‌های روانشناسی رو داره.

## درصد تطابق

می‌دانید که با مطالعه دقیق و کامل کتاب‌های جامع روان‌آموز، می‌توانید در هر درس، درصد بالایی در آزمون کسب کنید. برای تایید این سخن، روان‌آموز هر سال با ارائه فایل مستندات دقیق، میزان پوشش دهی کتاب‌ها را محاسبه و منتشر می‌کند. درصد تطابق کتب روان‌آموز با کنکور کارشناسی ارشد روانشناسی سال ۱۴۰۲ نیز به شرح زیر است:

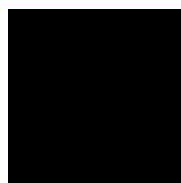
برای مشاهده فایل تحلیل درس به درس کنکور ۱۴۰۲ همراه با فایل مستندات، QR code زیر را اسکن کن!



به نظر شما هواپیما در چند درصد زمان پرواز در مسیر از پیش تعیین شده حرکت می‌کند؟ صفر درصد! سیستم خلبان خودکار در هر ثانیه هزاران بار اختلاف موقعیت فعلی هواپیما را با موقعیتی که باید در آن باشد، محاسبه کرده و دستورهای اصلاحی مورد نیاز را صادر می‌کند. رولف دوبلی در کتاب هنر خوب زندگی کردن می‌گوید: اصلاح، یک جزء همیشگی در مسیر زندگی است و رمز بقا و ماندگاری محسوب می‌شود.

ما هم در روان‌آموز هر چند تمام تلاشمان را برای ارائه بی‌عیب و نقص کتاب‌ها و سایر محصولات انجام می‌دهیم اما معتقدیم، اصلاحات و اضافات را نباید دست کم گرفت. هر چند که هر ساله پس از برگزار شدن کنکور اقدام به جمع‌آوری اطلاعات جدید و به‌روز در تمامی درس‌ها مطابق با آخرین تغییرات کتاب‌های مرجع و منبع اصلی و شیوه طراحی تست طراحان کنکور می‌کنیم (کاری که کمتر موسسه‌ای می‌کند)، اما باز هم پس از انتشار کتاب‌ها، این روند را متوقف نمی‌کنیم. مولفین و همکاران تیم روان‌آموز همه روزه در حال مطالعه و تفحص در باب مباحث علمی و مشاوره‌ای کنکور هستند تا چنانچه محتوا و مطالب جدیدی به دستمان رسید، آن‌ها را با شما نیز به اشتراک بگذاریم. هر چند این کار بسیار سخت و زمان‌بر است، اما از آن‌جا که ما خود را در قبال داوطلبین و مخاطبینمان متعهد و مسئول می‌دانیم، این پروسه پیچیده برایمان شیرین و اثربخش است. این QR code ها در واقع نقش تکمیل‌کننده برای هر کتاب ایفا می‌کنند. ما در طول یک سال تحصیلی از طریق این لینک‌ها با تمام افرادی که کتاب‌ها را تهیه کرده‌اند در ارتباط خواهیم بود و در صورت لزوم محتواهای مکمل از جمله مقالات، مطالب علمی جدید و تست‌های مرتبط را جهت استفاده شما در لینک‌های مربوطه بارگذاری خواهیم کرد. لازم به ذکر است استفاده از محتواهای مکمل، فقط در همان سال و ویژه داوطلبانیست که کتب چاپ جدید را تهیه کرده‌اند.

اطلاع‌رسانی‌ها در مورد انتشار محتوای جدید نیز از طریق کانال‌های روان‌آموز در شبکه‌های اجتماعی انجام می‌شود.



فصل ۱/ ماهیت روانشناسی	۹
فصل ۲/ مبانی زیست‌شناختی روانشناسی	۲۶
فصل ۳/ رشد روانی	۴۵
فصل ۴/ فرایندهای حسی	۶۱
فصل ۵/ ادراک	۷۷
فصل ۶/ هشیاری	۹۱
فصل ۷/ یادگیری و شرطی‌سازی	۱۰۶
فصل ۸/ حافظه	۱۲۴
فصل ۹/ زبان و اندیشه	۱۳۹
فصل ۱۰/ انگیزش	۱۵۲
فصل ۱۱/ هیجان	۱۶۸
فصل ۱۲/ تفاوت‌های فردی و هوش	۱۸۰
فصل ۱۳/ شخصیت	۱۹۶
فصل ۱۴/ فشار روانی، سلامت و مدارا	۲۱۵
فصل ۱۵/ روانشناسی ناپهنجاری	۲۳۰
فصل ۱۶/ روش‌های درمان	۲۵۲
فصل ۱۷/ شناخت اجتماعی و احساسات اجتماعی	۲۷۰
فصل ۱۸/ تعامل اجتماعی و نفوذ اجتماعی	۲۸۱

## فهرست مطالب

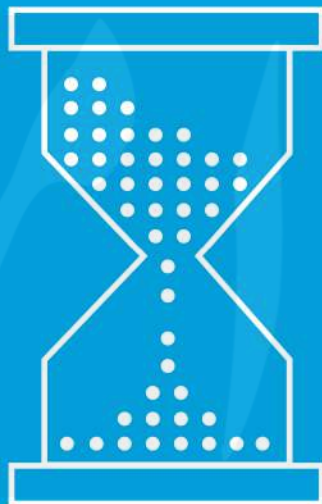
خوشحالیم که روان آموز را انتخاب کرده‌ای و در مسیر تبدیل شدن به یک روانشناس خبره، این فرصت را داریم که کنارت باشیم. تمام تلاش ما این است که همراه بهتری باشیم.



به پایان آمد این دفتر، حکایت ما و شما همچنان باقیست. حالا که به انتهای این فهرست رسیده‌ای برای بهبود این همراهی، به همکاری ات نیاز داریم. حتی یک ایده که به نظر خودت شاید خیلی کوچک بیاید، ممکن است برای ما حسابی راهگشا باشد. در این لینک یک فرم نظرسنجی هم داریم که به پاس زمانی که برای پاسخگویی اختصاص می‌دهی، جوایز ارزنده‌ای در نظر گرفته‌ایم که پس از برگزاری کنکور به قید قرعه تقدیم خواهد شد.

برای ثبت ایده یا شرکت در نظرسنجی QR code را اسکن کن!

# I AM GOING TO BE A PSYCHOLOGIST



## ● داستان یک سفر...

امید داریم لذت گشت و گذار در دنیای این کتاب به جانتان بنشیند. خوشحال می شویم اگر قبل از شروع این کتاب، اهداف و رویاهای خود را در این زمینه بنویسید و عکس این صفحه را برای ما ارسال کنید. این صفحه در مواقع سخت و بحرانی مطالعه برای کنکور، همیشه کنار توست.

# فصل ۱

## ماهیت روانشناسی

### گستره روانشناسی

روانشناسی را این‌گونه تعریف کرده‌اند: بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی در این تعریف ۳ اصطلاح کلیدی وجود دارد:

علم: روانشناسی به‌عنوان یک علم، برای مشاهده، توصیف، پیش‌بینی و تبیین رفتار از روش‌های نظام‌مند استفاده می‌کند.  
رفتار: هر کاری که ما می‌توانیم انجام دهیم و به‌صورت مستقیم قابل مشاهده است.  
فرایندهای ذهنی: افکار، احساسات و انگیزه‌هایی که در درون ما وجود دارد و قابل مشاهده نیستند.

تعریف فوق از روانشناسی موضوع‌های متنوعی را در برمی‌گیرد:

۱. آسیب‌شناسی مغزی و بازشناسی چهره‌ها: برخی از کارکردهای مغز، مثلاً بازشناسی چهره‌ها، موضع معینی در بخش خاصی از مغز دارند: بعضی افراد به‌علت آسیب ناحیه معینی از نیمکره راست مغز، قادر به بازشناسی چهره افراد آشنا نیستند، اما از سایر جهات تقریباً رفتار بهنجار دارند. این ناهنجاری، ادراک پریشی چهره‌ای یا چهره‌شناسی نامیده می‌شود.

۲. نسبت دادن ویژگی‌ها به افراد (اسناد ویژگی‌ها): وقتی از ما بخواهند قضاوت کنیم که رفتار خاص فرد معینی حاکی از ویژگی خود شخص است یا ناشی از قرار گرفتن در موقعیت خاصی، معمولاً به‌طور ناخودآگاه رفتار را به خود شخص نسبت می‌دهیم (نه به موقعیت).  
اثر توجیه اضافی: توجیه رفتار، با تأکید مفرط بر عوامل موقعیتی. مثلاً موفقیت خود در آزمونی را به آسان بودن سؤالات نسبت می‌دهیم.  
خطای بنیادین اسناد: توجیه رفتار، با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد. مثلاً پیروزی خود در بازی بلیارد را به تلاش زیاد خود نسبت می‌دهیم.

۳. یادزدودگی (آمنزیای) کودکی: تقریباً هیچ‌کس قادر نیست اکثر رویدادهای سه‌سال اول زندگی خود را به‌خاطر آورد. این پدیده یادزدودگی کودکی نامیده می‌شود و از این لحاظ درخور توجه است که سه‌سال اول زندگی سرشار از تجربه است.

۴. چاقی: روانشناسان می‌خواهند بدانند چه عواملی سبب پرخوری آدمیان می‌شود. ظاهراً یکی از این عوامل سابقه محرومیت از غذا است: هرگاه موش‌ها را نخست 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 داشته باشد، به این معنا که ابراز پرخاشگری از راه تماشای آن سبب می‌شود پرخاشگری کودکان کاهش یابد و به اصطلاح (از نشان بیرون بریزد).

اما شواهد پژوهشی اثر پالایشی را تأیید نمی‌کنند. شواهد نشان می‌دهند برنامه‌های تلویزیونی پرخشونت؛ اثرات زیان‌بار و پایداری بر تماشاگران کم سن و سال می‌گذارند: هر اندازه پسری در ۹ سالگی بیشتر برنامه‌های خشونت‌بار تماشا کرده باشد، احتمالاً در ۱۹ سالگی پرخاشگری بیشتری نشان خواهد داد.

۶. قانون اثر: قانون اثر یکی از اصول نظریه یادگیری است که به موجب آن، هرگاه به‌دنبال رفتاری پاداشی ارائه شود، آن رفتار تقویت می‌شود (و احتمال وقوع آن بیشتر می‌شود).

**نکته:** 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.

**نکته:** چارلز داروین اصل انتخاب طبیعی را مطرح کرد. طبق اصل انتخاب طبیعی، موجوداتی تکثیر پیدا می‌کنند و باقی می‌مانند که بهترین و بیشترین سازگاری را دارند.

### خاستگاه‌های تاریخی روانشناسی

خاستگاه‌های تاریخی روانشناسی را می‌توان تا فلاسفه بزرگ یونان باستان پی گرفت:

سقراط، افلاطون و ارسطو، پرسش‌هایی بنیادین در باب زندگی روانی آدمی مطرح کردند (هشیاری 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 وافری به فیزیولوژی داشت. بقراط مشاهدات پراهمیتی درباره نحوه کنترل مغز بر اندام‌های بدن انجام داد که آن مشاهدات زمینه‌ساز رویکرد **زیست‌شناختی (فیزیولوژی)** در روانشناسی است.

**نکته:** فیزیولوژی رشته‌ای است که با بررسی کارکردهای جانداران و اندام‌های آن‌ها سروکار دارد.

### ● فطری‌نگری در برابر تجربه‌گرایی

یکی از اولین مجادله‌ها درباره روانشناسی بر سر این سؤال است که آیا قابلیت‌های انسان ذاتی است (فطری‌نگری) یا از راه تجربه کسب می‌شود. (تجربی‌نگری)

#### ○ فطری‌نگری (سرشت‌گرایی)

دیدگاه فطری‌نگری بیان می‌کند که:

- آدمیان با **گنجینه‌ای از دانش و توان فهم واقعیت به دنیا می‌آیند.**

- این دانش و فهم از طریق **استدلال و درون‌نگری** دقیق دست‌یافتنی است.

**افلاطون، دکارت و کانت** از طرفداران فطری‌نگری هستند.

دکارت، برخی اندیشه‌ها را فطری به‌شمار آورد: (مثل خدا، خویشتن، اصول بدیهی هندسه، کمال و بی‌نهایت).

دکارت، اعتقاد داشت که بدن آدمی همچون ماشینی است که مثل هر ماشین دیگری قابل بررسی است. این اعتقاد دکارت سرآغاز رویکرد پردازش اطلاعات است. در واقع **دکارت به‌عنوان پدر رویکرد پردازش اطلاعات** شناخته می‌شود.

#### ○ تجربه‌گرایی (تربیت‌گرایی)

دیدگاه تجربه‌گرایی بیان می‌کند که دانش از طریق **تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان** کسب می‌شود.

**ارسطو، جان لاک و تداعی‌گرایان** از پیروان تجربه‌گرایی هستند.

تجربه‌گرایی عمدتاً با نام **جان لاک** پیوند دارد.

جان لاک معتقد بود که ذهن آدمی در بدو تولد، همچون **لوح نانوخته‌ای** است که تجربه‌های جریان رشد او، دانش و فهم را روی آن (ثبت می‌کنند). این دیدگاه **لاک سرآغاز پیدایش روانشناسی تداعی‌گرا** بود.

**تداعی‌گرایان** وجود اندیشه‌ها و رفتارهای فطری را قبول نداشتند، بلکه در عوض، معتقد بودند که **ذهن از اندیشه‌هایی انباشته می‌شود که از طریق حواس به آن راه می‌یابند** و طبق اصولی از قبیل **مشابهت و تضاد** به هم پیوند می‌یابند.

**نکته:** پژوهش‌های کنونی در زمینه حافظه و یادگیری، پیوندی با نظریه آغازین تداعی‌گرایی دارند.

**نکته:** مناقشه بین فطری‌نگری و تجربه‌گرایی امروزه تحت عنوان مناقشه طبیعت-تربیت ادامه دارد.

**نکته:** امروزه اکثر روانشناسان رویکردی تلفیقی دارند: هم فرایندهای فطری (طبیعت، زیست‌شناختی) و هم تجربه (تربیت) را در رفتار، دخیل می‌دانند.

## ● چهره‌های مهم در تاریخ روانشناسی

وبر دربارۀ احساس بینایی و آستانه‌ها کار می‌کرد. او قانون وبر و مفهوم کمترین تفاوت محسوس را به وجود آورد (در فصل «فرایندهای حسی» در این باره بیشتر می‌خوانید)  
 فخرن: کارهای وبر را دنبال کرد و **سایکوفیزیک** (نظریۀ روابط روان و جسم) را مطرح کرد. سایکوفیزیک رشته‌ای است که رابطۀ خصوصیات فیزیکی محرک‌ها و تجربۀ آن‌ها توسط شخص را بررسی می‌کند.  
 شارکو: روش‌های مشاهدهٔ افراد **هیستریک** و بیماری‌های روانی را به وجود آورد.  
 مک‌دوگال: از بنیان‌گذاران **روانشناسی اجتماعی** بود.

## آغاز روانشناسی عملی

آغاز روانشناسی علمی را مقارن با تأسیس نخستین آزمایشگاه روانشناسی توسط ویلهلم وونت می‌دانند.

**نکته:** معمولاً وونت را پدر روانشناسی نوین می‌دانند.

خاستگاه تأسیس آزمایشگاه وونت، این بود که ذهن و رفتار را نیز همانند سیاره‌ها و مواد شیمیایی یا اندام‌های بدن آدمی می‌توان با روش‌های علمی بررسی و تحلیل کرد.

درواقع محور آزمایش‌های وونت این بود که هشیاری و فرایندهای ذهنی را می‌توانیم به صورت کمی مطالعه کنیم- یعنی فرایندهای ذهنی قابل اندازه‌گیری هستند.

محور اصلی تحقیقات وونت، **کشف عناصر یا ساختارهای بنیادی فرایندهای ذهنی (یا هشیاری)** بود.

پژوهش‌های وونت عمدتاً متمرکز بر **حواس آدمی** و به‌ویژه حس بینایی بود. اما او و همکارانش توجه، هیجان و حافظه را نیز بررسی کردند. وونت و همکارانش ۳ بعد متفاوت برای احساس توصیف کردند:

۱. لذت / عدم لذت ۲. تنش / آرمیدگی ۳. تهییج / افسردگی

**وونت** برای بررسی فرایندهای ذهنی، از روش **درون‌نگری** استفاده می‌کرد. درون‌نگری یعنی مشاهده و ثبت ماهیت ادراک‌ها، اندیشه‌ها و احساس‌های شخص توسط خودش.

نکته‌ای که درون‌نگری را روش علمی می‌کرد، خودگزارشی‌های نیرومند و مشروح شخص در محیط کنترل شدهٔ آزمایشگاهی بود.

وونت به روش درون‌نگری (که از فلسفه اقتباس شده بود) بُعد تازه‌ای بخشید؛ به این معنا که خویشتن‌نگری را کافی ندانست بلکه آزمایش را برای تکمیل آن لازم شمرد. وونت در آزمایش‌هایش بُعد فیزیکی محرک معینی مثلاً شدت آن را به شیوۀ منظمی تغییر می‌داد و آنگاه روش درون‌نگری را به کار می‌گرفت تا معلوم شود این تغییرات فیزیکی موجب چه تغییراتی در تجربۀ هشیار آزمودنی می‌شود. بنابراین وونت از روش‌های **درون‌نگری و آزمایش** استفاده می‌کرد.

**نکته:** اتکا به درون‌نگری، به‌ویژه در بررسی رویدادهای ذهنی بسیار سریع، کارایی نداشت. بنابراین در زمانه حاضر درون‌نگری در رویکردهای شناختی محوریت ندارد.

## ● ساخت‌گرایی (وونت-تیچنر)

ای. بی. تیچنر (از شاگردان وونت)، رویکرد **ساخت‌گرایی** را به وجود آورد.

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

مقصود از **ساخت‌گرایی**، تحلیل ساختارهای ذهنی (تحلیل عناصر هشیاری) بود.

ساخت‌گرایی به دنبال **تجزیۀ آگاهی** به عناصر متعدد آن (احساس، ادراک، هیجان و...) است. آن‌ها در **جست‌وجوی** آن دسته از **عناصر ذهنی** بودند که تجربه‌های پیچیده، آمیزه‌ای از آن‌ها به شمار می‌آمدند.

ساخت‌گرایان تصور می‌کردند اگر شیمیدان‌ها با تجزیۀ آب به اکسیژن و هیدروژن گام بزرگی در رشتهٔ خود برداشتند، روانشناسان هم می‌توانند مزۀ لیموناد (ادراک) را به عناصری مثل: شیرین، تلخ و سرد (احساس‌ها) تجزیه کنند. بنابراین نام دیگر مکتب ساخت‌گرایی، «**شیمی روانی**» است.

**نکته:** تیچنر نیز همانند وونت، از روش درون‌نگری و آزمایش استفاده می‌کرد.

## ● کارکردگرایی یا کنش‌گرایی (ویلیام جیمز-جان دیویی)

ویلیام جیمز رویکرد کارکردگرایی را به وجود آورد.

جان دیویی، هاروی کار و جان آنجل از دیگر کارکردگرایان هستند.

مراد 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.

کارکردگرایی بر مشاهده رفتار واقعی و بررسی تفاوت‌های فردی تأکید می‌کردند.

کارکردگرایان از روش درون‌نگری و مشاهده استفاده می‌کردند.

جیمز به جای تأکید بر تحلیل عناصر هشیاری (که در ساخت‌گرایی انجام می‌شود)، به بررسی ماهیت سیال و شخصی هشیاری پرداخت. در واقع کارکردگرایی عملکردهای هشیاری را مطالعه می‌کند، نه عناصر تشکیل دهنده آن را.

ویلیام جیمز مفهوم سیلان هشیاری را مطرح کرد: یعنی ذهن انعطاف‌پذیر و سیال است و در پاسخ به جریان اطلاعات، پیوسته تغییر می‌کند و تطابق نشان می‌دهد.

**نکته:** توجه کارکردگرایان به موضوع انطباق با محیط، از نظریه تکامل داروین نشئت می‌گرفت.

**نکته:** روش مطالعه در ساخت‌گرایی، درون‌نگری به همراه آزمایش و در کارکردگرایی، درون‌نگری به همراه مشاهده بود.

**نکته:** هم ساخت‌گرایان و هم کارکردگرایان هر دو، روانشناسی را دانش تجربه‌هشیار (علم مطالعه تجربه آگاهانه) به‌شمار می‌آورند. اما کارکردگرایان گستره روانشناسی را وسعت دادند تا بررسی رفتار را نیز دربر بگیرد.

**نکته:** ساخت‌گرایی بر چیستی آگاهی (محتوای فرایندهای هشیاری) تأکید می‌کند و کارکردگرایی بر چرایی آگاهی (چگونگی عمل فرایندهای هشیاری) تأکید می‌کند.

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

ساخت‌گرایی و کارکردگرایی جای خود را به ۳ مکتب جدید دادند: رفتارگرایی، روانشناسی گشتالت و روان‌کاوی. از بین این ۳ مکتب جدید، رفتارگرایی بیشترین تأثیر را بر روانشناسی علمی به‌جای گذاشت.

## ● رفتارگرایی

رفتارگرایی بررسی رفتار، بدون ارتباط با هشیاری است. رفتارگرایی بر مطالعه علمی رفتار تأکید می‌ورزد و مدعی است محیط به رفتار شکل می‌دهد؛ بنابراین هشیاری و فرایندهای ذهنی را نفی می‌کند.

ریشه رفتارگرایی به کارهای جان لاک و دیوید هیوم برمی‌گردد.

کارهای پاولف و ثرندایک را می‌توان آغازگر رفتارگرایی دانست. اما مؤسس یا بنیان‌گذار واقعی رفتارگرایی جان. بی. واتسون بود.

واتسون علیه دیدگاهی که قلمروی روانشناسی را محدود به تجربه هشیاری می‌دانست، قد علم کرد. او در بررسی‌های خود درباره رفتار حیوان‌ها و کودکان خردسال، هیچ پیش‌فرضی درباره هشیاری عنوان نکرد. از نظر واتسون روانشناسی حیوان‌ها و روانشناسی کودک، علوم مستقلاً به‌شمار می‌آیند و حتی می‌توانند الگویی برای روانشناسی بزرگسالان نیز می‌باشند.

**نکته:** نارضایتی فزاینده روانشناسان از درون‌نگری در آن زمان سبب شد رفتارگرایی به سرعت رواج یابد.

به اعتقاد واتسون، برای اینکه روانشناسی به‌صورت علم درآید، داده‌های آن باید مانند داده‌های علوم دیگر قابل واریسی همگان باشد: رفتار امری است همگانی، و هشیاری امری خصوصی؛ علم باید با واقعیت‌های همگانی سروکار داشته باشد.

واتسون معتقد بود که:

- تقریباً همه رفتارها حاصل شرطی شدن است و محیط از راه تقویت عادت‌های خاص، رفتار را شکل می‌دهد.

- پاسخ شرطی (Condition Response=CR) کوچک‌ترین واحد رفتار محسوب می‌شود.

- همه انواع الگوهای پیچیده رفتار که در نتیجه آموزش یا پرورش ویژه ایجاد می‌شوند چیزی جز شبکه بهم پیوسته‌ای از پاسخ‌های شرطی نیستند.

رفتارگرایان معمولاً پدیده‌های روان‌شناختی را در چارچوب محرک و پاسخ تحلیل می‌کردند که منجر به پیدایش اصطلاح روانشناسی محرک - پاسخ (S-R) شد.

نکته: بی. اف. اسکینر، رفتارگرایی است که معتقد بود پاداش‌ها و تنبیه‌ها، رفتار ما را تعیین می‌کنند. اسکینر تأکید می‌کرد که آنچه انجام می‌دهیم، معیار نهایی کسی که هستیم، می‌باشد.

### ● روانشناسی گشتالت (روانشناسی کل‌گرا)

روانشناسی گشتالت به رویکرد ورتهایمر، کافکا و کهلر اطلاق می‌شود.

گشتالت واژه‌ای آلمانی به معنای «شکل» یا «شکل‌بندی» است.

از دیدگاه روانشناسی گشتالت، روان یا ذهن انسان قابل تجزیه نیست. ذهن انسان باید به صورت یک کل در نظر گرفته شود.

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 اعتقاد روانشناسان گشتالت، آنچه که دیده می‌شود، هم وابسته زمینه‌ای است که شیء در آن آشکار می‌شود و هم تابع سایر وجوه طرح کلی تحریک. به این ترتیب، کل، چیزی متفاوت از مجموع اجزای آن است، زیرا کل تابع روابط اجزا است.

به عبارت دیگر «کل» شامل «جمع جبری اجزاء» + «رابطه اجزا با یکدیگر» است.

قانون بستگی یا ترمیم: یکی از اصول روانشناسی گشتالت است و اشاره دارد به اینکه گرایش در فرد وجود دارد که همواره می‌خواهد تا شکل‌ها و موقعیت‌های ناجور و نامتقارن را تکمیل کند.

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

### ● روان‌کاوی (روان‌پویایی)

سیگموند فروید، بنیان‌گذار رویکرد روان‌کاوی است.

روان‌کاوی بر نقش فرایندهای ناهشیار بر رشد شخصیت و انگیزش تأکید می‌کند. روان‌کاوی هم نظریه‌ای در باب شخصیت است و هم روشی برای روان‌درمانی.

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.

روان‌کاوی فروید بیان می‌کند که انسان به صورت تصادفی و ارادی عمل نمی‌کند، بلکه براساس انگیزش‌های درونی، آرزوهای سرکوب شده یا ناآگاه عمل می‌کند؛ بنابراین هر رفتاری که از انسان سر می‌زند، جبری است. (جبرگرایی روانی فروید)

هسته اصلی نظریه فروید مفهوم ناهشیار (ناخودآگاه) است. ناهشیار عبارت است از: افکار، نگرش‌ها، تکانه‌ها، امیال، انگیزه‌ها و هیجان‌هایی که خودمان از وجود آن‌ها آگاهی نداریم.

فروید معتقد بود امیال ناپذیرفتنی از قبیل امیال منع شده یا تنبیه شده دوران کودکی، از حیطه آگاهی هشیار رانده شده و جزو ناهشیاری می‌شوند، اما همچنان بر افکار و هیجان‌ها و اعمال ما اثر می‌گذارند.

افکار ناهشیار به صورت‌های گوناگون خود را نشان می‌دهند؛ از قبیل رؤیا، لغزش‌های لفظی و اطوار بدنی.

فروید معتقد بود تعارض‌های ناخودآگاه (ناهشیار) بین بخش‌های مختلف روان (نهاد، خود، فراخود) علت اصلی رفتار نابهنجار هستند. فروید برای دسترسی به ناهشیار انسان، ابتدا روش هیپنوتیسم را پیش گرفت و بعد به تداعی آزاد و تعبیر رویا روی آورد.

از نظر فروید روش اصلی دسترسی به ناهشیار، تداعی آزاد است. در این روش بیمار هدایت می‌شود و هر آنچه که به ذهنش می‌رسد، بدون سانسور، می‌گوید. به این وسیله امیال ناهشیار بیمار به حیطه هشیاری آورده می‌شود.

در نظریه سنتی فروید، انگیزه‌های امیال ناهشیار تقریباً همیشه به نحوی با میل جنسی یا پرخاشگری پیوند دارد.

## ● تحولات نوین

پیشرفت های نوین در روانشناسی عبارت اند از: نظریه خبرپردازی، روانشناسی زبان و روانشناسی عصب شناختی.

## ○ نظریه خبرپردازی (پردازش اطلاعات)

هربرت سیمون (برنده جایزه نوبل) و همکارانش نشان دادند که با استفاده از کامپیوتر می توان پدیده های روانشناسی را شبیه سازی کرد. این گونه بسیاری از مسائل روان شناختی پیشین در قالب نظام های خبرپردازی (پردازش اطلاعات) عرضه شد. به اعتقاد رویکرد خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، انسان همچون رایانه موجودی پردازشگر تلقی می شود. رویکرد خبرپردازی، ماهیت ذهن را در قالب اصطلاحات ملموس، عرضه کرد. (برخلاف روانشناسی گشتالت و روان کاوی)

## ○ روانشناسی زبان

زبان شناسان نظریه هایی در باب ساخت های ذهنی لازم برای درک و تولید زبان ارائه کردند. یکی از پیشگامان پژوهش در زمینه زبان شناسی، نوام چامسکی بود.

## ○ روانشناسی عصب-شناختی (عصب-روانشناسی)

این رشته به روابط بین رویدادهای عصبی و فرایندهای ذهنی می پردازد. از فعالان این حوزه، راجر اسپری بود که به سبب نشان دادن ارتباط بین نواحی معینی از مغز با روندهای رفتاری و تفکری ویژه، برنده جایزه نوبل شد.

**نکته:** رشد الگوهای خبرپردازی، روانشناسی زبان و روانشناسی اعصاب، به پیدایش نوعی رویکرد روانشناسی انجامیده که گرایش شناختی نیرومندی دارد.

**نکته:** هدف عمده روانشناسی شناختی، تحلیل علمی فرایندها و ساخت های ذهنی است. با این حال، روانشناسی شناختی صرفاً با تفکر و دانش ارتباط ندارد، بلکه به بسیاری زمینه های دیگر مانند: انگیزش و ادراک و شخصیت و روانشناسی اجتماعی گسترش پیدا کرد.

## ● رویکردهای معاصر در روانشناسی

رویکرد، نوعی شیوه نگارش به موضوع است. در روانشناسی هر موضوعی را می توان با رویکردهای گوناگون بررسی کرد.

۵ رویکرد معاصر اصلی در روانشناسی عبارت اند از: رویکرد زیست شناختی، رویکرد رفتاری، رویکرد شناختی، رویکرد روان کاوی، رویکرد پدیدارشناختی.

## ● رویکرد زیست شناختی

رویکرد زیست شناختی در پی شناخت فرایندهای زیستی-عصبی زیربنای رفتار و فرایندهای ذهنی است. به عنوان مثال در رویکرد زیستی به افسردگی، سعی می شود این اختلال برحسب تغییرات غیرعادی میزان پیک های عصبی تبیین شود. برخی مطالعات رویکرد زیست شناختی: ۱. بررسی درباره بازشناسی چهره، در افراد دچار آسیب مغزی حاکی از آن است که نواحی مسئول بازشناسی چهره عمدتاً در نیمکره راست قرار داشته باشد.

۲. نیمکره های مغز آدمی به میزان زیادی نقش های تخصصی دارند: در اغلب افراد راست دست، درک زبان به نیمکره چپ و تفسیر روابط فضایی به نیمکره راست اختصاص دارد.

۳. دستگاه هیپوکامپ (دم اسب) مغز، در تحکیم خاطرات نقش دارد. یادزدودگی کودکی ممکن است تا حدودی ناشی از رشد نیافتگی هیپوکامپ باشد. (زیرا در خلال دو سال بعد از تولد است که هیپوکامپ به رشد کامل خود می رسد.)

## ● رویکرد رفتاری

رویکرد رفتاری بیشتر با محرک ها و پاسخ های قابل مشاهده (S-R) سروکار دارد (به بحث رفتارگرایی در همین فصل رجوع کنید). به عنوان نمونه، در مورد چاقی، ملاحظه می شود برخی افراد فقط در جوار محرک های خاصی پرخوری می کنند (پاسخ اختصاصی) و فراگیری اجتناب از این گونه محرک ها امروزه بخشی از اکثر برنامه های مهار وزن بدن در رفتارگرایی است.

در مورد پرخاشگری مشاهده می شود کودکان پاسخ های پرخاشگرانه ای از قبیل کتک زدن کودک دیگر را هنگامی بیشتر نشان می دهند که چنین پاسخی به پاداش (مثلاً کوتاه آمدن یا گریه کردن کودک دیگر) بینجامد تا وقتی تنبیه شوند (حمله متقابل کودک کتک خورده).

**نکته:** رویکرد رفتاری ناب و رویکرد (S-R)، به فرایندهای ذهنی فرد هیچ اعتنایی نداشته است و کاری به فرایندهای ذهنی میانجی بین محرک و پاسخ ندارند؛ بنابراین فعالیت‌های پیچیده آدمی از قبیل استدلال و برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری و تبادل پیام را نادیده می‌گیرند.

**نکته:** نظریه شناختی-اجتماعی (که توسط آلبرت بندورا مطرح شد)، یکی از رویکردهای معاصر رفتاری است.

نظریه شناختی-اجتماعی بندورا نظریه تأکید دارد که علاوه بر شرایط محیطی، نحوه اصلاح تأثیرات محیط بر رفتار توسط افکار هم، رفتار را تعیین می‌کند.

به عبارت دیگر نظریه شناختی-اجتماعی دامنه رفتارگرایی را گسترش داد تا علاوه بر رفتارهای مشهود، شیوه‌های پردازش اطلاعات محیطی توسط ذهن را نیز پوشش بدهد. به نظر بندورا، تقلید، یکی از اصلی‌ترین روش‌های ما برای یادگیری است.

## ● رویکرد شناختی

رویکرد شناختی امروزی تاحدودی واکنشی است در برابر محدودیت‌های رفتارگرایی (دیدگاه S-R)

رویکرد شناختی بر فرایندهای ذهنی دخیل در دانستن (تفکر) تمرکز دارد؛ یعنی بر نحوه جهت دادن، توجه، ادراک کردن، به یاد آوردن، فکرکردن و حل مسائل.

شناخت‌گرایی می‌گوید که رفتار هر فرد به برداشت او از خود و محیط وابسته است.

شناخت‌گرایی به شباهت ذهن با رایانه تأکید می‌کند و همچنین بر نقش زبان در سازمان‌بندی خاطرات تأکید می‌کند.

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 بر دو مفروضه اصلی قرار دارد:

۱. تنها از طریق بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان به‌طور کامل دریافت که جانداران چه می‌کنند.

۲. برای بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان از راه تمرکز بر رفتارهای معین، راه و روش عینی پیش گرفت (همانند رفتارگرایان)؛ اما باید آن رفتارها را برحسب فرایندهای ذهنی زیربنایی آن‌ها تفسیر کنیم.

**نکته:** از دید رویکرد شناختی، شاید علت یادزدودگی کودکی این باشد که در سال‌های نخست، تغییر عمده‌ای در (نحوه سازمان‌دهی تجربه‌ها در حافظه) روی می‌دهد. این تغییرات در حوالی سه‌سالگی ممکن است بارزتر شود، زیرا در این سن توانایی‌های زبانی افزایش چشمگیری پیدا می‌کند.

## ● رویکرد روان‌کاوی (روان‌پویایی)

روان‌کاوی آمیزه‌ای بود از شناخت‌شناسی و فیزیولوژی قرن نوزدهم.

رویکرد روان‌کاوی یا روان‌پویایی بر فکر ناهشیار، تعارض‌های زیست‌شناختی با توقعات جامعه و تجربه‌های خانوادگی اولیه تأکید می‌کرد. کار خاص فروید، این بود که مفاهیم شناختی رایج زمانه خود را در زمینه هشیاری و ادراک و حافظه، 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 آدمی از فرایندهای ناهشیار سرچشمه می‌گیرد. مقصود فروید از فرایندهای ناهشیار عبارت بود از باورها، ترس‌ها و خواسته‌هایی که شخص از وجود آن‌ها آگاه نیست اما بر رفتارش اثر می‌گذارند.

فروید معتقد بود، بسیاری از تکانه‌هایی که در دوره کودکی با منع یا تنبیه والدین یا جامعه روبه‌رو شده‌اند، برخاسته از غریزه‌های فطری هستند. این تکانه‌ها از آنجا که از بدو تولد وجود دارند دارای قدرت اثرگذاری فراگیر هستند که باید آن را حل و فصل کرد؛ زیرا منع و ممنوعیت نمی‌تواند آن‌ها را از بین ببرد، بلکه فقط سبب می‌شود از حیطة آگاهی به حیطة ناهشیار رانده شوند و از همان‌جا به صورت اختلالات هیجانی و نشانه‌های بیماری روانی، یا از سوی دیگر به شکل رفتارهای جامعه‌پذیر از قبیل فعالیت هنری و ادبی جلوه‌گر شوند. فروید معتقد بود، آدمی را نیز همانند حیوان‌ها، غرایز اساسی (عمدتاً غرایز جنسی و پرخاشگری) هدایت می‌کنند و آدمی مدام با جامعه‌ای که بر مهار کردن این تکانه‌ها تأکید دارد، در ستیز است.

به عقیده فروید، آگاهی یافتن از تعارض‌های ناخودآگاه باعث کاهش اضطراب می‌شود.

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

**نکته:** نظریه های روان‌کاوی (روان‌پویایی) فعلی یا معاصر، کمتر روی غرایز جنسی تأکید می‌کنند و بیشتر تجربه‌های فرهنگی را به‌عنوان تعیین‌کننده‌های رفتار در نظر می‌گیرند.

### ● رویکرد پدیدارشناختی (ذهن‌گرایی-انسان‌گرایی)

در رویکرد پدیدارشناختی اعتقاد بر این است که رفتار آدمی تابع درک او از جهان است، نه تابع واقعیت جهان. به‌طور کلی رویکرد پدیدارشناختی بر تجربه‌های ذهنی فرد و انگیزش در جهت خودشکوفایی تأکید می‌ورزد.

واقع‌گرایی ساده لوحانه: این مفهوم در دیدگاه پدیدارشناسی مطرح می‌شود و عبارت است از گرایشی در افراد برای آنکه واقعیت‌های درون ذهنی خود را بیان صادقانه‌ای از جهان عینی تلقی کنند.

رویکرد پدیدارشناختی از دیرباز با روانشناسان اجتماعی همراه بوده که توجه خاصی به نحوه درک، فهم و تفسیر انسان از مسائل اجتماعی دارند.

در حیطه روانشناسی شخصیت، روانشناسان انسان‌گرا از رویکرد پدیدارشناختی پشتیبانی می‌کنند. روانشناسان انسان‌گرا (پدیدارشناس) مفروضه‌های زیربنایی رویکردهای روان‌کاوی و رفتاری را درباره طبیعت انسان رد می‌کنند.

در مقابل، آن‌ها بر خصوصیات منحصر به فرد انسان تأکید می‌ورزند که افراد سالم را هم از افراد بیمار و هم از حیوان‌ها متمایز می‌سازد. به عقیده انسان‌گرایان، انسان آزاد است و با اراده خود تصمیم می‌گیرد و بر سرنوشت خود اثر می‌گذارد. طبق نظریه‌های انسان‌گرا:

- نیروی انگیزش اصلی هر فرد گرایش به سوی رشد و خودشکوفایی است.

- در همه ما این نیاز اساسی وجود دارد که توانایی بالقوه خود را تا بالاترین حد ممکن شکوفا سازیم و به پیشرفتی فراتر از سطح کنونی خود دست یابیم.

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

طبق دیدگاه انسان‌گرایی، عمده‌ترین عاملی که فرد را به حرکت وامی‌دارد، نگرشی است که او به خود و دنیای اطراف دارد.

**نکته:** انسان‌گرایان جبرگرایی را قبول ندارند.

**نکته:** روانشناسی پدیدارشناختی یا انسان‌گرا بیشتر با ادبیات و معارف انسانی دمساز است تا با علم.

**نکته:** روانشناسان پدیدارشناس و انسان‌گرا بیشتر به بررسی شخصیت پرداخته‌اند.

**نکته:** برخی روانشناسان پدیدارشناس روش‌های علمی را به‌طور کلی مردود می‌دانند.

**نکته:** در روانشناسی کلاسیک، روان‌کاوی را نیروی اول، رفتارگرایی را نیروی دوم و انسان‌گرایی را نیروی سوم می‌دانند.

### ● سایر رویکردهای روانشناسی

رویکرد علوم عصبی رفتاری: این رویکرد تأکید می‌کند که مغز و دستگاه عصبی، در فهم رفتار و هیجان محوریت دارند و به دنبال کشف نحوه تحقق یافتن اعمال ذهنی و روانی در مغز آدمی است. این رویکرد مغز افراد بهنجار را حین انجام یک تکلیف شناختی معین بررسی می‌کند.

**نکته:** در نگهداری اطلاعات به مدت چند ثانیه، فعالیت عصبی نواحی جلویی مغز افزایش می‌یابد. در نگهداری اطلاعات به مدت طولانی، فعالیت عصبی قسمت میانی مغز افزایش می‌یابد.

رویکرد روانشناسی تکاملی: این رویکرد بر نقش مهم انطباق، تولید مثل و بقای اصلح «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 منبأی وراثتی دارند.

رویکرد اجتماعی فرهنگی: این رویکرد بر تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی بر رفتار تأکید دارد؛ برای اینکه رفتار یک نفر را به‌طور کامل بفهمیم، باید بافت فرهنگی رفتار را بشناسیم.

**نکته:** دو جنبشی که معرف رویکردی مثبت به روانشناسی هستند: جنبش انسان‌گرایی و جنبش روانشناسی مثبت‌نگر.

جنبش انسان‌گرایی بر ظرفیت کمال یافتن شخص، حق انتخاب سرنوشت و خصوصیات مثبت تأکید دارد. کارل راجرز و آبراهام مزلو از

پیشروان انسان‌گرایی بودند.

جنبش **روانشناسی مثبت‌نگر** بیان می‌کند که روانشناسی خیلی بر جنبه‌های منفی مردم تأکید کرده است و باید به جنبه‌ها و صفات مثبتی مثل خوش‌سبینی، خلاقیت و ارزش‌های مثبت گروهی و شهروندی، بیشتر تمرکز شود. **سلیگمن** و **می‌هالی** صاحب‌نظران رویکرد روانشناسی مثبت‌نگر بودند.

**نکته:** رویکردهای روان‌کاوی، شناختی، علوم عصبی رفتاری و روانشناسی تکاملی بر آنچه درون شخص می‌گذرد تأکید دارند. رویکردهای رفتاری و اجتماعی فرهنگی نیز بر محیط بیرون تمرکز دارند.

**نکته:** سه مکتب شناختی، اجتماعی و زیستی به مکاتب پویا یا دینامیک 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 کند. از آنجا که چنین کوششی مستلزم **کاهش دادن مفاهیم روان‌شناختی به مفاهیم زیست‌شناختی** است، این تبیین را **کاهشگری (تقلیل‌گرایی)** نامیده‌اند. برای مثال ممکن است بکوشند بازشناسی چهره را صرفاً بر مبنای کار یاخته‌های عصبی و رابطه متقابل بین این یاخته‌ها در ناحیه معینی از مغز توضیح دهد.

**نکته:** امروزه پدیده‌های رفتاری بیشتر و بیشتر در هر دو سطح زیست‌شناختی و روان‌شناختی تبیین می‌شوند.

### شیوه‌های پژوهش در روانشناسی

به‌طور 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** عینی گزاره و عبارتی که بتوان آن را آزمایش کرد. در اغلب موارد، مهم‌ترین منبع فرضیه علمی، **نظریه علمی** است. **نظریه علمی** مجموعه‌ای از گزاره‌ها درباره هر پدیده معین است.

مقصود از کلمه «عینی» این است که روش‌های گردآوری داده‌ها:

۱. فاقد سوگیری اند؛ یعنی به نفع این یا آن فرضیه عمل نمی‌کنند.

۲. پایایی دارند؛ به این معنا که اگر افراد واجد صلاحیتی 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. روش آزمایشی تنها روشی است که **اطلاعات قابل اطمینان** فراهم می‌آورد.

در روش آزمایشی محقق به میل خود می‌تواند یک **متغیر** را تغییر دهد و آثار آن را روی موجود زنده بررسی کند. در این روش، پژوهشگر **شرایط** را به دقت و غالباً در آزمایشگاه **کنترل** می‌کند و دست به اندازه‌گیری‌هایی می‌زند تا روابط بین متغیرها را کشف کند.

**نکته: متغیر**، هر چیزی است که بتواند اندازه‌ها یا مقادیر گوناگونی داشته باشد.

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 به‌خاطر سپردن به شیوه نظام‌دار با میزان خواب تغییر کند، می‌توان نتیجه گرفت که به همان نسبت ارتباط منظمی بین این دو متغیر وجود دارد.

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



**نکته:** امکان کنترل متغیرها، مشخصه‌ای است که روش آزمایشی را از سایر روش‌های مشاهده علمی متمایز می‌کند.

**نکته:** یکی از خصوصیات مهم در آزمایش (از عناصر اصلی طرح آزمایشی)، عضوگیری تصادفی است. عضوگیری تصادفی یعنی قرار دادن تصادفی آزمودنی‌ها در وضعیت آزمایشی یا گواه است. بدون عضوگیری تصادفی آزمایشگر نمی‌تواند اطمینان حاصل کند که در ایجاد نتایج آزمایش چیزی به جز متغیر مستقل نقش نداشته‌است.

واژگان فنی پژوهش آزمایشی	
متغیر	هر چیزی که بتواند اندازه‌ها و مقادیر گوناگونی داشته باشد.
متغیر مستقل	توسط آزمایشگر دستکاری می‌شود تا اثر آن روی متغیر وابسته بررسی می‌شود.
(علت)	مستقل از کارهایی است که آزمودنی انجام می‌دهد.
نتیجه ای که توسط متغیر مستقل ایجاد می‌شود.	
متغیر وابسته	شاخصی از رفتار آزمودنی است.
(معلول)	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.

مثال: فرضیه مورد آزمایش این است: مردم با دریافت پول بیشتر، مسائل ریاضی را بهتر حل خواهند کرد.

مقدار پول، متغیر مستقل است. میزان عملکرد، متغیر وابسته است. آزمایشگر برای کنترل دقیق متغیرها، باید به طور تصادفی آزمودنی‌ها را در ۳ گروه قرار دهد. در صورت عملکرد بهتر؛ گروه اول ۸ هزار تومان پاداش می‌گیرند، گروه دوم ۴ 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 شده‌است یا نه.

گروه‌هایی که به آن‌ها پول پرداخت می‌شود، گروه‌های آزمایشی هستند. گروهی که به آن‌ها پولی پرداخت نمی‌شود، گروه گواه است.

**نکته:** 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.

**نکته:** 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. (به دلیل کنترل بهتر متغیرها در محیط آزمایشگاه)

آزمایش‌های چندمتغیری: بررسی‌هایی که در آن‌ها چند متغیر به طور همزمان تغییر می‌کنند. مثلاً در مثال فوق، ممکن است آزمایشگر علاوه بر مقدار پول، دشواری مسئله را هم تغییر دهد.

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

### تعریف چند مفهوم

اندازه‌گیری: نظاماتی 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 استقرار آزمودنی‌ها در دسته‌های 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 معین کرد آیا تفاوت طبیعی بین مردم در یک زمینه با تفاوت آنان در زمینه دیگری پیوند دارد یا نه. 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 یا گروهی را که وزن بهنجار دارند برمی‌گزینیم 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 برآورد میزان رابطه بین دو متغیر. ضریب همبستگی عددی بین -1 و 1 است. صفر نشانه فقدان رابطه و 1 نشانه رابطه کامل است (-1 رابطه کامل منفی و 1 رابطه کامل مثبت را نشان می‌دهد). هرچه مقدار  $r$  از صفر به سوی 1، یا از صفر به سوی -1 میل 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 باهم کاهش می‌یابند) یا منفی است (وقتی ارزش‌های یک متغیر رو به افزایش می‌گذارد ارزش‌های متغیر دیگر رو به کاهش می‌گذارد).

در پژوهش‌های روان‌شناختی، ضریب همبستگی 0/6 یا بیشتر، ضریب بسیار نیرومندی محسوب می‌شود. ضرایب بین 0/2 و 0/6 از لحاظ عملی و نظری ارزشمند به حساب می‌آیند و می‌توان از آن‌ها در کار پیش‌بینی استفاده کرد. در مورد همبستگی‌های صفر تا 0/2 باید محتاط بود. این همبستگی‌ها در امر پیش‌بینی‌ها حداقل کارآمدی را دارند.

**نکته:** یکی از کاربردهای رایج روش همبستگی، در زمینه آزمون‌هایی است که نوعی استعداد، پیشرفت یا سایر صفات روانی را می‌سنجند.

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

**نکته:** 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.

**نکته:** هم‌بسته شدن دو متغیری که هیچ‌یک، علت دیگری نیست نیز امکان‌پذیر است. (یعنی ممکن است دو متغیر رابطه علت و معلولی نداشته باشند اما باهم هم‌بستگی داشته باشند).

## ● مشاهده

### ○ مشاهده مستقیم (طبیعی)

در روش مشاهده مستقیم (طبیعی)، روانشناس رفتار موجود زنده را در شرایط عادی و طبیعی زندگی مطالعه می‌کند و هیچ دخل و تصرفی در آن به عمل نمی‌آورد. روش مشاهده مستقیم برای توصیف رفتار و موقعیتی که رفتار در آن اتفاق افتاده مفید است.

**نکته:** در مراحل اولیه پژوهش بهترین راه رسیدن به یک توضیح، مشاهده مستقیم است.

در مواردی که مسئله تاحدودی جنبه زیست‌شناختی دارد، روش مشاهده نیز ممکن است مستلزم کار در آزمایشگاه باشد. مسترز و جانسون در بررسی مشاهده مشهور خود درباره جنبه‌های فیزیولوژیایی رفتار جنسی آدمی 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 می‌بیند).

**نکته:** پدیده‌هایی را که مشاهده مستقیم آن‌ها میسر نیست، با استفاده از زمینه‌یابی (پرسش‌نامه‌ها و مصاحبه‌ها) و یا شرح‌حال‌نگاری

می‌توان به‌طور غیرمستقیم مشاهده کرد.

### ○ روش زمینه‌یابی

مسائلی که تحقیق درباره‌ی آن‌ها از راه مشاهده مستقیم دشوار است را می‌توان از طریق مشاهده غیرمستقیم، یعنی با استفاده از **زمینه‌یابی** (**پرسش‌نامه و مصاحبه**) بررسی کرد.

در روش زمینه‌یابی، پژوهشگر، به‌جای مشاهده منظم رفتار، از **خود شخص می‌پرسد** که چنین رفتاری دارد یا نه. به‌عبارت دیگر، زمینه‌یاب از مصاحبه شونده درباره‌ی نگرش‌ها و رفتارشان پرس‌وجو می‌کنند. از زمینه‌یابی‌ها برای گردآوری اطلاعات درباره‌ی عقاید سیاسی، رجحان‌های خریدکنندگان و ... استفاده می‌شود.

**نکته:** از آنجا که مردم می‌کوشند تصویر بهتری از خود ارائه کنند، روش زمینه‌یابی با **سوگیری** توأم است.

**اثر مطلوبیت اجتماعی:** زمانی رخ می‌دهد که فرد سعی می‌کند خود را خوب جلوه دهد تا در نظر دیگران مطلوب جلوه کند. مثلاً فرد مقدار ورزش روزانه خود را بیشتر از میزان واقعی گزارش می‌دهد.

زمینه‌یابی رضایت بخش مستلزم آن است که: پرسش‌نامه‌هایی دقیق و از پیش آزمون‌شده در گروه نمونه‌ای از مردم اجرا شود. **این گروه نمونه** باید طوری انتخاب شود که **معرف** جامعه دردست بررسی باشد.

**نکته:** اعتبار زمینه‌یابی در **گروه معرف** بودن پاسخ‌دهندگان از جمعیت مورد بررسی است.

### ○ شرح حال‌نگاری

**شرح حال‌نگاری** یا **تهیه زندگی‌نامه** افراد یکی دیگر از ابزارهای مشاهده غیرمستقیم است.

در شرح حال‌نگاری از مردم می‌خواهند بگویند که در **گذشته**، در زمینه موردنظر 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 به‌شمار 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 **تحریف شده** یا **ناقص** هستند. محدودیت **شرح حال‌نگاری** باعث می‌شود که در آزمون نظریه یا اثبات فرضیه چندان فایده‌ای نداشته باشد، ولی از این روش می‌توان برای **پیشنهاد فرضیه** بهره جست.

### ● روش بالینی (کلینیکی)

در روش بالینی به **مطالعه عمیق یک فرد یا گروه** پرداخته می‌شود. (مطالعه موارد خاص)

در روش بالینی، روانشناس همه اطلاعات به‌دست آمده از فرد (مصاحبه، مشاهده، آزمون و...) را به‌عنوان 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 دور می‌کند. (عینیت پایین)

### ● مرور منابع

مرور منابع عبارت است از **تلخیص عالمانه پژوهش‌های موجود درباره موضوع مشخص**

مرور منابع به دو صورت است:

**مرور روایتی:** مؤلفان به **توصیف کلامی** مطالعات انجام شده در گذشته می‌پردازند و از میان شواهد روان‌شناختی موجود، یافته‌های پرقدرت را مطرح می‌کنند.

**فراتحلیل:** مؤلفان با استفاده از **فنون آماری** به ترکیب مطالعات انجام شده در گذشته و استخراج نتایج در دل آن‌ها می‌پردازند.

● **ملاحظات اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی**

اصول حاکم بر رفتار اخلاقی با آدمیان مورد آزمایش:

اصل اول. کمترین خطر: احتمال خطر در پژوهش نباید بیش از میزان آن در شرایط زندگانی عادی باشد.  
اصل دوم. رضایت آگاهانه: آزمودنی‌ها باید داوطلبانه در پژوهش شرکت کنند و بتوانند هر وقت بخواهند از پژوهش کنار روند بی آنکه به این خاطر جریمه شوند. پیش از شروع آزمایش نیز باید جنبه‌هایی از پژوهش که بر تصمیم‌گیری افراد به شرکت در آزمایش اثر می‌گذارد، با آنان در میان 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 دیگران قرار نگیرد.

**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 آدمیان (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 اجتماعی: روابط اجتماعی بین افراد و رفتار گروه‌ها را بررسی می‌کنند. به نحوه درک و تفسیر مردم از محیط اجتماعی خود و نحوه تأثیر دیگران بر باورها، نگرش‌ها و رفتار هر شخص بیشتر توجه دارند.  
روانشناسی شخصیت: بررسی افکار، هیجانات و رفتارهایی که سبک تعامل خاص هر شخص را با جهان تعیین می‌کنند. بیشتر به بررسی تفاوت‌های فردی آدمیان توجه دارند.  
**نکته:** همپوشی زیادی بین سه حوزه روانشناسی رشد، اجتماعی و شخصیت وجود دارد.  
روانشناسی بالینی: کاربرد اصول روان‌شناختی در امر تشخیص و درمان اختلالات هیجانی و رفتاری.  
روانشناسی مشاوره: وظایفی مشابه روانشناسان بالینی دارند، هرچند معمولاً سروکارشان با اختلالات خفیف‌تر است و اکثراً با دانش‌آموزان دوره متوسطه و دانشجویان کار می‌کنند.  
روانشناسان آموزشی: **آزمون کردن، راهنمایی و پژوهش.** روانشناسان آموزشی در زمینه ارزیابی اختلالات یادگیری و هیجانی با کودکان کار می‌کنند.  
روانشناسی تربیتی (پرورشی): کاربرد اصول روانشناسی در تعلیم و تربیت. روانشناسان تربیتی در زمینه یادگیری و تدریس تخصص دارند.  
روانشناسی صنعتی (سازمانی): گزینش افراد مناسب برای مشاغل گوناگون و تدوین برنامه‌های آموزش شغلی.  
روانشناسی مهندسی (مهندسان عوامل انسانی): در زمینه بهسازی رابطه بین آدم‌ها و ماشین‌ها فعالیت دارند.

**خلاصه فصل**

- تعریف روانشناسی: بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی.
- بقرات پدر علم پزشکی بود. مشاهدات بقرات سرآغاز رویکرد زیست‌شناختی بود.
- دیدگاه فطری‌نگری (سرشت‌گرایی): آدمیان با گنجینه‌ای از دانش و توان فهم واقعیت به دنیا می‌آیند. این دانش و فهم از طریق استدلال و درون‌نگری دقیق دست‌یافتنی است. افلاطون، دکارت و کانت از طرفداران فطری‌نگری هستند.
- دیدگاه تجربه‌گرایی (تربیت‌گرایی): دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان کسب می‌شود. تجربه‌گرایی عمدتاً با نام جان لاک پیوند دارد.
- تداعی‌گرایی: ذهن از اندیشه‌هایی انباشته می‌شود که از طریق حواس به آن راه می‌یابند و طبق اصولی از قبیل مشابهت و تضاد به هم پیوند می‌یابند.
- تأسیس نخستین آزمایشگاه روانشناسی توسط ویلهلم وونت، سرآغاز روانشناسی علمی بود.
- محور اصلی تحقیقات وونت، کشف عناصر یا ساختارهای بنیادی فرایندهای ذهنی (یا هشیاری) بود.

- ساخت‌گرایی (شیمی روانی): تحلیل ساختارهای ذهنی (تحلیل عناصر هشیاری).
- کارکردگرایی: ذهن چگونه کار می‌کند (عملکرد ذهن) که جاندار موفق به انطباق و سازگاری با محیط و عمل در آن می‌شود.
- روش مطالعه، در ساخت‌گرایی، درون‌نگری به همراه آزمایش و در کارکردگرایی، درون‌نگری به همراه مشاهده بود.
- ساخت‌گرایی بر پیوستگی (محتوای هشیاری) تأکید می‌کند و کارکردگرایی بر چرایی (چگونگی عمل فرایندهای هشیاری).
- ساخت‌گراها به درون ذهن (مؤلفه‌های ذهن) و کارکردگراها به دنیای بیرون (دنیای بیرون) علاقه داشتند.
- روانشناسی گشتالت «کافکا، کهلر، ورتهایمر»: کل چیزی متفاوت از مجموع اجزای آن است. 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.
- پیشرفت‌های نوین در روانشناسی عبارت‌اند از: نظریهٔ خبرپردازی یا پردازش اطلاعات (هربرت سیمون)، روانشناسی زبان (نوام چامسکی) و روانشناسی عصب‌شناختی (راجر اسپری).
- رویکرد روان‌کاوی یا روان‌پویایی (فروید): تأکید بر فکر ناهشیار، تعارض غرایز زیست‌شناختی (غرایز جنسی و پرخاشگری) با توقعات جامعه و تجربه‌های خانوادگی اولیه.
- هستهٔ اصلی نظریهٔ روان‌کاوی فروید مفهوم ناهشیار (ناخودآگاه) است. ناهشیار عبارت است از افکار، نگرش‌ها، تکانه‌ها، امیال، انگیزه‌ها و هیجان‌هایی که خودمان از وجود آن‌ها آگاهی نداریم. روش اصلی دسترسی به ناهشیار، تداعی آزاد است.
- جبرگرایی روانی فروید: هیچ رفتاری تصادفی نیست؛ افراد براساس انگیزش‌های درونی و ناهشیار عمل می‌کنند.
- رویکرد رفتاری: بیشتر با محرک‌ها و پاسخ‌های قابل مشاهده (S-R) سروکار دارد.
- نظریهٔ شناختی-اجتماعی (آلبرت بندورا)، یکی 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.
- رویکرد شناخت‌گرایی: 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)
- رویکرد پدیدارشناختی (انسان‌گرایی): رفتار آدمی تابع درک او از جهان است، نه تابع واقعیت جهان. پدیدارشناسی بر خصوصیات منحصر به فرد انسان‌ها، آزادی و ارادهٔ انسان‌ها، تجربه‌های ذهنی فرد و انگیزش در جهت خودشکوفایی تأکید می‌ورزد.
- رویکرد پدیدارشناختی از دیرباز 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 ساخت‌گرایی است و تیچنر، مؤسس آن است. ویلیام جیمز مؤسس کارکردگرایی است.
- سیگموند فروید، بنیان‌گذار رویکرد روان‌کاوی است. مؤسس یا بنیان‌گذار واقعی رفتارگرایی (روانشناسی محرک-پاسخ) جان. بی. واتسون بود.
- نخستین گام در هر طرح پژوهشی، ساختن فرضیه است. فرضیه؛ یعنی گزاره و عبارتی که بتوان آن را آزمایش کرد.
- نظریهٔ علمی مجموعه‌ای از گزاره‌ها دربارهٔ هر پدیدهٔ معین است.
- نیرومندترین روش علمی، آزمایش است.
- امکان کنترل متغیرها، مشخصه‌ای است که روش آزمایشی را از سایر روش‌های مشاهدهٔ علمی متمایز می‌کند.
- روش همبستگی به بررسی ارتباط یا پیوند دو یا چند متغیر می‌پردازد.
- روش آزمایشی می‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند. اما روش همبستگی نمی‌تواند.
- اصول اخلاقی در پژوهش‌ها: اصل کمترین خطر (اولین اصل)، اصل رضایت آگاهانه، اصل رعایت حریم خصوصی.
- کاهش‌گرایی (تقلیل‌گرایی): کاهش دادن مفاهیم روان‌شناختی به مفاهیم زیست‌شناختی.
- ادراک پریشی چهره‌ای به دلیل آسیب ناحیه معینی از نیمکرهٔ راست مغز به وجود می‌آید.

- خطای بنیادین اسناد: توجیه رفتار با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد.
- اثر پالایشی: ابراز پرخاشگری از راه تماشای آن سبب کاهش پرخاشگری می‌شود. شواهد، اثر پالایشی را تأیید نمی‌کنند.
- نواحی مسئول بازشناسی چهره عمدتاً در نیمکره راست قرار دارند.
- هیپوکامپ (دم اسب) مغز، در تحکیم خاطرات نقش دارد.

### سوالات کنکور سراسری

- ۱) نیروی سوم در علم روانشناسی کدام است؟ (سراسری ۱۳۸۶)
- ۱) انسان‌گرایی (۲) رفتاری (۳) زیستی (۴) شناختی
- ۲) کدام رویکرد روان شناختی تأکید دارد که آدمی گیرنده نافع‌ال محرک نیست؟ (سراسری ۱۳۸۶)
- ۱) پدیدارشناختی (۲) رفتاری (۳) شناختی (۴) عصبی - زیستی
- ۳) خود گزارش‌دهی نظام‌مند و مشروح اشخاص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی، برای توصیف مؤلفه‌های ذهن، روش مرسوم کدام رویکرد است؟ (سراسری ۱۳۹۰)
- ۱) رفتارگرایی (۲) روان تحلیل‌گری (۳) کارکردگرایی (۴) ساختارگرایی
- ۴) در کدام مکتب روان شناختی، عناصر تشکیل‌دهنده تجربه آگاه به روش درون‌نگری مورد مطالعه قرار می‌گیرند؟ (سراسری ۱۳۹۱)
- ۱) زیست‌شناختی (۲) ساخت‌گرایی (۳) روان تحلیل‌گری (۴) کنش‌گرایی
- ۵) نخستین اصل حاکم بر رفتار اخلاقی در پژوهش‌های روان شناختی کدام است؟ (سراسری ۱۳۹۲)
- ۱) رضایت آگاهانه (۲) کم‌ترین احتمال خطر (۳) رعایت حریم خصوصی (۴) بیان صادقانه در علم
- ۶) طراحی روش‌ها و برنامه‌های تدریس در حوزه کدام رشته تخصصی روانشناسی است؟ (سراسری ۱۳۹۴)
- ۱) رشد (۲) تطبیقی (۳) تربیتی (۴) آموزشی
- ۷) قانون ترمیم مربوط به کدام رویکرد است؟ (سراسری ۱۳۹۴)
- ۱) شناختی (۲) گشتالت (۳) روان‌کاوی (۴) رفتاری
- ۸) موضوع روانشناسی و روش آن از نظر ویلهلم وونت کدام است؟ (سراسری ۱۳۹۴)
- ۱) هشیاری - درون‌نگری (۲) ناهشیاری - خویش‌نگری (۳) هشیاری - مشاهده بیرونی (۴) ناهشیاری - مشاهده درونی
- ۹) در خطای بنیادین اسناد، افراد در توضیح رفتار دیگران به کدام عامل بیشتر توجه می‌کنند؟ (سراسری ۱۳۹۴)
- ۱) تسهیل اجتماعی (۲) صفات شخصیتی (۳) عوامل موقعیتی (۴) هویت اجتماعی
- ۱۰) تأکید بر خصوصیات منحصر به فرد انسان و گرایش به سوی رشد، مربوط به کدام رویکرد است؟ (سراسری ۱۳۹۵)
- ۱) شناختی (۲) تکاملی (۳) پدیدارشناختی (۴) رفتاری
- ۱۱) «بررسی محتوای هشیاری انسان‌ها به روش شیمی روانی» مربوط به کدام دیدگاه است؟ (سراسری ۱۳۹۶)
- ۱) کنش‌گرایی (۲) رفتارگرایی (۳) ساخت‌گرایی (۴) شناخت‌گرایی
- ۱۲) تأکید بر اینکه «ذهن انباشته از نظرانی است که از طریق حواس وارد آن می‌شود» مربوط به کدام دیدگاه است؟ (سراسری ۱۳۹۶)
- ۱) ساختارگرا (۲) سرشت‌گرا (۳) تداعی‌گرا (۴) کارکردگرا

۱۳) براساس پژوهش‌های انجام شده در زمینه پرخاشگری، کدام نوع رفتار قربانی، پرخاشگر را به مداومت در رفتار پرخاشگرانه تشویق می‌کند؟ (سراسری ۱۳۹۸)

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

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

۱) خبر پردازی (۲) تکامل‌نگری (۳) کارکردگرایی (۴) بوم‌شناختی

۱۵) در کدام رویکرد تأکید بیشتری بر انطباق و سازگاری فرد با محیط شده‌است؟ (سراسری ۱۴۰۱)

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

## پاسخ تشریحی

۱) گزینه ۱

روان‌کاوی نیروی اول، رفتارگرایی نیروی دوم و انسان‌گرایی هم به عنوان نیروی سوم در روانشناسی شناخته می‌شود.

۲) گزینه ۳

رویکرد شناختی برای اراده و فعال بودن انسان اهمیت قائل است و روانشناسان شناختی ذهن را یک نظام حل مسئله فعال و آگاه می‌دانند. بنابراین رویکرد شناختی آدمی را گیرنده نافع‌ال محرک‌ها نمی‌داند.

۳) گزینه ۴

مکتب ساختارگرایی به دنبال تجزیه و تحلیل ساختارهای ذهنی و کشف مؤلفه‌های ذهن است. در این راه از درون‌نگری و آزمایش‌گری استفاده می‌کند.

۴) گزینه ۲

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

۵) گزینه ۲

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

۶) 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.

۷) گزینه ۲

قانون ترمیم یا بستگی مربوط به رویکرد گشتالت است و طبق آن گرایشی در فرد وجود دارد که همواره می‌خواهد تا شکل‌ها و موقعیت‌های ناجور و متقارن را تکمیل کند.

۸) گزینه ۱

موضوع روانشناسی از دیدگاه وونت هشیاری است و روش مورد استفاده وی نیز درون‌نگری است که باید با آزمایش تکمیل شود.

۹) گزینه ۲

خطای بنیادین اسناد اشاره به توجیه رفتار با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد دارد.

۱۰) گزینه ۳

رویکرد پدیدارشناسی (انسان‌گرا یا ذهن‌گرایی) معتقد است که نیروی انگیزش اصلی هر فرد گرایش به سوی رشد و خودشکوفایی است. در همه ما این نیاز اساسی وجود دارد که توانایی بالقوه خود را تا بالاترین حد ممکن شکوفا سازیم و به پیشرفتی فراتر از سطح کنونی خود دست یابیم.

۱۱) گزینه ۳

موضوع رویکرد ساخت‌گرایی بررسی مؤلفه‌های ذهن و در یک کلام هشیاری 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.

۱۲) گزینه ۳

تداعی‌گرایان منکر وجود مفاهیم و توانایی‌های ذاتی هستند و معتقد هستند که ذهن انباشته از مفاهیم و نظراتی است که از طریق حواس وارد آن می‌شوند و سپس از طریق اصولی نظیر مشابهت و تضاد با هم ارتباط و تداعی پیدا می‌کنند.

۱۳) 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 و تا وقتی تنبیه شوند (حمله متقابل کودک کتک خورده).

#### ۱۴) گزینه ۱

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 پیشین در قالب نظام‌های خبرپردازی (پردازش اطلاعات) عرضه شد. به اعتقاد رویکرد خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، انسان همچون رایانه موجودی پردازشگر تلقی می‌شود.

#### ۱۵) گزینه ۱

مراد 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.

روایاتان را زندگی کنید



## منابع

- جان دلیو. سانتراک (۱۴۰۰). *زمینه روانشناسی سانتراک*، ترجمه مهرداد فیروز بخت، جلد ۱ و ۲، تهران: انتشارات رسا.
- ریتا ال. اتکینسون و دیگران (۱۴۰۰)، *زمینه روانشناسی هیگارد*، ترجمه محمدتقی براهنی و دیگران، تهران: انتشارات رشد.
- گنجی، حمزه (۱۴۰۱)، *روانشناسی عمومی*، تهران: انتشارات ساوالان.



پل‌های ارتباطی ما با شما جهت برقراری ارتباط، پاسخگویی به سوالات  
و دسترسی به آموزش‌ها و مطالب مشاوره‌ای رایگان

