

# علم روانشناسی

● هزاران سال است که «روح و روان» ، ذهن انسان را به خود مشغول کرده است: این موضوع را می‌توان با نگاهی به آثار برجای مانده از گذشتگان استنباط کرد. انواع مختلفی از مراسم مذهبی یا غیر مذهبی که برای آرامش ارواح مردگان یا دور کردن ارواح خبیثه انجام می‌شد موید این مطلب است

# علم روانشناسی

● امروزه نیز به مانند گذشته «روح و روان» همان اهمیت گذشته خود را با وجود تغییرات بنیادی در ارزش‌ها و تعاریف ما از مسائل حفظ کرده است و کمتر کسی را می‌توان سراغ داشت که «علم روان‌شناسی» بی‌نیاز باشد. این علم با همه جوانب زندگی ما در ارتباط است. شیوه‌های تعامل والدین با فرزندان ، شیوه‌های فرزند پروری ، درمان مشکلات روانی و خانوادگی ، گزینش افراد مناسب برای یک کار ، تعلیم و تربیت دانش آموزان استثنایی و ... همه نمونه‌هایی از مسائل مربوط به روان‌شناسی است

# علم روانشناسی

---

روان شناسی علمی است که به بررسی علمی رفتار و  
فرآیندهای ذهنی می پردازد.

---

منظور از «رفتار» در روان شناسی ، آن دسته از فعالیت های  
جاندار است که بوسیله یک جاندار دیگر یا با دستگاه های  
آزمایشگاهی قابل مشاهده است

● منظور از «فرآیندهای ذهنی» یعنی آن دسته از فعالیت‌های جاندار که قابل مشاهده مستقیم نیست، ولی می‌توان آن را از روی آثارش در رفتار فرد استنباط کرد. نمونه‌هایی از رفتار عبارتند از : مطالعه کردن ، صحبت کردن ، ورزش کردن ، خوابیدن ، حرف زدن در خواب ، آب دهان انداختن ، گره کردن مشت‌ها و ... و نمونه‌هایی از فرآیندهای ذهنی عبارتند از : حل مسئله ، سبک تفکر ، تغییرات مربوط به حافظه و یادگیری ، ادراک و ...

● سال 1879 میلادی سال آغاز روانشناسی علمی است، سالی که «ویلهلم وونت» - بنیانگذار و پدر علم روانشناسی - اولین آزمایشگاه روان شناسی را رسماً در دانشگاه لایپزیک آلمان تأسیس کرد. این کار او باعث شد، روان شناسی از فلسفه جدا شود. روان شناسی وونت مبتنی بر مکتب درون‌نگری به عنوان روشی برای برای مطالعه ذهن و روان بود. درون‌نگری یعنی «مشاهده و تجزیه کردن فرآیندهای ذهنی هوشیار درون فرد (احساسات ، تصورات ، تفکرات) به همان صورتی که فرد (آزمودنی) اظهار می‌دارد.

- 
- در سال 1879 وونت اولین آزمایشگاه را برای انجام گرفتن تحقیقات روانشناسی در لایپزیک (آلمان) تاسیس کرد.
  - در سال 1881 وونت اولین مجله را برای معرفی نتیجه تحقیقات روانشناسی ، منتشر ساخت.
  - در سال 1890 ویلیام جیمز کتاب اصول روانشناسی را به چاپ رسانید.
  - در سال 1892 استانلی هال ، انجمن روانشناسی آمریکا را تاسیس کرد.
  - در سال 1904 ایوان پاولف نشان داد که چگونه می توان پاسخهای شرطی شده را ایجاد کرد و بدین وسیله مسیر یا راه را برای پیدایش روانشناسی محرك- پاسخ ، هموار ساخت.

- در سال 1905 آلفرد بینه اولین آزمون هوش را با موفقیت در فرانسه تهیه کرد .
- در سال 1909 استانی هال از فروید جهت سخنرانی در دانشگاه کلارک در امریکا دعوت به عمل آورد و در نتیجه باعث گردید شهرت رو به گسترش فروید به طور رسمی و خاصه در امریکا نیز پذیرفته شود.
- در سال 1913 جان بی . واتسون بیانیه رفتارگرایی کلاسیک را نوشت و طی آن اعلام کرد که روانشناسی تنها باید به مطالعه " رفتار قابل مشاهده موجود زنده " بپردازد.
- در بین سالهای 1914 و 1918 و در طی سالهای جنگ جهانی اول ، به کارگیری آزمون هوش به طور گسترده آغاز گردید.

- در دهه 1920 روانشناسی گشتالت به حداکثر نفوذ خود در بین روانشناسان و نیز در علم روانشناسی نزدیک شد ، در سال 1933 نفوذ نظریه های فروید و سخنرانیهای مقدماتی ولی جدید در زمینه روانکاوی " ، بیشتر تحکیم پیدا کرد.
- در سال 1943 کلارک هال از رفتارگرایی اصلاح شده که طی آن استنباط های دقیق درباره حالت های غیر قابل مشاهده درونی مجاز شمرده می شد ، دفاع کرد.
- در سال 1951 کارل راجرز با انتشار کتاب خود تحت عنوان " درمان متمرکز بر مددجو " باعث شد " نهضت بشر دوستانه " در روانشناسی آغاز گردد.
- در طی سالهای 1941 تا 1945 رشد سریع روانشناسی بالینی در پاسخ به تقاضای بسیار زیاد و فزاینده برای دریافت خدمات بالینی ( ناشی از صدمات حاصل از جنگ جهانی دوم ) ، آغاز شد.

- 
- در سال 1953 بی. اف. اسکینر کتاب معروف خود به نام " علم و رفتار آدمی " را منتشر ساخت و از نهضت رفتارگرایی همانند واتسون پشتیبانی کرد.
  - در سال 1954 آبراهام مزلو کتاب انگیزش و شخصیت را منتشر ساخت و باعث گردید " نهضت بشر دوستانه " بیشتر تقویت شود.
  - در طی دو ده 1950 و 1960 ، جرقه های تحقیقات جدید باعث گردید علاقه نسبت به شناخت اساس فیزیولوژیکی رفتار و فرایندهای شناختی مجدداً ایجاد گردد.
  - در سال 1971 اسکینر با انتشار کتاب مجادله انگیز خود تحت عنوان "فراسوی آزادی و حرمت" ، خشم مردم را نسبت به " رفتارگرایی بنیادگرا " برانگیخت.

- 
- در سال 1978 هربرت سیمون به خاطر تحقیقات با ارزشی که در زمینه "شناخت" انجام داده بود ، برنده جایزه نوبل گردید.
  - در دهه 1980 نیاز به استقلال جمعی و از طرف دیگر تنوع و گوناگونی فرهنگی در جوامع غربی باعث گردید علاقه برای پاسخ دادن به این سوال که " چگونه عوامل فرهنگی رفتار آدمی را شکل میدهند " بطور فزاینده افزایش یابد.
  - در سال 1981 راجر اسپری به خاطر تحقیقات خود در زمینه دو پاره مخ برنده جایزه نوبل ( در فیزیولوژی و پزشکی) گردید و ...



---

● به هر حال ، مروری بر تاریخچه روانشناسی پس از پذیرش آن به عنوان يك علم نشان میدهد که در طی ۲۰ سال، به پیشرفتهای زیادی نائل آمده است و در دهه اخیر ، روانشناسان ( خاصه در کشورهای پیشرفته صنعتی) در ابعاد گوناگون حیات آدمی به انجام دادن فعالیتهای پژوهشی، آموزشی و مشاوره ای اشتغال دارند.

- 
- بر اساس گزارش انجمن روانشناسی آمریکا که در سال 1993 انتشار یافته است، رشته های اصلی مورد علاقه " محققان " روانشناسی و درصد روانشناسانی که در هر يك از این رشته ها به فعالیت اشتغال دارند ، عبارتند از :
  - روانشناسی رشد (1/25 درصد)،
  - روانشناسی اجتماعی (6/21 درصد) ،
  - روانشناسی آزمایشی (18/15 درصد)،
  - روانشناسی فیزیولوژیکی ( 4/8 درصد) ،
  - روانشناسی شناختی ( 4/5 درصد ) ،
  - شخصیت (3/5 درصد) ،
  - و روانسنجی (8/4 درصد).

# علوم پایه

[illegible]

# مکاتب روانشناسی

## ● مکتب زیست شناختی

- مغز آدمی با 1100 گرم تا 1400 گرم در حدود ده میلیارد نورون عصبی و ارتباطات پیچیده بین آنها ، احتمالاً پیچیدهترین ساختار در عالم هستی است. همچنین انواعی از غدد در داخل بدن قرار دارند که تحت فرمان مغز در رفتار و اعمال ما تغییراتی ایجاد می کنند. در این مکتب سعی می شود. پیوندهای رفتار با عصب و هورمون بدن شناخته شود. در عین حال موجودات دارای یک ریشه وراثتی هستند که ما را از همان بدو باروری تخمک از دیگران متفاوت می کند. شناخت اثرات توراث در رفتار و شخصیت از دیگر زمینه های رویکرد زیست شناختی می باشد.

# مکتب رفتار گرایی

● جان. بی. واتسون بنیانگذار رفتار گرایی کسی بود که علیه سنت زمانه خود «درون گرایی» قیام کرد و خواستار روان شناسی عاری از درون گرایی شد. درون گرایی وونت دارای اشکالاتی بود نظیر توجه به مسائلی که با مشاهده و روش‌هایی عینی قابل اندازه گیری نیست. به اعتقاد واتسون برای اینکه روان شناسی بصورت واقعی «علم» نامیده شود

# مکتب رفتاری

● نارضایتی روان شناسان از محدودیت‌های درون نگری وونت باعث شد رفتارگرایی به سرعت رواج یابد (بخصوص در دهه 1920). در آمریکا طی این سالها روان شناسان جوان‌تر تا مدت‌ها خود را «رفتارگرا» می‌نامیدند. همچنین تعریف «روان شناسی یعنی علم رفتار» از همین زمان ها رواج پیدا کرد

# مکتب روانکاوی

● این مکتب همزمان با رفتار گرایی ولی در شاخه‌ای جدا از علوم انسانی یعنی پزشکی ، عصب شناسی و روان پزشکی) توسط «زیگموند فروید» پایه گذاری شد.

این رویکرد با استفاده از نتایج علوم پزشکی و هیپنوتیزم (خواب تلقینی) دیدگاهی متهورانه در زمینه «انسان و شخصیت» او ارائه کرد. دیدگاهی که به مثابه یک انقلاب در حوزه علوم پزشکی و علوم انسانی بود.

فروید ذهن را به سه قسمت «خودآگاه ، نیمه‌آگاه و ناخودآگاه» تقسیم کرد و اساس نظریه‌های خود را بر محور ناخودآگاه قرار داد. ناخودآگاه ، تمامی باور ، ترس‌ها ، آرزوها و امیال است که به نحوی در دوران کودکی (مثل تنبیه شدن یا منع شدن) از حوزه آگاهی فرد طرد شده‌اند (سرکوبی). این طرد به معنی از بین رفتن آنها نیست بلکه آنها در ناخودآگاه فرد فعال هستند و قسمت اعظم رفتار او را شکل می‌دهند.

# مکتب گشتالت گرای

- این مکتب در آلمان و در مقابل دیدگاه رفتار گرای ، بوجود آمد. گشتالت یک واژه آلمانی به معنی «کل و یکپارچه» است. بدین ترتیب مکتب گشتالت و طرفداران آن کل گرا هستند. آنها مخالف تجزیه رفتار به قسمت کوچکتر بدون در نظر گرفتن کلیت آن هستند. در نظر آنان کل چیزی متفاوت و فراتر از اجزا است و این کل است که به اجزا معنی و مفهوم و هدف می‌دهد.

# مکتب شناخت گرایي

- این مکتب بر مطالعه روی فعالیت‌های عالی مغز یعنی به یاد سپردن ، استدلال کردن ، تصمیم گرفتن و حل مسئله تاکید می‌کند. موضوعاتی که با مشاهده مستقیم و عینی قابل بررسی و مطالعه نیستند، اما می‌توان آنها را بصورت غیر مستقیم ارزیابی و استنباط کرد. نظریه‌های این مکتب نوعی بازگشت به اصول اولیه زیبایی و روان شناسی در قرن نوزده می‌باشد، با این تفاوت که روش و ابزار مطالعه علمی‌تر است.

# مکتب انسان گرایی

- این مکتب بر انسان و تجارب شخصی او (ادراک شخصی) از واقعیات تکیه دارد. در واقع این انسان است که صرف انسان بودن مورد توجه قرار می‌گیرد. این مکتب از ادبیات و معارف انسانی برای اثبات نظریاتش استفاده می‌کند و حتی گاهی مخالف روش علمی در روان شناسی است این یک رویکرد افراطی و متضاد است.

# تحقیق آرشیوی

● این روش به تجزیه تحلیل اطلاعات موجود در بایگانیها و سوابق موجود درباره وقایع و رویدادهای گذشته اطلاق می‌شود. اگر یک روانشناس اجتماعی بخواهد درباره مسائل روانشناسی اجتماعی دوران صفویه تحقیق کند راهی به جزء مراجعه به آرشیوها، کتابهای تاریخ، نوشته‌ها، نامه‌ها و سفرنامه‌های که حاوی اطلاعاتی درباره دوره صفویه هستند، ندارد.

# تحقیق زمینه یابی

- این روش به اسامی دیگری چون تحقیق پیمایشی و تحقیق نظرخواهی نیز نامیده شده است، هنگامی بکار می رود که محقق بخواهد با نظرخواهی از یک گروه نمونه انتخاب شده ، نظر یک جامعه آماری بزرگ را درباره موضوعهای مختلف بداند. نمونه های که در کشور ما رایج است، نظرخواهی های است که از مردم درباره ویژگیهای کارگر نمونه ، معلم نمونه ، نماینده مجلس شورای اسلامی صورت می گیرد. کاملترین صورت تحقیق زمینه یابی رفراندوم است که در آن از کل یک جامعه آماری درباره موضوعی مانند نوع حکومت نظرخواهی می شود.

● برای جمع آوری اطلاعات در تحقیق زمینه یابی از مصاحبه و پرسشنامه استفاده می شود؛ مصاحبه روشی است که محقق طبق یک برنامه از پیش تعیین شده از آزمودنی ها بطور شفاهی سؤالاتی کرده و پاسخ آن را ثبت می کند. این مصاحبه می تواند حضوری ، تلفنی ، تلویزیونی و رادیوی باشد. روش پرسشنامه ، که در آن پاسخ دهنده سؤالاتی را که از پیش نوشته است، خود مطالعه کند و به آنها به صورت کتبی پاسخ بدهد. در هر حالت ، محقق حیطه تحقیق خود را مشخص کرده و بعد مجموعه ای از سؤالات را طرح می کند که پی به باورها ، نگرشها و تجربه های آزمودنی های گروه نمونه در رابطه با موضوع تحقیق ببرد.

# تحقیق میدانی

---

● در این روش محقق مدتی در میان جامعه مورد تحقیق خود زندگی می‌کند و به تحقیق درباره موضوعی خاص در آن محیط می‌پردازد. محقق هیچگونه دستکاری در محیط انجام نمی‌دهد، بلکه بدون هیچ دخالتی در جریان طبیعی رویدادها تا آنجایی که می‌تواند اطلاعات جمع‌آوری می‌کند در این تحقیق میدانی، مشاهده عنصر اصلی را تشکیل می‌دهد.

# آزمایش طبیعی

● در این روش آزمایشگر طرح آزمایش خود را پس از وقوع یک سانحه طبیعی مثل **زلزله** یا **سیل** اجرا می‌کند. نمونه‌های مختلفی از این آزمایشها بوسیله والاس و جانیس انجام گرفته است. در این پژوهشها واکنشهای افراد در برابر ویرانیها و تلفات جانی ایجاد شده بوسیله **طوفان** و **گردباد** مورد بررسی قرار گرفته و نتیجه گیریهای جالبی در زمینه اینگونه واکنشها از قبیل بهت زدگی، انکار، پذیرش تدریجی و کوشش برای جبران و بازسازی بدست آمده است.

## ● مطالعات همبستگی

یک مطالعه همبستگی از آمارها جهت تعیین اینکه اگر یک متغیر به همراه متغیر دیگر مجدداً رخ می‌دهد یا خیر، استفاده می‌نماید. به عنوان مثال، ممکن است یک شخص علاقه داشته باشد که بداند آیا سیگار کشیدن با احتمال ابتلا به سرطان ریه در ارتباط هست یا خیر. یک راه ساده پاسخ گفتن به این سؤال آنست که گروهی از افراد سیگاری را در نظر گرفته و نسبت آنهایی را که در یک مدت زمان مشخص به سرطان ریه مبتلا گشته‌اند را برآورد نمائیم. در این مورد خاص، ممکن است نتیجه حاصله حاکی از همبستگی بالای این دو عامل با یکدیگر باشد. (قبلاً ثابت شده است که توتون اثرات زیانباری بر ریه انسان وارد می‌سازد).

به هر حال، تنها بر پایه همین رابطه همبستگی، نمی‌توان به‌طور قاطع قضاوت نمود که کشیدن سیگار «علت» ابتلا به سرطان ریه است. فقط می‌توان گفت آنهایی که مستعد سرطان هستند بیشتر آنهایی هستند که سیگار نیز می‌کشند. با مثال روشن نمودن این واقعیت که همبستگی بر علیت دلالت ندارد این مورد را به

یکی از اصلی‌ترین محدودیت‌های مطالعات همبستگی تبدیل می‌نماید

# مطالعات طولی



مطالعات طولی نوعی روش تحقیق است که به مشاهده یک گروه در یک دوره زمانی مشخص می‌پردازد. مزیت این روش آن است که می‌توان چگونگی تاثیر گذاری یک وضعیت در افراد را طی مدت زمان طولانی مورد نظر قرار داد. ولی در هر صورت، از آنجا که نمی‌توان تفاوت‌های فردی اعضا گروه را کنترل نمود، نتیجه‌گیری در باره کل گروه مشکل خواهد بود.

---

● روش بالینی

● کاربرد روش مشاهده به شیوه کاملاً خاص

● معنی دادن به رفتار آدمی

● کشف ناکامی ها - تعارضات-شیوه برخورد با آن

● مطالعه عمیق رفتار آدمی

● اطلاعات بدست آمده از تاریخچه زندگی بیمار - گواهی

اطرافیان- مشاهده رفتار- مصاحبه چهره به چهره همراه با

اطلاعات زیستی و روانکاوی در کنار یکدیگر به تعمیم

رفتار آدمی کمک میکنند.

---

● استفاده از آزمون ها:

● در روانشناسی کاربردی استفاده میشود

● ارزش پیش بینی دارند

● آزمون هوش ..... استعداد ..... رشته تحصیلی

---

● روانکاوی

● روش روانکاوی با روش بالینی ارتباط نزدیکی دارد

● ارتباط بین خودآگاه و ناخودآگاه

● شناسایی ماهیت ناخودآگاه فرد

● روش تداعی آزاد

● در تداعی آزاد زنجیره ای از کلمات شکل میگیرند, تغییر

شکل میدهند, و جهت خاصی می یابند که دنبال کردن این بی  
نظمی ها موجود در تداعی ها به پدیده های ناآگاه بر میگردد.