

بسم الله الرحمن الرحيم

فصل اول:

تکامل روان‌شناسی

روان‌شناسی

روان‌شناسی که معادل کلمه Psychology در زبان انگلیسی است، از ترکیب دو کلمه یونانی Psyche به معنی روح و logos به معنی مطالعه یک موضوع به دست آمده است. این ترکیب در قرن شانزدهم برای مطالعه روح و ذهن شکل گرفت و در قرن هجدهم به مطالعه ذهن منحصر شده و بالاخره در تحولات بعدی، تنها به مطالعه تجربی رفتار انسان اختصاص پیدا کرد.

پیش از شکل‌گیری روان‌شناسی، به عنوان علمی تجربی، دین، فلسفه و عرفان، با روش‌های خاص خود، به مطالعه جنبه‌های روحی انسان می‌پرداخته‌اند. برخی از مولفان روان‌شناسی، روش فلسفه را گمانه‌زنی یا Speculation می‌دانند که قدمتی به طول تاریخ بشری دارد.

شکل‌گیری روان‌شناسی به عنوان یک علم

پس از شکل‌گیری رشته‌های گوناگون علم از قبیل فیزیک، شیمی و زیست‌شناسی، مطالعه علمی رفتار انسان، در شاخه فیزیولوژی و با روش‌های اختصاصی آن، به تدریج آغاز شد. فیزیولوژیست‌ها، بعد از فلاسفه، که موضوعات روان‌شناختی را با روش برهانی مطالعه می‌کردند، مطالعه تجربی و آزمایشگاهی آن را آغاز کردند.

مسائلی از قبیل چگونگی احساس و تبدیل آن به آگاهی و یا میزان انطباق احساس‌های انسانی با واقعیت‌های بیرونی، از جمله مسائل مورد علاقه فیزیولوژیست‌ها بود. تا به اینجا روان‌شناسی بخشی از فلسفه یا فیزیولوژی به شمار می‌آمد.

رشد مطالعات روان‌شناختی در دل فیزیولوژی، منجر به پیدایش زمینه برای استقلال آن و شکل‌گیری یک رشته علمی مستقل شد. این جریان با تأسیس اولین آزمایشگاه روان‌شناسی توسط ویلهلم وونت (Wilhelm Wundt ۱۸۳۲-۱۹۲۰) در شهر لایپزیک آلمان در سال ۱۸۷۹، محقق شد.

اولین موضوعی که وونت برای مطالعات روان‌شناختی خود در نظر گرفت، هشیاری (consciousness) بود. او می‌خواست تجربه بی‌واسطه، یعنی تجربه خالص و به دور از تأثیر یادگیری را مطالعه کند. این دیدگاه به مدت بیست سال بر روان‌شناسی آن روزگار حاکم بود.

ساخت‌گرایی

شاگرد وونت یعنی ادوارد تیچنر (Edward Titchener) از اهالی انگلستان بود و در سال ۱۸۹۲، به آمریکا مهاجرت کرد. او دیدگاه ساخت‌گرایی وونت را با نگاه خاص خود، به آمریکا برد. ساخت‌گرایی او بر این عقیده استوار بود که تکلیف روان‌شناسی تجزیه‌کردن هشیاری به عناصر اصلی آن و بررسی چگونگی ارتباط این عناصر است. به سنت فیزیک که می‌خواست اجزای اشیا را برای شناخت بهتر آن‌ها تجزیه کند، روان‌شناسی ساخت‌گرایانه هم می‌خواست عناصر اساسی تجربه هشیار، یعنی حس‌ها، احساس‌ها و تصورات ذهنی را مشخص کرده مورد بررسی قرار دهد.

گرچه ساخت‌گرایان مسایل متعددی را بررسی می‌کردند، اغلب تحقیقات آن‌ها به احساس و ادراک در حواس بینایی، شنوایی و لامسه مربوط می‌شدند. ساخت‌گرایان برای بررسی محتویات هشیاری از روش درون‌نگری (Introspection) یا خودنگری دقیق و منظم فرد در مورد تجربه هشیار خودش، استفاده می‌کردند. آنان افرادی را به نام آزمودنی (Subject) برای انجام این‌گونه مطالعات تربیت می‌کردند.

کارکردگرایی

ویلیام جیمز (William James ۱۸۴۲-۱۹۱۰) موضوع روان‌شناسی را کارکرد یا هدف هشیاری اعلام کرد. او معتقد بود که روان‌شناسی به جای ساختار هشیاری، باید کارکرد آن را مورد بررسی قرار دهد. جیمز تحت تأثیر دیدگاه تحولی داروین، معتقد بود که هشیاری ویژگی مهم گونه انسانی است. او اظهار داشت که روان‌شناسی باید به‌جای ساختار هشیاری، کارکرد آن را بررسی کند. او در مقایسه با ساخت‌گرایان که در بررسی هشیاری نقاط را کدی از آن را بررسی می‌کردند، در صدد آن بود که فرایند هشیاری را که "جویبار هشیاری" می‌نامید، مطالعه کند.

کارکردگرایان، در مقایسه با ساخت‌گرایان که به آزمایشگاه‌گرایش داشتند، می‌خواستند چگونگی سازگاری رفتار افراد با دنیای واقعی پیرامونشان را مورد بررسی قرار دهند.

کارکردگرایی چون جی. استانلی هال؛ جیمز مک کین کتل و جان دیویی، در باره روان آزمایی، الگوهای رشد در کودکان، اثربخشی روش‌های آموزشی و تفاوت‌های رفتاری بین زن و مرد شروع به تحقیق کردند.

رفتارگرایی

از حدود سال ۱۹۰۰، رفتارگرایی، توسط جان برادوس واتسون (John b. Watson ۱۹۸۵ - ۱۸۷۸)، نفوذ و قدرت خود را در حوزه روان‌شناسی به میان آورد. واتسون با توجه به اصل اثبات‌پذیری (Verifiability) در علم، معتقد بود که موضوع روان‌شناسی باید چیزی باشد که قابل مشاهده برای دیگران باشد؛ و آن رفتار (Behavior) است. او معتقد بود که روان‌شناسی باید هشیاری را رها کرده و رفتار را به عنوان موضوع خود انتخاب کند.

رفتار به هرگونه پاسخ یا فعالیت ارگانیزم اشاره دارد که آشکار یا قابل مشاهده باشد.

با رویکرد رفتارگرایی، دو تغییر بنیادی در حوزه روان‌شناسی اتفاق افتاد: ۱ - اهمیت یافتن تربیت در مقابل طبیعت و ۲ - رواج مطالعات حیوانی به عنوان گذرگاهی برای شناخت رفتارهای انسانی

روان‌شناسی گشتالت

با این حال که رفتارگرایی با اقبال زیادی در آمریکا مواجه شد ولی رویکردهایی چون روان‌شناسی گشتالت (Gestalt) در آلمان به مخالفت با رفتارگرایی پرداخت.

روان‌شناسان گشتالت هنوز به هشیاری به عنوان اصلی‌ترین موضوع روان‌شناسی تأکید داشتند.

روان تحلیل‌گری (روان‌کاوی)

به موازات رفتارگرایی در آمریکا، در اروپا و در کشور اتریش، زیگموند فروید (Sigmund Freud) مکتب روان‌کاوی (Psychoanalysis) را مطرح کرد. این نام از روشی که او برای شناخت و درمان بیماری‌ها استفاده می‌کرد، گرفته شده است.

فروید که یک عصب‌شناس بود، در جریان درمان بیماری‌هایی چون هراس‌ها، وسواس‌ها و اضطراب‌ها، به نقش ناهشیار (Unconsciousness)، پی برد.

ناهشیار شامل افکار، خاطرات و امیالی است که زیر سطح آگاهی هشیار هستند ولی با این حال، تأثیر زیادی بر رفتار دارند.

روش روان‌کاوی بر تحلیل لغزش‌های زبانی، تحلیل رؤیا و نیز تداعی‌های آزاد، استوار است. روان‌کاوی با طرح موضوع ناهشیار و با استفاده از روش‌های خاص خود در صدد شناخت عوامل ناهشیار تعیین‌کننده رفتار، شخصیت، انگیزش و اختلال‌های روانی است.

قدرت گرفتن مجدد رفتارگرایی

پس از قدرت گرفتن روان‌کاوی و ضعف موقت رفتارگرایی، بی. اف. اسکینر (B.F. Skinner ۱۹۹۰ - ۱۹۰۴)، در حدود ۱۹۵۰ با بازگشت مجدد به دیدگاه محرک - پاسخ واتسون، جان دوباره‌ای به رفتارگرایی بخشید.

اسکینر با طرح نظریه شرطی‌ابزاری، وجوه تازه‌ای از رفتارگرایی را به جهان علم عرضه کرد. اصل بنیادی رفتار که توسط اسکینر مطرح شد چنین است: ارگانیزم‌ها پاسخ‌هایی را تکرار می‌کنند که به نتایج مثبت می‌انجامد و پاسخ‌هایی را که به نتایج خنثی یا منفی منجر می‌شوند، تکرار نمی‌کنند. مطالعات اسکینر امروزه در حوزه وسیعی از رفتارهای انسانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. کارخانه‌ها، مدارس، زندان‌ها، بیمارستان‌های روانی و... از نتایج پژوهش‌های اسکینر استفاده می‌کنند. تنها وجه مشترک نظریه روان‌کاوی و رفتارگرایی، جبرگرایی (Determinism) یا نفی اراده آزاد انسانی است.

انسان‌گرایی

در دهه ۱۹۵۰ جریان سومی در روان‌شناسی شکل گرفت که به موج سوم یا انسان‌گرایی (Humanism) شهرت پیدا کرد

اتهام اصلی انسان‌گرایان به دو جریان روان‌کاوی و رفتارگرایی، وجه "انسانیت‌زدای" این دو نظریه است.

انسان‌گرایی گرایشی نظری است که بر ویژگی‌های منحصر به فرد انسان‌ها، مخصوصاً آزادی و پتانسیل آنان برای رشد شخصی تاکید می‌ورزند.

برجسته‌ترین معماران جنبش انسان‌گرایی، کارل راجرز (Carl Rogers ۱۹۸۷ - ۱۹۰۲) و آبراهام مزلو (Abraham Maslow ۱۹۷۰ - ۱۹۰۸) بودند.

توسعه دیدگاه شناختی؛ بازگشتی نو به هشیاری

دهه‌های ۵۰ و ۶۰ قرن بیستم، شاهد شکسته شدن تحریم رفتارگرایی در مورد بررسی فرایندهای درونی بود. این حرکت خود را در قالب توسعه روان‌شناسی شناختی نشان داد. تأکید روان‌شناسی شناختی بر شناخت‌شناسی تجربی انسان است.

شناخت اشاره دارد به فرایندهای ذهنی که در فراگیری دانش دخالت دارند. به عبارت دیگر شناخت، تفکر یا تجربه هشیار را شامل می‌شود.

پیشرفت‌های روان‌شناسی شناختی، حاصل تحقیقات رشد شناختی پیاژه (۱۹۵۴)، حافظه میلر (۱۹۵۶)، زبان چامسکی (۱۹۵۷) و مسأله‌گشایی نیوول، شاو و سیمون (۱۹۵۸)، بوده است.

توجه به زیربناهای زیستی رفتار؛ بازگشتی دیگر به فیزیولوژی

در دهه ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰، تحقیقات گوناگونی روی تعامل ذهن، بدن و رفتار انجام شد. از جمله این که روان‌شناسان نشان دادند که تحریک برقی مغز، می‌تواند پاسخ‌های هیجانی، نظیر لذت و خشم را در حیوانات برانگیزد. توسعه این‌گونه تحقیقات موجب توسعه دیدگاه زیستی در روان‌شناسی شد.

طرفداران دیدگاه زیستی معتقدند که مقدار زیادی از رفتارهای انسان و حیوان را می‌توان بر حسب ساختارهای جسمانی و فرایندهای زیستی - شیمیایی توجیه کرد.

بازتعریف روان‌شناسی بعد از یک‌صدوسی سال

روان‌شناسی علمی است که رفتار و فرایندهای فیزیولوژیکی و شناختی زیربنای رفتار را بررسی می‌کند و حرفه‌ای است که دانش گردآوری شده این علم را در مورد مشکلات عملی به کار می‌برد.

در حال حاضر فقط یک‌چهارم روان‌شناسان آمریکا در کالج‌ها و دانشگاه‌ها کار می‌کنند؛ سه‌چهارم دیگر در بیمارستان‌ها، کلینیک‌ها، ادارات پلیس، مؤسسات پژوهشی، ادارات دولتی، تجارت و صنعت، مدارس، خانه‌های سالمندان، مراکز مشاوره و مشاغل آزاد کار می‌کنند.

ویژگی‌های روان‌شناسی علمی:

الف - از لحاظ روشی: ۱ - تجربی است ۲ - از لحاظ نظری متنوع است ۳ - در بستر تاریخی اجتماعی تکامل می‌یابد

ب - از لحاظ موضوع: ۱ - چند عاملی است ۲ - وابسته به فرهنگ است ۳ - توأمان به وسیلهٔ وراثت و محیط شکل می‌گیرد ۴ - بسیار ذهنی است.

فصل دوم

پژوهش در روان‌شناسی

روی‌کرد علمی، بر این اصل استوار است که روی‌دادهای عالم بر نظم و قانون‌مندی خاصی استوار است؛ علم در صدد کشف این قانون‌مندی است.

دانشمندان، تحقیقات علمی خود را ممکن است در سه سطح انجام دهند:

۱ - اندازه‌گیری و توصیف؛

۲ - شناخت و پیش‌بینی؛

۳ - کاربرد و کنترل؛

هر تحقیق علمی به تنهایی ۶ مرحله دارد:

۱ - طرح سؤال؛

۲ - تدوین فرضیهٔ آزمون‌پذیر؛

۳ - انتخاب روش پژوهش و طرح تحقیق؛

۴ - گردآوری اطلاعات؛

۵ - تحلیل اطلاعات و نتیجه‌گیری؛

۶ - گزارش یافته‌ها؛

فرضیه، حکمی است در بارهٔ رابطهٔ دو یا چند متغیر. متغیرها، رویدادها و ویژگی‌ها یا رفتارهایی هستند که در یک تحقیق، کنترل یا مشاهده می‌شوند.

مهم‌ترین روش‌های تحقیق، که متناسب با مسألهٔ تحقیق، مورد استفاده قرار می‌گیرند، عبارتند از: آزمایش، موردپژوهی، زمینه‌یابی و مشاهدهٔ طبیعی.

انواع روش های گردآوری اطلاعات عبارتند از: مشاهده مستقیم، پرسش نامه، آزمون های روانی، یادداشت های فیزیولوژیکی و بررسی سوابق.

تحلیل داده ها عمدتاً براساس روش ها و مدل های آماری انجام می گیرد.

علم تجربی معتقد است که یافته های آن دارای دو ویژگی است:

۱ - روشن و دقیق و قابل فهم برای اهل آن حوزه است؛

۲ - خطا را تحمل نمی کند؛ یعنی برای قبول هر یافته ای مدرک تجربی می طلبد؛

این دو ویژگی منحصر به علم تجربی نیست؛ علم دینی و فلسفه نیز چنینند.

روش آزمایش Experimental method

آزمایش، نوعی روش پژوهش است که در آن پژوهش گر متغیری را تحت شرایط کنترل شده، دست کاری می کند تا اثر آن را بر روی متغیر دیگری بررسی کند. به متغیر اول متغیر مستقل گفته می شود که معمولاً آن را با X نشان می دهند و به متغیر دوم متغیر وابسته گفته می شود که آن را با Y نشان می دهند.

مثال: استانلی شاختر می خواست بداند که انسان ها به هنگام اضطراب، بیشتر تمایل به تنهایی دارند یا به بودن در کنار دیگران. فرضیه او این بود که افراد بیشتر تمایل به بودن در کنار دیگران دارند.

براساس کاربرد متغیر مستقل و متغیر وابسته، دو گروه تشکیل می شود.

۱ - گروه آزمایش؛

۲ - گروه گواه؛

این دو گروه از تمامی جهاتی که احتمال تأثیر بر نتایج آزمایش در آن ها وجود دارد، همسازی می شوند. تنها مورد تفاوت، اعمال متغیر مستقل بر روی گروه آزمایش و عدم اعمال آن بر روی گروه گواه است.

محققان می باید کنترل های دیگری را نیز بر روی متغیرهای نامربوط، ثانوی یا مزاحم، اعمال کنند. این ها متغیرهایی، غیر از متغیر مستقل هستند که احتمال می رود بر متغیر وابسته تأثیر بگذارند. مانند تمایل ویژه افراد برای مردم آمیزی یا مردم گریزی.

انتخاب تصادفی و هم‌تاسازی گزینشی، مبتنی بر ویژگی‌های آزمودنی‌ها، دو روشی هستند که برای کنترل متغیرهای نامربوط، مورد استفاده قرار می‌گیرند.

روش آزمایش نقطه قوت مهمی دارد و آن کشف رابطه علی بین پدیده‌ها، از جمله پدیده‌های رفتاری است. لکن دو نقطه ضعف اساسی در حوزه مسایل رفتاری و اجتماعی دارد و آن تصنعی بودن شرایط اجرا که ناشی از کنترل دقیق متغیرهاست و دیگری غیرقابل اجرا بودن آن در بسیاری از موقعیت‌های انسانی از جمله غیراخلاقی بودن بسیاری از دستکاری‌های مورد نیاز است.

پژوهش توصیفی/همبستگی Descriptive/Correlation method

به دلیل محدودیت روش آزمایش در گردآوری اطلاعات مورد نیاز، محققان از روش توصیفی/همبستگی برای یافتن رابطه (نه ضرورتاً علی) بین دو متغیر استفاده می‌کنند. رابطه همبستگی به وسیله یک ضریب آماری به نام ضریب همبستگی که بین -1 تا $+1$ متغیر است، نشان داده می‌شود.