



# مدرسان شریف

## فصل اول

### «ماهیت روان‌شناسی»

#### تعریف روان‌شناسی

روان‌شناسی را علم مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی معرفی کرده‌اند. در بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی، باید سه اصطلاح کلیدی **علم، رفتار و فرایندهای ذهنی** تعریف شود و مورد توجه قرار گیرد.

**روان‌شناسی به عنوان یک علم:** برای مشاهده، توصیف، پیش‌بینی یا روشن کردن رفتار از روش‌های نظام‌مند استفاده می‌کند، زیرا روش‌های علمی، روش‌های اتفاقی نیستند و قابل تکرار و آزمون هستند.

**رفتار:** هر کاری است که ما می‌توانیم انجام دهیم و به صورت مستقیم قابل مشاهده است.

**فرایندهای ذهنی:** همان افکار، احساسات و انگیزه‌هایی هستند که ما انسان‌ها در درونمان داریم و قابل مشاهده نیستند؛ مثل خاطره موتورسواری.

#### خاستگاه‌های تاریخی روان‌شناسی

روان‌شناسی از دل فلسفه به دنیا آمد و فلسفه در آوردگاه یونان باستان و در دوران طلایی خود، یعنی از قرن ۶ تا ۲ پیش از میلاد، آغازگر واقعی مباحث روان‌شناختی بود. در این میان سقراط، افلاطون و ارسطو بیشترین تأثیر را در این جریان داشتند. این بزرگان، آغازگر مبحث فطری‌نگری و تجربی‌نگری بودند و این یعنی ریشه‌های شکل‌گیری روان‌شناسی. از سوی دیگر، بقراط که تقریباً هم‌عصر سقراط بود و پدر پزشکی محسوب می‌شود، جهت‌گیری رفتارشناسی را به مباحث فیزیولوژی کشاند و اعتقاد داشت ساختارهای فیزیولوژیکی در بروز رفتار با اهمیت‌اند.

#### فطری‌نگری

**افلاطون** به عنوان شاگرد سقراط معتقد بود علت وقوع رفتار، ویژگی‌های فطری و به ارث رسیده است. در واقع افلاطون به عنوان یکی از سخنگویان فطری‌نگری معتقد بود آدمی با گنجینه‌ای از دانش و توانایی‌های ادراکی و عقلی زاده می‌شود. در قرن ۱۷، رنه دکارت همین اعتقاد را به صورت کامل‌تری مطرح کرد: دانش و فهم انسان از راه استدلال‌هایی فطری و درون‌نگری دقیق به دست می‌آید و بسیاری از داشته‌های ما حاصل فطرت ماست. دکارت علم‌داشتن به اندیشه‌هایی از قبیل خدا، خویشتن، اصول بدیهی هندسه، کمال و بی‌نهایت را فطری می‌دانست. امانوئل کانت نیز بعدها همین اعتقادات را پیگیری کرد.

**نکته ۱:** فطری‌نگرها اعتقاد دارند که آدم‌ها از دانش و توان فهم واقعیت‌ها به دنیا می‌آیند. این دانش از طریق استدلال و درون‌نگری به دست می‌آید. دکارت بدن آدمی را ماشینی می‌دانست که مثل هر ماشین دیگری قابل بررسی است. این دیدگاه سر آغاز رویکرد پردازش اطلاعات در مورد ذهن آدمی بود.

**نکته ۲:** دکارت را پدر رویکرد پردازش اطلاعات می‌دانند.

**نکته ۳:** افلاطون، دکارت و کانت فطری‌نگر هستند.

#### تجربه‌گرایی

**ارسطو** قدرت ذهن انسان را حاصل فرایندهای محیطی می‌داند. وی به عنوان یک **تجربه‌گرا** معتقد بود دانش از طریق تجارب و تعامل با محیط کسب می‌شود. در قرن ۱۷، جان لاک این اعتقاد را به اوج رساند. لاک اعتقاد داشت ذهن انسان در بدو تولد همچون لوحی سفید است و این محیط است که شکل‌های مختلفی به او می‌دهد. دیدگاه **لاک**، سرآغاز **تداعی‌نگری** بود.

**نکته ۴:** تداعی‌گرایان وجود اندیشه‌های فطری را قبول نداشتند و در عوض معتقد بودند ذهن، انباشته از اندیشه‌هایی است که از راه حواس و تجربه به دست می‌آید و این اندیشه‌ها حاصل قوانین پیوندها، مجاورتها و مشابهت‌هاست.

در اواخر قرن ۱۹ شرایطی مهیا شد که روان‌شناسی به عنوان یک رشته علمی و فرزند مشترک فلسفه و علوم طبیعی وارد صحنه شود.

**نکته ۵:** ارسطو، جان لاک و تداعی‌گرایان از پیروان تجربه‌گرایی هستند.



**نکته ۶:** مناقشه بین فطری‌نگری و تجربه‌گرایی امروزه تحت عنوان مناقشه طبیعت- تربیت ادامه دارد. طبیعت، معادل فطری‌نگری است و تربیت، معادل تجربه‌گرایی است.

**نکته ۷:** پدر روان‌شناسی قدیم، ژان ژاک روسو بود و پدر روان‌شناسی جدید، ویلهلم وونت است که در سال ۱۸۷۹ اولین آزمایشگاه روان‌شناسی را در شهر لایپزیگ آلمان بنا نهاد.

**کلمه مثال ۱:** کدام یک از مواد گزیننده‌های زیر با یکدیگر هماهنگی کامل دارند؟

- (۱) فطری‌نگری، افلاطون، لاک  
(۲) تجربه‌گرایی، ارسطو، دکارت  
(۳) تجربه‌گرایی، ارسطو، دکارت  
(۴) فطری‌نگری، افلاطون، دکارت

**پاسخ:** گزینه «۴» افلاطون به عنوان یکی از سخنگویان فطری‌نگری معتقد بود که آدمی با گنجینه‌ای از دانش و توانایی‌های ادراکی و عقلی زاده می‌شود. در قرن ۱۷ رنه دکارت همین اعتقاد را به شکل کامل‌تری مطرح کرد و گفت: دانش انسان از راه استدلال‌های فطری و درون‌نگری دقیق به دست می‌آید. کانت نیز طرفدار همین دیدگاه بود.

## آغاز روان‌شناسی علمی

آغاز روان‌شناسی علمی را معمولاً مقارن با تأسیس نخستین آزمایشگاه روان‌شناسی توسط ویلهلم وونت در دانشگاه لایپزیگ آلمان در سال ۱۸۷۹ می‌دانند. وونت ذهن انسان را همچون مواد شیمیایی قابل بررسی می‌دانست. وی در پژوهش‌های خود به دنبال کشف ساختارهای اساسی ذهن انسان بود. وونت در بررسی خود متمرکز بر حواس، به ویژه بینایی بود ولی شاگردانش حافظه، توجه و هیجان را نیز بررسی کردند. وونت از لحاظ روان‌شناسی، تابع روش درون‌نگری همان مشاهده و ثبت ماهیت ادراک، اندیشه‌ها و احساس‌های شخص توسط خودش است. وونت به روش درون‌نگری که از فلسفه اکتیواس شده بود بعد تازه بخشید، به این معنا که خویش‌نگری را کافی ندانست، بلکه آزمایش را برای تکمیل آن لازم شمرد. رویکردهای کلاسیک روان‌شناسی عبارت‌اند از: ساخت‌گرایی و کنش‌گرایی.

## ساخت‌گرایی (Structuralism) (ونوت - تیچنر)

ساخت‌گرایی یا روان‌شناسی محتوایی (content psychology) با تأسیس آزمایشگاه روان‌شناسی تجربی به وسیله ویلهلم وونت آلمانی به عنوان نخستین مکتب روان‌شناختی مطرح شد. روان‌شناسان آمریکایی، وونت را پیشگام و ادوارد تیچنر انگلیسی را که در آمریکا به فعالیت علمی اشتغال داشت و سخنگوی این نظام بود، مؤسس مکتب ساخت‌گرایی معرفی می‌کنند. لکن عده‌ای می‌گویند تیچنر بود که این مکتب را به دنیای علم معرفی و پیروانی را برای خود جلب کرد و نام مکتب را ساخت‌گرایی قرار داد. محور اصلی تحقیق وونت و همکارانش، کشف عناصر یا «ساختارهای» بنیادی فرایندهای ذهنی بود، آنها سه بعد متفاوت برای احساس را توصیف کردند: لذت/عدم لذت، تنش/آرمیدگی، تهییج/افسردگی. تیچنر به دلیل موضوع رویکرد وونت نام ساختارگرایی را بر آن گذاشت. طرفداران ساخت‌گرایی، اعتقاد دارند که پدیده‌های روانی از اجزایی تشکیل شده‌اند و نقش روان‌شناسی، کشف این اجزا است و به وسیله آن می‌توان به ماهیت پدیده‌های روانی رسید. از این‌رو عده‌ای این مکتب را مکتب «شیمی ذهنی» نیز نامیده‌اند.

به عبارت دیگر شیمی‌دان می‌تواند آب را به هیدروژن و اکسیژن تجزیه کند، روان‌شناس می‌تواند احساس را به ادراک تجزیه کند. برای مثال، مزه لیموناد (ادراک) به ترش یا سرد (احساس) تجزیه شود. برای همین، منظور تیچنر از ساختارگرایی، تحلیل ساختارهای ذهنی بود.

تیچنر، روان‌شناسی را علم مطالعه ذهن می‌پنداشت و منظورش از ذهن همان احساس، آگاهی و تجربه هشیار بود. وی می‌گفت: کلیه علوم، موضوع واحدی (جنبه‌ای از تجربه انسان) را مطالعه می‌کنند، اما هر کدام با جنبه خاصی از آن سروکار دارند. مثلاً موضوع روان‌شناسی، تجربه یک انسان تجربه کننده است از آنچه مشاهده می‌کند و می‌نگرد.

همچنین تیچنر بر این باور بود که هدف اولیه یک روان‌شناس ساختاری، این است که ساختار ذهن را تجزیه و تحلیل کند و اجزای تشکیل‌دهنده یک رویداد ذهنی و روانی را به دست آورد. وی در ادامه چنین می‌گفت: کار یک روان‌شناس آزمایشی، نوعی کالبدشکافی یک موجود زنده است، اما کالبدشکافی‌ای که نتایجی ساختاری می‌دهد نه کنشی. او ابتدا نظریه خود را در قالب سه سؤال «چه چیز» «چگونه» و «چرا» مطرح کرد. منظور از سؤال اول این بود که ذهن چیست و ساختار آن کدام است، سؤال دوم به دنبال چگونگی ترکیب رویدادهای ذهنی با یکدیگر است و در سؤال آخر به دنبال علت این پدیده‌های روانی بود که از نظر تیچنر همان سیستم مغزی و شرایط فیزیولوژیک بود.

**نکته ۸:** تیچنر و وونت، درون‌نگری (Introspection) و آزمایش‌گری را روش‌های مطالعه علم روان‌شناسی می‌دانستند.

**نکته ۹:** می‌توان گفت ساخت‌گرایی با مرگ تیچنر که مدافع اصلی و یکی از مؤسسين این مکتب بود، از بین رفت و بعد از وفات او در سال ۱۹۲۷ کسی نبود که تحقیقات ساخت‌گرایی را ادامه دهد و بدین ترتیب این نظام از صحنه روان‌شناسی محو شد و مکتب‌های دیگری جانشین آن شدند.

**خدمات ساخت‌گرایی:** الف) خروج روان‌شناسی از فلسفه و استقلال آن به عنوان یک علم تجربی. ب) تأکید بر اهمیت دقت آزمایشی و تجربی. ج) الگوبخشی نظام تیچنر برای نظام‌های دیگر. د) برانگیختن مخالفان و ابداع روش‌های جدید تفکر درباره روان‌شناسی.

## کنش‌گرایی یا کارکردگرایی (Functionalism) (ویلیام جیمز – جان دیویی)

کارکردگرایی در واکنش به ساختارگرایی شکل گرفت و به شدت تحت تأثیر کارهای ویلیام جیمز و نظریه تکامل چارلز داروین بود. کارکردگرایی در جستجوی توضیح فرایندهای ذهنی به روشی دقیق‌تر و سیستماتیک‌تر بود. کارکردگرایی به جای تمرکز بر عناصر هشیاری، بر هدف و منظور هشیاری و رفتار تمرکز داشت. کارکردگرایی همچنین بر تفاوت‌های فردی که بر آموزش تأثیرگذار بودند، تأکید داشت.

نظریه‌های تکامل و بقای اصلح (Survival of the fittest) داروین که بر کارکرد ساختارهای زیستی برتر در سازگاری ارگانیسم‌ها با محیطشان تأکید داشت، سبب شد تعدادی از روان‌شناسان آمریکایی به بررسی «کارکرد فرایندهای ذهنی» در سازگاری فرد با محیط بپردازند.

بدین ترتیب، کنش‌گرایی با کارکرد ذهن یا استفاده از آن توسط موجود زنده در سازگاری با محیط خود سر و کار دارد. مکتب کنش‌گرایی، در پایان قرن نوزدهم توسط «جان دیویی» و «جیمز آر. آنجل» پدید آمد و در دهه اول قرن بیستم در آمریکا حامیان بسیاری پیدا کرد. این جنبش علمی به جای ساختار یا محتوای فرایندهای هشیار، بر چگونگی عمل این فرایندها تأکید داشت.

**نکته ۱۰:** موضوع اصلی روان‌شناسی کنش‌گرا عبارت از عملکردها، اعمال یا کنش‌های ذهنی و اهداف آنهاست. به نظر ایشان، وظیفه روان‌شناسی این نبود که ساختارهای ذهن را مطالعه کند، بلکه باید کنش‌های ذهنی را بشناسد. «چیستی» آگاهی مورد توجه نبود بلکه «چرایی» آن مورد تأکید قرار داشت.

**نکته ۱۱:** روش مطالعه این مکتب، درون‌نگری بود و با اینکه کنش‌گرایی اساساً به عنوان اعتراض به ساخت‌گرایی به وجود آمد، درون‌نگری را پذیرفت، اما مشاهده را به آن افزود. به گفته جیمز «مشاهده درون‌نگرانه، چیزی است که ما مجبوریم همیشه به آن متکی باشیم ... نگاه کردن به درون ذهنمان و گزارش آنچه در آنجا کشف می‌کنیم. همه موافقاند که ما در آنجا حالت‌های هشیاری را کشف می‌کنیم.

**متفکران برجسته کارکردگرایی عبارت بودند از: ویلیام جیمز، جان دیویی، هاروی کار و جان آنجل**

**نقاط قوت کارکردگرایی:** اثرگذار بر رفتارگرایی و روان‌شناسی کاربردی و اثرگذار بر سیستم‌های آموزشی (به ویژه با توجه به این عقیده جان دیویی که کودکان باید در سطحی آموزش ببینند که از نظر رشدی آمادگی دارند).

**نکته ۱۲:** بسیاری از تحولات روان‌شناسی نوین به واسطه عملکرد رفتارگرایان بوده است.

**نکته ۱۳:** ساختارگراها بیشتر به درون ذهن توجه داشتند و ساختارهایشان را جستجو می‌کردند، در حالی که کارکردگراها بیشتر به تعامل شخص با دنیای بیرون علاقه داشتند.

از نظر جیمز ذهن، **انعطاف‌پذیر و سیال** است که با **محیط تطابق** نشان می‌دهد؛ وی نام این جریان را **سیلان هشیاری** گذاشت.

**مثال ۲:** مفهوم سیلان هشیاری توسط کدام‌یک از صاحب‌نظران مطرح شده است؟

- (۱) اسکینر (۲) جیمز (۳) وونت (۴) پیازه

**پاسخ:** گزینه «۲» از نظر جیمز ذهن، انعطاف‌پذیر و سیال است و با محیط تطابق نشان می‌دهد. وی نام این جریان را سیلان هشیاری نامیده است.

**نکته ۱۴:** هرچند این دو مکتب رویکرد نظامداری به علم روان‌شناسی داشتند، اما از آنها به عنوان **دو مکتب رقیب** در روان‌شناسی یاد می‌شود. در دهه ۱۹۲۰ این دو مکتب جای خود را به سه مکتب جدید رفتارگرایی، روان‌شناسی گشتالت و روان‌کاوی دادند. در واقع رویکردهای اصلی و معتبر روان‌شناسی معاصر عبارت‌اند از: رفتارگرایی، روان‌کاوی و پدیدارشناسی.

## رفتارگرایی

**رفتارگرایی**، مکتبی در روان‌شناسی است که علیه دیدگاهی که قلمرو روان‌شناسی را محدود به تجربه هشیاری می‌دانست، قد علم کرد و اعتقاد دارد برای شناخت یک موجود زنده، نیازی به بررسی حالت‌های درونی او (مثل فکر کردن) نیست و تنها بررسی محرک‌های خارجی و رفتارهای بیرونی آن موجود (همانند گریه کردن) کافی است. این مکتب، در نیمه‌ی ابتدایی قرن ۲۰م. یکی از تأثیرگذارترین قطب‌های روان‌شناسی جهان بود.

بدین ترتیب، رفتارگرایی، گرایشی است که تمایل دارد همیشه به جای آنکه فکرها و حالت‌های ذهنی ما را بررسی کند، آن رفتارهایی را بررسی کند که به دنبال فکرهای ما می‌آیند. اعتقادات رفتارگرایان: الف) روان‌شناسی، علم رفتار است و علم ذهن (و حالت‌های ذهنی) نیست. ب) منشأ رفتارهای ما بیرونی (محیط) است نه درونی (تفکرهای ما).

رفتارگرایی را نخستین‌بار می‌توان در کارهای **ایوان پاولف** و **ادوارد لی ثرنادیک** مشاهده کرد، اما پدر واقعی رفتارگرایی، **جان بی واتسون** است. **واتسون** معتقد بود که تقریباً همه رفتارها حاصل شرطی شدن است و محیط از راه تقویت عادت‌های خاص، رفتار را شکل می‌دهد. همه انواع الگوهای پیچیده رفتار که در نتیجه آموزش یا پرورش ویژه ایجاد می‌شوند، چیزی جز شبکه به هم پیوسته از پاسخ‌های شرطی نیست.

کامل‌ترین و برجسته‌ترین نمونه‌ی تلاش‌های این شاخه را می‌توان در کارهای **بی.اف. اسکینر**، روان‌شناس برجسته‌ی آمریکایی، ملاحظه کرد. ریشه‌ی این شاخه از رفتارگرایی را می‌توان در کارهای تجربه‌گرایان انگلیسی، به خصوص **جان لاک** و **دیوید هیوم** پی گرفت که اعتقاد داشتند انسان، به هنگام تولد، چون لوحی سفید است که همه‌ی هوش او، محصول یادگیری محیط است. این ایده، ایده‌ی محوری و اصلی رفتارگرایی روان‌شناختی است.



**نکته ۱۵:** رفتارگرایی را علم محرک - پاسخ (S-R) می‌دانند. محرک مثل محیط، عامل وقوع پاسخ یا همان رفتار ماست.

**نکته ۱۶:** رفتارگرایی را نیروی دوم در روان‌شناسی می‌نامند.

**نکته ۱۷:** اسکینر پاداش‌ها و تنبیه‌ها را عامل وقوع رفتار می‌دانست.

## روان‌کاوی (رویکرد روان‌پویشی)

روان‌کاوی، نظریه‌ای درباره عملکرد ذهن، اختلال‌های روانی و نام شیوه‌ای روان‌درمانی است که بر این فرض اساسی استوار است که بیشتر فعالیت‌های ذهنی و پردازش آنها در **ناخودآگاه** رخ می‌دهد. به عبارت دیگر، روان‌کاوی علمی برای پرداختن عمیق‌تر و متمرکزتر به ذهن ناخودآگاه است، منظور از ناخودآگاه، آن بخش از روان است که از دسترس آگاهی خارج شده است ولی به کنترل رفتار فرد ادامه می‌دهد. افکار ناهشیار، خود را به شیوه‌های گوناگونی از قبیل اطوار بدنی، لغزش‌های کلامی و رؤیا نشان می‌دهند. این اصطلاح نخست در سال ۱۸۹۶ رایج شد. در یکی از جنبه‌های روان‌کاوی یعنی درمان، درمانگر که روان‌کاو نامیده می‌شود می‌کوشد درمانجو را نسبت به تعارض‌های ناخودآگاهش آگاه کند. روان‌کاو داده‌های خود را از مصاحبه‌های بالینی کسب می‌کند. روان‌کاوی کلاسیک بر پایه‌ی این عقیده‌ی اصلی **زیگموند فروید** استوار است که تعارض‌های ناخودآگاه میان بخش‌های مختلف روان - نهاد (ID)، من (Ego) و فرامن (Superego) - علت اصلی رفتار نابهنجار هستند.

فروید بر این باور بود که آگاهی یافتن از یک تعارض دردناک موجب کاهش اضطراب می‌شود. وی مشاهده کرد که هرگاه بیمارانش تجربه تلخ و تکان دهنده‌ای را همراه با هیجان‌های اضطراب‌آور آن به یاد می‌آورند، ظاهراً از تأثیر آن تعارض بر رفتار فرد کاسته می‌شود.

تداعی آزاد، تفسیر، تحلیل رؤیا، مقاومت و انتقال، پنج فن اصلی روان‌کاوی کلاسیک فروید برای آگاهی یافتن به تعارض‌های ناخودآگاه هستند.

**۱. تداعی آزاد:** از جمله شیوه‌های اصلی روان‌کاوان برای تسهیل بازبایی تعارض‌های ناهشیار، تداعی آزاد است. در این فن درمانی، **درمانجو تشویق می‌شود قید و بند اندیشه‌ها و هیجان‌های خود را بردارد** و هرآنچه به ذهنش می‌رسد بی‌کم و کاست و بدون سانسور بیان کند. به این وسیله امیال ناهشیار بیمار به حیطه هشیاری آورده می‌شود. تحلیل رویا نیز همین هدف را دنبال می‌کند.

**۲. تفسیر:** در روان‌کاوی، روان‌کاو صرفاً از آنچه بیمار اظهار داشته یا انجام داده است، تفسیری ارائه می‌کند. برای مثال، اگر بیمار با عصبانیت و از روی خشم از پدرش صحبت می‌کند، روان‌کاو ممکن است نشانه‌های کنونی بیماری را نشانی از احساس‌های سرکوب‌شده‌ی شخص نسبت به پدرش بداند.

**۳. تحلیل رویا:** فروید رؤیا را شاهراهی می‌دانست که به ناخودآگاه ختم می‌شود زیرا در میان خواب، ego قادر به دفاع کردن از خویش در برابر تعارض‌های ناخودآگاه (که به صورت‌های گوناگونی در خواب نمود می‌یابند) نیست.

**۴. مقاومت:** روان‌کاو با مشاهده‌ی گفته‌های بیمار به کاوش پیرامون نمونه‌های مقاومت، یعنی تمایل به بازداری از ابراز آزادانه مطلب ناخودآگاه آن‌ها می‌پردازد، مثلاً اگر بیمار در مورد گفتگو درباره‌ی یک موضوع مقاومت می‌کند، در این صورت روان‌کاو سعی می‌کند با دنبال کردن موضوع، دلیل مقاومت را دریابد.

**۵. انتقال:** در میان روان‌کاوی، بیمار ممکن است احساس‌هایی را که در سال‌های گذشته‌ی زندگی خود به خصوص در مورد پدر، مادر یا سایر افراد با اهمیت تجربه کرده است، در روابط خود با درمانگر، انعکاس دهد؛ این پدیده، انتقال نام گرفته است. روان‌کاو این واکنش‌های هیجانی را واقعی نمی‌پندارد و آن‌ها را از زاویه‌ی تعارض‌های حل‌نشده‌ی دوران کودکی یا روابط قبلی بیمار می‌نگرد و مورد تفسیر قرار می‌دهد.

**نکته ۱۸:** انتقال، همان احساس‌هایی است که بیمار به درمانگر پیدا می‌کند و می‌تواند ریشه در روابط و احساس‌های قبلی خود داشته باشد.

از نظر فروید، علت یاد زدودگی (فراموشی) کودکی، وجود برخی تجربه‌های هیجانی نخستین سال‌های زندگی است که به دلیل اینکه بسیار تکان‌دهنده هستند، راه دادن آن‌ها به حیطه‌ی هشیاری در سال‌های بعد (به خاطر آوردن آن‌ها)، شخص را دچار اضطراب می‌کند (علت فراموشی، سرکوبی است).

**فروید دیدگاهی منفی درباره طبیعت انسان داشت** و معتقد بود انسان را نیز مانند حیوان، سابق‌های اساسی (عمدتاً جنسی و پرخاشگری) هدایت می‌کند. از نظر فروید، هر رفتاری که از انسان سر می‌زند، **جبری** است، از این‌رو فروید را جبرگرا می‌دانند.

**نکته ۱۹:** رویکرد روان‌پویشی (روان‌کاوی) بر خلاف رویکرد رفتاری، تقریباً به طور تمام و کمال بر امور بالینی متمرکز است و توجهی به تحقیق آزمایشی ندارد. به همین دلیل، همیشه جنجالی و بحث‌برانگیز و اثبات اعتبارش دشوار بوده است.

**نکته ۲۰:** نظریه‌های روان‌پویشی فعلی کمتر روی غرایز جنسی تمرکز می‌کنند و بیشتر تجربه‌های فرهنگی را به عنوان تعیین‌کنندگان رفتار در نظر می‌گیرند.

**مثال ۳:** کدام رویکرد، ذهن را یک نظام حل مسئله فعال و آگاه می‌داند؟

(۴) پدیدارشناختی

(۳) تکاملی

(۲) شناختی

(۱) روان‌کاوی

پاسخ: گزینه «۲» رویکرد شناختی، ذهن را یک نظام حل مسئله آگاه و فعال می‌داند.

## رویکرد پدیدارشناختی (phenomenological)

برخلاف رویکردهایی که قبلاً بررسی کردیم، رویکرد پدیدارشناختی تقریباً به طور انحصاری به **تجربه‌های شخصی (subjective)** توجه دارد. این رویکرد با تجارب شخص از رویدادها، یعنی با پدیدارشناسی فرد سروکار دارد و رویکردی برخاسته از واکنش پدیدارشناسان به خصلت بسیار ماشینی‌انگارانه (mechanistic) سایر دیدگاه‌ها در روان‌شناسی است. برای مثال، روان‌شناسان پدیدارگرا مخالف این نظر هستند که رفتار به وسیله‌ی محرک‌های بیرونی (بر طبق رفتارگرایی) یا صرفاً از راه پردازش اطلاعات (طبق روان‌شناسی شناختی) یا توسط تکانه‌های ناهشیار (طبق نظریه‌های روان‌کاوی) کنترل می‌شود. همچنین هدف‌های روان‌شناسان پدیدارشناس نیز جدا از هدف‌های روان‌شناسان وابسته به سایر رویکردهای روان‌شناختی است. این روان‌شناسان بیشتر با زندگی درونی و تجارب درونی فرد سروکار دارند تا با پرورش نظریه‌ها یا پیش‌بینی رفتار.

**نکته ۲۱:** تأکید اصلی نظریه‌های پدیدارشناختی شخصیت بر چگونگی نگرش فرد در مورد دنیای پیرامونش در حال حاضر است. این تأکید همواره با یک ملاحظه آینده‌نگرانه در مورد توانایی افراد به منظور دستیابی به استعدادهای بالقوه خود، خواهد بود.

برخی نظریه‌های پدیدارشناختی را **انسان‌گرا (humanistic)** نیز نامیده‌اند، زیرا این نظریه‌ها بر خصوصیات تمایزدهنده‌ی انسان از حیوان، مانند تلاش در جهت رشد و **خودشکوفایی (self-actualization)** تأکید می‌ورزند. طبق نظریه‌های انسان‌گرا، نیروی انگیزشی اصلی هر فرد، گرایش به سوی رشد و خودشکوفایی است. این نیاز اساسی در همه‌ی ما وجود دارد که توانایی بالقوه‌ی 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 بالقوه‌ی خودمان است، هرچند ممکن است در این راه با برخی موانع محیطی و اجتماعی روبه‌رو شویم. برای مثال، زنی که به شیوه‌ی سنتی ازدواج کرده و طی ده سال گذشته سرگرم تر و خشک کردن بچه‌های خود بوده ممکن است حالا اشتیاق فراوانی داشته باشد که شغلی برای خود دست و پا کند و مثلاً به علاقه‌ی دیرینه‌اش به دانش‌اندوزی تحقق بخشد و از این راه به خودشکوفایی دست یابد. روان‌شناسی پدیدارشناختی یا انسان‌گرا بیشتر با ادبیات و معارف انسانی دم‌ساز است تا با علم.

کارل راجرز، به طور کلی به عنوان پیشگام و سردمدار انسان‌گرایی در مطالعه شخصیت، رویکرد پدیدارشناختی را به کار می‌بندد. او به این امر به عنوان یک واقعیت مسلم می‌نگرد که انسان با **نوعی انگیزش ذاتی و فطری برای به فعلیت رسانیدن استعدادهای بالقوه و درونی خود**، خلق شده است. همین امر موجب می‌شود انسان موجودی کاملاً فعال و کارکردی باشد. از طرفی به منظور کمک به افرادی که عوامل محیطی، آنان را از انجام این وظیفه طبیعی باز داشته است، راجرز نوعی درمان روانی ارائه داده است که **مراجع - محوری** نامیده می‌شود.

**آبراهام مازلو** به عنوان پدر معنوی انسان‌گرایی، از جمله کسانی است که شخصیت را از دیدگاه پدیدارشناختی بررسی می‌کند. مازلو معتقد است که مردم دارای یکسری نیازها هستند. این نیازها شامل نیازهای فیزیولوژیکی و نیازهای خودشکوفایی است و تا زمانی که اغلب نیازهای اساسی‌تر برآورده نشوند، نیازهای خودشکوفایی مطرح نمی‌شوند.

**جورج کلی (نظریه پرداز نظریه سازه‌های شخصی)**، نوعی نظریه پدیدارشناختی در شخصیت ارائه کرد که در آن برخلاف راجرز و مازلو (که به احساس های مردم درباره خودشان اهمیت می‌دهند) به **عقاید** مردم درباره خودشان و محیطشان اهمیت می‌دهد. کلی معتقد است که زندگی انسان، بر اساس مفهومی شکل می‌گیرد که به جهان پیرامون خود می‌دهد. برای انجام این کار، انسان سازه‌هایی را درباره دنیای خود مشخص کرده و از آنها برای پیش‌بینی رویدادها استفاده می‌کند. از این لحاظ تمام انسان‌ها شبیه به دانشمندان و علما هستند، فرضیه‌هایی را طرح می‌کنند و سپس آنها را مورد آزمایش قرار می‌دهد. اگر سازه‌ها تأیید شوند، فرضیه پذیرفته شده و در صورت عدم تأیید، اصلاح یا رد می‌شوند. کلی برای مشخص کردن این فرایند، اصطلاح **تناوب‌گرایی سازه‌ای** را ابداع کرده است.

**نکته ۲۲:** انسان‌گرایی را نیروی سوم در علم روان‌شناسی می‌دانند.

**نکته ۲۳:** رویکرد پدیدارشناختی از دیرباز با روان‌شناسان اجتماعی همراه بوده است.

**مثال ۴:** رویکردی که مؤلفه‌های بنیادین ذهن را توصیف می‌کند، چه نام دارد؟

(۴) روان‌پویایی

(۳) پدیدارشناسی

(۲) ساختارگرایی

(۱) کنش‌گرایی

پاسخ: گزینه «۲» ساختارگرایی رویکردی است که به بررسی مؤلفه‌های بنیادین ذهنی می‌پردازد.

**نکته ۲۴:** رویکرد انسان‌گرایی به درمان بی‌رهنمود و مراجع‌مدار معروف است.

## رویکردهای میان‌رشته‌ای

رویکردهای رفتاری، شناختی، روان‌کاوی و پدیدارشناختی، هم‌سطح یکدیگرند یعنی همه متکی بر مفاهیم و اصول روان‌شناختی هستند، اما دیدگاه زیست‌شناختی با این رویکردها متفاوت است. از بین جالب‌ترین رویکردهای میان‌رشته‌ای، چهار رویکرد را مطرح می‌کنیم:

۱- علم عصب‌نگر شناختی

۲- روان‌شناسی تکاملی

۱- علم شناختی: ۱- علم شناخت‌نگر

۲- روان‌شناسی فرهنگ‌نگر

## شخصیت و رشد اجتماعی

خصوصیات شخصیتی وابسته به خلق را خلق و خو نامیده‌اند. بسیاری از تفاوت‌های خلق و خو فطری هستند. پژوهشی توسط توماس و چس در مورد خلق و خو انجام شد که در آن سه سنخ گسترده خلق و خو تعریف شد:

۱- گروه ملایم (۴۰ درصد آزمودنی‌ها)؛ کودکانی سرزنده و شاداب بودند، برنامه‌های منظمی برای خوابیدن و غذا خوردن داشتند و به راحتی با موقعیت‌های تازه سازگار می‌شدند.

۲- گروه دشوار (۱۰ درصد آزمودنی‌ها)؛ کودکانی تحریک‌پذیر بودند، برنامه‌های منطقی برای خوابیدن و غذا خوردن نداشتند و واکنش تند و شدید منفی در برابر موقعیت‌های تازه نشان می‌دادند.

۳- گروه کند (۱۵ درصد آزمودنی‌ها)؛ کودکانی که سطح فعالیتشان پایین بود، از موقعیت‌های جدید تا حدودی پرهیز می‌کردند و در مقایسه با گروه ملایم به زمان بیشتری برای سازگاری با موقعیت‌های جدید نیاز داشتند.

بقیه کودکان در حد متوسط بودند (۳۵ درصد آزمودنی‌ها). پژوهشگران بر این نکته تأکید دارند که پیوستگی و ناپیوستگی خلق و خو، تابع تعامل بین ژنوتیپ (خصوصیات ارثی) کودک و محیط است. به ویژه آن‌ها معتقدند که کلید رشد سالم، میزان هماهنگی بین خلق و خوی کودک و محیط خانواده است.

### رفتار اجتماعی اولیه

کودک معمولی در دو ماهگی با دیدن چهره‌ی مادر یا پدر خود لبخند می‌زند. این واقعیت که لبخند زدن در نوزادان نابینا هم‌زمان با کودکان برخوردار از بینایی آغاز می‌شود، دلالت بر فطری بودن لبخند است؛ زمان شروع لبخند زدن را بیشتر رشد و تکامل زیستی تعیین می‌کند، تا شرایط پرورشی. نوباوگان، در سه و چهار ماهگی، افراد آشنای خانواده را می‌شناسند و آن‌ها را بر دیگران ترجیح می‌دهند.

کودک در رویارویی با غریبه‌ها و چهره‌های ناآشنا مضطرب می‌شود (۸ تا ۱۲ ماهگی) که به آن **غریبی کردن** می‌گویند. اضطراب غریبه یعنی وقتی غریبه‌ای به آن‌ها نزدیک می‌شود یا با غریبه‌ای تنها می‌ماند، ناراحت می‌شوند ولی اضطراب جدایی یعنی پریشانی و ناراحتی به دلیل عدم حضور مادر. این ترس به دلیل رشد ظرفیت حافظه ظهور می‌کند و توسط رشد خودپیروی در کودک کاهش می‌یابد. کودکان یک‌ساله تا حدود زیادی متکی به مراقبت بزرگسالان هستند.

**نکته ۱۰:** اضطراب جدایی از ۸ ماهگی آشکار و بین ۱۴ تا ۱۸ ماهگی به اوج خود می‌رسد.

### دلبستگی

تمایل کودک به برقراری نوعی رابطه نزدیک با افرادی معین و احساس امنیت بیشتر در حضور این افراد، دلبستگی نامیده می‌شود. جان بالبی، متخصص روان‌کاوی، تحقیقاتی را در زمینه‌ی دلبستگی انجام داده است. نظریه او تلفیقی از مفاهیم روان‌کاوی، کردارشناسی و روان‌شناسی شناختی است. طبق نظریه دلبستگی، ناتوانی کودک در برقراری پیوند دلبستگی استوار با یک یا چند تن در سال‌های اولیه زندگی، با ناتوانی او در برقراری روابط فردی نزدیک در دوره بزرگسالی، ارتباط دارد.

### سنجش دلبستگی

**مری اینس ورث** یکی از همکاران **بالبی** موقعیتی به نام «موقعیت ناآشنا» را جهت سنجش استواری دلبستگی کودکان ۱۲ تا ۱۸ ماهه ابداع کرد. بر اساس آزمایش وی، سه دسته اصلی دلبستگی تعیین شد: آزمایش شامل سلسله رویدادهای زیر است:

- ۱- مادر و کودک وارد اتاق آزمایش می‌شوند، مادر کودک را در محوطه‌ی پر از اسباب‌بازی روی کف اتاق قرار می‌دهد و سپس در انتهای دیگر اتاق می‌نشیند.
- ۲- زنی غریبه وارد اتاق می‌شود، یک دقیقه آرام می‌نشیند، دقیقه‌ای با مادر گفتگو می‌کند و سپس می‌کوشد کودک را به بازی با یک اسباب‌بازی سرگرم کند.
- ۳- مادر بی‌سر و صدا از اتاق بیرون می‌رود. اگر کودک ناراحتی نشان ندهد، غریبه ساکت می‌نشیند و اگر ناراحتی نشان دهد، غریبه سعی می‌کند او را آرام کند.
- ۴- مادر به اتاق برمی‌گردد و کودک را به بازی مشغول می‌کند، غریبه هم بی‌سر و صدا از اتاق بیرون می‌رود.
- ۵- مادر دوباره اتاق را ترک می‌کند و این بار کودک در اتاق تنها می‌ماند.
- ۶- غریبه برمی‌گردد، اگر کودک ناراحت باشد، غریبه سعی می‌کند او را آرام کند.
- ۷- مادر برمی‌گردد و غریبه از اتاق بیرون می‌رود.

### سطوح دلبستگی

۱- **دلبستگی ایمن (تا ۶۵ درصد کودکان):** صرف‌نظر از اینکه کودک به هنگام رفتن مادر از اتاق آشفته شود یا نه، زمانی در طبقه‌بندی ایمن قرار می‌گیرد که هنگام بازگشت مادر به اتاق، با او تعامل کند.

الف) بعضی کودکان از فاصله دور با نگاهی نشان می‌دهند که متوجه بازگشت مادر شده‌اند و همچنان مشغول بازی با اسباب‌بازی‌ها می‌مانند.

ب) برخی دیگر خواهان تماس بدنی با مادر می‌شوند.

ج) عده‌ای هم در سراسر جلسه ارزیابی فقط به مادر توجه دارند و هنگامی که مادر از اتاق می‌رود، پریشانی شدیدی نشان می‌دهند. این کودکان در بزرگسالی به عنوان افرادی رهبر و کنجکاو در پی حل مسائل هستند و از دیگران به راحتی کمک می‌گیرند.



**۲- دلبستگی نایمن اجتنابی (۲۰ درصد کودکان):** این شیرخوارگان در مراحل بازگشت مادر آشکارا از تعامل با او پرهیز می‌کنند، بعضی از آن‌ها مادر را تقریباً به کلی نادیده می‌گیرند و برخی هم در جهت تعامل و هم در جهت اجتناب از تعامل با او واکنش‌هایی نشان می‌دهند. شیرخواران اجتنابی هنگام حضور مادر در اتاق توجه کمی به او دارند و هنگامی که مادر از اتاق بیرون می‌رود، غالباً پریشانی نشان نمی‌دهند و اگر هم پریشانی نشان دهند، غریبه نیز همانند مادر می‌تواند به آسانی آن‌ها را آرام کند.

**۳- دلبسته نایمن دوسوگرا (۱۰ درصد کودکان):** شیرخوارانی به عنوان دوسوگرا طبقه‌بندی می‌شوند که در رویدادهای بازگشت مادر، در برابر او به مقاومت دست می‌زنند. آنان در آن واحد هم در جستجوی برقراری ارتباط جسمانی با مادر هستند و هم از آن پرهیز می‌کنند. برای مثال ابتدا گریه می‌کنند تا مادر آن‌ها را بغل کند، اما پس از بغل شدن با عصبانیت پیچ‌وتاب می‌خورند تا از آغوش مادر دربیایند. برخی هم رفتار منفعلانه دارند، به این معنی که وقتی مادر باز می‌گردد، با گریه کردن او را به خود فرامی‌خوانند، ولی سینه‌خیز به سوی او نمی‌روند، وقتی هم مادر به سوی آن‌ها می‌رود، در برابرش مقاومت نشان می‌دهند.

**۴- گروه آشفته:** در این دسته، کودکان رفتارهای متناقض نشان می‌دهند؛ برای مثال، به مادر نزدیک می‌شوند، در حالی که سعی دارند به او نگاه نکنند یا به او نزدیک می‌شوند و سپس رفتار اجتنابی همراه با منگی نشان می‌دهند یا پس از آرام شدن به ناگهان گریه سر می‌دهند، بعضی از آنان هم گمگشته، فاقد احساس یا افسرده به نظر می‌آیند (۱۰ تا ۱۵ درصد کودکان).

**نکته ۱۱:** گروه آشفته، باثبات‌ترین نوع دلبستگی را دارند که آن را به بزرگسالی نیز انتقال می‌دهند.

**مثال ۷:** سنجش دلبستگی تحت عنوان موقعیت ناآشنا توسط چه کسی بررسی شد؟

(۴) اریکسون

(۳) بم

(۲) اینس ورث

(۱) بالبی

**پاسخ:** گزینه «۲» مری اینس ورث از همکاران بالبی، موقعیتی را به نام موقعیت ناآشنا جهت سنجش استواری دلبستگی کودکان ۱۲ تا ۱۸ ماهه ابداع کرد.

**نکته ۱۲:** محققان اعتقاد دارند که نوع برخورد مادران، بستگی به ایجاد نوع دلبستگی دارد. پاسخ‌دهی حساس مراقب به نیازهای کودک شیرخوار، منجر به دلبستگی ایمن می‌شود.

در مورد دلبستگی نایمن، مادران بیشتر بر اساس تمایلات یا حالات خلقی خود و نه بر مبنای علائم دریافتی از کودک پاسخ می‌دهند. مادران کودکان دلبسته اجتنابی، فرزندان خود را به اندازه‌ی مادران شیرخواران دلبسته ایمن در آغوش می‌گیرند ولی به نظر نمی‌رسد که از تماس بدنی با فرزندان خود به اندازه مادران کودکان دلبسته ایمن لذت ببرند و حتی گاهی رفتار طردکننده دارند، به ویژه وقتی کودک آشفته است و بیش از هر شرایط دیگری نیاز به تسلی دارد، از تماس بدنی با او پرهیز می‌کنند. این مادران رفتاری انعطاف‌ناپذیر و وسواسی دارند و غالباً نه بر اساس پاسخ‌دهی به کودک، بلکه طبق فرمول‌های کتاب از کودک مراقبت می‌کنند.

مادران کودکان دلبسته‌ی دوسوگرا، رویه همسانی در مراقبت از کودکان ندارند. گاه در پاسخ‌دهی به کودک بسیار حساس‌اند و گاه توجهی به وی ندارند و در مواقعی نیز رفتارشان مخمل و مزاحم فعالیت‌های کودک است. این‌ها مثل مادران اجتنابی نیستند که خیلی زیاد یا خیلی کم با کودکان ارتباط داشته باشند، بلکه مشکلشان این است که شیوه و زمان تعامل آن‌ها با نیازهای کودک همخوان نیست.

**نکته ۸:** دلبستگی به عنوان یک رفتار اجتماعی:

(۲) اساس برقراری رابطه با دیگران در سال‌های بعدی زندگی است.

(۱) خاص کودک انسان است.

(۴) در طول سال‌های نخست زندگی کودک تغییر چندانی نمی‌کند.

(۳) ناشی از وابستگی به مادر به عنوان منبع تغذیه است.

**پاسخ:** گزینه «۲» تمایل کودک به برقراری نوع رابطه نزدیک با افرادی معین و احساس امنیت بیشتر در حضور این افراد، دلبستگی نامیده می‌شود. بچه‌های انواع دیگر جانداران، این دلبستگی را به شیوه‌های متفاوت آشکار می‌سازند. به نظر می‌رسد الگوی دلبستگی اولیه، با نحوه کنار آمدن کودک با تجربه‌های چند سال بعد نیز ارتباط دارد.

## هویت جنسی و نقش آموزشی جنسیتی

هویت جنسیتی یعنی داشتن تصور روشنی از خود به عنوان مذکر یا مؤنث بودن است.

نقش آموزشی جنسیتی، کسب آن دسته از ویژگی‌هایی است که فرهنگ جامعه موردنظر در مورد زنان و مردان می‌سازد.

### نظریات هویت و نقش آموزشی جنسیتی

**(الف) نظریه روان‌کاوی:** فرایند شکل‌گیری هویت و نقش جنسیتی، با کشف تفاوت‌های تناسلی بین دو جنس آغاز می‌شود و با همانندسازی کودک با والد همجنس پایان می‌پذیرد.

**(ب) نظریه یادگیری اجتماعی:** از طریق یادگیری مشاهده‌ای و تقلید، وسایل ارتباط جمعی و همسالان، کودک به این مهم دست می‌یابد، یعنی هم بر پاداش‌ها و مجازات‌هایی که کودکان برای رفتار مناسب یا غیرمناسب جنسیتی دریافت می‌کنند، تأکید دارد و هم به شیوه‌های یادگیری رفتارهای مربوط به نقش جنسیتی از راه مشاهده بزرگسالان.

**نکته ۱۳:** به نظر می‌رسد پدرها بیشتر از مادرها به نقش‌آموزی جنسیتی فرزندان خود، به ویژه در مورد پسرها توجه دارند.

**نکته ۱۴:** هم در نظریه روان‌کاوی و هم یادگیری اجتماعی، عقیده بر این است که کودک از طریق الگوگیری از والد همجنس خود یا بزرگسال دیگری که همجنس اوست، نقش جنسیتی خود را فرامی‌گیرد.

**نکته ۱۵:** از دیدگاه روان‌کاوی، نقش‌آموزی جنسیتی غیرقابل انعطاف است.

**نکته ۱۶:** در نظریه یادگیری اجتماعی برای نقش جنسیتی، کودک موجودی منفعل و پذیرای نیروهای محیط معرفی می‌شود و کودک ساخته و پرداخته جامعه و والدین و همسالان است.

**ج) نظریه شناختی - رشدی:** این نظریه درباره‌ی هویت جنسی و نقش‌آموزی جنسیتی، توسط کلبه‌رگ، براساس نظریه رشد شناختی پیازه صورت‌بندی شده است. پس از آنکه کودک عنوان پسر یا دختر را برای خود پذیرفت، درصد فراگیری رفتارهای وابسته به جنسیت خود برمی‌آید. درک کودکان از جنس و جنسیت با مراحل رشد شناختی پیازه مطابقت دارد، به ویژه درک آن‌ها از ثبات جنسیت؛ تشخیص اینکه جنسیت فرد به رغم تغییرات سنی و ظاهر شخص، ثابت می‌ماند. طبق این نظریه، درک کودکان از جنس و جنسیت، با مراحل رشد شناختی پیازه مطابقت دارد (ثبات جنسیت). ثبات جنسیت یعنی آگاهی از اینکه جنسیت فرد به رغم تغییر سن و ظاهر او ثابت می‌ماند. ثبات جنسیت با مفهوم نگهداری ذهنی پیازه مرتبط است.

**ک) مثال ۹:** بر طبق کدام رویکرد، هویت جنسی با همانندسازی کودک با والد همجنس پایان می‌پذیرد؟

- ۱) یادگیری اجتماعی (۲) روان‌کاوی (۳) شناختی (۴) گزینه‌های ۱ و ۲

**پاسخ:** گزینه «۲» بر طبق نظریه روان‌کاوی، هویت جنسیتی و نقش جنسیتی با کشف تفاوت‌های تناسلی بین دو جنس آغاز می‌شود و با همانندسازی کودک با والد همجنس پایان می‌پذیرد.

## نظریه طرح‌واره جنسیتی

توسط **ساندرا بوم** مطرح شده است که توضیح می‌دهد چرا اصولاً کودکان در وهله‌ی اول، خودپنداره‌شان را بر پایه تمایز مرد از زن بنا می‌کنند. این نظریه بر نقش فرهنگ تأکید دارد؛ به این معنی که فرهنگ به کودکان می‌آموزد که دنیا را از طریق عدسی‌های جنسیت ببینند. این نظریه، همانند نظریه شناختی - رشدی، کودکان را عواملی فعال در نقش‌آموزی جنسیتی خود تلقی می‌کند و برعکس نظریه یادگیری اجتماعی، این نتیجه‌گیری را نمی‌پذیرد که نقش‌آموزی جنسیتی سنتی، غیرقابل اجتناب و انعطاف‌ناپذیر است. نظریه طرح‌واره جنسیتی در عین حال که نظریه نقش‌آموزی جنسیتی است نظریه هویت جنسی هم هست (آیا من به اندازه کافی زنانه یا مردانه هستم؟) این نظریه همانند نظریه شناختی - رشدی، کودکان را عناصری فعال در نقش‌آموزی جنسیتی خودشان تلقی می‌کند و همانند نظریه یادگیری اجتماعی باور دارد که نقش‌آموزی جنسیتی نه غیرقابل اجتناب است و نه تغییرناپذیر.

## مراحل رشد روانی - اجتماعی اریکسون

اریکسون یک روان‌کاو بود که یک نظام هشت‌مرحله‌ای برای توصیف رشد در طول دوره‌های زندگی پیشنهاد کرده و آن را مراحل روانی - اجتماعی نامیده است. چون او معتقد است که رشد روانی فرد بستگی به روابط اجتماعی خاصی دارد که وی در زمان‌های مختلف در طول زندگی خود برقرار می‌کند.

مراحل	بحران‌های روانی - اجتماعی	پیامد مطلوب
نخستین سال زندگی	اعتماد در برابر عدم اعتماد	اعتماد و خوش‌بینی
دومین سال زندگی	خودپیروی در برابر تردید	احساس خویشتن‌داری و خودبستگی و استقلال
سه تا پایان پنج سالگی	ابتکار در برابر احساس گناه	داشتن هدف و جهت، توانایی دست زدن به فعالیت‌های مستقل
شش سالگی تا بلوغ جنسی	سازندگی در برابر احساس حقارت	احساس شایستگی در مهارت‌های ذهنی، اجتماعی و بدنی
نوجوانی	هویت‌یابی در برابر سردرگمی	داشتن تصویر یکپارچه‌ای از خود به عنوان یک فرد مستقل
اوایل بزرگسالی	صمیمیت در برابر انزوا	توانایی برقرار کردن پیوندهای صمیمانه و دیرپا، انتخاب مسیر شغلی
میانسالی	تولید و باروری در برابر در خود فرورفتگی و رکود	علاقه‌مندی به امور خانواده، جامعه و نسل‌های آینده
دوران پیری	یکپارچگی و انسجام در برابر نومیدی	احساس تحقق نفس و رضایت خاطر از زندگی، آمادگی برای رویارویی با مرگ

اریکسون معتقد بود هر کس، اعم از کودک یا بزرگسال، باید هر بحران را با موفقیت حل کند تا بتواند برای تکالیف روانی - اجتماعی بعدی آماده شود. بنابراین کودک باید طی سال اول زندگی یاد بگیرد که والد یا مراقب وی در فراهم کردن غذا، راحتی و محبت بی‌دریغ، کوتاهی نخواهد کرد. هرگاه چنین اعتمادی به وجود آید، آنگاه کودک در سال دوم زندگی استقلال و خودپیروی بیشتری نشان خواهد داد. هر اندازه والدین طی سال دوم زندگی، حس خودپیروی را تشویق کنند، به همان میزان نیز فرزندان آن‌ها می‌آموزند که تکانه‌های خود را مهار کنند و از پیشرفت‌های خود احساس غرور نمایند. حمایت افراطی، یعنی محدود کردن فعالیت مجاز کودک یا مسخره کردن تلاش‌های ناموفق او که ممکن است سبب شود کودک درباره توانایی‌های خود دچار تردید شود. طی سنین پیش‌دبستانی (۳ تا پایان ۵ سالگی)، کودکان از خودتنظیمی ساده به مرحله‌ای می‌رسند که خودشان می‌توانند فعالیت‌هایی را



آغاز و اجرا کنند. در اینجا نیز نگرش‌های والدین بسته به اینکه تشویق‌کننده یا دلسردکننده باشد، می‌توانند در کودک احساس ناپسندگی (یا گناه، در صورتی که والدین فعالیت کودک را مایه‌ی شرمساری بدانند) به وجود آورد. در سال‌های دبستان، کودکان مهارت‌هایی را فرامی‌گیرند که جامعه آن‌ها را ارزشمند می‌داند. این مهارت‌ها منحصر به خواندن، نوشتن و مهارت‌های بدنی نمی‌شوند، بلکه توانایی قبول مسئولیت و کنار آمدن با مردم را نیز دربرمی‌گیرد.

**نکته ۱۷:** فرد در دومین مرحله اریکسون نخستین بار با اجبارهای اجتماعی روبه‌رو می‌شود.

تلاش‌های موفقیت‌آمیز کودکان در این زمینه‌ها منجر به احساس کفایت و تلاش‌های ناموفق موجب احساس حقارت می‌شود. اریکسون معتقد بود یکی از مسائل عمده در نوجوانی، مسئله تکوین هویت شخصی است؛ به این معنی که باید به پرسش‌هایی نظیر «من کیستم» و «مقصدم کجاست» پاسخ دهد. هر چند اریکسون اصطلاح «بحران هویت» را برای توصیف فرایند فعال توصیف خویشتن پیش کشید، اما بر این باور بود که بحران هویت بخش جدایی‌ناپذیری از رشد روانی - اجتماعی سالم است. در همین راستا اغلب روان‌شناسان رشد نیز معتقدند که نوجوانی باید دوره «تجربه نقش‌ها» باشد.

در مطلوب‌ترین شرایط، بحران هویت باید در اوایل یا اواسط دهه سوم عمر حل شود تا فرد بتواند به مسائل دیگر زندگی بپردازد. وقتی این فرایند با موفقیت انجام پذیرد، می‌گوییم فرد به هویت دست یافته است، به این معنی که وی به مفهوم یکپارچه‌ای از هویت جنسیتی، جهت‌گزینی شغلی و جهان‌بینی نائل شده است. در غیر این صورت، فرد دچار سردرگمی هویت می‌شود. نظریه اریکسون در مورد رشد هویت توسط جیمز مارسیا، با استفاده از مصاحبه‌های آزادپاسخ که ساختار نیمه‌مشخصی داشتند، مورد آزمون قرار گرفت و چهار وضعیت هویتی از نظر شخص و توانایی او در حل آن مسئله را مطرح کرد که براساس دو موضوع نداشتن و داشتن بحران و تعهد به چهار دسته تقسیم شدند:

**۱- دستیابی به هویت:** افرادی که در این مرحله قرار دارند، بحران هویت یعنی مرحله فعال پرورشگری درباره خود و تعریف خویشتن را پشت سر گذاشته‌اند. این افراد، مشخصاً به مواضع فکری خاصی دست یافته‌اند و به آن‌ها پایبندند و در مورد شغل خود نیز به تصمیم قطعی رسیده‌اند (بحران + تعهد).

**۲- وقفه هویت‌یابی:** افراد این گروه نیز نسبت به شغل و جهان‌بینی خود احساس تعهد می‌کنند، ولی در آن‌ها علائمی از تجربه بحران هویت دیده نمی‌شود. آن‌ها بی‌چون و چرا مذهب خانواده‌های خود را پذیرفته‌اند و اگر رویداد مهمی ارزش‌های آزمون‌نشده آن‌ها را به چالش بکشد، احساس سردرگمی می‌کنند (تعهد بدون بحران).

**۳- تعلیق:** این جوانان در حال تجربه‌ی بحران هویت هستند. آنان فعالانه می‌کوشند پاسخ‌هایی برای پرسش‌های خود بیابند و هنوز گرفتار تعارض بین علایق خود و برنامه‌هایی هستند که والدینشان برای آنان در نظر گرفته‌اند (بحران بدون تعهد).

**۴- پراکندگی هویت: اصطلاحی است که مارسیا برای مفهوم «سردرگمی در هویت‌یابی اریکسون» به کار برده است.** بعضی از افرادی که در این دسته قرار می‌گیرند، ممکن است در گذشته دچار بحران هویت بوده یا نبوده باشند، ولی در هر صورت، به مفهوم یکپارچه‌ای از خود دست نیافته و در کل مردد هستند (نه بحران و نه تعهد).

**کج مثال ۱۰:** پیامد مطلوب مرحله‌ی دومین سال زندگی، از مراحل رشد روانی - اجتماعی اریکسون کدام است؟

(۱) اعتماد و خوشبینی

(۲) احساس شایستگی در مهارت‌های ذهنی

(۳) احساس خویشتن‌داری و استقلال

(۴) داشتن هدف و جهت

**پاسخ:** گزینه «۳» پیامد مطلوب سال دوم زندگی، احساس خویشتن‌داری و استقلال و خودبستگی است.

**نکته ۱۸:** جهش رشدی نوجوانی: رشد جسمانی

آثار روانی بلوغ: پسرانی که در سن متوسط بلوغ، به بلوغ رسیده یا بلوغ زودرس داشته‌اند، از ثبات عاطفی و خودتنظیمی کمتری برخوردارند، بیشتر احتمال دارد سیگار بکشند، مشروب بخورند، از مواد مخدر استفاده کنند یا با قانون درگیر شوند.

پسران دیررس، بدترین احساس را نسبت به خود دارند، ولی در سال آخر دبیرستان، سالم‌ترین گروه‌اند.

**نکته ۱۹:** در کل، بلوغ زودرس برای پسران آثار روانی کمتری نسبت به بلوغ دیررس دارد.

زودرسی بلوغ در عزت‌نفس دختران اثر منفی دارد؛ دختران زودرس در مقایسه با دختران دیررس، اضطراب و افسردگی بیشتر و عزت‌نفس پایین‌تری دارند. از وزن و ظاهر خود کمتر رضایت دارند، خجالت می‌کشند که بدنشان شبیه زنان است و احتمال اینکه این افراد با والدین خود تعارض داشته باشند، ترک تحصیل کنند یا مشکلات عاطفی و رفتاری داشته باشند، زیاد است.

**نکته ۲۰:** روان‌شناسان رشد معتقدند که نوجوانی دوره‌ی تجربه‌ی نقش‌هاست. در مطلوب‌ترین شرایط، بحران هویت باید در اوایل و در اواسط دهه سوم عمر حل شود.

**نکته ۲۱:** اریکسون، هویت را زمینه‌ساز صمیمیت می‌داند.

بارورترین دوره زندگی، میانسالی است؛ مقصود اریکسون از مفهوم باروری در میانسالی، علاقه‌مندی افراد به راهبری و تدارک توشه برای نسل آینده است. میانسالی بحران نیمه راه زندگی است.

**کج مثال ۱۱:** بحران ۶ سالگی تا بلوغ کدام است؟

(۱) هویت‌یابی در برابر سردرگمی (۲) ابتکار در برابر احساس گناه (۳) سازندگی در برابر احساس حقارت (۴) خودپیروی در برابر تردید

**پاسخ:** گزینه «۳» طبق نظر اریکسون بحران ۶ سالگی تا بلوغ، سازندگی در برابر احساس حقارت است.

📖 **مثال ۱۲:** بارورترین دوره زندگی ..... است.

- (۱) میانسالی (۲) پیری (۳) نوجوانی (۴) بزرگسالی

☑️ **پاسخ:** گزینه «۱» بارورترین دوره زندگی از دیدگاه اریکسون، میانسالی است.

📖 **مثال ۱۳:** طبق نظر پیاژه، تفکر پیش‌عملیاتی زیر سلطه‌ی ..... است.

- (۱) بازنمایی ذهنی (۲) تأثیرات محیطی (۳) تقلید (۴) تأثیرات بصری

☑️ **پاسخ:** گزینه «۴» طبق نظر پیاژه، تفکر پیش‌عملیاتی زیر سلطه تأثیرات بصری است.

📖 **مثال ۱۴:** در کدام مرحله از رشد شناختی پیاژه، قضاوت اخلاقی کودک بر نوعی جهان‌بینی استوار است؟

- (۱) حسی - حرکتی (۲) پیش‌عملیاتی (۳) صوری (۴) عینی

☑️ **پاسخ:** گزینه «۳» در دوره‌ی صوری است که قضاوت اخلاقی کودک بر جهان‌بینی استوار است.

📖 **مثال ۱۵:** مراحل استدلال اخلاقی کلبرگ ..... سطح و ..... مرحله دارد.

- (۱) ۶، ۳ (۲) ۳، ۶ (۳) ۶، ۲ (۴) ۲، ۶

☑️ **پاسخ:** گزینه «۱» مراحل استدلال اخلاقی کلبرگ، ۳ سطح و ۶ مرحله دارد.

📖 **مثال ۱۶:** این اعتقاد که پایه‌ی افزایش سن، قضاوت اخلاقی طبق مراحل بالا رشد می‌کند، مربوط به کدام یک از افراد زیر است؟

- (۱) الیس (۲) بک (۳) گلاسر (۴) کلبرگ

☑️ **پاسخ:** گزینه «۴» مفهوم قضاوت اخلاقی متعلق به کلبرگ است. کلبرگ ۶ مرحله در رشد قضاوت اخلاقی مشخص کرد که در سه سطح گروه‌بندی شده‌اند. پاسخ‌ها بر اساس دلایل ارائه‌شده برای تصمیمات و بر اساس درستی یا نادرستی عمل مورد بحث، نام‌گذاری می‌شوند. مراحل استدلال اخلاقی کلبرگ عبارت‌اند از:

**سطح اول:** اخلاق پیش‌عرفی

مرحله ۱: جهت‌گزینی بر اساس تنبیه (اطاعت از قوانین به منظور اجتناب از تنبیه)

مرحله ۲: جهت‌گزینی بر اساس پاداش (همنویی با دیگران برای دریافت پاداش و مزایا)

**سطح دوم:** اخلاق عرفی

مرحله ۳: جهت‌گزینی بر اساس الگوی دختر خوب و پسر خوب

مرحله ۴: جهت‌گزینی بر اساس وابستگی به مراجع قدرت

**سطح سوم:** اخلاق پس‌عرفی

مرحله ۵: جهت‌گزینی مبتنی بر قرارداد اجتماعی

مرحله ۶: جهت‌گزینی مبتنی بر اصول اخلاقی

📖 **مثال ۱۷:** نوزادان معمولاً ..... .

- (۱) نزدیک‌بین هستند. (۲) دوربین هستند. (۳) قدرت بینایی ندارند. (۴) مشکلی از نظر بینایی ندارند.

☑️ **پاسخ:** گزینه «۱» نوزادان نزدیک‌بین هستند.

📖 **مثال ۱۸:** در کدام مرحله از مراحل اخلاقی کلبرگ، فرد از اصول پیروی می‌کند تا از سرزنش خویشتن در امان باشد؟

- (۱) مرحله سوم (۲) مرحله دوم (۳) مرحله پنجم (۴) مرحله ششم

☑️ **پاسخ:** گزینه «۴» این موضوع در اخلاق پس‌عرفی در مرحله ۶ اتفاق می‌افتد.

📖 **مثال ۱۹:** بر اساس نظریه کلبرگ، بروز جهت‌گزینی مبتنی بر اصول اخلاقی در چند سالگی اتفاق می‌افتد؟

- (۱) ۷-۵ سالگی (۲) ۸-۱۰ سالگی (۳) ۱۱-۱۲ سالگی (۴) ۱۳ سالگی به بالا

☑️ **پاسخ:** گزینه «۴» بالاترین مرحله در رشد اخلاقی، مستلزم صورت‌بندی اصول اخلاقی انتزاعی و پیروی از آن‌ها برای مصون ماندن از ملامت خویشتن است.

**کله مثال ۲۰:** طبق نظر کلبه‌رگ در زمینه رشد اخلاقی، کدام مورد نمونه‌ای از قضاوت اخلاقی در سطح پس‌عرفی است؟

- (۱) اطاعت از مقررات برای جلب احترام به دیگران  
(۲) تنظیم اعمال بر طبق اصول الزامی به منظور رفاه جامعه  
(۳) رعایت قوانین برای گریز از تنبیه  
(۴) انجام عملی برای دریافت پاداش مادی

**پاسخ:** گزینه «۲» این گزینه در سطح سوم اخلاق پس‌عرفی و مرحله پنجم استدلال اخلاقی کلبه‌رگ است که در جهت‌گزینی مبتنی بر قرارداد اجتماعی منطبق است. فرد اعمال خود را طبق اصولی هدایت می‌کند که همگان برای بهزیستی جامعه الزامی می‌دانند. از اصول پیروی می‌کند تا از احترام همگان برخوردار باشد و از این طریق احترام به نفس خود را نیز حفظ کند. گزینه‌های ۳ و ۴ معرف اخلاق پیش‌عرفی هستند.

**کله مثال ۲۱:** از دیدگاه پیاژه، کودکان در چه سنی با مسائل فرضی، بعد ممکن، منطق قضا و یا مسائل مربوط به جهان‌بینی، درگیر می‌شوند؟

- (۱) دو تا هفت سالگی  
(۲) هفت تا ده سالگی  
(۳) ده تا دوازده سالگی  
(۴) دوازده سالگی به بعد

**پاسخ:** گزینه «۴» در مرحله عملیات صوری یا تفکر انتزاعی که از ۱۱ سالگی به بعد است، کودک می‌تواند به طور منطقی درباره گزاره‌های مجرد فکر کند و به طور نظام‌دار به آزمون فرضیه بپردازد و نیز به مسائل فرضی، آینده و جهان‌بینی بپردازد. ۷-۲ سالگی مرحله پیش‌عملیاتی و ۱۱-۷ سالگی مرحله عملیاتی است.

**کله مثال ۲۲:** فرض کنیم کودکی از لای نرده‌های تخت‌خواب، یک اسباب‌بازی را چنگ می‌زند، اما نمی‌تواند آن را از لابه‌لای نرده‌ها عبور دهد. در این صورت خواهیم گفت که کودک نمی‌تواند از واکنش ..... استفاده کند.

- (۱) انطباق  
(۲) جذب  
(۳) نگهداری  
(۴) پایداری

**پاسخ:** گزینه «۱» وقتی کودک در مواجهه با یک رویداد تازه، سعی می‌کند آن را در چهارچوب طرح‌واره‌های موجود خود درک کند، این فرایند را درون‌سازی گویند. به این معنی که کودک می‌کوشد رویداد جدید را با یکی از طرح‌واره‌های موجود پیوند دهد، اما اگر طرح‌واره موجود انطباق کافی با رویداد جدید نداشته باشد، کودک همچون دانشمندان، طرح‌واره را دگرگون می‌کند و از این راه جهان‌بینی خود را گسترش می‌دهد؛ پیاژه این فرایند تجدید نظر در طرح‌واره را انطباق یا برون‌سازی می‌خواند.

**کله مثال ۲۳:** شخصیت اجتماعی کودکان در نیمه اول مرحله دوم کودکی (۳ تا ۵ سالگی) بیشتر به چه صورت ظاهر می‌شود؟

- (۱) مخالفت و لجبازی با دیگران  
(۲) گرایش به جمع همسالان و تقلید رفتار کودکان دیگر  
(۳) بازی با همسالان جنس مخالف  
(۴) اطاعت کورکورانه از والدین و اطرافیان

**پاسخ:** گزینه «۱» کودک در این مرحله با اطرافیان مخالفت و لجبازی می‌کند.

**کله مثال ۲۴:** در فاصله سنی ۱۴ تا ۱۸ ماهگی، کدام رفتار بیشتر نزد کودکان دیده می‌شود؟

- (۱) حسادت  
(۲) خودمحوری  
(۳) اضطراب جدایی  
(۴) غریبی کردن

**پاسخ:** گزینه «۳» اضطراب جدایی که تا حدودی وابسته به خلق و خوی فطری نوزاد است، در فاصله چهارده تا هجده ماهگی به اوج خود می‌رسد و سپس به تدریج به دلیل رشد حافظه و تجارب کودک کاهش می‌یابد. سرانجام، اغلب کودکان سه ساله در غیاب والدین خود به اندازه کافی احساس امنیت می‌کنند و قادرند به راحتی با کودکان دیگر و بزرگسالان در تعامل باشند.

**کله مثال ۲۵:** تعریف الگویابی جنسیتی کدام است؟

- (۱) کسب درک روشن از خویشتن به عنوان زن و مرد

- (۲) فراگیری رفتارهای متناسب با جنس مورد قبول فرهنگ

- (۳) این مفهوم که کودکان تشویق می‌شوند تا همه چیز را وابسته به جنسیت بدانند.

- (۴) این اندیشه که جنسیت فرد علی‌رغم پیشرفت سن و تغییرات ظاهر ثابت می‌ماند.

**پاسخ:** گزینه «۲» منظور از الگویابی جنسیتی، کسب آن دسته از ویژگی‌ها و رفتارهایی است که فرهنگ هر جامعه‌ای برای زنان و مردان خود مناسب تشخیص می‌دهد. بین الگویابی جنسیتی و پذیرش نقش جنسیتی تمایزی آشکار وجود دارد.

## تست‌های طبقه‌بندی شده فصل سوم

- کله ۱- کودکان در کدام مرحله رشد شناختی، به مفهوم «پایداری اشیا» دست می‌یابند؟ (سراسری ۸۱)
- (۱) حسی - حرکتی (۲) پیش‌عملیاتی (۳) عملیات عینی (۴) عملیات صوری
- کله ۲- در کدام یک از مراحل رشد روانی - جنسی در نظریه روان تحلیل‌گری، کودک نسبت به والد هم‌جنس خود حسادت می‌ورزد و به والد جنس مخالف گرایش می‌یابد؟ (سراسری ۸۱)
- (۱) دهانی (۲) مقعدی (۳) آلتی (۴) نهفتگی
- کله ۳- در بدو تولد، کدام یک از حواس نوزاد کمتر رشد یافته است؟ (سراسری ۸۱)
- (۱) لمسی (۲) بینایی (۳) شنوایی (۴) چشایی
- کله ۴- کسانی که برای مصون ماندن از سرزنش دیگران هم‌رنگ جماعت می‌شوند، در کدام سطح از رشد اخلاقی قرار دارند؟ (سراسری ۸۲)
- (۱) سطح اول (۲) سطح دوم (۳) سطح سوم (۴) سطح چهارم
- کله ۵- بر اساس رویکرد رشد روانی - اجتماعی، مرحله نوجوانی با چه نوع بحران روانی - اجتماعی همراه است؟ (سراسری ۸۲)
- (۱) خودپروی در برابر تردید (۲) هویت‌یابی در برابر سرگشتگی (۳) ابتکار در برابر احساس گناه (۴) زاینده‌گی در برابر درخود فرورفتگی
- کله ۶- از نظر پیاژه، در کدام مرحله از رشد، قضاوت کودک درباره هر عمل بر اساس پیامدهای آن است و نه بر مبنای قصد؟ (سراسری ۸۲)
- (۱) حسی - حرکتی (۲) عملیات عینی (۳) عملیات صوری (۴) پیش‌عملیاتی
- کله ۷- در آزمایش سنجش دلبستگی، کودکی که در بازگشت مادر، حضور او را نادیده می‌گیرد، در کدام گروه‌بندی ذیل قرار می‌گیرد؟ (سراسری ۸۲)
- (۱) دلبسته نا ایمن (۲) دلبسته نا ایمن اجتنابی (۳) دلبسته نا ایمن دوسوگرا (۴) دلبسته نا ایمن آشفته
- کله ۸- کدام یک از عوامل ذیل در الگویابی جنسیتی کودکان نیرومندتر است؟ (سراسری ۸۲)
- (۱) کتاب‌ها (۲) همبازی‌ها (۳) والدین (۴) تلویزیون
- کله ۹- در تقسیم‌بندی رشد روانی - اجتماعی اریکسون، عنوان «هویت‌یابی در برابر سردرگمی» مربوط به کدام یک از سنین زیر است؟ (سراسری ۸۳)
- (۱) ۳ تا ۵ سالگی (۲) ۷ تا ۹ سالگی (۳) نوجوانی (۴) جوانی
- کله ۱۰- از نظر پیاژه، تقلید کردن کودک جزء کدام یک از فرایندهای شناختی است؟ (سراسری ۸۳)
- (۱) سازماندهی (۲) برون‌سازی (۳) بازگشت‌پذیری (۴) تعادل و سازگاری
- کله ۱۱- از نظر پیاژه، معنای اصطلاح «جذب» کدام است؟ (سراسری ۸۳)
- (۱) خلق شیوه‌های تازه واکنش در مقابل یک شیء بیرونی (۲) واکنش در برابر یک محرک تازه بر اساس یک بازتاب موجود (۳) فرافکنی امیال، آرزوها و ناراحتی‌های سرکوب‌شده (۴) صفات، ویژگی‌ها و عادات دیگران را به خود نسبت دادن
- کله ۱۲- طبق تحقیقات روان‌شناسی رشد، نوزادان ..... (سراسری ۸۴)
- (۱) در دو سالگی می‌توانند همانند بزرگسالان ببینند. (۲) به طرح‌های ساده بیشتر از طرح‌های پیچیده نگاه می‌کنند. (۳) چهره‌های غیرانسانی را ترجیح می‌دهند. (۴) اشکال با خطوط مستقیم را ترجیح می‌دهند.
- کله ۱۳- در رابطه با مسائل اخلاقی، وقتی فرد از اصول پیروی می‌کند تا در دام سرزنش خویشتن نیفتد، عمل وی در کدام طبقه جای می‌گیرد؟ (سراسری ۸۴)
- (۱) اخلاق پیش‌عرفی در مرحله دوم (۲) اخلاق عرفی در مرحله چهارم (۳) اخلاق پس‌عرفی در مرحله ششم (۴) اخلاق واقع‌گرا که جنبه کلی دارد.
- کله ۱۴- به نظر والن، اولین بحران‌های شخصیت در کدام مقطع سنی شروع می‌شود؟ (سراسری ۸۵)
- (۱) ۳ تا ۵ سالگی (۲) ۵ تا ۷ سالگی (۳) ۷ تا ۹ سالگی (۴) ۹ تا ۱۱ سالگی
- کله ۱۵- نظریه‌ی « طرح‌واره جنسیتی» در پی توضیح این نکته است که چرا اصولاً در وهله‌ی نخست، کودکان خودپنداره‌ی خویش را بر پایه‌ی تمایز ..... بنا می‌کنند. (سراسری ۸۵)
- (۱) مرد از زن (۲) فرزند از والدین (۳) کودکان از بزرگسالان (۴) فرزند از والد غیر همجنس

پاسخ: گزینه «۳» وقتی افراد را در مرحله‌ی خواب REM بیدار می‌کنیم، تقریباً همیشه می‌گویند که در حال خواب دیدن بوده‌اند، اما کسانی که در مرحله خواب غیر REM بیدار می‌شوند، تنها در ۲۵ درصد موارد چنین چیزی را گزارش می‌دهند. رؤیاهایی که اشخاص هنگام بیدار شدن از خواب REM گزارش می‌دهند، معمولاً از لحاظ بصری بسیار روشن و دارای ویژگی‌های هیجانی و غیرمنطقی هستند؛ تجاربی که نوعاً از واژه‌ی رؤیا برای ما تداعی می‌شود. هرچه دوره خواب REM پیش از بیدار شدن طولانی‌تر باشد، رؤیای گزارش شده طولانی‌تر و همراه با جزئیات بیشتری است. بر عکس، رؤیاهای NREM بیشتر مانند تفکر عادی هستند و هیچ یک از ویژگی‌های دیداری و بار هیجانی رؤیاهای REM را ندارند و بیشتر مربوط به اموری هستند که در حالت بیداری اتفاق می‌افتد.

مثال ۸: در یک جوان (۲۴ - ۱۸ ساله) چند دقیقه از خواب شبانه به خواب REM تعلق دارد؟

۱۲۰ (۴)

۶۰ (۳)

۳۰ (۲)

۱۵ (۱)

پاسخ: گزینه «۳» در طی یک خواب ۸ ساعته شبانه، چهار یا پنج دوره خواب REM وجود دارد که تقریباً ۱۵ دقیقه طول می‌کشد؛  $15 \times 4 = 60$

مثال ۹: کدام یک جزء داروهای توهم‌زا است؟

۴) آمفتامین

۳) شاهدانگان

۲) کوکائین

۱) LSD

پاسخ: گزینه «۱» LSD از داروهای توهم‌زا است.

طبقه	مصارف پزشکی	تأثیرات کوتاه‌مدت	خطر سلامتی	خطر وابستگی جسمی و روان شناختی
کندکننده‌ها	کم کردن درد و رنج	آرامش، افت فعالیت مغزی، کند شدن رفتار و کم شدن خودداری‌ها	وقوع سوانح، صدمه مغزی، بیماری کبدی، نقایص مادرزادی و زخم معده	جسمی: متوسط روانی: متوسط
الکل				
باربیتورات‌ها	قرص خواب	آرامش و خواب	وقوع سوانح، اغماء و مرگ احتمالی	جسمی - روانی: از متوسط تا زیاد
آرام‌بخش‌ها	کاهش اضطراب	آرامش و کند شدن رفتار	وقوع سوانح، اغماء و مرگ احتمالی	جسمی: کم تا متوسط روانی: متوسط تا زیاد
مواد افیونی (مواد مخدر)	کاهش درد	شنگولی، خواب‌آلودگی و حالت تهوع	وقوع سوانح، بیماری‌های عفونی مثل ایدز	جسمی: متوسط تا شدید روانی: متوسط تا شدید
محرک‌ها				
آمفتامین‌ها	کنترل وزن	افزایش هشیاری - تحریک‌پذیری - کاهش خستگی و تندخویی	بی‌خوابی، فشار خون بالا، سوءتغذیه و مرگ احتمالی	جسمی: احتمالاً روانی: متوسط تا زیاد
کوکائین	بی‌حسی موضعی	افزایش هشیاری، تحریک‌پذیری، شنگولی، کاهش خستگی و تندخویی	بی‌خوابی، فشار خون بالا، سوءتغذیه و مرگ احتمالی	جسمی: احتمالاً روانی: متوسط (به صورت دهانی) زیاد (تزریقی)
MDMA یا اکستازی	ندارد	اثرات آمفتامینی و توهم‌زایی خفیف، بالا رفتن دمای بدن، از دست رفتن آب بدن، احساس آسایش و تمایل به معاشرت	مشکلات قلبی و عروقی مرگ	جسمی: احتمالاً روانی: متوسط
کافئین	ندارد	هشیاری و احساس آرامش پس از خسته شدن	مشکلات قلبی و عروقی احتمالی	جسمی: متوسط روانی: متوسط
نیکوتین	ندارد	تحریک و کم شدن استرس پس از خسته شدن	سرطان و بیماری‌های عروقی	جسمی: زیاد روانی: زیاد
توهم‌زاها				
ال اس دی	ندارد	توهمات شدید و اختلال در ادراک زمان	وقوع سوانح	جسمی: ندارد روانی: کم
ماریجوانا	درمان آب سیاه چشم	شنگولی، آرامش، توهمات خفیف، اختلال در ادراک زمان و اختلال در توجه و حافظه	وقوع سوانح و بیماری تنفسی	جسمی: خیلی کم روانی: متوسط

**کج مثال ۱:** از نظر آلپورت ترجیحات و نگرش‌های خاص فرد جزء کدام دسته از صفات است؟

- (۱) صفات اصلی (۲) صفات مرکزی (۳) صفات ثانویه (۴) گزینه‌های ۱ و ۲

**پاسخ:** گزینه «۳» از نظر آلپورت صفات ثانویه، شامل ترجیحات و نگرش‌های خاص هر فرد است.

**کج مثال ۲:** تأکید نظریه‌پردازان صفات بر کدام مورد است؟

- (۱) محیط (۲) تعیین‌کنندگان شخصی (۳) گذشته بیمار (۴) توانایی‌های محدود به تأثیر محیط

**پاسخ:** گزینه «۲» تأکید نظریه‌پردازان صفات بر تعیین‌کنندگان شخصی است.

**کج مثال ۳:** پرسشنامه ۱۶ عامل شخصیت، متعلق به چه کسی است؟

- (۱) آدلر (۲) کتل (۳) رورشاخ (۴) موری

**پاسخ:** گزینه «۲» پرسشنامه ۱۶ عامل شخصیت، متعلق به کتل است.

## ۲- رویکرد رفتاری

در این رویکرد، برعکس رویکرد روان‌کاوی، بر اهمیت عوامل محیطی رفتار تأکید می‌شود. در این دیدگاه، رفتار، نتیجه تعاملی مداوم میان متغیرهای فردی و محیطی است. به عبارت دیگر آدمی و محیط بر یکدیگر تأثیر دارند. رفتارگرایان معتقدند شخصیت هر فرد، محصول تقویت‌های خاص گذشته اوست.

### شرطی‌سازی

**شرطی شدن کنشگر:** بی‌اف اسکینر رویکردش را شرطی‌سازی کنشگر نام نهاد. او معتقد است شخصیت، همان رفتار مشهود است و محیط بیرونی تعیین‌کننده آن است. شخصیت، صفات درونی و افکار نیست و برای تبیین آن نیازی به فهم فرایندهای زیستی و شناختی نداریم.

**شرطی‌سازی عامل:** تأثیر اعمال دیگران، یعنی پاداش‌ها و تنبیه‌هایی که آن‌ها اعمال می‌کنند، عامل مؤثری بر رفتار آدمی است. از این‌رو اساسی‌ترین اصول نظریه رفتاری، شرطی شدن عامل است و آن نوعی یادگیری است که با آموختن رابطه‌ی میان رفتار و پیامدهایش حاصل می‌شود. طبق این نظریه، افراد به گونه‌ای عمل می‌کنند که موجب دریافت تقویت شود و تفاوت‌های رفتاری افراد عمدتاً از تفاوت در نوع تجارب یادگیری آن‌ها در حین رشد ناشی می‌شود.

**شرطی شدن کلاسیک:** به منظور تبیین عواطف و هیجانات، نظریه‌پردازان رفتارگرایی موضوع شرطی شدن کلاسیک را به بحث خود راجع به شخصیت اضافه می‌کنند؛ شرطی‌سازی کلاسیک، نوعی از یادگیری است که از ایجاد ارتباط میان موقعیت‌هایی خاص حاصل می‌شود. از نظر رفتارگرایان، شرطی‌سازی سنتی (کلاسیک) است که منبع اضطراب را تولید می‌کند و این همان چیزی است که فروید **فراخود** نامید. برای مثال وقتی کودک توسط والدین خود به خاطر انجام کاری ممنوع تنبیه می‌شود، این تنبیه، پاسخی فیزیولوژیایی ایجاد می‌کند که همراه با احساس گناه و اضطراب است. در نتیجه، رفتار کودک فی‌نفسه ممکن است چنین پاسخ‌هایی را برانگیزد، یعنی همین که کودک دست به آن رفتار ممنوع می‌زند، خودش احساس گناه می‌کند.

شخصیت انسان مطابق توصیف رفتارگرایان بسیار قابل تعدیل است و با این حال کیفیتی انفعالی دارد. یعنی گویی ما همچنان تحت تأثیر نیروهای عمدتاً خارج از اراده خود شکل می‌گیریم.

در مجموع رفتارگرایی کلاسیک بر اهمیت متغیرهای محیطی یا موقعیتی تأکید دارند. رویکردهای رفتاری جدیدتر تحت عنوان یادگیری اجتماعی بر تعیین‌کنندگان محیطی یا موقعیتی تأکید دارند.

## ۳- رویکرد یادگیری اجتماعی

در این رویکرد، تأکید بر تعیین‌کنندگان محیطی است. در رویکرد یادگیری اجتماعی به انگیزش، آن دسته از الگوهای رفتاری مورد توجه قرار می‌گیرند که فرد برای کنار آمدن با محیط می‌آموزد. برای نظریه‌پردازان یادگیری اجتماعی، رفتار، محصول تعامل مداوم متغیرهای شخصی و محیطی است. شرایط محیطی از طریق یادگیری به رفتار شخص شکل می‌دهد، در عوض رفتار شخص نیز در شکل‌گیری محیط مؤثر است.

طبق نظریه‌ی یادگیری اجتماعی، بخش اعظم تفاوت‌های رفتاری افراد نتیجه تفاوت‌هایی است که آنان از لحاظ **تجارب دوران رشد** با همدیگر دارند. به عقیده نظریه‌پردازان یادگیری اجتماعی، تقویت، لازمه‌ی یادگیری نیست ولی برای به عمل درآمدن آنچه آموخته شده حائز اهمیت است و یادگیری را تسهیل می‌کند.

**تقویت به سه صورت، رفتار آموخته‌شده را کنترل می‌کند:**

۱- **مستقیم:** از طریق پاداش‌های ملموس، تأیید یا عدم تأیید اجتماعی و تخفیف دادن شرایط آزارنده.

۲- **مشاهده‌ای:** مشاهده دریافت پاداش یا تنبیه یک شخص دیگر، به خاطر رفتاری شبیه به رفتار خود.

۳- **خودتدبیری:** ارزیابی عملکرد خود از راه تحسین یا سرزنش خود.

از دیدگاه نظریه‌پردازان یادگیری اجتماعی، اعمال یک فرد در یک موقعیت معین بستگی دارد به خصوصیات ویژه آن موقعیت، ارزیابی فرد از آن موقعیت و تقویتی که شخص در گذشته به خاطر رفتار معینی در شرایط مشابه آن موقعیت (یا مشاهده دیگران در شرایط مشابه) دریافت کرده است.

نظریه‌پردازان یادگیری اجتماعی در مورد پیش‌بینی رفتار فرد در یک موقعیت معین، بیشتر بر تفاوت‌های فردی در زمینه‌های رشد شناختی و تجارب آموخته‌شده‌ی اجتماعی تأکید دارند، تا بر صفات انگیزشی (مثل پرخاشگری یا وابستگی).

**نکته ۵:** نظریه یادگیری اجتماعی با تأکیدی که بر متغیرهای محیطی برانگیزنده رفتارهای معین دارد، نقش مهمی در روان‌شناسی بالینی و نظریه شخصیت داشته است.

در این نظریه تأکید فراوانی بر اهمیت تأثیر شرایط محیطی کرده‌اند و در نتیجه در روان‌شناسی شخصیت، شخص را کنار گذارده‌اند و از این لحاظ مورد انتقاد قرار گرفته‌اند.

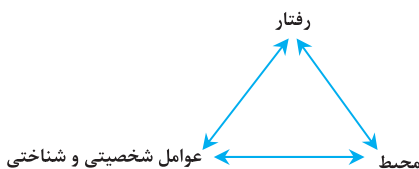
**نکته ۶:** نظریه صفات و نظریه یادگیری اجتماعی، هر دو بر شخصیت اجتماعی تأکید دارند و در مقام نخست به رفتار توجه دارند.

### نظریه‌های یادگیری اجتماعی

**جولیان راتر:** وی متغیرهای شناختی را وارد رویکرد رفتارگرایانه کرد. مفهوم **توانش رفتار (پتانسیل رفتار)** به معنای بررسی احتمال بروز رفتار معینی در شرایطی معین است، مثلاً بیدار ماندن در سراسر شب برای امتحان. توانش رفتار به دو متغیر بستگی دارد: انتظار و ارزش تقویت. در مورد انتظار باید گفت که اگر دانشجویی انتظار نمره عالی داشته باشد، بیشتر احتمال دارد که تا سراسر شب بیدار بماند. در مورد ارزش تقویت‌ها هم به همین صورت است؛ اگر دانشجو خوابیدن را به نمره خوب ترجیح دهد، از احتمال نخوابیدن برای رسیدن به نمره بد کاسته می‌شود.

**بندورا:** وی نظریه شناخت اجتماعی را تدوین کرده است. در این نظریه بر علیت متقابل تأکید می‌شود که طبق آن تعیین‌کننده‌های بیرونی رفتار مثل پاداش‌ها و مجازات‌ها و تعیین‌کننده‌های درونی رفتار مثل باورها، بخش‌هایی از یک سامانه از عوامل متعامل هستند که هم بر رفتار و هم بر سایر بخش‌های این سامانه مؤثرند. او معتقد است که افراد برای تصمیم گرفتن در مورد نحوه‌ی عمل کردن خود از نمادها و آینده‌نگری استفاده می‌کنند. **بندورا** همچنین متذکر می‌شود که اکثر رفتارها در غیاب پاداش‌ها و مجازات‌های بیرونی رخ می‌دهند و در عوض، ریشه در فرایندهای درونی **خودتنظیمی** دارند.

بندورا برای توصیف تعامل رفتار، محیط و عوامل شخصی - شناختی که حاصل آن شخصیت است، اصطلاح **جبرگرایی دوسویه (متقابل)** را مطرح می‌کند. محیط می‌تواند رفتار شخص را تعیین کند ولی شخص هم محیط را تغییر می‌دهد. عوامل شخصی - شناختی هم می‌توانند بر رفتار تأثیر بگذارند و هم از آن اثر بپذیرند.



**کلمه مثال ۴:** کدام یک از نظریات زیر بر متغیرهای محیطی برانگیزاننده‌ی رفتار تأکید دارد؟

(۴) گزینه‌های ۲ و ۳

(۳) رفتاری

(۲) یادگیری اجتماعی

(۱) صفات

**پاسخ:** گزینه «۲» نظریه‌ی یادگیری اجتماعی روی متغیرهای محیطی برانگیزاننده تأکید می‌کند.

**والتر میشل:** تفاوت‌های فردی مبحثی است که در رویکرد یادگیری اجتماعی، زیاد به آن پرداخته نشده بود و تأکید بیشتر بر روی خود شخصیت بود، ولی **والتر میشل** تفاوت‌های فردی را هم در نظریه یادگیری اجتماعی جای داد. والتر میشل بر فرایند تأخیر کامروایی (فرایندی که آن را در فهم شخصیت مهم می‌داند) نیز تأکید کرده است. او معتقد است کسانی که می‌توانند برای رسیدن به نتیجه مطلوب آتی، ارضای آنی، خود را به تأخیر بیندازند، در واقع اهمیت عوامل شخصی - شناختی در رفتار را نشان می‌دهند.

روان‌شناسی شخصیت سعی در دو کار دارد: ۱. تعیین مشخصه‌هایی که زمینه‌ساز تفاوت‌های فردی هستند. ۲. فرایندهای کلی عملکرد شخصیت را مشخص کند. رویکرد صفات، توجه زیادی به تفاوت‌های فردی داشته است، اما به عملکرد شخصیت نپرداخته است. نظریه روان‌کاوی هر دو مورد را پوشش داده است. رویکرد یادگیری اجتماعی تمرکز بر عملکرد شخصیت است اما والتر میشل به عنوان نظریه‌پرداز یادگیری اجتماعی کوشیده است بر اساس متغیرهای شناختی زیر، تفاوت‌های فردی را در نظریه یادگیری اجتماعی جای دهد:

۱. قابلیت‌ها: شامل توانش‌های عقلی، مهارت‌های اجتماعی و ... (قادر به انجام چه کاری هستید؟)
۲. روش‌های رمزگردانی: مردم از لحاظ توجه انتخابی به اطلاعات، رمزگردانی رویدادها و ... متفاوت هستند (به صحنه چگونه نگاه می‌کنید؟)
۳. انتظارات: انتظارات شخص راجع به نتایج رفتارهای گوناگون، در انتخاب رفتار نقش دارد. (رفتار چه نتایجی دارد؟)
۴. ارزش‌های ذهنی: افراد در ارزشی که برای نتایج عمل خود قائل می‌شوند، متفاوت هستند. (ارزش این کار چیست؟)
۵. سیستم‌های خودگردانی و طرح‌ریزی: معیارها و قواعدی که مردم بر اساس آن‌ها رفتارهایشان را تنظیم می‌کنند، متفاوت هستند، مثل پاداش به خود برای موفقیت و تنبیه در صورت شکست (چگونه می‌توانی آن کار را انجام دهی؟)

### ماهیت انسان از نظر رفتارگرایی

همانند رویکرد روان‌کاوی، رویکرد رفتارگرا به شخصیت نیز مبتنی بر اصل علیت است. ولی بر خلاف رویکرد روان‌کاوی، رفتارگرایی توجه بسیار ناچیزی به تعیین کننده‌های زیستی داشته و عمدتاً بر عوامل محیطی تمرکز دارد. رویکرد رفتارگرایی از این نظر تحت تأثیر نظریه داروین است معتقد است که یادگیری، رفتار آدمی را به نحوی شکل می‌دهد که بتواند با محیط خود سازگار شود. از نظر آنان انسان ذاتاً خوب یا بد نیست بلکه به آسانی تحت تأثیر محیط، قابل تغییر است. پس شخصیت را تا حد زیادی قابل تغییر می‌دانند، اما دیدی فعل‌پذیر به انسان دارند که نیروهای محیطی شخصیت را شکل می‌دهند.

**نکته ۷:** رفتارگرایان به دلیل تأکید زیاد بر تأثیر محیط بر رفتار، مورد انتقاد قرار گرفته‌اند.

#### ۴- رویکرد شناختی

رویکردهای دیگر در واقع نوعی «فلسفه» درباره ماهیت بشر هستند، اما رویکرد شناختی، یک رویکرد عام تجربی و مجموعه‌ای از موضوعات مرتبط با نحوه پردازش اطلاعات مربوط به خود جهان نزد انسان است. به اعتقاد نظریه‌پردازان شناختی، تفاوت‌های شخصیت ریشه در تفاوت‌های افراد مختلف در نحوه بازنمود ذهنی اطلاعات دارد. به طور کلی دو نوع ساخت شناختی در این رویکرد وجود دارد: ۱- سازه‌ها و تعبیرهای شخصی ۲- طرح‌واره‌ها


**نظریه تعبیر شخصی:** جورج کلی معتقد است که مردم نیز همانند دانشمندان دنیا را مشاهده می‌کنند، فرضیه می‌سازند و آن را می‌آزمایند و سپس نظریه پرداز می‌کنند. او معتقد بود که هر کس مجموعه‌ای اختصاصی و بی‌همتا از سازه‌های شخصی را جهت تفسیر و پیش‌بینی رویدادها به کار می‌برد. کلی یکی دیگر از نخستین روان‌شناسان شخصیت بود که برای فرایندهای شناختی نقش محوری در کارکردهای فرد قائل شد. کلی خاطر نشان کرد که روان‌شناسان شخصیت نوعاً فرد را بر اساس ابعادی خودساخته مقوله‌بندی می‌کنند. حال آنکه به نظر او هدف باید کشف آن ابعادی باشد که فرد برای تفسیر یا تعبیر خود و محیط اجتماعی‌اش به کار می‌برد. این ابعاد همان تعبیرهای شخصی خود فرد است که واحدهای اساسی تحلیل فرد را در نظریه کلی تشکیل می‌دهد. هدف اساسی تعیین ابعاد شخصیت از دیدگاه وی نیز شناسایی همین سازه‌هاست. جرج کلی برای بررسی صفات شخصیت از آزمون گنجینه‌ی سازه نقش (REP) استفاده می‌کرد.

خودطرح‌واره‌ها: طرح‌واره‌ها ساختاری شناختی هستند که در درک، سازمان‌دهی، پردازش و کاربرد اطلاعات به ما کمک می‌کنند. طرح‌واره‌ها همچنین ساختاری فراهم می‌کنند تا اطلاعات را در چهارچوب آن سازمان‌دهی و پردازش کنند. طرح‌واره‌ها در طول زمان نسبتاً ثابت هستند و لذا به راه‌های نسبتاً ثابتی برای درک و کاربرد اطلاعات منجر می‌شوند. طرح‌واره‌های هر کس با دیگری فرق دارد و از همین روست که اطلاعات را به گونه‌های مختلف پردازش می‌کنند و به گونه‌های مختلف هم رفتار می‌کنند. در نتیجه، برای توضیح تفاوت‌های شخصیتی افراد می‌توان از طرح‌واره‌ها استفاده کرد.

شاید مهم‌ترین طرح‌واره‌ها درباره خود فرد باشد. خودطرح‌واره شامل تصمیم شناختی درباره‌ی خود است که از تجارب گذشته‌ی خود مشتق شده‌اند و پردازش اطلاعات مرتبط با خود را سازمان‌دهی و هدایت می‌کنند. خودطرح‌واره‌ها نه فقط به درک و پردازش اطلاعات جهت می‌دهند، بلکه برای سازمان‌دهی و ذخیره کردن آن‌ها نیز چهارچوبی ارائه می‌کنند.


خویش‌واره، مهم‌ترین طرح‌واره است که عبارت است: از تعمیم‌های شناختی برگرفته از تجارب درباره خویش که راهنمای سازماندهی و پردازش اطلاعات مربوط به خود است. این طرح‌واره، نقش عمده‌ای در این دارد که چگونه اطلاعات را پردازش کنیم و با جهان پیرامون ارتباط برقرار سازیم.

هسته اصلی خویش‌واره شامل اطلاعات اساسی از قبیل نام و ظاهر جسمانی شخص و رابطه با افراد مهم زندگی‌اش است، اما آنچه باعث تفاوت‌های فردی می‌شود، ویژگی‌های خاص خویش‌واره است. مثلاً خویش‌واره کسی بر ورزش تکیه کرده است، در نتیجه ورزش بخش اصلی فعالیت‌های هفتگی اوست. پس خویش‌واره هر کس سبب تفاوت رفتاری مردم است.

 **نکته ۸:** خویش‌واره نه تنها راهنمای ادراک و پردازش اطلاعات است بلکه چهارچوبی برای سازمان‌دهی و انبار کردن اطلاعات است.

**نظریه طرح‌واره جنسیت:** بم، جنسیت را راهی برای سازمان‌دهی اطلاعات می‌داند و معتقد است طرح‌واره‌ی جنسیت، ساختاری ذهنی است که جهان ادراکی و مفهومی فرد را در مقوله‌های وابسته به جنسیت سازمان می‌دهد. افراد بر اساس طرح‌واره‌ی جنسی خود رفتار می‌کنند، اطلاعات خود را پردازش، سازمان‌دهی و ادراک می‌کنند.

طبق نظریه بم، کسانی که نقش‌آموزی جنسیتی حاصل کرده‌اند نسبت به آن‌هایی که نقش‌آموزی نشده‌اند، بیشتر طرح‌واره جنسی به کار می‌برند. از نقاط قوت رویکرد شناختی می‌توان به استوار بودن بر تحقیقات تجربی اشاره کرد. همچنین به شناسایی صفات بسنده نکرده است بلکه می‌کوشد با استفاده از ساختارهای شناختی تفاوت‌های فردی در رفتار را توضیح دهد.


 **نکته ۹:** از انتقادات به رویکرد شناختی می‌توان به استفاده از مفاهیم مبهم توسط این رویکرد اشاره کرد.

#### ۵- رویکرد روان‌کاوی

نظریه‌های روان‌کاوی با مطالعه شخصیت خصوصی سر و کار دارند، یعنی انگیزه‌های ناهشیاری که رفتار را هدایت می‌کنند. در این رویکرد، رشد شخصیت نیز مورد توجه است. فروید در زمینه رویکرد روان‌کاوی یکه‌تاز است.

**نظریه فروید در زمینه شخصیت:** فروید ذهن انسان را به کوه یخ شناوری تشبیه می‌کرد که بخش کوچک آن که بر سطح آب نمایان است، نمودار تجارب هشیار و بخش بسیار بزرگتر زیرین آن نمودار ناهشیار است، یعنی انبار تکانه‌ها، شهوات و خاطرات غیرقابل دسترس که بر افکار و رفتار ما تأثیر می‌گذارند. این بخش ناهشیار ذهن آدمی است که فروید با استفاده از روش تداعی آزاد به کندوکاو در آن پرداخت.

بر اساس این روش از شخص خواسته می‌شود هرچه را که به ذهن هشیارش می‌رسد بیان کند. فروید از راه تحلیل تداعی‌های آزاد، مانند یادآوری رؤیاها و خاطرات دوران کودکی سعی داشت بیماران را از انباشته‌های ناهشیار ذهنشان آگاه کند و به این وسیله عوامل بنیادی شخصیت را آشکار سازد. فروید به وجود علیت بر رفتار بشر اعتقاد داشت. علیت روان‌شناختی به این معنا است که تمام تفکرات، هیجانات و اعمال آدمی دارای علت و سبب هستند. همچنین اکثر رفتارهای انسان به سبب سائق‌ها و خواسته‌های ناکام‌مانده ناخودآگاه به وجود می‌آید.

 **نکته ۱۰:** فروید تحت تأثیر عقاید هلمهولتز قرار داشت که معتقد بود پدیده‌های فیزیولوژیک را می‌توان با اصول حاکم بر علم فیزیک تبیین کرد.

فروید تحت تأثیر نظریه بقای انرژی قرار گرفت و معتقد بود که در هر انسانی مقدار ثابتی انرژی روانی وجود دارد که آن را لیبیدو نامید.






**ساختار شخصیت از دیدگاه فروید:** فروید معتقد بود شخصیت از سه نظام تشکیل شده است:


**۱- نهاد:** ابتدایی‌ترین بخش شخصیت است که در نوزاد وجود دارد و بعدها «خود» و «فراخود» از آن منشعب می‌شود. نهاد از تکانه‌ها یا سائق‌های زیستی نظیر نیاز به غذا، آب، دفع فضولات بدن، اجتناب از درد و گرایش به لذت جنسی تشکیل می‌شود. نهاد در پی ارضای فوری این تکانه‌هاست و بر اساس **اصل لذت** عمل می‌کند.

**۲- خود:** کودکان در سنین پایین یاد می‌گیرند که تکانه‌های آن‌ها همیشه نمی‌توانند فوراً ارضا شوند. مثلاً در مقابل گرسنگی باید پایداری کرد تا غذا آماده شود. همراه با پیشرفت یادگیری کودک در زمینه توجه به مقتضیات واقعیت، بحث جدیدی از شخصیت به نام خود به وجود می‌آید. خود از اصل واقعیت تبعیت می‌کند، یعنی ارضای تکانه‌ها تا هنگام فراهم آوردن شرایط مناسب باید به تأخیر بیفتد.

 **نکته ۱۱:** در شخصیت متعادل، خود دارای جدیت ولی انعطاف‌پذیر است.


 **نکته ۱۲:** مدیر اجرایی شخصیت، «خود» است.

**۳- فراخود:** فراخود در واقع همان وجدان فرد است. و معرف بازنمایی‌های درونی‌شده‌ی آن دسته از ارزش‌ها و اخلاقیات جامعه است که توسط والدین و افراد دیگر به کودک آموخته می‌شود. فراخود در جریان واکنش‌های کودک به پاداش‌ها و تنبیهات والدین به وجود می‌آید و در بردارنده‌ی وضعیت‌هایی است که کودک به خاطر آن‌ها یا تنبیه و سرزنش شده یا پاداش گرفته است. نهاد در جستجوی لذت است، خود به آزمون واقعیت می‌پردازد و فراخود درگیر کمال طبیعی است.

 **نکته ۱۳:** نهاد و قسمت اعظم خود و فراخود در ناخودآگاه هستند، تنها بخش‌های کوچکی از خود و فراخود در ضمیر آگاه یا نیمه‌آگاه واقع شده‌اند.

### اضطراب و مکانیسم‌های دفاعی

فروید بر این باور بود که تعارض بین تکانه‌های نهاد (غریز اولیه جنسی و پرخاشگری) و تأثیرات بازدارنده‌ی خود و فراخود، منبع انگیزشی اغلب رفتارهاست. تمایلات نهاد، نیروهای قدرتمندی هستند که باید به نحوی جلوه‌گر شوند و جلوگیری از تجلی آن‌ها موجب از بین رفتن آن‌ها نمی‌شود. تمایل به انجام کاری که تنبیه به دنبال دارد، اضطراب‌آور است. روش‌های کاهش اضطراب که به مکانیسم‌های دفاعی معروف هستند، شیوه‌هایی برای دفاع از خویشتن در مقابل اضطراب دردناک محسوب می‌شوند. اما این مکانیسم‌ها هیچ‌گاه به طور کامل تنش را برطرف نمی‌کنند، در نتیجه، باقیمانده‌ی اضطراب ممکن است به صورت عصبانیت و بی‌قراری ظاهر شود که به گفته فروید تاوان بهره‌مندی از تمدن است.

 **نکته ۱۴:** ابتدایی‌ترین مکانیسم دفاعی، سرکوبی است که در آن، خود، تکانه‌ای ممنوع یا فکر تهدیدکننده را از حیطه آگاهی رانده و به بخش ناخودآگاه می‌فرستد.

### رشد شخصیت از دیدگاه فروید


فروید معتقد بود که فرد طی پنج سال اول زندگی از چندین مرحله‌ی رشد می‌گذرد که بر شخصیت او تأثیر می‌گذارد. وی با استفاده از تعریف جنسیت، این دوره‌ها را مراحل رشد روانی - جنسی نامید. در هر یک از این مرحله‌ها تکانه‌های لذت‌طلب نهاد بر بخشی از بدن و فعالیت مربوط به آن متمرکز می‌شود. **مفهوم تثبیت:** به عقیده فروید، اگر در هر یک از مراحل رشد مشکلات خاصی پیش آید، می‌تواند رشد آن مرحله را متوقف یعنی دچار تثبیت کند و بر شخصیت فرد تأثیر پایداری بگذارد.

**۱- مرحله دهانی (سال اول تولد):** در این مرحله نوزاد از پرستاری و مراقبت و مکیدن لذت می‌برد.

 **نکته ۱۵:** افراد معتاد و اسکیزوفرنیا معمولاً در این مرحله تثبیت شده‌اند.

تثبیت در مرحله دهانی موجب می‌شود فرد در بزرگسالی شخصیت دهانی تشکیل دهد و در حد افراط به دیگران وابسته شود و در لذت‌های دهانی (خوردن، سیگار کشیدن و ...) افراط کند و دچار اعتیاد یا بیماری اسکیزوفرنی شود.

**۲- مرحله مقعدی (سال دوم زندگی):** برای نخستین بار کنترل تحمیلی را به صورت آموزش آداب توالت رفتن تجربه می‌کند. چنین فرض می‌شود که آنان از نگرداشتن یا دفع مدفوع رضایت خاطر پیدا می‌کنند. تثبیت در این مرحله موجب می‌شود فرد در بزرگسالی شخصیت مقعدی داشته باشد و به‌طور غیرعادی به پاکیزگی، نظم، پس‌انداز توجه کند و دچار خساست شود و در برابر فشارهای بیرونی مقاومت کند.

 **نکته ۱۶:** افراد وسواسی معمولاً در مرحله مقعدی گیر می‌کنند.

**۳- مرحله آلتی (۳ تا ۶ سالگی):** کودکان از بازی با آلت تناسلی خود لذت می‌برند. آن‌ها تفاوت‌های موجود بین زن و مرد را درمی‌یابند و ممکن است تمایلات جنسی در حال بیداری خود را معطوف به والد جنس مخالف خویش بنمایند.

کودک در این مرحله گرفتار این ترس می‌شود که پدرش به تلافی این تکانه جنسی، او را اخته کند. فروید این ترس را اضطراب اختگی نامید و نمونه اولیه اضطراب ناشی از تمایلات منع‌شده درونی دانست. این اضطراب از راه همانندسازی با پدر از بین می‌رود. تثبیت در این مرحله باعث می‌شود فرد دچار ضعف اخلاقی و اختلال در ارتباط با بزرگسالان شود.

 **نکته ۱۷:** عقده اودیپ در مرحله آلتی شکل می‌گیرد.

**۴- مرحله نهفتگی (کمون) (۶ سالگی تا نوجوانی):** به دنبال پایان یافتن مرحله آلتی آغاز می‌شود و مرحله‌ای است که در آن کودکان کمتر به بدن خود علاقه نشان می‌دهند و توجه خود را بیشتر معطوف یادگیری مهارت‌هایی می‌کنند که برای سازگاری با محیط ضرورت دارد.

**۵- مرحله تناسلی (نوجوانی):** آخرین مرحله است که در نوجوانی آغاز می‌شود. علائق جنسی نوجوانان معطوف افراد دیگر می‌شود و عشق و محبت در آنان صورت پخته‌تری به خود می‌گیرد. فروید معتقد بود که بروز مشکلات خاصی در هر یک از این دوره‌ها موجب توقف یا تثبیت رشد می‌شود و آثار پایداری در شخصیت بر جای می‌نهد. برای مثال فردی که زود از شیر گرفته شده و به اندازه کافی از مکیدن لذت نبرده، ممکن است در مرحله‌ی دهانی تثبیت شود. این شخص در بزرگسالی ممکن است به شدت به دیگران متکی باشد و علاقه شدیدی به لذت‌های دهانی مانند خوردن، نوشیدن و سیگار کشیدن نشان دهد. در مورد این افراد گفته می‌شود که شخصیت دهانی دارند. اشخاصی که در مرحله‌ی مقعدی رشد روانی - جنسی تثبیت شده‌اند، ممکن است بیش از حد معمول به پاکیزگی، نظم و ترتیب و پس‌انداز کردن علاقه نشان دهند و در برابر فشارهای بیرونی مقاوم باشند. اگر تعارضات ادیپی حل نشود، شخص دچار ضعف اخلاقی، اختلافاتی با بزرگترها و مشکلات بسیار دیگر می‌شود. خدمت علمی فروید عبارت بود از شناخت این امر که نیازها و تعارض‌های ناهشیار، انگیزه‌ی اکثر رفتارهای انسان است و نیز تأکید بر اهمیت تجارب دوران اولیه کودکی و رشد شخصیت.

**کج مثال ۵:** کسی که سیگار می‌کشد، احتمالاً در کدام مرحله روانی - جنسی فروید تثبیت شده است؟

(۱) مقعدی (۲) دهانی (۳) آلتی (۴) تناسلی

پاسخ: گزینه «۲» کسی که سیگار می‌کشد احتمالاً در مرحله رشد روانی - جنسی دهانی تثبیت شده است.

نظریه‌های فروید را دخترش آنا فروید گسترش داد و نقش عمده‌ای در شفاف‌سازی مکانیسم‌های دفاعی و همچنین کاربرد نظریه‌های روان‌کاوی در روان‌پزشکی کودک داشت.

**نکته ۱۸:** فروید در اواخر زندگی‌اش نظریه اضطراب را به کلی عوض کرد.

### مخالفان و تجدید نظر کنندگان روان‌کاوی (روان‌شناسان نوفرویدی)

**یونگ:** نخست یکی از سرسخت‌ترین پیروان فروید بود، اما سرانجام به مخالفت شدید با برخی جنبه‌های نظریه فروید برخاست و مکتب روان‌شناسی خود را بنیان نهاد و آن را روان‌شناسی تحلیلی نامید. یونگ معتقد بود که علاوه بر ناخودآگاه شخصی که فروید توصیف کرده است، ناخودآگاه جمعی نیز وجود دارد و آن بخشی از ذهن است که میان همه انسان‌ها مشترک است و از انگاره‌های بدوی یا کهن‌الگوهایی تشکیل شده که از نیاکان خود به ارث می‌بریم. از جمله این کهن‌الگوها می‌توان به مادر، پدر، خورشید، قهرمان، خدا و مرگ اشاره کرد. کهن‌الگوی آنیما (زن) و آنیموس (مرد) اشاره به این دارد که هر انسانی یک جنبه زنانه منفعل و یک جنبه مردانه جسور دارد. کهن‌الگوی ماندالا، شکل حلقه‌ای دارد و غالباً در هنر استفاده می‌شود. کهن‌الگوی سایه بخش شیطانی و غیراخلاقی شخصیت است. یونگ برای تأیید این کهن‌الگوها به مطالعه رویاها و اسطوره‌ها پرداخت.

**سالیوان:** نظریه شخصیت خود را بر پایه‌ی تجربه خود از روان‌کاوی تدوین کرد. تأکید عمده او بر روابط میان فردی بود، چون به اعتقاد وی شخصیت هرگز نمی‌تواند از مجتمع روابط میان فردی‌ای که شخص در میان آن‌ها زندگی می‌کند و به سر می‌برد، جدا شود. سالیوان هم مثل فروید معتقد بود که تجارب اولیه کودکی، نقش مهمی در تکوین شخصیت دارند، ولی به اعتقاد او شخصیت پس از کودکی نیز همچنان رشد می‌کند. او هفت مرحله را در رشد شخصیت شناسایی کرده بود و باور داشت که هر مرحله عمده‌تاً تحت تأثیر عوامل اجتماعی شکل می‌گیرد. از نظر سالیوان، در شخصیت هم عوامل زیستی و هم عوامل اجتماعی و محیطی نقش دارد اما نقش محیط پرنرگ‌تر است. تأکید وی بر ارتباط میان فردی بود. پاسخ مردم به تجربه‌های میان فردی باعث شخصیت‌سازی می‌شود، یعنی آن‌ها تصاویر ذهنی از خود و دیگران می‌سازند. از نظر سالیوان خودپنداره شامل سه دسته است: من خوب/ من بد/ نه من. نه من شامل جنبه‌هایی از خویش است که به قدری تهدیدآمیز است که فرد آن‌ها را از خود خویشتن رها می‌کند و در ناخودآگاه مستقر می‌سازد.

**هورنای:** مفهوم آناتومی سرنوشت در روان‌کاوی کلاسیک را رد کرد و هشدار داد که برخی از نظرات مشهور فروید، فقط فرضیه‌اند. هورنای اصرار می‌کرد که این فرضیه‌ها قبل از پذیرش باید مورد مشاهده قرار گیرند و تأکید می‌کرد که عوامل اجتماعی - فرهنگی، نقش مهمی در تحول شخصیت دارند. هورنای معتقد بود که انگیزه‌ی وجودی انسان نیاز امنیت است، نه نیاز جنسی یا پرخاشگری. او چنین استدلال می‌کرد که ارضای نیاز امنیت باعث می‌شود ظرفیت‌های فرد تا حد اعلا‌ی خود پرورش یابند.

به اعتقاد هورنای مردم برای کنار آمدن با اضطرابشان به یکی از این سه راهبرد متوسل می‌شوند: عده‌ای به مردم رو می‌آورند و از آنان عشق یا حمایت می‌خواهند، عده‌ای از مردم رو برمی‌گردانند و مستقل می‌شوند و گروه سوم نیز با مردم درمی‌افتند و رقابت‌جو و سلطه‌گر می‌شوند. هورنای اعتقاد داشت نظریه فروید دارای سوگیری مردانه است.

نوفرویدی‌ها همگی بر نقش خود تأکید دارند که در بدو تولد وجود دارد و مستقل از نهاد رشد می‌کند و کارکردهایی بیش از ارضای واقع‌نگر تکانه‌های نهاد دارد؛ **کارهایی نظیر** یادگرفتن نحوه سازگاری با محیط، معنا دادن به تجربه، اکتشاف، دستکاری و رقابت در اجرای تکلیف. در واقع مفهوم خود را به فرایندهای شناختی نزدیک کرده‌اند.

**آلفرد آدلر:** بر خلاف فروید که بر قدرت بسیار ذهن ناهشیار تأکید می‌کرد، آدلر می‌گفت مردم می‌توانند زندگی خود را هشیارانه زیر نظر بگیرند، وی همچنین نقش عوامل اجتماعی به‌ویژه علاقه اجتماعی را در شکل‌گیری شخصیت را مهم‌تر از انگیزش جنسی می‌دانست. آدلر در اشاره به تلاش انسان‌ها برای غلبه کردن بر حقارت‌های خیالی و واقعی یا ضعف‌هایشان، اصطلاح جبران را به کار می‌برد. از نظر وی جبران، یک عمل عادی و بهنجار است و تقویت، یک توانایی را جایگزین تضعیف یک توانایی دیگر می‌کند.



جبران افراطی، اصطلاح آدلر برای انکار یک ضعف یا تلاش افراطی و مبالغه‌آمیز برای پوشاندن یک ضعف است. آدلر به دو نوع جبران افراطی اشاره می‌کند: عقده حقارت که احساس مبالغه‌آمیز بی‌عرضه بودن است. عقده برتری که احساس مبالغه‌آمیز مهم بودن است و پوششی برای احساس حقارت است. **نظریه روابط شیء:** این نظریه به دل بستگی‌ها و ارتباط‌های شخص با دیگران در طول زندگی مربوط می‌شود. آن‌ها به موضوعاتی مانند میزان جدایی روان شناختی از والدین، دل بستگی و درآمیزی با مردم در مقابل اشتغال به خویشتن، درجه اعتماد به نفس و خودکفایی توجه دارند. **ماهیت انسان از دیدگاه روان‌کاوی:** روان‌کاوی تصویری از انسان به دست می‌دهد مبنی بر اینکه بشر در اساس و بنیاد، شریر است. طبق این دیدگاه اساساً سائق‌های فطری و نیز عوامل محیطی در ۵ سال اول زندگی، شخصیت را شکل می‌دهند، انسان را فعل‌پذیر در مقابل ناخودآگاه می‌داند و سلامت روانی را تسلط استوار ولی انعطاف‌پذیر خود بر تکانه‌های نهاد می‌داند.

 **نکته ۱۹:** به فروید تهمت زدند که به حیثیت و حرمت بشر اهانت کرده است؛ از این منظر با کپر نیک و داروین شباهت دارد.

### ۶- رویکرد پدیدارشناختی یا انسان‌گرایی

رویکرد انسان‌گرا (پدیدارشناختی) نیروی سوم یا بدیلی برای دو رویکرد رفتارگرایی و روان‌کاوی است. وجه مشترک رویکردهای پدیدارشناختی به مطالعه شخصیت، این است که بر تجربه‌های خصوصی یعنی دیدگاه خصوصی فرد درباره جهان تأکید می‌ورزند. تفاوت نظریه‌های پدیدارشناختی با نظریه‌های قبلی این است که تاریخچه انگیزش فرد یا پیش‌بینی رفتار را در نظر ندارند و به جای آن، نحوه ادراک و تفسیر فرد از رویدادها یعنی پدیدارشناسی فرد را مورد توجه قرار می‌دهند. رویکرد پدیدارشناختی، واکنشی است در برابر اعتقاد روان‌کاوان مبنی بر اینکه آن‌ها بر تکانه‌های ناهشیار و انگیزه‌های دوران کودکی تأکید دارند، در حالی که این رویکرد بر دیدگاه ذهنی و شخصی فرد درباره‌ی آنچه هم‌اکنون در حال وقوع است، تأکید دارد. رویکرد پدیدارشناختی در مورد مطالعه‌ی شخصیت شامل دو نوع نظریه است:

- ۱- نظریه‌های انسان‌گرا: در آن‌ها بر خصوصیات تأکید می‌شود که تمایزدهنده انسان از حیوان هستند، مثل خودفرمانی و آزادی انتخاب.
- ۲- نظریه‌های خویشتن: با تجربه‌های خصوصی و درونی فرد که در مجموع، احساس «بودن» را در او ایجاد می‌کند سر و کار دارند. اکثر این نظریه‌ها بر وجه مثبت طبیعت انسان، یعنی تمایل وی به حرکت در جهت **رشد و خودشکوفایی** تأکید دارند.

### نظریه خویشتن، راجرز

راجرز این نظریه را مطرح کرد. وی نیز مانند فروید، نظریه خود را در جریان کار با افرادی که دچار مسائل عاطفی بودند، پرورش داد. آنچه توجه راجرز را به خود جلب کرد، چیزی بود که آن را **گرایش فطری** به حرکت در جهت رشد، بالیدگی و تغییر مثبت نامیده است. روش راجرز «درمان بی‌رهنمود» یا «درمان‌جو مدار» نام دارد و بر این فرض استوار است که هر فرد از انگیزش و استعداد کافی برای تغییر برخوردار است و هر یک از ما بهترین متخصص درباره خودمان هستیم. از نظر راجرز مردم در صورتی کارایی بیشتری خواهند داشت که در شرایط پذیرش مثبت بدون قید و شرط رشد کرده باشند. نقش درمانگر این است که وقتی فرد مسائل خود را تحلیل می‌کند، درمانگر همچون یک صفحه پژواک، «منعکس‌کننده» بیانات او باشد. مهم‌ترین مفهوم در نظریه‌ی راجرز، مفهوم **خویشتن** است. خویشتن شامل تمام افکار، ادراکات و ارزش‌هایی است که «من» را تشکیل می‌دهند. من شامل «آنچه هستم» و «آنچه می‌توانم انجام دهم» می‌شود. این خویشتن ادراک‌شده هم بر درک فرد از جهان و هم بر رفتار او تأثیر می‌گذارد. نظر راجرز در رابطه با خودپنداره این است که فرد دست به ارزیابی تجربه‌ها می‌زند. مردم میل دارند به نحوی رفتار کنند که با خودنگاره آنان همساز و همخوان باشد. در یک فرد سازگار، خودپنداره با تفکر، تجربه و رفتار همساز دارد. از نظر راجرز تجربه‌ها و احساساتی که با خودپنداره فرد همساز ندارند، تهدیدکننده‌اند و ممکن است به حیطة هشیاری راه داده نشوند که همان مفهوم واپس‌رانی از نظر فروید است، اما راجرز معتقد است که این‌گونه واپس‌رانی نه لازم است و نه دائمی. خویشتن آرمانی: در همه ما تصویری درباره اینکه می‌خواهیم چگونه آدمی بشویم، وجود دارد. هرچه خویشتن آرمانی به خویشتن واقعی نزدیک‌تر باشد، فرد راضی‌تر و خوشنودتر خواهد بود. فاصله زیاد بین خویشتن آرمانی و خویشتن واقعی، به نارضایتی و ناخشنودی منجر می‌شود. از نظر راجرز دو نوع ناهمسازی در شخصیت به وجود می‌آید: ۱- بین خویشتن و تجارب واقعی ۲- بین خویشتن و خویشتن آرمانی. راجرز معتقد است که اساسی‌ترین نیروی برانگیزنده رفتار آدمی **خودشکوفایی** است یعنی «گرایش به تحقق بخشیدن، شکوفا ساختن، حفظ و تقویت جاندار». خصوصیات افراد خودشکوفا توسط آبراهام مازلو مورد مطالعه قرار گرفته است.

### مفاهیم مورد نظر در دیدگاه راجرز

- ۱- **خود یا خودپنداره (خود واقعی):** مفهوم محوری در نظریه‌ی راجرز در مورد شخصیت است. خود شامل تمام افکار، ادراکات و ارزش‌هایی است که مشخصه من است، شامل آگاه بودن از اینکه من چیستم؟ و چه می‌توانم بکنم؟ درکی که فرد از خود دارد نیز به نوبه‌ی خود بر ادراکات فرد از جهان و بر رفتار وی مؤثر است؛ خود الزاماً بازتاب واقعیت نیست.
- ۲- **توجه مثبت نامشروط:** راجرز به ویژه معتقد است که اگر به افراد توجه مثبت نامشروط شود، یعنی این احساس به آن‌ها داده شود که با اینکه احساس‌ها، نگرش‌ها و رفتارهایشان کاملاً آرمانی هم نبوده‌اند، ولی والدین برای آن‌ها ارزش قائل‌اند، احتمال آن هست که کارکرد کامل‌تری پیدا کنند.