



مدرسان شریف

فصل اول

«تعریف و روش‌های تحقیق روانشناسی فیزیولوژیک»

درسنامه: روش‌های تحقیق در روانشناسی فیزیولوژیک



روانشناسی فیزیولوژیک یک علم میان رشته‌ای است که به بررسی رابطه بین مغز و فرآیندهای بدنی با رفتار می‌پردازد. روانشناسی فیزیولوژیک، روانشناسی عصب‌شناختی و فیزیولوژی روانی مکمل یکدیگر هستند و هر سه بخشی از روانشناسی زیست‌شناختی به شمار می‌آیند. در اهمیت روانشناسی فیزیولوژیک باید به نظریه تقلیل‌گرایی یا کاهش‌گری اشاره کرد. براساس این نظریه علت تمام رفتارهای روانی و فیزیکی جاندار با فرآیندهای مغزی و بدنی قابل توضیح است.

نکته ۱: روانشناسی علمی فعالیت خود را با طرح «اصول روانشناسی فیزیولوژیک» توسط وونت در سال ۱۸۷۴ آغاز کرد.

معمولاً از دو روش برای بررسی رابطه بین فرآیندهای مغزی و رفتاری استفاده می‌کنند. در روش اول، فیزیولوژی بدن را به عنوان متغیر مستقل دستکاری می‌کنند و به اندازه‌گیری متغیر وابسته (رفتار) می‌پردازند. در روش دوم، رفتار به عنوان متغیر مستقل دستکاری می‌شود و تغییرات فیزیولوژی را به عنوان متغیر وابسته اندازه می‌گیرند. در روانشناسی زیست‌شناختی و روانشناسی عصب‌شناختی، روش اول و در روانشناسی فیزیولوژیک، روش دوم کاربرد دارد. در آزمایش‌های حیوانی، روانشناسی زیست‌شناختی و روانشناسی فیزیولوژیک از آسیب و تحریک بافت عصبی استفاده می‌کنند، ولی در آزمایش‌های انسانی (بروز رفتار و فرآیند تفکر) در هر دو شاخه، از روش ثبت فرآیندهای الکتریکی مغز استفاده می‌شود.

از لحاظ روش‌شناختی، روانشناسی عصب‌شناختی (نورویسکولوژی) بین روانشناسی زیست‌شناختی و روانشناسی فیزیولوژیک قرار دارد. از آن‌جا که آزمایش بر روی مغز انسان جایز نیست، لذا روانشناسی عصب‌شناختی مطالعات خود را بر روی بیماران مبتلا به اختلال‌های مغزی متمرکز می‌کند. از تغییر رفتار چنین بیمارانی می‌توان به اهمیت ساخت‌ها و روابط آن‌ها برای رفتار معین پی برد و بررسی می‌گردد که آسیب به هر منطقه از مغز این بیماران با چه تغییر یا اختلال رفتاری ربط دارد. روش تشخیص روانشناسی عصب‌شناختی، اساس طرح توانبخشی روانشناختی را برای بیماران مغزی مختلف فراهم می‌کند.

نکته ۲: تعمیم نتایج پژوهش‌های روانشناسی فیزیولوژیک بر روی انسان، به وسیله‌ی روانشناسی عصب‌شناختی انجام می‌شود.

نکته ۳: فیزیولوژی روانی ارتباط بین فرآیندهای زیستی در ارگانیزم انسان را با ثبت فعالیت مغز (مانند ثبت فعالیت الکتریکی مغز به هنگام مراحل مختلف خواب) بررسی می‌کند.

(آزاد: ۸۷)

مثال ۱: کدام یک از رشته‌های تخصصی زیر جدیدترین شاخه روانشناسی زیست‌شناسی نگر است؟

(۴) علوم عصب‌نگر شناختی

(۳) روانشناسی تطبیقی

(۲) عصب روانشناسی

(۱) داروشناسی روانی

پاسخ: گزینه «۴» از جمله جدیدترین شاخه‌های روانشناسی زیست‌شناسی نگر، می‌توان به علوم عصب‌نگر شناختی اشاره کرد.

انواع روش‌های تحقیق در روانشناسی فیزیولوژیک

الف) روش‌های تهاجمی

۱- روش تخریب (Lesion Method): روش تخریب بازگشت‌پذیر و بازگشت‌ناپذیر بافت عصبی، یکی از روش‌های متداول در روانشناسی زیست‌شناختی و روانشناسی فیزیولوژیک است. با تخریب یک ناحیه از مغز به بررسی تأثیر این تخریب بر رفتار جاندار می‌پردازند.

نتایج روش تخریب، نتایج کلی محسوب می‌شود. وقتی رفتار مختل شده برای مدت طولانی ادامه یابد، می‌توان نتیجه گرفت که ناحیه آسیب‌دیده در پدید آوردن آن رفتار اهمیت دارد و در صورتی که در رفتار حیوان پس از آسیب تغییری ایجاد نشود، در این صورت آن ناحیه در پدید آوردن آن رفتار نقشی ندارد.

۲- روش تحریک: تحریک الکتریکی مغز به ویژه کرتکس، در جریان جراحی اعصاب، به یافته‌های مهمی در تعیین گستره کنش روانی منجر شده است. به عنوان مثال، در افراد مبتلا به صرع کانونی، ناحیه ایجادکننده حمله صرعی را در قطعه گیجگاهی، بدون آسیب زدن به سایر مراکز، جراحی می‌کنند. در آزمایش‌های حیوانی برای ثابت نگه‌داشتن سر حیوان و وارد کردن الکتروود با سرنگ، به بافت عصبی مغز، از دستگاه استرئوتاکسی (Stereotaxie) استفاده می‌کنند. به طوری که پس از مشخص کردن ناحیه موردنظر، با استفاده از اطلس مغز که مختصات محل موردنظر را در جهات مختلف به میلی‌متر نشان می‌دهد، از محل تقاطع محورهای جلویی پشتی و طرفی میانی کاسه سر، محل موردنظر را بر روی مجموعه‌ی حیوان علامت‌گذاری می‌کنند.

نکته ۴: روانشناسی زیست‌شناختی با استفاده از روش تحریک به یکی از یافته‌های مهم، یعنی خود تحریک‌شدگی درون مجموعه‌ای در فرآیند تقویت دست یافت. در این روش می‌توان به جای تحریک الکتریکی از تحریک شیمیایی استفاده کرد.

ب) روش‌های غیرتهاجمی

۱) موج نمای الکتریکی مغز (الکتروانسفالوگرافی (EEG)): ثبت فعالیت الکتریکی مغز انسان یکی از روش‌های مهم تحقیق ارتباط بین مغز و رفتار به شمار می‌رود. نقطه ضعف این روش این است که مکان منشأ تغییر پتانسیل به دقت نشان داده نمی‌شود. فرآیند پردازش اطلاعات در مغز خیلی سریع (در فاصله زمانی میلی‌ثانیه) انجام می‌شود و ثبت آن با روش تصویربرداری امکان‌پذیر نیست، لذا اندازه‌گیری آن باید با دقت و سرعت انجام گیرد. اگرچه موج نمای الکتریکی مغز، امواج پتانسیل کرتکس مغز را نشان می‌دهد، اما فرستادن پتانسیل الکتریکی مناطق زیر قشری به کرتکس، در پدیداری آن مؤثر است و به هر حال EEG اطلاعات مناطق زیر قشری را به وضوح نشان نمی‌دهد و صرفاً امواج سطح قشر مغز را که بین دندریت‌ها و اجسام سلولی ایجاد می‌شوند نشان می‌دهد.

برای تفسیر اهمیت فیزیولوژیکی موج نمای الکتریکی، باید به ساخت‌های زیر قشری، به ویژه تالاموس، به عنوان راه‌انداز قشر تازه مخ توجه کرد. این امر برای امواج آلفا و کند مغز نیز صادق است، ولی چگونگی پدیدآیی الکتریسیته زیستی تتا و دلتا هنوز مشخص نیست. این امواج در هنگام خواب قابل ثبت هستند.

۲- امواج سینوسی شکل آلفا (۸-۱۳ هرتز): این امواج را می‌توان با چشم غیرمسلح به خوبی تشخیص داد که در حالات بیداری، ارزش و توجه کمتر بینایی، از قطعه پس‌سری قابل ثبت هستند. به هنگام تمرکز بینایی و دقت و توجه، فوراً در امواج آلفا وقفه ایجاد می‌شود. در بیشتر افراد امواج بتا (۱۳ تا ۴۰ هرتز) با فرکانس بالا جای آن را می‌گیرد؛ این پدیده را «وقفه آلفا» می‌نامند.

علایم موج‌نگار الکتریکی مغز (EEG) نشان‌دهنده تجمع فعالیت ساخت‌های عصبی و نظام‌های مقاومت انتقال‌دهنده‌ها (نورترانسمیترها) هستند. موج‌نگار الکتریکی مغز و پتانسیل مغز وابسته به رویداد (فراخوانده)، برای شناخت و رفتار اهمیت دارد. نظم امواج موج‌نگار الکتریکی مغز به نظم ساخت و آرایش یاخته‌ای قشر تازه مخ بستگی دارد. به غیر از سلول‌های گلیال، که نورون محسوب نمی‌شوند سلول‌های دانه‌ای و ستاره‌ای شکل هم در پدیدآیی امواج پتانسیل از سطح مجموعه نقش مهمی ایفا نمی‌کنند.

مثال ۲: برای ثبت کدام موج نمای الکتریکی، فعالیت هم‌زمان ده‌ها هزار سلول عصبی هرمی ضرورت دارد؟ (سراسری ۹۰)

(۴) مغز EEG

(۳) شبکه ERG

(۲) قلب EKG

(۱) ماهیچه چشم EOG

پاسخ: گزینه «۱» سلول‌های قشر مخ به ویژه آن‌هایی که در لایه سوم قرار دارند، بیشترین تأثیر را روی EEG دارند. در واقع می‌توان گفت برآیند جریان الکتریکی بین دندریت و جسم سلولی هزاران سلول هرمی باعث بروز EEG می‌شود. بنابراین باید چند بخش (هر بخش تقریباً از ۱۰ هزار سلول عصبی هرمی تشکیل شده است) هم‌زمان فعال شود تا پتانسیل امواج الکتریکی مغز کاسه سر را ثبت کند.

مثال ۳: دندریت کدام سلول‌ها، در پدیدآیی امواج مغزی نقش اساسی دارد؟ (سراسری ۹۵)

(۴) هرمی

(۳) دانه‌ای بزرگ

(۲) ستاره‌ای

(۱) دانه‌ای کوچک

پاسخ: گزینه «۴» نظم امواج موج‌نگار الکتریکی مغز به نظم ساخت و آرایش یاخته‌ای قشر تازه مخ بستگی دارد. ولی ساخت اصلی آن‌ها با وجود تفاوت لایه‌های مناطق مغزی یکسان است. دندریت سلول‌های هرمی شکل در بالا (لایه اول و دوم) و جسم سلولی آن‌ها در پایین (لایه سوم، چهارم و پنجم) قرار دارد. صرف‌نظر از سلول‌های گلیال، دیگر انواع سلول‌ها (سلول‌های دانه‌ای و ستاره‌ای شکل) در پدیدآیی امواج پتانسیل از سطح مجموعه نقش مهمی ایفا نمی‌کنند.

(سراسری ۸۶)

کج مثال ۴: موج نمای الکتریکی منشأ تغییر پتانسیل را به دقت نشان نمی‌دهد.

(۱) پوست (EDG) (۲) قلب (EKG) (۳) مغز (EEG) (۴) ماهیچه (EMG)

پاسخ: گزینه «۳» در طی EEG برای پتانسیل‌های پس‌سیناپسی، تحریک و مهار سلول‌های مغز را از سطح مجموعه ثبت می‌کند و در کل EEG منشأ تغییر پتانسیل را به خوبی نشان می‌دهد.

نکته ۵: دندربیت‌ها عامل اصلی تشکیل امواج مغزی شناخته می‌شوند، به عبارت دیگر؛ تغییرات پتانسیل کورتکس مغز به دلیل جریان الکتریکی بین دندربیت و جسم سلولی یاخته‌های عصبی به وجود می‌آیند.

پتانسیل سلول‌های عصبی بسیار پایین است، بنابراین باید چند بخش (هر بخش تقریباً از ده هزار سلول عصبی هرمی شکل تشکیل شده است) همزمان فعال شوند تا بتوان پتانسیل امواج الکتریکی مغز را ثبت کرد. بنابراین امواج ثبت‌شده به صورت کلی هستند و جزئیات مناطق مختلف قشری را نشان نمی‌دهند. در موارد بالینی از موج‌نمای الکتریکی مغز (EEG) برای تشخیص و تعیین مراحل خواب، گستره ابتلای بیماری، تشخیص انواع صرع، تشخیص مرگ مغزی، ارزیابی مسمومیت مغزی، ارزیابی عمق بی‌حسی در بیهوشی، بررسی اثر داروها در دارودرمانی و ارزیابی آسیب‌های مغزی در عصب‌شناسی استفاده می‌کنند.

ج) پتانسیل مغز وابسته به رویداد (فراخوانده - EP)

پتانسیل وابسته به رویداد، پتانسیل الکتریکی مغز است که در جریان رویداد حسی، حرکتی و روانشناختی یا قبل و بعد از آن در موج نمای الکتریکی مغز قابل اندازه‌گیری و ثبت است. معمولاً دامنه امواج پتانسیل وابسته به رویداد، کوچک‌تر از دامنه پتانسیل ارتجالی موج‌نمای الکتریکی مغز است. این امر بیشتر به تعیین گستره محلی نواحی مختلف کورتکس بستگی دارد که در نتیجه خاصیت مولدی مناطق تالاموس پدید می‌آید و به این واقعیت مربوط می‌شود که کمتر رویدادی از لحاظ شکل و دامنه امواج، مانند موج نمای الکتریکی مغز است. به عنوان مثال از فرد خواسته می‌شود تا یک مسئله ریاضی را حل کند و امواج مغزی توسط EEG ثبت می‌شود یا یک آزمون حافظه گرفته می‌شود و امواج ثبت می‌شود.

EP شامل مؤلفه‌های زیر است:

۱- مؤلفه‌های درون‌زاد و برون‌زاد: اساساً بین مؤلفه‌های پتانسیل با تعداد سلول‌های عصبی مغزی زیر الکتروود همبستگی وجود دارد. به همین دلیل می‌توان از نقصان و کاهش دامنه معینی، به چگونگی کنش بافت عصبی پی برد. این وضعیت بیشتر برای مؤلفه‌هایی مشهود است که تا ۱۰۰ میلی‌ثانیه پس از تحریک حسی ظاهر می‌شوند (مؤلفه‌های برون‌زاد). امواج تا ۱۰ میلی‌ثانیه را پتانسیل ساقه مغز می‌نامند که مؤلفه‌های آن در ایستگاه‌های مختلف نظام شنیداری تجمع یافته است. موج II (دوم) از هسته حلزونی، موج III (سوم) از هسته زیتونی، موج IV (چهارم) و V (پنجم) از برجستگی‌های پایینی و موج VI (ششم) از هسته زانویی میانی تالاموس ناشی می‌شود. از تغییر دامنه و زمان این مؤلفه‌ها می‌توان آسیب‌های نظام شنیداری را شناخت. تمام مؤلفه‌هایی که پس از ۱۰۰ میلی‌ثانیه ظاهر می‌شوند، تغییرات ناشی از تغییرات روانی را نشان می‌دهند که تنها به شرایط محرک - پاسخ بستگی ندارند. این مؤلفه‌ها را مؤلفه‌های درون‌زاد می‌گویند، زیرا پیش‌بینی می‌شود و منشأ این تغییرات در درون ارگانیزم است.

۲- تأثیر شدت و کیفیت تحریک در ظهور پتانسیل وابسته به رویداد: فعالیت سلول‌های مغزی به شدت تحریک الگو بستگی دارد. پتانسیل وابسته به رویداد هنگامی قابل تشخیص است که شدت تحریک به اندازه شدت تحریک آستانه باشد. یعنی تکلیف داده‌شده به آزمودنی به گونه‌ای باشد که باعث تحریک سلول‌های مغزی شود و باعث ایجاد پتانسیل عمل در آن‌ها گردد.

شدت تحریک فقط در میزان دامنه نوسان امواج بااهمیت است و در زمان‌های نهان امواج هیچ گونه تأثیری ندارد. کیفیت تحریک مانند تغییر رنگ الگوهای تحریک، در میزان دامنه امواج پتانسیل وابسته به رویداد دیداری مؤثر است، به طوری که دامنه امواج پتانسیل وابسته به رویداد برای رنگ قرمز بیشتر از سایر رنگ‌هاست. بر این اساس هر رویداد و فعالیتی دامنه خاص خود را دارد که در الکتروانسفالوگرام قابل ثبت است.

از پتانسیل وابسته به رویداد در تشخیص بیماری‌های چشم؛ از قبیل تغییر شکست نور عدسی، اختلال ماکولا، مردمک و راه عصب بینایی و بیماری‌های گوش؛ مانند اختلال راه عصب شنوایی و دیگر اختلال‌های مناطق مغزی و نخاعی استفاده می‌کنند.

(سراسری ۸۵)

کج مثال ۵: در چند میلی‌ثانیه پس از تحریک، تغییرات روانی یا مؤلفه‌های درون‌زاد پتانسیل فراخوانده ظاهر می‌شوند؟

(۱) ۱۰۰۰ (۲) ۱۰۰ (۳) ۵۰ (۴) ۱۰

پاسخ: گزینه «۲» تمام مؤلفه‌هایی که پس از ۱۰۰ میلی‌ثانیه ظاهر می‌شوند، تغییرات ناشی از تغییرات روانی را نشان می‌دهند که تنها به شرایط محرک - پاسخ بستگی ندارند، این مؤلفه‌ها را مؤلفه‌های درون‌زاد می‌نامند، زیرا پیش‌بینی می‌شود منشأ این تغییرات در درون ارگانیزم است. امواجی که تا ۱۰۰ هزارم ثانیه ثبت می‌شوند موسوم به مؤلفه‌های برون‌زاد و امواجی که بعد از ۱۰۰ هزارم ثانیه ثبت می‌شوند مؤلفه‌های درون‌زاد می‌باشند.



مدرسان شریف

فصل دهم

«مکانیزم بیداری و هوشیاری»

درسنامه: روانشناسی اشکال هوشیاری



اشکال هوشیاری

هوشیاری، دقت و توجه، به همکاری ثمربخش مجموع نورون‌های دستگاه عصبی وابسته است و به همین دلیل نمی‌توان برای آن‌ها ناحیه‌ای معین از مغز را در نظر گرفت. از دیدگاه درون‌نگری، هنگام خواب عمیق، بی‌هوشی و حواس‌پرتی، هوشیاری فرد زایل می‌شود. فرآیند دقت و هوشیاری نه تنها به تحریک انتخابی مناطق مغزی در آستانه معین ارتباط دارد، بلکه به توازن فیزیولوژی مکانیزم‌های تحریکی و بازداری نیز بستگی دارد. اختلال این توازن، مانند فزونی همزمانی فعالیت سلول‌های مغزی در حمله صرعی باعث می‌شود که فرد مصروع، مانند مراحل خواب عمیق و بی‌هوشی در وضعیت ناهوشیاری قرار گیرد. هوشیاری متضمن دو چیز است:

الف) وارسی خود و محیط خود به نحوی که دریافت‌های ادراکی، خاطره‌ها و اندیشه‌ها در آگاهی ما بازنمایی شوند. ب) کنترل خود و محیط خود تا فعالیت‌های رفتاری و شناختی معینی را آغاز کنیم یا به آن‌ها پایان دهیم.

رابطه پردازش اطلاعات با هوشیاری

پردازش اطلاعات دریافتی از محیط، کار اصلی دستگاه‌های حسی است و به این وسیله از آنچه در محیط یا در درونمان می‌گذرد، آگاه می‌شویم. نظام ظرفیت محدود: ظرفیتی را که دستگاه مغزی به یک نظام پردازش اطلاعات، برای کنش‌های حسی و حرکتی در اختیار بگذارد، نظام ظرفیت محدود می‌نامند. هوشیاری ویژگی حافظه کوتاه مدت شناخته می‌شود، در حالی که فرآیند حافظه درازمدت به طور ناهشیار انجام می‌شود. انتخاب و ذخیره هر محتوا به نیرومندی انگیزه بستگی دارد. بنابراین هر محتوای حافظه کوتاه‌مدت با یک مؤلفه انگیزشی همراه و مرتبط است. مهم‌ترین یافته‌ها در مورد اشکال هوشیاری عبارت‌اند از:

۱- فرآیند هوشیاری، همیشه از پردازش اطلاعات نیمه‌هشیار ناشی می‌شود.

۲- قبول نظام گزینشی (انتخابی) با یافته‌های تجربی همخوانی ندارد.

۳- مکانیزم‌های پردازش اطلاعات محدود است و هریک ظرفیت خویش را دارد.

نکته: دشواری تکلیف مورد انتظار و کارایی، اجزای اصلی نظریات دقت را تشکیل می‌دهند.

پردازش اطلاعات نیمه هشیار

اشیاء یا رویدادهایی نیز که در کانون توجه ما نیستند، می‌توانند اندکی بر هوشیاری ما اثر بگذارند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد محرک‌هایی را که هشیارانه ادراک نمی‌کنیم نیز ثبت و ارزیابی می‌کنیم. گفته می‌شود این محرک‌ها به صورت نیمه‌هشیار بر ما اثر می‌گذارند یا در سطح آگاهی ناهشیار عمل می‌کنند. در ادراک زیر آستانه‌ای فقط بخشی از محرک‌های درونی پردازش شده و به هوشیاری راه می‌یابند. هوشیاری در کسب اطلاعات جدید و یادگیری پاسخ‌های جدید، با صرف‌نظر کردن از داوری و پاسخ انتخابی و نرسیدن به موقع محرک‌های مورد انتظار انجام می‌شود.

جهت‌یابی و عادت: شدت دقت، توجه و آمادگی کنش به نتایج مقایسه الگوهای تحریک و الگوهای موجود در حافظه درازمدت بستگی دارد. هر نوع انحراف از الگوی ذخیره شده، با در نظر گرفتن تفاوت مقایسه، به **بازتاب جهت‌یابی** منجر می‌گردد. معمولاً شدت بازتاب جهت‌یابی با میزان انحراف از الگوی ذخیره شده تناسب دارد که به آن **درجه تازگی** می‌گویند. فرآیند مقایسه در زنجیره پردازش اطلاعات بین آستانه پردازش هشیار و نیمه‌هشیار قرار دارد.

نکته ۲: از نظر پاولف، واکنش توجه و هوشیاری به یک محرک تازه، نخستین واکنش کنجکاوای تلقی می‌شود. وی همچنین بازتاب جهت‌یابی را اساس کنجکاوای هوشمندانه در انسان تلقی می‌کند.

یکی از ویژگی‌های بازتاب جهت‌یابی این است که با تکرار محرک، خوگیری (عادت) حاصل می‌شود. قوی‌ترین بازتاب جهت‌یابی، در نخستین ارائه محرک اتفاق می‌افتد. جهت‌یابی ارتباط تنگاتنگی با انتظارات دارد و انتظارات نیز بستگی به نتیجه فزونی دقت الگوی محرک - پاسخ ذخیره‌شده در حافظه درازمدت دارد که در اثر تکرار زنجیره محرک - پاسخ به وجود می‌آید. وقتی بین آنچه از مجاری حسی به حافظه کوتاه‌مدت راه یافته، با آنچه از حافظه درازمدت به حافظه کوتاه‌مدت انتقال یافته این همانی (انطباق) حاصل شود، انتظار مورد تأیید قرار می‌گیرد و در غیر این صورت بازتاب جهت‌یابی آغاز می‌گردد.

در بازتاب جهت‌یابی فرآیندهای زیر به ترتیب انجام می‌شوند:

- ۱- مقایسه درون‌شد (محرک دریافتی) با الگوی محرک (الگوی مورد انتظار) ذخیره می‌شود.
 - ۲- به میزان تفاوت مقایسه (انحراف از الگوی ذخیره شده)، گیرنده‌ها و دستگاه حسی به صورت غیراختصاصی آماده می‌شوند.
 - ۳- محتوای فعلی حافظه کوتاه‌مدت پاک شده و حافظه کوتاه‌مدت از الگوی سابق تصفیه می‌شود.
 - ۴- در الگوی ذخیره‌شده حافظه درازمدت، تغییر حاصل می‌شود و در نتیجه انتظار جدید شکل می‌گیرد.
- خوگیری، سازش و خاموشی به یک معنی و مفهوم نیستند؛ بلکه باید بین آن‌ها تمایز قایل شد:
- خوگیری:** کاهش شدت بازتاب جهت‌یابی یا به عبارتی کاهش سرعت واکنش پس از ارائه تکراری همان محرک.
- سازش:** افزایش آستانه تحریک یک دستگاه حسی در ارائه مداوم محرک
- خاموشی:** پاسخی که به روش کلاسیک و عامل شرطی شده تقویت نکنیم، بتدریج خاموش می‌شود.
- سرعت خوگیری به نظم ارائه محرک بستگی دارد: هر قدر ارائه محرک منظم‌تر انجام شود، سرعت خوگیری افزایش می‌یابد.
- نظام مهار ظرفیت محدود:** وقتی فرد در موقعیت جدیدی قرار گیرد و با انتخاب‌های دیگری روبه‌رو گردد، در این صورت نظام مهار ظرفیت محدود فعال می‌شود. این نظام از طرفی سبب فعال شدن نظام‌های مداخله‌گر پردازش و طرح واکنش می‌گردد و از طرف دیگر، موجب بازداری نظام‌های غیرمداخله‌گر می‌شود. بدین ترتیب رقابت نظام انگیزشی آغاز می‌شود و محرک‌ها یا واکنش‌هایی که در گذشته برای فرد خوشایند بوده، منجر به فزونی تحریک می‌گردند. این مکانیزم در موقعیت جدید بین فرایند ورودی و خروجی هماهنگی ایجاد می‌کند که همراه با هشیاری و صرف انرژی است و با مقایسه دائمی حافظه کوتاه مدت و درازمدت یا طرح‌های فعال حرکتی، یک نوع تجسس مهار شده، ایجاد می‌کند.

کج مثال ۱: هنگامی که همپوشی بین ابعاد پردازش برای ارائه همزمان وظایف پدید می‌آید فعال می‌شود.

۱) نظام مهار ظرفیت محدود (۲) جهت‌یابی (۳) سازش (۴) خوگیری

پاسخ: گزینه «۱» نظام مهار ظرفیت محدود زمانی فعال می‌شود که بین ابعاد پردازش همپوشی وجود داشته باشد.

نکته ۳: هنگامی که همپوشی بین ابعاد پردازش برای ارائه همزمان وظایف پدید می‌آید، نظام مهار ظرفیت محدود فراخوانده می‌شود.

نوروسایکولوژی اشکال هشیاری

نخستین آزمایش بر روی بیماران دواره مغز را در ۱۹۶۰ بوگن انجام داد. نتایج آزمایش نشان می‌دهد که به هنگام ارائه محرک به میدان دید چشم راست، تشخیص بیمار تفاوتی با افراد معمولی ندارد و بیمار با دیدن تصاویر می‌تواند نام آن‌ها را بگوید و یا با دست از روی میز اشیاء را لمس کند و نام آن‌ها را بنویسد، برعکس وقتی تصاویر در میدان دید چپ بیمار ارائه می‌شود، وی نمی‌تواند نام آن‌ها را بگوید، ولی با درخواست آزمایش‌گر، وی قادر است اشیاء را از روی میز انتخاب کند و هنگامی که شیء را در دست چپ بیمار قرار می‌دهند، وی نمی‌تواند نام آن را بیان کند و می‌گوید که چیزی نمی‌بیند. بدین ترتیب بیمار دچار تعارض می‌شود. این تعارض نیز نشان‌دهنده یک فرآیند دوگانه هشیاری است.

نکته ۴: انتقال پیام‌های ذخیره‌شده (ردهای عصبی) از یک نیمکره به نیمکره دیگر به وسیله یک فرآیند فعال (نه خودکار) امکان‌پذیر است.

فرآیند هشیاری دوگانه: برتری کلامی نیمکره چپ در انسان سبب تعامل وی با دیگران می‌شود. بدون ارتباط بین دو نیمکره، دست چپ از تجربیات دست راست باخبر نمی‌شود و دنیای دیداری هر دو نیمکره مجزا ادراک می‌شوند. حل مسأله و انجام وظایف دشوار شناختی و کلامی وقتی امکان‌پذیر است که پیام‌ها به نیمکره چپ ارائه گردند.

هر دو نظام هشیاری از نظام مهار ارادی مستقلی سود می‌جویند، ولی برتری نیمکره چپ مشهود است. نیمکره راست بیشتر به پردازش محتوای دیداری - فضایی می‌پردازد و اطلاع‌رسانی با اشاره و واکنش‌های هیجانی انجام می‌شود. در این شرایط با این‌که هشیاری وجود دارد، ولی تعریف آن دشوار است، زیرا برای توصیف آن باید از کلام استفاده کرد.

نقش دستگاه فعال‌کننده شبکه‌ای سعودی

دستگاه فعال‌کننده شبکه‌ای ساقه مغز، بخشی از تحریکات حسی درون‌شد را به قشر مخ و بخشی را به نخاع شوکی هدایت می‌کند. برمر (۱۹۳۵) اولین محقق است که به نقش دستگاه فعال‌کننده شبکه‌ای پی برد و نتیجه گرفت که دستگاه فعال‌کننده شبکه‌ای نقش مهمی در جریان فعالیت، بیداری و هشیاری ایفا می‌کند. دستگاه فعال‌کننده شبکه‌ای در جریان هشیاری و بیداری تکانه‌هایی را به تالاموس می‌فرستد، به علاوه، این دستگاه با نگهداری مداوم تکانه‌های پراکنده مناطق مغزی موجب پایداری سطح بیداری می‌گردد.



مدرسان شریف

فصل هفدهم

«اساس نظریه‌های روان‌شناختی چیست؟»

درسنامه (۱): دیدگاه فروید در مورد انگیزش



در فصل قبل، به بررسی اساس نظریه‌های فیزیولوژیکی انگیزش پرداختیم. در این فصل با جزئیات نظریه‌های روان‌شناختی آشنا خواهیم شد. ابتدا مجدداً مروری کلی بر طبقه‌بندی نظریه‌های روان‌شناختی خواهیم داشت.

نظریه‌های روان‌شناختی		
الف) نظریه کاهش کشاننده‌ای	ب) نظریه‌های انتظار-ارزش	ج) نظریه‌های شناختی
۱- نظریه روان‌تحلیل‌گری	۱- نظریه میدانی لویین	۱- نظریه اسنادی
۲- نظریه کشاننده‌ای هال	۲- نظریه انگیزه پیشرفت	۲- نظریه انسان‌نگری
	۳- نظریه یادگیری اجتماعی	

الف) نظریه‌های کاهش کشاننده‌ای

۱- **نظریه روان‌تحلیل‌گری:** مهم‌ترین، مشهورترین و عمومی‌ترین مفاهیم انگیزش در نظریه روان‌تحلیل‌گری فروید قرار دارد. نقص نظریه او این است که اعتبار بالایی از نظر تجربی و آزمایشی ندارد. ۷ موضوع مهم در نظریه روان‌تحلیل‌گری (فروید):

۱- کشاننده‌ها (بیشتر به عنوان غرایز، شناخته می‌شوند). ۲- پرخاشگری با پالایش ۳- رؤیا ۴- مکانیزم‌های دفاعی ۵- کشاننده جنسی ۶- تأخیر ارضا ۷- حوزه شناختی **اصل تعادل حیاتی و اصل لذت** از اصول بنیادین نظریه فروید بود. وی در الگوی زیستی خود تحت تأثیر بقای **داروین** قرار داشت. بر طبق این اصول، فرد تا نیاز نداشته باشد رفتاری انجام نمی‌دهد. انسان به خاطر نیاز خود یک سری اعمال اختیاری انجام می‌دهد تا به هدف‌هایش دست پیدا کند. بیشتر هدف‌های انسان در محیط اطرافش است، پس باید با محیط اطراف خود سازگاری داشته باشد و نحوه زندگی کردن در محیط را بیاموزد.

اصل تعادل حیاتی که در نظریه داروین نمود بسیار زیادی دارد، اولین بار از سوی **والتر کنون** مطرح شد و اصل لذت را **بنتام** مطرح کرده است. اصل تعادل حیاتی، گرایش موجود زنده برای بقا در محیط داخلی نسبتاً ثابت خویش است. اصل لذت نتیجه جانبی یا سود اصل تعادل حیاتی است. طبق اصل لذت، ما موقعی لذت کسب می‌کنیم که از یک نیاز رهایی یابیم یا به آزادی برسیم. نیروانا یا خشنودی مطلق دال بر عدم فعالیت و نبود کشش نیاز است. اصل کشاننده‌ی مرگ که فروید مطرح کرد، نتیجه‌ی منطقی نیرواناست؛ زیرا در حالت مرگ نیازهای ارضاشده موجود نیستند. آرزوی بازگشت به دوره جنینی نیز مشابه این موقعیت است. فروید برطبق اصل لذت و تعادل حیاتی معتقد است که موجود زنده دست به عمل جدید نمی‌زند مگر این که ارضا نشده باشد.

فروید برطبق اصل بقای انرژی فیزیکی **هرمن هولتز** عقیده دارد که انرژی درونی بدن انسان به وجود نمی‌آید و از بین نمی‌رود بلکه از حالتی به حالت دیگر تغییر می‌کند. به عقیده او تمام رویدادهای روانی مانند جستجو برای هر نیازی به انرژی نیاز دارد؛ پس هر فردی سطح به خصوصی از انرژی دارد که این انرژی هیچ‌وقت از بین نمی‌رود.

سرمایه‌گذاری روانی: انرژی جنبشی بین اعضای بدن باعث سرمایه‌گذاری روانی بر روی موضوعی می‌شود که این انرژی را برمی‌انگیزد و از آنجا که این موضوع یا هدف ممکن است فوری قابل دسترس نباشد پس این انرژی همچنان درگیر است و وقتی هدف قابل دسترسی شد سرمایه‌گذاری روانی و انرژی جنبشی که به وجود آمده بود، آزاد شده و تبدیل به انرژی پتانسیل شده است و برای سرمایه‌گذاری‌های بعدی نگه داشته می‌شود.

کج مثال ۱: در کدام نظریه، اساس «رفتار انگیزشی» از تعارض بین سرمایه‌گذاری و سرمایه‌زدایی روانی ناشی می‌شود؟ (سراسری ۷۹)

۱) گشتالت ۲) روان‌تحلیل‌گری ۳) انسان‌نگری ۴) رفتارنگری

پاسخ: گزینه «۲» تعارض بین سرمایه‌گذاری روانی من و سرمایه‌زدایی روانی من، بخش اصلی الگوی رفتار انگیزش را در نظریه روان‌تحلیل‌گری تشکیل می‌دهد.

(سراسری ۸۰)

مثال ۲: فروید در آخرین نظریه‌ی خویش، مفهوم «اضطراب» را چگونه تبیین می‌کند؟

(۱) اضطراب پدیدآورنده سرکوبگری است.

(۲) اضطراب نتیجه انرژی لیبیدویی است.

(۳) اضطراب محصول بن در نظر گرفته می‌شود.

(۴) علامت‌شناختی برای راه‌اندازی مکانیزم‌های دفاعی است.

پاسخ: گزینه «۴» فروید دیدگاه خود را درباره‌ی مفهوم اضطراب تغییر داد و اضطراب را دیگر به عنوان میل مفرط تخلیه‌ی من نمی‌دانست، بلکه معتقد بود که مفهوم اضطراب، علامت شناختی برای راه‌اندازی مکانیزم‌های دفاعی است.

ساختار شخصیت از نظر فروید

۱- نهاد یا بن یا ID: بر اصل لذت استوار است.

۲- ego یا خود یا من: بر اصل واقعیت استوار است.

۳- superego یا فرامن: با درونی کردن ارزش‌های والدین و جامعه به وجود می‌آید.

نهاد

ساختار اولیه شخصیت، مخزن انرژی روانی بدن یعنی لیبیدو است که تحمل نیاز و تنش را ندارد و سریعاً واکنش نشان می‌دهد. براساس اصل لذت عمل می‌کند. حرکات بازتابی و تکانش‌ها در خدمت نهاد هستند. همچنین شناخت در نهاد جایی ندارد و محتوای آن غالباً ناهشیار است. بیشترین قدرت نهاد در نوزادی و کودکی است. نهاد بر پایه فرآیند نخستین تفکر و فرآیند نخستین تفکر و رفتار به صورت غیر منطقی و بدون تشخیص موقعیت زمانی و مکانی روی می‌دهد. نهاد با **کشانده‌های جنسی** و پرخاشگری ارتباط تنگاتنگی دارد.

نهاد ← فرآیندهای اولیه تفکر ← فقدان موضوع ← تخلی

نهاد ← رفتار ← فرآیندهای اولیه رفتار ← فقدان موضوع ← رفتار (تکانشی)

نکته ۱: ایگو به نهاد کمک می‌کند تا به حداکثر لذت خاص برسد؛ لذت سازگار با واقعیت.

نکته ۲: من از مکانیزم‌های دفاعی مانند سرکوبگری استفاده می‌کند که فرد را در مقابل درد روانی محافظت می‌کند. شخص نسبت به مکانیزم‌های دفاعی، هشیار نیست.

تفاوت الگوی رفتار با الگوی تفکر: الگوی تفکر با رویدادهای ذهنی و شناختی برای رسیدن به هدف سروکار دارد. الگوی رفتار مربوط به رفتار مشاهده‌شده است.

نکته ۳: من برای تأخیر خواسته نهاد از ۱- حافظه ۲- تمرکز ۳- کنترل حرکتی بهره می‌برد.

محتوای من هم هشیار، هم نیمه‌هشیار و هم ناهشیار است.

هشیار: تصمیمات و اراده هستند.

نیمه‌هشیار من: خاطرات و تکانه‌هایی می‌شوند که در هشیاری نیستند ولی به راحتی به هشیاری می‌آیند.

ناهشیار من: مهمترین قسمت آن مکانیزم‌های دفاعی است.

فرامن: برخلاف من که نهاد همکاری و تکانه‌های نهاد را برای رسیدن به راه منطقی به تأخیر می‌اندازد، فراخود یا فرامن جلوی ارضا شدن امیال و تکانه‌ها را می‌گیرد و آن‌ها را سد می‌کند. فرامن به عنوان آخرین مؤلفه‌ی شخصیت تحول یافته دو کنش اصلی دارد:

۱- به شخص در مقابل رفتارهای اخلاقی پاداش می‌دهد.

۲- شخص را برای رفتارهای غیرمقبول اجتماعی‌اش با ایجاد احساس گناه تنبیه می‌کند.

بنابراین فرامن بیانگر درون‌سازی هنجارهای اخلاقی بوده و غالباً آن را وجدان شخص می‌نامند. فرامن برعکس من، نه تنها تظاهر تکانه‌های غیرمقبول را به تأخیر می‌اندازد، بلکه بیشتر به مقابله با آن‌ها می‌پردازد.

نکته ۴: تکامل فرامن با همسان‌سازی یا همانندسازی با والد همجنس شروع می‌شود. در مرحله اهلایی (آلتی) پس از عقده ادیبی فرامن تشکیل می‌شود.

(سراسری ۹۲)

مثال ۳: عدم دسترسی فرد به موضوع عشق در نظریه روان‌تحلیلی با کدام فرآیند همراه است؟

(۴) آزادسازی انرژی

(۳) سرمایه‌زدایی روانی

(۲) توزیع تنش

(۱) سرمایه‌گذاری روانی

پاسخ: گزینه «۳» براساس نظر فروید، یک بخش از انرژی، انرژی جنبشی است. وی انرژی بین اجزا را سرمایه‌گذاری روانی می‌نامد. من (ego) به عنوان عالی‌ترین ساختار، توانایی آن را دارد که از ارضای فوری، ممانعت به عمل آورد. چنانچه تحقق هدف به جای لذت، به آزرده‌گی بینجامد، من سرمایه‌زدایی روانی را برقرار می‌کند. در نظریه روان‌تحلیلی عدم دسترسی فرد به موضوع عشق نیز نوعی سرمایه‌زدایی روانی است.

مثال ۴: طبق نظریه روان‌تحلیل‌گری فروید، کدام مؤلفه شخصیت را باید بیانگر درون‌سازی هنجارهای اخلاقی یا وجدان شخص دانست؟ (سراسری ۸۶)

(۴) من

(۳) فرامن

(۲) بن

(۱) انرژی روانی

پاسخ: گزینه «۳» به نظر فروید، فرامن بیانگر درون‌سازی هنجارهای اخلاقی است و غالباً آن را وجدان شخص می‌نامند؛ برعکس من، فرامن نه تنها تظاهر تکانه‌های غیرمقبول را به تأخیر می‌اندازد بلکه بیشتر به مقابله با آن‌ها می‌پردازد.

(سراسری ۷۹)

مثال ۵: امروزه روان‌تحلیل‌گران، هسته اصلی روان‌درمانگری را بر کدام مؤلفه متمرکز می‌کنند؟

- (۱) رؤیا و همخوانی آزاد (۲) من و فرایند یادگیری (۳) بن و تهییج کشاننده‌ای (۴) فرامن و مهار کشاننده‌ای

پاسخ: گزینه «۲» هسته‌ی اصلی روان‌تحلیل‌گری امروزه بر من و فرایند یادگیری متمرکز است.

محدوده واقعیت خواسته‌های بن



من

تصور آرمانی فرامن

من به عنوان واسطه رفتار

(۴) وجدان شخص

(۳) فرامن

(۲) من

(۱) بن

مثال ۶: به عقیده فروید عالی‌ترین ساختار شخص، کدام مؤلفه شخصیت است؟

پاسخ: گزینه «۲» فروید من را ارگان اجرایی یا عالی‌ترین ساختار شخص می‌داند که مسئول تصمیم‌گیری رفتاری است.

سرمایه‌زدایی روانی: نهاد (ID) می‌خواهد کسب لذت کند یا به دنبال لذت است. اگر من متوجه شود که این کسب لذت به جای لذت به آزردهی می‌انجامد، ایگو یا من، سرمایه‌زدایی روانی انجام می‌دهد و با استفاده از یک مکانیسم دفاعی جلوی تحقق هدف را می‌گیرد.

تعارض بین سرمایه‌گذاری بن و سرمایه‌زدایی روانی من

منبع اصلی انگیزش رفتار «نظریه فروید» است. (تعارض این دو است که انگیزه فعالیت را به ما می‌دهد). فروید معتقد است که فرد میان امیال شخصی و قوانین جامعه در حالت تعارض متداوم قرار دارد که این تعارض همان تعارض بین «بن و من» است و این تعارض می‌تواند مبنای روان‌آزردهی باشد.

نکته ۵: فروید معتقد است وقتی که فرد در تعارض بین امیال شخصی و تقاضاهای جامعه قرار بگیرد، این تعارض‌ها موجب روان‌آزردهی او خواهند بود.

(سراسری ۹۳)

مثال ۷: در کدام موقعیت نظام روان‌تحلیلگری انرژی جنبشی به پتانسیل تبدیل می‌شود؟

- (۱) ارضا (۲) سرکوبگری (۳) بیزاری (۴) تأخیر ارضا

پاسخ: گزینه «۱» به هنگام ارضای نیازهای روان‌شناختی و زیستی، انرژی جنبشی تبدیل به پتانسیل رفتاری می‌شود و در واقع نیرو و انرژی رسیدن به هدف را برای ما مهیا می‌کند.

(سراسری ۸۳)

مثال ۸: با توجه به این که فرد نسبت به مکانیزم‌های دفاعی هشیار نیست، راه‌انداز آن کدام است؟

- (۱) بن (۲) من (۳) لیبیدو (۴) فرامن

پاسخ: گزینه «۲» اگرچه محتوای «من» به طور وسیع هشیارانه است، انسان نمی‌تواند به تمام جنبه‌های کنش من آگاهی داشته باشد. همچنین، مکانیزم‌های دفاعی از فعالیت‌های من به شمار می‌آیند. غیر از مکانیزم سرکوبی که هشیارانه است، عموماً شخص نسبت به مکانیزم‌های دفاعی هشیار نیست.

اضطراب و دفاع

فروید اضطراب را به عنوان ترسی بدون موضوع تعریف کرده است که ما قادر به مشخص کردن منبع آن نیستیم؛ یعنی شیئی که آن را سبب می‌شود. وی با بیان این که اضطراب یک نقش بنیادی و محوری در شکل‌گیری رفتار روان‌رنجوری و روان‌پریشی دارد، آن را به عنوان یک بخش مهم در نظام شخصیت خود وارد کرد. فروید سه نوع اضطراب را مطرح کرد که هر یک تابعی از نوع موقعیتی است که آن را پدید می‌آورد و از بقیه متفاوت است.

نخستین نوع اضطراب که دو نوع دیگر از آن شکل می‌گیرند، **اضطراب واقعی** یا **عینی** است. این اضطراب شامل ترس از خطرهای محسوس در دنیای واقعی است؛ مانند ترس از آتش‌سوزی یا زلزله. بنابراین، اضطراب واقعی در خدمت هدفی بسیار مثبت است، زیرا رفتار ما را با توجه به خطرات واقعی هدایت می‌نماید؛ اما هرگاه این تهدید ادامه نیابد، ترس ما فروکش می‌کند.

اضطراب روان‌رنجوری در تعارض بین **کامرواسازی غریزی** و **واقعیت** شکل می‌گیرد. اغلب کودکان دست کم چند بار به خاطر ارضا کردن تکانشی خواسته‌های نهاد، به ویژه آن‌هایی که ماهیتی جنسی یا پرخاشگرانه دارند، از سوی والدین تنبیه می‌شوند؛ بنابراین، میل به کامروا ساختن برخی از تکانه‌های نهاد، ایجاد اضطراب یا ترس می‌کند. این اضطراب در ابتدا **هشیار** است، اما بعداً به شکل **تهدیدی ناهشیار** (حوزه فعالیت خود) دگرگونی می‌یابد. اضطراب روان‌رنجوری که بدین ترتیب پدید می‌آید، ترس فرد از تنبیه شدن به خاطر بروز رفتاری تکانشی است که در تسلط نهاد قرار دارد. این ترس مربوط به خود غرایز نبوده، بلکه ترس از تنبیه است. تعارضی میان نهاد و خود شکل می‌گیرد و ریشه در واقعیت دارد. در نظام فروید تنها یک هدف غایی و اساسی در زندگی وجود دارد و آن کاهش تنش است.



اضطراب اخلاقی از تعارض میان نهاد و فراخود ناشی می‌شود. این اضطراب، ترسی است که فرد از وجدان خود دارد. زمانی که برانگیخته می‌شود تا تکانه‌ای غریزی را برخلاف اصول اخلاقی خود ابراز کنید، فراخود با ایجاد احساس شرم یا گناه در شما دست به مقابله می‌زند. در زبان روزمره، این حالت با عنوان «عذاب وجدان» توصیف می‌شود.

هر کس که بخواهد عمل ممنوعی را انجام دهد، دچار اضطراب می‌شود. یکی از روش‌های تقلیل اضطراب، ابراز آن تکانه به صورت تغییر شکل داده آن است تا مورد تنبیه جامعه و نیز بازنمود درونی جامعه، یعنی فراخود قرار نگیرد. راهبردهایی را که افراد برای ممانعت از بروز اضطراب یا تقلیل آن به کار می‌گیرند، سازوکارهای دفاعی می‌نامند. اساسی‌ترین سازوکار دفاعی، واپس‌زنی است که طی آن، خود فکر تهدیدکننده یا تکانه ممنوع را از حوزه آگاهی خود به ناخودآگاه می‌راند؛ بنابراین، چنین به نظر می‌رسد که فرد آن فکر یا تکانه را به راحتی از یاد برده است. این راهبردهای هیجان‌مدار، موقعیت پرفشار را تغییر نمی‌دهند، بلکه صرفاً شیوه ادراک یا تفکر شخص در این باره را عوض می‌کنند؛ بنابراین، در تمامی سازوکارهای دفاعی یک عنصر خودفریبی وجود دارد. همگی ما گاهی از سازوکارهای دفاعی استفاده می‌کنیم؛ آن‌ها به ما کمک می‌کنند تا از مراحل سخت بگذریم و بتوانیم به طور مستقیم‌تری با موقعیت پرفشار مدارا کنیم. ساز و کارهای دفاعی فقط زمانی نشانه ناسازگاری شخصیت است که شیوه غالب پاسخ‌دهی به مشکلات شوند. از سوی دیگر، راجرز بر این عقیده است که استفاده از مکانیزم‌های دفاعی به دلیل ایجاد ناهمخوانی، صرفاً سبب ایجاد اختلال بیشتری در تعادل نیازهای فرد می‌شود. سایر ساز و کارهای دفاعی عبارتند از: دلیل تراشی، وانمودسازی، برون‌فکنی، ذهنی‌سازی، انکار و جابجایی، والایش و واپس‌روی که در ادامه به معرفی آن‌ها خواهیم پرداخت.

واپس‌زنی (Repression): در واپس‌زنی، تکانه‌ها یا خاطراتی که بیش از حد ترسناک یا آزاردهنده هستند، از حیطه باخبری خودآگاه حذف می‌شوند؛ خاطراتی که باعث شرمندگی، احساس گناه، یا تقبیح خود شوند، اغلب واپس زده می‌شوند. واپس‌زنی با سرکوب‌سازی متفاوت است. سرکوب‌سازی فرآیند عمدی برای کنترل خود، تحت نظر داشتن تکانه‌ها و امیال یا کنار زدن موقتی خاطرات آزارنده می‌باشد. افراد از افکار سرکوب‌شده آگاه هستند ولی نسبت به خاطرات یا تکانه‌های واپس‌زده عمدتاً آگاهی ندارند. بنابراین تفاوت در مکانیسم سرکوب‌سازی و واپس‌زنی در عنصر آگاهی است.

سرکوب‌سازی (Suppression): معروف‌ترین مکانیزم دفاعی است. سرکوب یعنی اجازه ندادن به خاطرات و امیال برای هشیار شدن، به علت اینکه هشیار شدن آن‌ها باعث درد روانی می‌شود. فروید ابتدا می‌گفت سرکوب باعث اضطراب می‌شود ولی بعد گفت اضطراب پدیدآورنده سرکوبگری است. اضطراب یک علامت شناختی است که باعث به وجود آمدن سرکوب می‌شود.

دلیل تراشی (Rationalization): توجیه کردن فکر یا احساس ناراحت‌کننده یا غیر قابل قبول به وسیله‌ی انتخاب کردن دلیل منطقی برای فکر یا احساس کردن به آن صورت. مثال: فردی برای توجیه کردن نفرتش از گروهی خاص، دلیل قابل قبولی می‌تراشد، مثلاً می‌گوید: چون آن‌ها همیشه دروغ می‌گویند و تقلب می‌کنند از آن‌ها متنفرم.

وانمودسازی (Reaction Formation): پذیرفتن و ابراز کردن احساسات یا انگیزه‌های مغایر با آنچه فرد واقعاً از آن‌ها برخوردار است. مثال: ابراز خوشبینی زیاد به رغم وجود واقعیت‌های تلخی چون گرسنگی، جنگ هسته‌ای یا طرد میان‌فردی. مثلاً مادری که از نداشتن علاقه به فرزندش احساس گناه می‌کند، سعی می‌کند با مراقبت و توجه فراوان نسبت به او، هم به خود نشان دهد که مادر خوبی است هم او را از عشق خود مطمئن سازد.

فرافکنی (Projection): نسبت دادن میل یا تکانه‌ای غیر قابل قبول به فرد دیگر. مثال: اضطراب «من در این درس رد می‌شوم چون باهوش نیستم»، به صورت «این کتاب احمقانه است» یا «این آموزگار کودن است» ابراز می‌شود.

عقلانی‌سازی (Intellectualization): در این مکانیزم، ادراکات از هیجانان جدا تلقی می‌شود، در حقیقت هیجانان از واقعیات جدا می‌شود و یک موضع عقلانی و انتزاعی اتخاذ می‌شود. این کار برای برخی از مشاغل مثل پزشکی و پرستاری مفید است تا وظایف خود را به صورت منطقی انجام دهند.

انکار (Denial): واقعیت‌های ناخوشایند بیرونی نادیده گرفته می‌شوند یا از پذیرفتن آن‌ها خودداری می‌شود. مثلاً والدین کودکی که دچار بیماری لاعلاج است تکذیب می‌کنند که اصلاً مشکلی وجود دارد. مثال: اشتغال ذهنی به کار به طوری که به پیام‌های طرد ناشی از رابطه شخصی مشکل‌آفرین توجهی نشود.

جابجایی (Displacement): تخلیه کردن اضطراب روی موضوعی دیگر، زمانی که انجام این کار علیه منبع اصلی اضطراب زیانبار باشد. فروید اعتقاد دارد که جابجایی رضایت‌بخش‌ترین شیوه برخورد با تکانه‌های پرخاشگری و جنسی است. سابق اصلی را نمی‌توان تغییر داد اما می‌توان شیئی را جایگزین آن کرد. مثال: تخلیه کردن تکانه‌های پرخاشگری فروخورده علیه پدر روی موضوعی دیگر که قابل کنترل باشد، مثل لگد زدن به سگ خانگی.

والایش (Sublimation): تبدیل کردن اضطرابی که از لحاظ اجتماعی غیرقابل قبول است به منبع انرژی که پیامدهای ناخوشایندی به بار نمی‌آورد و از لحاظ اجتماعی مقبول و حتی هیجان‌انگیز است. فروید این مکانیسم را در پدیدآیی تمدن و فرهنگ مؤثر می‌داند. از دیدگاه وی تمدن از این نظر که از زندگی آزاد کساننده‌ای جلوگیری به عمل می‌آورد یک مداخله‌گر مزاحم است و برای این‌که یک جامعه و تمدن برقرار باشد لازم است کساننده‌های جنسی و پرخاشگری والایش پیدا کند. مثال: شهوت و تکانه‌های جنسی به کارهای خلاق، علمی یا دستی هدایت می‌شود.

واپس‌روی (Regression): برگشتن به مرحله‌ی پیشین رشد هنگام تجزیه کردن استرس یا اضطراب. مثال: صحبت کردن با لحن بچگانه برای جلب محبت و همدلی طرف مقابل جهت پیروز شدن در جروب‌بحث اضطراب‌آور.

دفاع ادراکی: مقاومت علیه موارد تهدیدکننده است و به لحاظ مفهومی شبیه سرکوبگری است، در حالی که سرکوب‌گری از هشیار شدن خاطرات معینی جلوگیری می‌کند. دفاع ادراکی، ادراکات معینی را از هشیار شدن شخص دور نگه می‌دارد. کوری هیستریکی یک مثال بالینی در این زمینه است.

مثال ۹: بر طبق کدام نظریه، رفتارها تحت تأثیر شناخت‌ها قرار دارند؟ (سراسری ۷۹)

(۱) فروید (۲) هال (۳) جیمز (۴) مورای

پاسخ: گزینه «۱» در یک الگوی تعاملی، شناخت‌ها رفتارها را تحت تأثیر قرار می‌دهند و بالعکس. این نظریه را اکثر صاحب‌نظران شناختی مطرح کرده‌اند، ولی در عین حال اعتقاد دارند که تمام رفتارها بر اثر فرآیند شناختی پدید نمی‌آیند. هم‌چنین آن‌ها می‌پذیرند که تعیین‌کنندگان رفتار نباید الزاماً به صورت هوشیار یا شناختی ارائه شده باشند. افزون بر این، پذیرفته شده است که انواع رفتارها ارزش اطلاعاتی دارند و فرآیندهای روانی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. دیدگاه فروید با این الگو هماهنگی بیشتری دارد.

مثال ۱۰: کدام مکانیزم دفاعی، مانع به خاطر آمدن و هوشیار شدن برخی خاطرات می‌شود؟ (سراسری ۸۳)

(۱) انکار (۲) فرافکنی (۳) سرکوبگری (۴) دفاع ادراکی

پاسخ: گزینه «۳» سرکوب یکی از مکانیزم‌های دفاعی روانی است که به وسیله آن آرزوهای خطرناک و نیازهای دشوار خاطرات ناگوار و غیرقابل تحمل به بخش ناخودآگاه رانده می‌شوند و جزء مکانیزم‌هایی است که به صورت خودآگاه انجام می‌شود.

مثال ۱۱: براساس نظریه روان‌تحلیل‌گری، جهت زندگی در یک جامعه تشکیلاتی، از کدام مکانیزم استفاده می‌کنیم؟ (سراسری ۸۴)

(۱) جابه‌جایی (۲) واپس‌روی (۳) والایش (۴) تشکیل واکنشی

پاسخ: گزینه «۳» والایش، یکی از مکانیزم‌های دفاعی‌ای است که افراد برای زندگی در یک جامعه تشکیلاتی از آن استفاده می‌کنند.

مثال ۱۲: در موقعیتی که ناتوانی در جدایی واقعیت از غیر واقعیت وجود دارد، کدام رفتار پدید می‌آید؟ (سراسری ۹۳)

(۱) تأخیر ارضا (۲) واپس‌روی (۳) تشکل واکنشی (۴) فرافکنی

پاسخ: گزینه «۲» واپس‌روی یا برگشت، شکلی از عدم تشخیص واقعیت از غیرواقعیت است.

مثال ۱۳: آرزوی بازگشت به دوره جنینی از کدام اصل ناشی می‌شود؟ (سراسری ۸۵)

(۱) تعادل (۲) نیروانا (۳) کشاننده مرگ (۴) کشاننده جنسی

پاسخ: گزینه «۳» اصل کشاننده مرگ یا آرزوی مرگ که فروید آن را مطرح کرد، نتیجه منطقی این موقعیت است؛ زیرا در حالت مرگ نیازهای ارضاننده وجود ندارد. آرزوی بازگشت به تن مادر (دوره جنینی) است که در آنجا تمام آرزوها برآورده می‌شوند و فرد مورد توجه کامل قرار می‌گیرد که همان کشاننده مرگ است.

مثال ۱۴: گرایش تکرارپذیری بازی همراه با تجربیات نامطبوع در کودکان، مبین وجود کدام سازه است؟ (سراسری ۸۲)

(۱) من (۲) بن (۳) کشاننده مرگ (۴) کشاننده حیات

پاسخ: گزینه «۳» کشاننده مرگ و زندگی در روانکاوی، منشاء انرژی می‌باشند. در این نظریه، یکی از دو گزینه در نهاد واقع است که معمولاً انگیزه‌های حفظ خود یا نگهداری و تولید نسل را در بر دارد و گاهی مترادف با لیبیدو یا شور جنسی در نظر گرفته می‌شود. گزینه مخالف آن، گزینه مرگ است که گرایش تکرارپذیری بازی، همراه با تجربیات نامطبوع در کودکان را مبین آن می‌دانند.

مثال ۱۵: در کدام نظریه، واپس‌روی به عنوان تحول منفی تلقی می‌گردد؟ (سراسری ۸۵)

(۱) لوین (۲) فروید (۳) هایدلر (۴) اتکینسون

پاسخ: گزینه «۱» لوین، واپس‌روی را نوعی تحول منفی در نظر می‌گیرد و به همین دلیل شناخت اصول تحولی را برای درک بهتر واپس‌روی ضروری تلقی می‌کند. لوین، تحول را درجه تمایز درون‌فردی و به مشابه جدایی تخیل از واقعیت می‌داند. بنابراین هر موفقیتی که از عدم تمایز واقعیت از غیرواقعیت ناشی شود واپس‌روی است.

مثال ۱۶: انگیزه کنجکاوی با کدام‌یک از متغیرهای زیر رابطه معکوس دارد؟ (سراسری ۸۳)

(۱) اضطراب (۲) آفرینندگی (۳) هوش‌بهر (۴) پیشرفت تحصیلی

پاسخ: گزینه «۱» انگیزه کنجکاوی با اضطراب رابطه معکوس دارد.

روانشناسی من

یکی از ویژگی‌های نظریه فروید، تغییر دایمی آن است. در سال‌های قبل، مرکز ثقل روان‌درمانگری، **رؤیا و همخوانی آزاد** بود؛ پدیده‌هایی که وقتی من نقش حفاظتی کمتری دارد، به کشاننده‌های اصلی اجازه می‌دهد به هشیاری راه یابند. برعکس، امروزه بسیاری از درمانگران تصمیماتی را که افراد اتخاذ می‌کنند، به خصوص در محیطی که دارای اضطراب و تنیدگی است، بررسی می‌کنند. به عبارت دیگر اکنون هسته اصلی روان‌درمانگری بر **من و فرایند یادگیری** متمرکز است تا بر بن و تهییج کشاننده‌ای. در ابتدا فروید تصریح می‌کند که **اضطراب** نتیجه انرژی لیبیدویی آزادشده است. سپس با معکوس کردن این نظریه به «اضطراب پدیدآورنده سرکوبگری است»، اضطراب را مشتق از **من** تلقی می‌کند. به نظر وی وقتی ارضای کشاننده، بیشتر موجب آزرده‌گی شود تا لذت، من از طریق اضطراب، خود را مصون می‌دارد. این اضطراب اختطاری برای ارگانسیم به شمار می‌آید. چنانچه ارگانسیم رفتار مورد نظر را از خود نشان دهد، من با ابعاد وسیع‌تر و حتی غیرقابل کنترل اضطراب مواجه خواهد شد. بنابراین، مکانیسم‌های دفاعی به عنوان تدابیری، از ارضای کشاننده جلوگیری می‌کنند یا آن را به تأخیر می‌اندازند؛ از همین رو، فروید نظر خویش را درباره مفهوم اضطراب تغییر داد و دیگر اضطراب را مبتنی بر میل مفرط تخلیه بن ندانست، بلکه آن را **علامت شناختی** قلمداد کرد. از نظر فروید، ایگو انرژی خود را از نهاد می‌گیرد ولی **هارتمن** و روانشناسان دیگر خود (ایگو)، می‌گویند من یا ایگو دارای منبع انرژی اختصاصی است. دلیل اصلی آن‌ها دفاع از نظریه فروید بود. به این دلیل که ایگو می‌تواند جلوی نهاد را بگیرد و تکانه‌های نهاد را به تأخیر بیندازد، پس ایگو انرژی مستقلی دارد که می‌تواند جلوی نهاد را بگیرد.

کج مثال ۱۷: کدام انگیزه نقش حیاتی در ادامه زندگی یک موجود زنده ایفا نمی‌کند؟ (سراسری ۸۳)

۱) تمایلات جنسی

۲) انگیزه تشنگی

۳) انگیزه گرسنگی

۴) انگیزه‌های تشنگی و گرسنگی

پاسخ: گزینه «۱» از بین گزینه‌های ذکرشده، سه گزینه تشنگی، گرسنگی و ترکیب آن‌ها، جزء انگیزه‌هایی هستند که نقش اصلی و مهمتری در ادامه حیات دارند. هرچند تمایلات جنسی برای بقای نوع مهم است، اما نقش اساسی ندارد.

مسائل تحقیقاتی مرتبط با نظریه فروید

در ادامه به مسائل تحقیقاتی خواهیم پرداخت که به عنوان دلایل موافق یا مخالف جنبه‌هایی از نظریه فروید محسوب می‌شوند. به طور کلی، این مسائل به صورت زیر طبقه‌بندی می‌شوند:

۱- کنش بن

- کشاننده‌ها

- پرخاشگری

- جنسیت

- رؤیا

۲- کنش من

- مکانیسم‌های دفاعی

- تأخیر ارضا

- سبک شناختی

مطالعات مذکور، از طرفی دربرگیرنده کشاننده‌های زیستی **جنسیت و پرخاشگری** و از طرف دیگر، شامل فرآیندهایی است که از به پایان رسیدن کشاننده‌ها جلوگیری می‌کند.

کنش‌های بیهوده و رفتارهای جابجایی

رفتارشناسان نشان داده‌اند که احتمال وقوع برخی از کنش‌ها، بستگی به آخرین باری دارد که رفتار صورت گرفته است؛ بدین صورت که هر قدر مدت‌زمان بیشتری از ظهور آخرین کنش گذشته باشد، احتمال بروز آن رفتار افزایش می‌یابد. امروزه، افزایش آمادگی کنش به بهترین وجه در پدیده‌هایی قابل مشاهده است که کنش‌های بیهوده یا تهی نامیده می‌شوند. **کنش‌های بیهوده**، الگوهای رفتار غریزی هستند که بدون وجود محرک راه‌انداز معین، ظاهر می‌شوند. برای مثال، یک مرغ سار محبوس در قفس می‌تواند گاهی زنجیره‌ای از رفتار پیچیده شکار کردن، کشتن و خوردن شکار را از خود بروز دهد، بدون این که شکاری در قفس وجود داشته باشد.

نمونه جالب دیگری که مربوط به نظریه تمایل غریزی می‌شود، رفتار جابجایی است. رفتار جابجایی هنگامی صورت می‌گیرد که دو گرایش کنشی آشتی‌ناپذیر، هم‌زمان فعال شوند؛ مثل هنگامی که پرنده در مقابل رقیب خود به جای رفتار حمله یا فرار، به رفتاری نامربوط مانند تمیز کردن، دست زدن، تفاوت این تمیز کردن با رفتار تمیز کردن متعارف این است که این نوع رفتار با شتاب صورت می‌گیرد و قبل از این که رفتار تمیز کردن به پایان برسد، قطع می‌شود.

لورنس (۱۹۵۰) و **تین برگن (Tinbergen) (۱۹۵۲)** در تبیین کنش‌های بیهوده و رفتارهای جابجایی، اظهار می‌کنند که هر الگوی رفتار، منبع انرژی اختصاصی دارد. چنانچه یک الگوی رفتاری معین تظاهر پیدا نکند، انرژی آن رفتار جمع می‌شود و وقتی رفتار صورت گیرد، انرژی تخلیه می‌شود. این الگوی نظری توضیح می‌دهد که چرا با گذشت زمان بیشتری از آخرین کنش یک نوع رفتار، احتمال وقوع آن بیشتر می‌شود.

بر این اساس، در الگوی رفتار ثابت غریزی، یک ناآرامی درونی وجود دارد و تا زمانی که کنش لازم صورت نگیرد، این ناآرامی ادامه می‌یابد. این برداشت، شباهت زیادی با مفهوم محرک کشاننده‌ای فروید دارد. نکته مهم این است که جدایی رفتار از محرک راه‌انداز معمولی، به نحوی که در کنش‌های بیهوده دیده می‌شود، مهم‌ترین توضیح را درباره وجود نیروی کشاننده درونی به دست می‌دهد.

تین‌برگر در توضیح علت رفتارهای جابه‌جایی عنوان می‌کند که انرژی کنش اختصاصی به شکل یک نظام به هم پیوسته سلسله‌مراتبی است، طوری که می‌تواند یک ردیف از کنش‌های متفاوت را برانگیزد. به همین دلیل ممانعت از کنش‌های مسلط در یک موقعیت تعارضی، منجر به انواع رفتارهای دیگر می‌گردد؛ زیرا انرژی جمع‌شده در این نظام لبریز شده است. همچنین این امر در مورد روان‌آزردگی مورد پذیرش قرار گرفته که در یک موقعیت مملو از تعارض حل‌نشده، بروز یافته و منجر به کنش‌های ناسازگار می‌شود.

(سراسری ۹۰)

کج مثال ۱۸: تکرار اعمال آزاردهنده به کدام کشاننده ارتباط دارد؟

۱) ناکامی ۲) حیات ۳) ترس ۴) مرگ

پاسخ: گزینه «۴» فروید اعمال پرخاشگرانه و خودآسیب‌زننده را به دلیل سابق تاناتوس (مرگ) می‌داند. وی جنگ میان کشورها را نیز نماد بروز این کشاننده می‌داند. فروید با مشاهده پدیده‌های اجباری نظیر تکرارپذیری بازی که همراه با تجربیات ناخوشایند است و رفتارهای بیمارگونه که خارج از کنترل شخصی هستند، به این اعتقاد رسید که در کنار کشاننده حیات، کشاننده مرگ وجود دارد.

پرخاشگری

از دیدگاه پژوهشگران رفتاری، پرخاشگری یک کشاننده ضروری زندگی است، نه یک کشاننده ویرانگر آنطور که فروید عنوان می‌کند. در پژوهش‌های رفتاری دو مفهوم برای کشاننده پرخاشگری در نظر می‌گیرند:

۱- پرخاشگری به عنوان تحریک درونی: شبیه به مفهوم‌بندی فروید از پرخاشگری، به این صورت که زمانی که محرک راه‌انداز مناسب درونی یا موضوع حمله وجود ندارد، کشاننده درونی متوقف می‌شود و تحقق نیافتن این کشاننده منجر به انباشتگی پرخاشگری می‌گردد.

۲- به عنوان کنش آزاردهنده: در این مفهوم‌بندی پرخاشگری حالت تحریک تلقی می‌شود. تا زمانی که محرک وجود دارد پرخاشگری نیز ادامه می‌یابد. به عبارتی ظهور پرخاشگری خودبه‌خودی (خودانگیخته) نیست.

همان‌طور که ذکر شد فروید مطرح می‌کند که پرخاشگری یک کشاننده ارثی است و فرد برای اینکه عضو مفید جامعه شناخته شود، لازم است که مانع پرخاشگری خود شود. نتایج پژوهش نشان داده‌اند افرادی که از بروز پرخاشگری بیش از حد بازداری می‌کنند، افراد فزون‌مهارگر هستند و این افراد به‌طور غیرمنتظره به دلیل مهار بیش از حد گرایش‌های پرخاشگری دست به اعمال خشونت‌آمیز می‌زنند.

پالایش پرخاشگری: طبق نظریه روان‌تحلیل‌گری، در حالت عدم دسترسی به هدف فرآیند روانی، مکانیزمی در فرد به کار می‌افتد تا وی را در دنبال کردن تمایل ارضاننده یاری دهد. این فرایند به فرد کمک می‌کند که حداقل به ارضای کشاننده‌ای ناقص دست یابد، اگرچه حصول هدف اصلی غیرممکن است. مثلاً، ارسطو کنش اصلی تراژدی را در تئاتر «پالایش» عنوان می‌کند؛ به این معنا که تماشاگر را از قید امیال مفرط و از طریق همانندسازی با بازیگر رها می‌سازد. براساس روان‌تحلیل‌گری مشاهده تظاهرات انگیزشی در دیگران سبب کاهش انگیزه در مشاهده‌گر می‌شود (مشاهده قدرت شخص قدرتمند باعث کاهش میل به قدرت می‌شود). این برخلاف نظریات یادگیری اجتماعی و رفتارنگری است که مشاهده برنامه‌های خشن پرخاشگری فرد را افزایش می‌دهد و باعث یادگیری راهبردها و رفتارهای پرخاشگری می‌شود.

۲- نظریه کشاننده‌های هال: هال تحت تأثیر ترندایک بوده است. ترندایک یکی از اولین رفتارگراهاست که در یادگیری، نظریه دارد. هال تحت تأثیر ترندایک و با قبول نظریه وی، مطرح کرد که آن رفتاری احتمال بیشتری برای تکرار دارد که تقویت شود. بر طبق نظریه مکانیکی هال تقویت، وسیله ارتباط در ایجاد و تثبیت پیوند محرک - پاسخ است.

نکته ۶: در نظریه ترندایک فرآیندهای عالی ذهن مورد توجه نبودند و هال هم این نظریه را قبول دارد.

رفتار مکانیکی

اکثر روان‌شناسان آمریکایی رفتار و مکانیکی را معتبر می‌دانستند که براساس اصل تداومی و قوانین یادگیری استوار بود و علت رفتار شناخته می‌شد. مانند شرطی‌سازی کلاسیک پاولف. یعنی برطبق مفهوم رفتار مکانیکی، شناخت علت رفتار نیست بلکه انسان مانند ماشین است و یادگیری‌ها فقط با شرطی‌سازی‌ها و تداومی به وقوع می‌پیوندند.

پاولف به منظور بررسی بازتاب شرطی، به انجام آزمایش‌هایی بر روی سگ پرداخت. وی صدای زنگی را (محرک شرطی) با غذا (محرک غیرشرطی) همراه کرد، به گونه‌ای که همیشه زنگ را بلافاصله قبل از دادن غذا به صدا درمی‌آورد. تکرار این شیوه منجر به این شد که در نهایت صدای زنگ قبل از غذا موجب تراوش بزاق (واکنش شرطی) شود. بدون تردید از دیدگاه پاولف، ارائه محرک، علت رفتار است. وی خاطر نشان می‌سازد که وقتی حیوان گرسنه نیست، ترشح بزاق صورت نمی‌گیرد؛ بدین ترتیب، پاولف تعیین‌کنندگان انگیزشی رفتار را آشکارا در تحلیل خود دخالت نمی‌دهد.

نکته ۷: مرکز ثقل تلاش‌های پاولف تعبیر و چگونگی تبیین بازتاب‌های ارثی بر اثر تجربه بود.

دومین نوع یادگیری با عنوان شرطی شدن کنشگر یا عامل، توسط ترندایک (۱۹۱۱) به بوته آزمایش کشیده شد. حیوانات مورد آزمایش وی گربه و مرغ بودند. هنگامی که حیوان، واکنش از پیش تعیین‌شده توسط آزمایشگر را به درستی انجام می‌داد، می‌توانست از قفس بیرون آمده و غذای خارج از قفس را دریافت کند. ترندایک مشاهده کرد که حیوان در ابتدا رفتار نسبتاً اتفاقی، یا بر اساس کوشش و خطا را از خود نشان می‌دهد، تا این‌که به طور اتفاقی دست به واکنشی زد که منجر به رهایی وی از قفس شد. زمانی که حیوان مجدداً به قفس برگردانده شد، این رفتار را سریع‌تر از خود نشان داد و سرانجام توانست فوراً واکنش درست را نشان دهد.



ثرن‌دایک برای تبیین این تغییر رفتار نسبتاً بارز (یادگیری) **قانون اثر (law of effect)** خود را مطرح کرد؛ مطابق این قانون، «وقتی پیوند بین محرک - پاسخ حالت ارضا را به دنبال داشته باشد، تقویت می‌شود و برعکس، وقتی پیوند بین محرک - پاسخ حالت آزردهی در پی داشته باشد، تضعیف می‌شود». این قانون از سوی بسیاری از روانشناسان با عنوان «لذت‌طلبی مربوط به گذشته» توصیف شده که با نظر فروید یعنی «لذت‌طلبی مربوط به آینده» در تقابل است. ثرن‌دایک معتقد بود که پاداش و تنبیه **واکنش‌های پیشین** را تقویت یا تضعیف می‌کند در حالی که فروید ادعا می‌کند انتظار لذت و آزردهی، **واکنش‌های بعدی** را تعیین می‌کنند. در مفهوم ارائه‌شده توسط ثرن‌دایک فرآیندهای عالی ذهنی دخالت ندارند و به جای آن مجاورت زمانی بین محرک - پاسخ همراه یک تقویت‌کننده (پاداش) اهمیت دارد که سبب ایجاد یک پیوند مکانیکی انعطاف‌ناپذیر می‌شود. ثرن‌دایک همانند پاولف می‌دانست که حیوان سیر هیچ گونه واکنشی را یاد نمی‌گیرد، ولی در نظام خویش به یکپارچگی اصول انگیزشی توجهی نکرد. به طور کلی، می‌توان گفت که قبل از **حال**، قوانین یادگیری با قوانین تجربی رفتار مترادف بوده و رفتار عبارت از مجاورت محرک - پاسخ بود. حال تحت تأثیر ثرن‌دایک مطرح کرد که تقویت وسیله‌ی ربط در ایجاد و تثبیت پیوند محرک - پاسخ است.

(سراسری ۸۴)

کله مثال ۱۹: «قانون ثرن‌دایک» را روان‌شناسان چگونه توصیف کرده‌اند؟

(۱) لذت‌طلبی مرتبط با گذشته

(۲) لذت‌طلبی مرتبط با آینده

(۳) نتیجه فرآیندهای عالی ذهن

(۴) نتیجه نهایی شرطی‌سازی کلاسیک

پاسخ: گزینه «۱» طبق قانون اثر (قانون ثرن‌دایک)، اگر در حضور یک محرک، رفتاری انجام گیرد و به نتیجه مطلوبی برسد، آن رفتار آموخته می‌شود، یعنی بار دیگر که آن محرک ظاهر گردد پاسخ به آن داده خواهد شد. به سخن دیگر می‌توان گفت که در نتیجه رفتار مطلوب، پیوند بین محرک و پاسخ نیرومند می‌شود. در این فرآیند، ارگانیسم در گذشته در پی یک رفتار خاص، تقویت‌کننده‌ای دریافت کرده که برای او لذت‌بخش بوده و در نتیجه احتمال افزایش نرخ رفتار مورد نظر وجود دارد.

(سراسری ۹۲)

کله مثال ۲۰: فاصله مدت‌زمان اولین رویارویی فرد با محرک تا زمان ارائه پاسخ چه نامیده می‌شود؟

(۱) تلاش

(۲) انتخاب

(۳) نهفتگی

(۴) پایداری

پاسخ: گزینه «۳» در نظریه یادگیری حال، فاصله مدت‌زمان اولین رویارویی فرد با محرک تا زمان ارائه پاسخ را نهفتگی می‌نامند.

(سراسری ۸۵)

کله مثال ۲۱: به موجب فرضیه پالایش، مشاهده برنامه‌های خشونت‌آمیز موجب کدام می‌گردد؟

(۱) تقویت خودمهارگری

(۲) افزایش گرایش‌های پرخاشگری

(۳) کاهش گرایش‌های پرخاشگری

(۴) آموزش راهبردهای پرخاشگری

پاسخ: گزینه «۳» اصل پالایش بیان می‌کند که مشاهده تظاهرات انگیزشی در دیگران سبب کاهش انگیزه مشاهده‌گر می‌شود. به‌عنوان نمونه مشاهده گل زدن، تمایل فوتبالیست به گل زدن را کاهش می‌دهد یا مشاهده برنامه‌های خشونت‌آمیز باعث کاهش تمایل فرد به پرخاشگری می‌شود. فروید نیز قبل از ارسطو به این اصل باور داشته است.

(سراسری ۹۱)

کله مثال ۲۲: کشاننده ثانوی در نظریه حال با کدام نظریه هماهنگی دارد؟

(۱) یادگیری اجتماعی

(۲) شرطی کلاسیک

(۳) ناهماهنگی شناختی

(۴) توازن شناختی

پاسخ: گزینه «۲» بسیاری از رفتارهای انسان ضرورتاً بر اثر فقدان غذا، آب یا محرک‌های دردآور به وجود نمی‌آید، به عبارت دیگر رفتارها در غیاب حالات نیاز اولیه نیز ممکن است ظاهر شوند. رفتار بستگی به حالات کشاننده‌ای دارد و به همین دلیل حال بیش از پیش به نقش کشاننده‌های ثانوی یا اکتسابی تأکید داشت. میلر در آزمایش‌های اساسی خود از ترس به عنوان کشاننده ثانوی (اکتسابی) نام برده است که با نظریه شرطی شدن کلاسیک پاولف در زمینه کنش‌های هیجانی یاد گرفته‌شده هماهنگی دارد.

(سراسری ۸۹)

کله مثال ۲۳: کدام نیاز جزء نیازهای روان‌شناختی ارگانیزمی (فطری) نیست؟

(۱) پیوندجویی

(۲) خودمختاری

(۳) شایستگی

(۴) ارتباط

پاسخ: گزینه «۱» نیازهای فیزیولوژیکی شامل نیاز به غذا، آب و نیاز جنسی می‌باشد و نیازهای اجتماعی شامل نیاز به پیشرفت، قدرت، پیوندجویی و صمیمیت می‌باشد.

درسنامه (۲): کشاننده‌ها



کشاننده‌ها فقط رفتارهای بازتابی را پدید نمی‌آورند بلکه بیشتر آن‌ها نشان‌دهنده امیال و آرزوها هستند. کشاننده می‌تواند به عنوان یک معیار فعالیت باشد که زیر نفوذ روان قرار دارد. از دیدگاه فروید کشاننده‌ها منبع انرژی پویای درونی هستند و هدف آن‌ها ارضای غرایز است. فروید کشاننده‌ها (غرایز) را به دو دسته تقسیم کرد:

- ۱- کشاننده‌هایی برای بقای فرد یا جاندار (کشاننده‌های بقای نفس) مانند گرسنگی و تشنگی.
 - ۲- کشاننده‌هایی برای بقای نسل (که این کشاننده‌ها بیشتر موجب لذت می‌شوند) مانند کشاننده‌های جنسی.
- فروید بعد از تقسیم‌بندی، به این نتیجه رسید که کشاننده بقای فرد و نسل را نمی‌توان از هم جدا کرد و هر دو در یک دسته قرار می‌گیرند که با هم تعامل دارند پس دو دسته دیگر کشاننده‌ها را مطرح کرد:
- ۱- **کشاننده حیات** (که مربوط به بقای نسل و فرد بود).

۲- **کشاننده مرگ** که باعث می‌شود انسان‌ها واکنش‌های نامطلوب خود را تکرار کنند و این مسأله در پدیده انتقال و گرایش تکرارپذیری بازی در کودک مشاهده می‌شود. مانند کودکی که دوست دارد عروسکش پنهان شود، گریه کند و دوباره عروسک را بخواند. او با دیدن عروسک می‌خندد و دوباره این بازی را می‌خواهد؛ یعنی مانند کودکان که با عروسک‌های خود بازی مخفی کردن انجام می‌دهند، این کار را به صورت مکرر تکرار می‌کند. علت اینکه کودک می‌خواهد عروسک مخفی شود همان کشاننده مرگ است.

کشاننده مرگ باعث می‌شود که ارگانیسم یک سری تجربیات قبلی داشته باشد و به هدف این تجربیات هم رسیده باشد ولی دوباره یک دوره بدون تحریک را سپری کند و در این دوره بدون تحریک، فرد به دنبال یک تحریک جدید می‌گردد. این موضوع از اصل تعادل حیاتی نشأت می‌گیرد. براساس کشاننده مرگ، ما خود تعادل حیاتی خود را برهم می‌زنیم و از دوباره برقرار شدن آن لذت می‌بریم.

نکته ۸: در نهایت، هدف تمام تلاش‌های آدمی رسیدن به بی‌نیازی است؛ یعنی هدف تمام زندگی، مرگ است زیرا حالتی است که هیچ سابق و نیازی وجود ندارد.

اصلی‌ترین کشاننده‌ای که فروید برای **کشاننده حیات** به کار برد **غریزه جنسی** بود که موجب بقای فرد و بقای نسل می‌شود. اصلی‌ترین **کشاننده مرگ** که فروید به کار برد **کشاننده پرخاشگری** است. طبق نظریه فروید کشاننده‌ها مستقل و وادارکننده هستند (یعنی کشاننده‌ها هستند که ما را کنترل می‌کنند). یعنی افراد نمی‌توانند به ضرر یا به نفع کشاننده تصمیم بگیرند. ما نمی‌توانیم آن‌ها را حذف کنیم و در اختیار آن‌ها هستیم. کشاننده‌ها **پرخه‌ای** هستند، به این معنا که شدت کشاننده‌ها پس از رسیدن به هدف، کم می‌شود و پس از گذشتن از زمان و دوری از هدف دوباره بر شدت آن‌ها افزوده می‌شود.

قبل از حال، برای توضیح پاره‌ای از پدیده‌ها از سازه‌های انگیزشی استفاده می‌شد که با دیدگاه‌های صاحب نظران یادگیری متفاوت بود. نوع رفتاری که برای توضیح سازه‌های انگیزشی در نظر می‌گرفتند، **واکنش‌های غریزی** بود که جلوه آشکار **نیازهای درونی** تلقی می‌شد. برخی از روانشناسان، کشاننده را جانشین غریزه کرده‌اند. آن‌ها به استفاده زیاد از واژه غریزه به شدت انتقاد می‌کردند به طوری که این واژه را غریزی می‌دانستند.

کاربرد کشاننده را در روانشناسی تجربی به وودورث نسبت می‌دهند. او این مفهوم را از مفهوم نیرو محرکه گرفته است که در فلسفه و اخلاق قرن ۱۸ استفاده می‌شد. در همین راستا، آزمایش **ریشتر (Richter)** (۱۹۲۷) نشان می‌دهد که **محرومیت** با سطح فعالیت عمومی رابطه دارد؛ بدین معنی که هر چه شدت محرومیت بیشتر باشد، به همان اندازه فعالیت موجود زنده افزایش می‌یابد، تا این که در نهایت به سبب کمبود مواد غذایی، ضعف بر ارگانیسم حاکم می‌شود. طبیعتاً افزایش فعالیت حیوان محروم، شانس او را برای به دست آوردن غذا افزایش می‌دهد.

کشاننده‌ها مؤلفه‌های انگیزشی نیازهای فیزیولوژیک هستند. حال در گسترش نظریه خویش شدیداً تحت تأثیر ارزش بقا یا قانون بقای داروین قرار گرفت. به عقیده **کشاننده‌ها** به عنوان مخرج مشترک تمام انگیزه‌های نخستین مطرح می‌شوند. از نظر **حال نیاز فیزیولوژیک** معمولاً قبل از رفتار موجود زنده پیش می‌آید و آن رفتار را همراهی می‌کند.

به لحاظ همین ویژگی انگیزشی حالت نیاز، فرض می‌شود که کشاننده‌های نخستین در حیوان پدید می‌آیند. از جمله **کشاننده‌های نخستین** می‌توان نیاز به انواع مختلف مواد غذایی، آب، هوا، اجتناب از آسیب بافتی (درد)، حفظ درجه حرارت مطلوب بدن، عمل دفع، استراحت (به هنگام فعالیت طولانی)، خواب (به هنگام بیداری طولانی) و نیاز به فعالیت را نام برد. مفهوم **حال** در مورد نیاز و کشاننده را می‌توان به این ترتیب بیان کرد:

عمل از پیش انجام شده ← (مانند محرومیت، شوک) **نیاز** ← (اندازه نیروبخش) **کشاننده**

حال که شدیداً تحت تأثیر مفهوم **ارزش بقا (survival value)** داروین قرار گرفته بود، اظهار داشت که کشاننده، یک سازه قابل اندازه‌گیری نیروبخش غیراختصاصی است.

نکته ۹: غریزه، مبهم و غیرقابل کمی شدن بود، در حالی که کشاننده روشن‌تر و کمی‌تر است.

از سوی دیگر، **پاولف** و **ثرندایک**، به این واقعیت پی برده بودند که در حیوان آزمایشی سیر، یک محرک همخوان واکنش، موجب بروز رفتار نمی‌شود. حال با توجه به این واقعیت پذیرفت که پیوند محرک - پاسخ (عادت) گرچه جهت رفتار را مشخص می‌کند، اما انرژی لازم برای رفتار را در اختیار نمی‌گذارد. به این ترتیب، عادت یادگرفته‌شده قبلی، هنگامی فعال می‌شود که یک حالت نیاز ارضاننده وجود داشته باشد، در نتیجه کشاننده به عنوان منبع انرژی غیرجهت‌دار شناخته شده و همیشه حالت نیاز دلخواه آن پیوند محرک - پاسخ یا عادت را فعال می‌سازد که در سلسله‌مراتب عادت موجود زنده بالاترین مرتبه را داشته باشد و به عبارتی، در هر موقعیت بارز باشد. توجه به این نکته ضروری است که یک کشاننده، لزوماً نباید به رفتار فعال منجر شود. حال رابطه بین تعیین‌کنندگان انرژی‌دهنده (کشاننده) و جهت‌دهنده (عادت) رفتار را مضربی می‌داند.

$$\text{نیروی عادت} \times \text{نیرومندی کشاننده} = \text{نیرومندی گرایش رفتار}$$

$$(\text{عادت}) \times (\text{کشاننده}) = (\text{رفتار})$$

کله مثال ۲۴: وجود کشاننده ثانوی با آزمایش کدام محقق اثبات گردید؟ (سراسری ۹۶)

- (۱) میلر (۲) پرین (۳) کرسیبی (۴) تولمن

پاسخ: گزینه «۱» کشاننده‌ها مؤلفه‌های انگیزشی نیاز فیزیولوژیکی محسوب شده، در اثر عدم تعادل فیزیولوژیکی ایجاد می‌شوند و رفتاری را برمی‌انگیزند که موجود زنده را به حالت تعادل باز می‌گرداند. روشن است که بسیاری از رفتارهای انسان ضرورتاً بر اثر فقدان غذا، آب یا محرک‌های درآور وجود نمی‌آید؛ موقعیت‌هایی که با کشاننده اولیه تداعی می‌شوند خود می‌توانند به عنوان کشاننده عمل کنند و چنین موقعیت‌های یادگرفته و تداعی‌شده‌ای نیروی انگیزشی پیدا می‌کنند. مفهوم کشاننده اکتسابی در واقع از آزمایش‌های مربوط به ترس مطرح شد. گرچه آزمایش‌هایی که رفتار نزدیکی را براساس کشاننده‌های ثانوی توضیح می‌دهند، موفقیت‌آمیز نبوده است، اما اهمیت مفهوم کشاننده ثانوی را برای تحقیق در زمینه شرطی‌سازی ترس و رفتارهای اجتنابی نشان دادند. آزمایش‌های اساسی در زمینه مطالعات مربوط به ترس به عنوان کشاننده ثانوی (اکتسابی) توسط میلر صورت گرفت.

کله مثال ۲۵: تکرار تجربیات نامطبوع، مبین فعالیت کدام کشاننده است؟ (سراسری ۹۵)

- (۱) جنسی (۲) حیات (۳) مرگ (۴) ثانوی

پاسخ: گزینه «۳» فروید عقیده دارد که در کنار انرژی لیبیدویی یا کشاننده‌ی حیات، کشاننده مرگ نیز وجود دارد. او در اثر مشاهده بازی کودکان دریافت که در کودک گرایش تکرارناپذیری بازی وجود دارد، خصوصاً در بازی‌هایی که کودکان اشیاء را مخفی می‌کنند و دوباره بازی‌گردانند. محتوای این نوع بازی‌ها دلالت بر تکرار پیشامد نامطبوع (مخفی شدن موضوع عشق) دارد. برداشت فروید این است که کودکان در اثر تکرار مشاهده و تحمل پیشامدهای دردناک و تلاش برای کنترل آن‌ها، در نهایت یاد می‌گیرند که بر محیط خویش فائق آیند. وی تکرار پیشامدهای رؤیا را هنگام خواب دیدن همین گونه گزارش می‌کند. همچنین او معتقد است که در پدیده انتقال، تجربیات نامطبوع گذشته مجدداً تجربه می‌شوند.

کله مثال ۲۶: حالات انگیزشی تحت تأثیر دو منبع ایجاد می‌شوند: یکی عوامل سابق و دیگری عوامل مشوق. در این رابطه، کدام عبارت زیر درست‌تر است؟

(سراسری ۸۳)

- (۱) عوامل سابق، جنبه برونی دارند. (۲) عوامل سابق، جنبه درونی دارند.
(۳) عوامل مشوق، جنبه درونی دارند. (۴) عوامل سابق و مشوق، هر دو جنبه درونی دارند.
- پاسخ:** گزینه «۲» حالات انگیزشی تحت تأثیر دو منبع ایجاد می‌شوند: سابق و مشوق؛ سابق جنبه درونی داشته و مشوق جنبه بیرونی دارد.

کله مثال ۲۷: کدام مورد، بیانگر کاهش شدت بازتاب جهت‌یابی به هنگام ارائه تکراری همان محرک است؟ (سراسری ۹۶)

- (۱) خاموشی (۲) خوگیری (۳) جستجو (۴) سازش

پاسخ: گزینه «۲» پاولف واکنش‌های توجه و هشیاری را به یک محرک تازه نخستین واکنش کنجکاوای تلقی می‌کند. وی بازتاب جهت‌یابی را اساس کنجکاوای هوشمندانه در انسان عنوان می‌کند. یکی از ویژگی‌های بازتاب جهت‌یابی این است که با تکرار محرک خوگیری حاصل می‌شود. خوگیری به معنای کاهش شدت بازتاب جهت‌یابی پس از ارائه تکراری همان محرک تلقی می‌گردد. در حالی که سازش به معنای افزایش آستانه تحریک یک دستگاه حسی در ارائه مداوم محرک است و خاموشی به معنای کاهش شدت واکنش رفتار یادگرفته‌شده با شرطی شدن کلاسیک و وسیله‌ای است.



مدرسان شریف

فصل بیست و دوم

«نظریه‌های اجتماعی و نقش فرهنگ در هیجان»

درسنامه (۱): نظریه‌های اجتماعی در هیجان



دیگران نه تنها باعث می‌شوند که هیجان‌ها در ما ایجاد شوند، بلکه به طور غیرمستقیم، از طریق **اشاعه‌ی هیجان** نیز بر ما تأثیر می‌گذارند. اشاعه هیجان عبارت است از: «گرایش به تقلید کردن خودکار از دیگران و هماهنگ کردن جلوه‌ها، آواگری‌ها، حرکات بدن با آن‌ها و در نتیجه، دستخوش هیجان شدن.» سه موضوع تقلید، بازخورد و اشاعه، توضیح می‌دهند که چگونه تعامل اجتماعی و هیجان‌های دیگران، هیجان‌هایی را در ما ایجاد می‌کنند: تقلید: افراد هنگام گفتگو، به طور خودکار از جلوه‌های صورت، صداها، حرکات بدن و رفتارهای مفید دیگران تقلید می‌کنند و حرکاتشان را با آن‌ها هماهنگ می‌کنند. بازخورد: تجربه هیجان، لحظه به لحظه تحت تأثیر بازخورد ناشی از صورت، صدا و حرکت دیگران قرار دارد. اشاعه: در نتیجه، افراد گرایش دارند هیجان‌های دیگران را جذب کنند.

نکته ۱: زبان هیجان، غیرکلامی است، روابط غیرکلامی (هیجانی) یک معانی ضمنی برای تعامل اجتماعی فراهم می‌کند.

نظریه دیویتز

دیویتز نظریه خود را در جواب به این سؤال مطرح کرد که منظور شخصی که اظهار می‌دارد یک نفر شاد، عصبانی یا ناراحت است، چیست؟ در این نظریه، معنای هیجان‌های مختلف به تجربیات و استدلال‌هایی بستگی دارد که به واسطه‌ی زبان ارائه و پرداخت می‌شوند.

فرضیه‌های دیویتز

- ۱- هیجان به حوادث شخصی تجربه‌شده بستگی دارد (دیدگاه پدیدارشناختی و ذهنی).
 - ۲- هیجان در برگرفته‌ی حالات خاص برجسب‌خورده است، این برجسب‌ها به تجربه‌ای برمی‌گردد که با فرهنگ ارتباط مستقیم دارد.
 - ۳- زبان هیجان، بازگوکننده تجربیات است که تحت تأثیر ملاحظات زبان‌شناختی است. مردم در توصیف هیجان خود اشتباه می‌کنند و در حقیقت یاد می‌گیرند که براساس موقعیت‌ها به هیجان‌ها برجسب بزنند.
 - ۴- تعریف حالات هیجانی در دوازده دسته قرار می‌گیرد که می‌توان آن‌ها را در چهار بُعد فعال‌سازی، به هم پیوستگی، شدت لذت و صلاحیت تجربیات هیجانی خلاصه کرد.
 - ۵- برجسب‌های هیجانی به تجربیات بستگی دارد.
 - ۶- حالات هیجانی از محرک‌هایی ناشی می‌شوند که از نظر روان‌شناختی به چهار بعد معانی هیجانی مربوط می‌شوند.
- نکته ۲:** نظریه دیویتز نقش مهمی در روانشناسی اجتماعی دارد.

نظریه کردارشناسی

نظریه کردارشناسی از نظریه داروین الهام گرفته است. رفتارهای بیانگر، بیشتر توسط رفتارهای دیگری به وجود می‌آیند که با فعالیت و برپایی زیستی مکرر همراه شده‌اند. بحث‌های کردارشناسی، این مطلب را آشکار می‌کند که در تغییر و تحول، حرکات بیانگر چهره‌ای، آداب و رسوم و باورهای فرهنگی نقش مهمی دارند.

نقش جلوه‌های هیجانی در تعامل اجتماعی

جلوه‌های هیجانی بر نحوه‌ی تعامل افراد تأثیر می‌گذارند، به طوری که جلوه هیجانی یک نفر می‌تواند موجب واکنش‌های رفتاری گزینشی در نفر دوم شود. جلوه هیجانی به صورت غیرکلامی به دیگران می‌رساند که رفتار قریب‌الوقوع احتمالی فرد، چه خواهد بود.

هیجان‌ها در رابطه با تعامل اجتماعی، چندین وظیفه دارند که وظایف اطلاع‌رسانی (من این‌گونه احساس می‌کنم)، هشداردهنده (این کاری است که می‌خواهم انجام دهم) و دستوردهنده (این کاری است که از شما می‌خواهم انجام دهید) از آن جمله هستند. جلوه‌های هیجانی به این طریق، مشوق‌های اجتماعی (لبخند شادی)، بازدارنده‌های اجتماعی (چهره خشمگین) و پیام‌های غیرکلامی (چهره شرمنده) را انتقال می‌دهند که تعامل‌های اجتماعی را آسان و هماهنگ می‌کنند.

قوانین هیجان فریحا:

۱- **قانون مفهوم موقعیت:** موقعیت‌های گوناگون باعث هیجان‌های مختلف می‌شوند؛ به نظر می‌رسد که پیش‌بینی‌ناپذیری و کنترل‌ناپذیری، بخش‌های اصلی این قانون باشند.

۲- **قانون ارتباط:** هیجان‌ها ناشی از پاسخ به وقایع مهمی است که برای اهداف فرد، انگیزه‌ها و ارتباطات فرد، مهم است؛ هیجان‌ها از تعامل مفاهیم موقعیتی و ارتباطات به وجود می‌آیند.

۳- **قانون واقعیت آشکار:** هیجان‌ها بر اساس واقعیت عینی پدید نمی‌آیند، بلکه تجربیات فاعلی ما از آن واقعیت، سبب بروز پاسخ هیجانی می‌شود.

۴- **قوانین تغییر، عادت‌یافتگی و احساس تطبیقی:** هیجان‌ها بر اساس تغییر شرایط خارجی، مقایسه برخی چهارچوب‌ها و مرجع‌ها فراخوانده می‌شوند.

۵- **قانون نافرینگی لذت‌طلبی:** اثر لذت به آرامی تحلیل رفته، از بین می‌رود، در حالی که اثر درد باقی می‌ماند و این امر سبب فرآیندهای خودتخریبی و دفاع از خود می‌شود.

۶- **قانون بقای نیروی هیجانی:** گذشت زمان سبب التیام ناراحتی‌ها نمی‌شود. اگرچه ارائه شناخت‌های دائم می‌تواند مؤثر باشد، برخی تجربیات آسیب‌دیدگی مانند از دست دادن فرزند، ممکن است همواره مقداری از نیروی هیجانی خود را حفظ کند.

۷- **قانون بستگی:** طبق این قانون، هیجان‌ها نسبی و ارادی نیستند، همچنین آن‌ها مانع توجه فرد به دیگر مسائل می‌شوند. قانون بستگی، بیشتر تعیین‌کننده عمل فرد است تا استدلال منطقی وی. این امر بیانگر آن است که چرا مردم از مواجهه با موقعیت‌های دردناک و حتی دیدن تصاویر آن اجتناب می‌کنند.

۸- **قانون مراقبت پیامدها:** قانون دیگری است که بر تأثیر کنترل فردی تأکید دارد و به عنوان فرآیند جبرانی برای برقراری تعادل هیجان، ضروری است.

۹- **قانون کمترین مسئولیت و بیشترین سودمندی:** این قانون دلالت بر نیاز به افزایش سودمندی هیجان و کاهش بار هیجانی دارد.

متغیرهای تعدیل‌کننده نیز در تعامل اجتماعی نقش مؤثری دارند. از جمله این متغیرها می‌توان به حالت هیجانی ارادی و غیرارادی اشاره کرد. بررسی‌ها نشان می‌دهد که هریک از این هیجان‌ها از نظام حرکتی متفاوتی در مغز ناشی می‌شوند. پاسخ‌های هیجانی غیرارادی، از طریق دستگاه خارج هرمی و پاسخ‌های هیجانی ارادی به وسیله دستگاه هرمی عمل می‌کنند. آسیب در منطقه دستگاه خارج هرمی سبب بروز پاسخ‌های غیرقابل کنترل خنده و گریه شده و در نتیجه یک حالت هیجانی نامناسب با موقعیت ایجاد می‌شود؛ ولی در حالت هیجانی ارادی، تغییری ایجاد نمی‌شود. برعکس، آسیب دستگاه هرمی موجب تغییر در جلوه هیجان ارادی می‌شود. با توجه به **نظام دوگانه کنترلی**، معلوم است که چرا گاهی علی‌رغم میل باطنی، هیجان‌های ما افشا می‌شوند.

ایزارد

جلوه‌های هیجانی، پیام‌های نیرومند و غیرکلامی هستند که احساسات ما را به دیگران انتقال می‌دهند. علاقه، شادی، غم، نفرت و خشم تقریباً ۱۰۰ درصد جلوه‌های صورت مبتنی بر هیجان را نشان می‌دهند که در بین فرهنگ‌های مختلف، مشابهت دارند.

از نظر ایزارد هیجان‌ها، وظایف اجتماعی هم دارند مانند:

۱- احساسات ما را به دیگران منتقل می‌کنند.

۲- بر نحوه تعامل ما با دیگران تأثیر می‌گذارند.

۳- به تعامل اجتماعی کمک می‌کنند.

۴- روابط را ایجاد، حفظ و قطع می‌کنند.

از نظر **مارو و راسل** جلوه‌های بنیادی هیجان و ارزیابی اساسی در فرهنگ‌ها مشترک‌اند، در حالی که در هیجان‌های مرکب (بداندیشی - جنون آدم‌کشی) و ارزیابی‌های مرکب (کنترل و پاسخ‌دهی) تفاوت معناداری بین فرهنگ‌ها مشاهده می‌گردد.

مثال ۱: در کدام یک از قوانین حاکم بر هیجان ارائه‌شده توسط فریحا هیجان‌ها نسبی و ارادی نبوده و مانع توجه فرد به دیگر مسائل می‌شوند؟

۱) قانون بقای نیروی هیجانی ۲) قانون بستگی ۳) قانون واقعیت آشکار ۴) قانون ارتباط

پاسخ: گزینه «۲» طبق قانون بستگی فریحا، هیجان‌ها نسبی و ارادی نیستند، همچنین آن‌ها مانع توجه فرد به دیگر مسائل می‌شوند.

مثال ۲: آسیب دستگاه هرمی چه تأثیری را در رابطه با هیجان‌ها به دنبال خواهد داشت؟

۱) تغییر در جلوه هیجان ارادی ۲) تغییر در ادراک هیجان‌ها ۳) تشدید هیجان‌ها ۴) تضعیف هیجان‌ها

پاسخ: گزینه «۱» آسیب دستگاه هرمی موجب تغییر در جلوه هیجان ارادی می‌شود.