

روان‌شناسی: تعریف و روش مورد مطالعه

۱



از دانش آموز انتظار می‌رود در پایان این درس بتواند:

- ۱ با ذکر نمونه‌هایی از کاربرد روان‌شناسی در امور زندگی فایده مطالعه روان‌شناسی را بیان کند.
- ۲ درخصوص یک موضوع علمی در روان‌شناسی یک فرضیه بسازد و از فرضیه خودش دفاع کند.
- ۳ درخصوص علمی بودن دانش روان‌شناسی دلایل و مستندات قابل قبول ارائه دهد.
- ۴ واژه رفتار را از واژه شناخت تفکیک کرده و وجوه تمایز آنها را بنویسد.
- ۵ با مطالعه روش‌های علوم تجربی (فیزیک و شیمی) و روش‌های مطالعه در روان‌شناسی محدودیت و دشواری‌های مطالعه روان‌شناسی را بیان کند.
- ۶ برای نقش مغز در فعالیت‌های شناختی دو نمونه از دلایل و شواهد عینی را گزارش کند.

## مقدمه

در پایه‌های قبل، چند کتاب مرتبط با حوزه روان‌شناسی را مطالعه کردید. در کتاب‌های «تفکر و پژوهش» پایه ششم دوره ابتدایی، «تفکر و سبک زندگی» پایه‌های هفتم و هشتم دوره اول متوسطه و «تفکر و سواد رسانه‌ای» دوره دوم متوسطه با مفاهیم مرتبط با علم روان‌شناسی به‌طور مختصر آشنا شدید. مطالب این کتاب با کتاب‌های مذکور، تفاوت بسیار دارد.

قبل از تعریف علم روان‌شناسی چند پرسش را طرح می‌کنیم:

- چرا هنگام مطالعه، حواسمان مدام پرت می‌شود؟
- چرا مطالعه با فاصله زمانی، بهتر از مطالعه بدون فاصله زمانی است؟
- عوامل مؤثر بر فراموشی چیست؟
- چرا یک فرد وقتی که در جمع قرار می‌گیرد متفاوت از سایر موقعیت‌ها عمل می‌کند؟

- افرادی که مکرر و بدون دلیل موجه تن به جراحی زیبایی می‌دهند، در زیبایی بدنشان نقص دارند یا تصور نادرستی از زیبایی دارند؟
- تماشای برنامه‌های خشونت‌آمیز رسانه‌ها چه تأثیری بر پرخاشگری کودکان دارد؟



## فعالیت ۱-۱

درباره علم روان‌شناسی چه سؤالاتی در ذهن شما مطرح است؟ چند نمونه از این سؤالات را ذکر کنید.

۱

۲

۳

پاسخ علمی به پرسش‌های بالا، در قلمرو علم روان‌شناسی می‌گنجد. برای بیان اهمیت ویژگی‌های روان‌شناختی در عملکرد انسان، توجه شما را به یک داستان فرضی جلب می‌کنیم:

## ○ فعالیت ۲-۱

فرض کنید در یک همایش علمی، هزار نفر از باتجربه‌ترین جراحان مغز و اعصاب دنیا، قصد گزینش ده نفر از بهترین جراحان را دارند. در این همایش هر یک از آنها تجربه و دانش خود را به دیگر همکاران عرضه می‌کند. در نهایت، بعد از مباحثه و مناظره فراوان، ده نفر برتر انتخاب می‌شوند. به نظر شما اگر دلایل موفقیت این ده نفر را از آنها پرسیم به چه میزان فقط به دانش پزشکی خودشان اشاره می‌کنند؟ آیا برتری و پیشرفت آنها فقط به دانش تخصصی‌شان مربوط است؟ پاسخ‌های خود را با پاسخ دیگر همکلاسی‌ها مقایسه کنید.



همچنان که در پاسخ به فعالیت ۲-۱ مشاهده کردید پاسخ به این پرسش‌ها منفی است. به‌طور قطع عوامل دیگری چون چگونگی مطالعه، سبک یادگیری، میل به پیشرفت، ویژگی‌های شخصیتی، قدرت اراده و سخت‌کوشی، سبک تربیتی والدین، نظم در امور، علاقه به کار و ده‌ها عامل دیگر در برتر شدن در جراحی مغز و اعصاب مؤثر بوده است. پاسخ دقیق به چنین پرسش‌هایی دغدغه روان‌شناسان است.

هر فردی می‌تواند به این پرسش‌ها پاسخ دهد، اما پاسخ‌های دقیق و معتبر با ارزش است. برای آگاهی از درستی یا نادرستی پاسخ دیگران، باید آنها را با واقعیت‌های تأیید شده علم روان‌شناسی مطابقت دهیم. در صورت ناهمخوانی، پاسخ، پذیرفته نیست. روش دیگر اینکه اگر با پاسخی مواجه شدیم که دانشی از آن وجود نداشت باید آن پاسخ با روش‌های علمی قابل بررسی باشد تا صحت آن تأیید شود.

روان‌شناسی، با پرسش‌های بسیاری مواجه است. پاسخگویی به آنها دانش و پژوهش روزافزونی را می‌طلبد. افراد غیرمتخصص به این پرسش‌ها، پاسخ‌های عامیانه می‌دهند و به تدریج دیدگاه شخصی خود را باور کرده، تبعیت دیگران را می‌طلبند.

با تأمل و اندیشه در رفتار خود و دیگران، با کمک دوستانتان به چند نمونه از باورهای غیرعلمی اشاره کنید؛ مانند:

● عدد ۱۳ نحس است.

●

●

●

●

### علم چیست؟

در زبان فارسی از واژه «علم<sup>۱</sup>» استفاده زیادی می‌شود. منظور از علم در اینجا، علم تجربی است که از روش‌ها و ابزارهای دقیق و قابل اندازه‌گیری استفاده می‌کنند و یکی از اقسام علوم بشری است.

در علوم تجربی، با کمک مشاهده و سایر روش‌های عینی، نمادهایی همچون واژگان و اعداد، با قضایا (فرضیه، نظریه و ...) مطابقت داده می‌شود. علوم با نمادها سر و کار دارد. نماد، هرچیزی است که جایگزین چیز دیگری می‌شود؛ مثلاً مفهوم «کتاب» یک نماد است؛ زیرا همه ما به جای اینکه به ویژگی‌های مختلف کتاب همچون شکل، اندازه، رنگ و ماهیت آن اشاره کنیم، فقط با کمک واژه «کتاب» منظور خود را منتقل می‌کنیم.

واژه گزاره<sup>۲</sup> به یک بیان علمی اشاره دارد. در تعریف علم تجربی، برخی از گزاره‌ها اهمیت زیادی دارد؛ مانند مسئله، فرضیه و نظریه. فرضیه، جمله‌ای خبری است که به صورت خردمندانه‌ای در پاسخ به سؤال طرح می‌شود. خردمندانه بودن محتوای یک جمله خبری به این معناست که نه براساس شانس و تصادف، بلکه مبتنی بر دانش و تجربه است. رابطه بین مسئله و فرضیه، رابطه دو سویه است: فرضیه می‌تواند از یک سو در پاسخ به سؤال بیاید و از سوی دیگر نتایج بررسی آن ممکن است پرسش‌هایی را به دنبال داشته باشد. فرضیه، در صورت تأیید، به قانون یا اصل تبدیل می‌شود. در نمودار صفحه بعد روند تکاملی گزاره‌های اشاره شده آمده است.

## سلسله مراتب گزاره‌های علمی

## فعالیت ۱-۴

به نظر شما بین مسئله، فرضیه، قانون و نظریه علمی چه ارتباطی وجود دارد؟ به صورت گروهی بحث کنید و نتیجه را به کلاس گزارش دهید.



مجموعه‌ای از قوانین علمی، نظریه را شکل می‌دهند. به این سؤال توجه کنید: «گذشت زمان بر پایداری حافظه چه تأثیری دارد؟» همه ما می‌دانیم گذشت زمان و استفاده نکردن از مطالبی که وارد حافظه شده است، دوام آنها را کم‌رنگ می‌کند. با توجه به این تجربیات، پاسخ خردمندانه‌ای به سؤال فوق می‌دهیم:

— گذشت زمان باعث تضعیف حافظه می‌شود.

بیان فوق، «فرضیه<sup>۱</sup>» نام دارد. هرچند احتمال تأیید شدن فرضیه‌ها بیشتر از تأیید نشدن آن است، اما همه فرضیه‌ها باید به درستی بررسی شوند. یکی از روش‌های بررسی فرضیه‌ها، روش علمی است که در همین فصل به آن اشاره می‌شود.

همه علوم، با نظریه‌ها سروکار دارند. در روان‌شناسی نیز نظریه‌های زیادی وجود دارد؛ مثلاً مفهوم «یادگیری<sup>۲</sup>» و چگونگی آن با نظریه‌های متعددی تبیین می‌شود.

نظریه‌های علوم تجربی را براساس «سودمندی» و «کاربردپذیری» آن می‌سنجند. نظریه‌ها دارای دو سطح صوری و تجربی هستند. سطح صوری یک نظریه، ساختار ظاهری و نحوه نگارش آن است. منظور از سطح تجربی، تجربه‌پذیری و پژوهش‌پذیری آن است.

همه نظریه‌های علمی در دو سطح مذکور به یک اندازه رشد نکردند؛ زیرا ساختار صوری برخی نظریه‌ها در زمان ارائه، قابل بررسی تجربی نیست. این موضوع در همه علوم مشهود است؛ چنان‌که در روان‌شناسی هم برخی نظریه‌ها، پشتوانه تجربی قوی ندارند.

با توجه به تعریفی که از علم ارائه شده است، روان‌شناسی نیز مانند بسیاری از علوم تجربی، باید در این چارچوب بررسی شود.

## علوم تجربی چه هدف‌هایی را دنبال می‌کند؟

هدف علم روان‌شناسی همانند سایر علوم تجربی، توصیف، تبیین، پیش‌بینی و کنترل موضوع پژوهش است.



منظور از «توصیف»<sup>۱</sup>، بیان دقیق و روشن مفهوم مورد نظر است؛ مثلاً در مثال مربوط به حافظه، آیا کسی که سخنور خوبی است، حافظه خوبی هم خواهد داشت؟ قطعاً سخنوری معادل داشتن حافظه عالی نیست. نمونه دیگر توصیف یک مفهوم، بیان دقیق مفهوم «جرم» در فیزیک است. یک فیزیک‌دان ابتدا به توصیف دقیق این واژه و تفاوت آن با مفاهیمی همچون وزن می‌پردازد. نمونه دیگر توصیف علمی، تعریف «هوش» است. آیا هوش فرد سختکوش و با پشتکار، بالاتر از متوسط افراد جامعه است؟ توصیف افراد عادی و روان‌شناسان از این پدیده‌ها با یکدیگر متفاوت است. روان‌شناسان در توصیف پدیده‌ها دقیق‌اند و سعی می‌کنند تحت تأثیر پیش‌داوری شخصی قرار نگیرند.

هدف دیگر علم روان‌شناسی «تبیین»<sup>۲</sup> موضوع است. واژه «تبیین»، به بیان چرایی آن پدیده اشاره دارد در حالی که واژه «توصیف» به چپستی مربوط می‌شود. در روان‌شناسی تجربی سعی می‌شود مهم‌ترین علل بروز پدیده، مطالعه شود. وجود بسیاری از پدیده‌های روان‌شناختی تابع علت‌های زیادی است. موفقیت در رسیدن به «پیش‌بینی»<sup>۳</sup> و کنترل<sup>۴</sup> به چگونگی توصیف و تبیین پدیده مورد مطالعه بستگی دارد. روان‌شناسی، در مقایسه با سایر علوم تجربی، در توصیف و تبیین پدیده‌ها با دشواری‌های زیادی روبه‌روست. مهم‌ترین دلیل دشواری این است که پدیده‌های روان‌شناختی تحت تأثیر علت‌های زیادی هستند؛ در حالی که در علوم دیگر این‌گونه نیست. هدف نهایی همه علوم تجربی، پیش‌بینی و کنترل است. آن‌گونه که پیش‌بینی و کنترل در علوم دیگر سهل و روان است، در علم روان‌شناسی نیست.

۱\_ Description

۲\_ Explanation

۳\_ Prediction

۴\_ Control

## ○ فعالیت ۱-۵

- ۱ در گروه‌های دونفره به این دو جمله توجه کنید و بگویید کدام، توصیف و کدام، تبیین است؟ چرا؟
- حافظه یعنی قدرت یادآوری و بازشناسی خاطرات گذشته.
  - تکرار به موقع خاطرات موجب تحکیم حافظه می‌شود.
- ۲ به مثال‌های زیر توجه کنید و بگویید تبیین کدام یک آسان‌تر است؟ چرا؟
- گرما باعث انبساط فلز می‌شود.
  - امید به آینده، انگیزه پیشرفت را افزایش می‌دهد.

همچنان که در فعالیت ۱-۵ ملاحظه می‌کنید در فیزیک، پیش‌بینی انبساط فلز به وسیله گرما امر دشواری نیست. در حالی که پیش‌بینی انگیزه پیشرفت، به مراتب، دشوارتر است؛ چون تحت تأثیر عوامل متعددی است که به راحتی نمی‌توان آنها را تبیین کرد. پیش‌بینی و کنترل موضوعی که توصیف و تبیین روشن‌تری داشته باشد، آسان‌تر است.

## ○ سؤال

چرا پیش‌بینی و کنترل پدیده‌های روان‌شناختی دشوارتر از مفاهیم فیزیکی است؟

## ○ منابع کسب شناخت

قبل از اینکه به بیان «روش علمی» بپردازیم، شایسته است به این نکته اشاره کنیم که انسان‌ها در پاسخ به سؤال و برای کسب شناخت، از منابع گوناگونی استفاده می‌کنند. فرض کنید از چهار نفر بپرسیم: آیا جهان نظم دارد؟ فرد اول با استناد به آیات الهی و سخن بزرگان دین پاسخ می‌دهد که جهان منظم و باقاعده است. فرد دوم با روش‌های عرفانی و برداشت درونی، به منظم بودن جهان شناخت پیدا می‌کند. فرد سوم با توجه به استدلال‌های منطقی و دلایل فلسفی جهان را قاعده‌مند می‌داند. فرد چهارم تلاش می‌کند با مثال‌های مختلف به این سؤال پاسخ دهد؛ مثلاً می‌گوید: اگر کره زمین چند کیلومتر دورتر یا نزدیک‌تر به خورشید می‌بود، امکان حیات در زمین وجود نمی‌داشت؛ بنابراین حتماً جهان هستی نظم و انضباط دارد. در این پاسخ‌ها به چهار منبع کسب شناخت اشاره شده است:





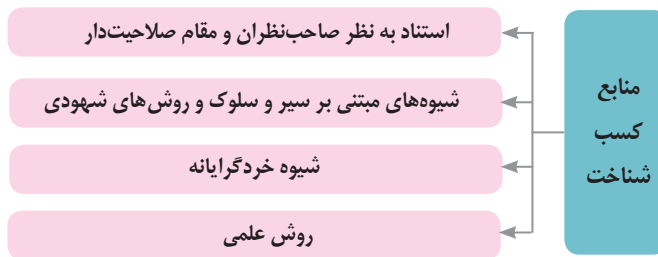
۱ استناد به نظر صاحب‌نظران و مقام صلاحیت‌دار. منظور از «صاحب‌نظران»، افراد متخصص و با تجربه است. اندیشمندان اسلامی برای کسب شناخت، به آیات الهی و سیره نبوی و تعالیم بزرگان دین مراجعه می‌کنند.

۲ شیوه‌های مبتنی بر سیر و سلوک و روش‌های شهودی. این روش مبتنی بر درک درونی است. روش‌هایی که عرفا برای کسب شناخت دارند در این مقوله قرار دارد. مهم‌ترین ویژگی این شیوه، شخصی و غیرقابل تعمیم بودن آن روش‌ها است.

۳ شیوه خردگرایانه. در این شیوه با کمک فلسفه و روش‌های مبتنی بر منطق، به حقیقت چیزی پی می‌برند. فیلسوفان از این روش استفاده می‌کنند.

۴ روش علمی. در این روش از روش‌های تجربی استفاده می‌شود. روش‌های علمی، عینی و قابل تکرار هستند.

**روش علمی:** روش علمی یکی از روش‌های کسب شناخت است. ممکن است در پاسخ به یک سؤال، چهار فرد با چهار روش ذکر شده به یک مقصد برسند، اما آنچه مهم است این است که هیچ‌یک نمی‌توانند بر درستی روش خویش و انکار روش‌های دیگران اصرار بورزند.



متأسفانه بسیاری از دانشمندان علوم تجربی در این زمینه دچار اشتباه می‌شوند. آنها بیش از حد به یافته‌های خود اعتماد می‌کنند و منابع دیگر کسب شناخت را نامعتبر می‌دانند؛ حال آنکه موضع آنها نسبت به سایر منابع شناخت باید «نمی‌دانم» باشد، نه اینکه بگویند: «نیست!».

مریم در یکی از کتاب‌های درسی با این مفهوم مهم مواجه شده است که «جهان دارای نظم است». او برای فهم این جمله مدتی است یکی از کتاب‌های شگفت‌انگیز درباره کهکشان‌ها و منظومه شمسی را مطالعه می‌کند. بعد از مطالعه به این نتیجه رسیده است که امکان ندارد اجزاء منظومه شمسی بدون قاعده در فضا قرار گیرند. مریم با استفاده از کدام یک از منابع شناخت به دانش جدید رسیده است؟



روان‌شناسان در آزمایشگاه‌ها پدیده‌ها را به دقت مطالعه می‌کنند.

از روش علمی تعاریف متنوعی در دسترس است. شاید کاربردی‌ترین تعریف روش علمی عبارت است از:

«فرایند جستجوی با قاعده و نظام‌دار برای مشخص کردن یک موقعیت نامعین». در این تعریف از چند واژه استفاده شده است: «فرایند»<sup>۱</sup> به جریان یک عمل اشاره دارد. وقتی از مبدأ به سوی مقصد در حال حرکت هستیم، جریان رسیدن به هدف را «فرایند» گویند. در روش علمی همواره به دنبال جستجوی چیزی هستیم. در جستجوی چیزی بودن باعث می‌شود تا روش علمی، هدفمند باشد. گاهی ممکن است، بدون هدف اقدامی صورت بگیرد؛ در این صورت اقدام محقق شده، به دلیل توجه نداشتن به هدف مشخص، نتیجه بخش نخواهد بود. واژه مهم دیگر، «نظام‌دار بودن»<sup>۲</sup> است. روش علمی تابع قواعد مشخصی است که به صورت

منظم طی می‌شود. مهم‌ترین تفاوت دانشمند با فرد عادی در این است که، هرچند هر دو با مسئله مواجه می‌شوند، اما مواجهه دانشمند، برخلاف فرد عادی، منظم و قاعده‌مند است. آخرین مفهوم در تعریف روش علمی، «موقعیت نامعین» است. دانشمند به دنبال ابهام‌زدایی و روشن‌سازی است. دانشمند با طرح مسئله، موقعیت ناشناخته را خلق می‌کند. به واسطه روش علمی، موقعیت ناشناخته روشن می‌شود. روشن‌سازی موقعیت نامعین همانند نور در شب تاریک است؛ هرچه بر شدت نور افزوده می‌شود، از مقدار تاریکی کاسته می‌شود.

## فعالیت ۱-۶

سعی کنید، با کمک دوستان خودتان، همانند مثال زیر مسئله‌ای را طرح و با استفاده از روش علمی، بهترین پاسخ (فرضیه) به آن مسئله را بررسی کنید.  
مثال:

مهم‌ترین علت افزایش دمای کره زمین چیست؟ (مسئله)  
گازهای گلخانه‌ای باعث افزایش دمای کره زمین شده است. (فرضیه)

● (مسئله) .....

● (فرضیه) .....

**ویژگی‌های روش علمی:** روش علمی، روش مورد نظر روان‌شناسان است. در روش علمی هر «متغیر<sup>۱</sup>» باید به طور دقیق بیان شود. به این ویژگی، «تعریف عملیاتی<sup>۲</sup>» می‌گویند. منظور از «تعریف عملیاتی» این است که در روش علمی متغیر مورد نظر باید به صورت عینی

و دقیق تعریف شود؛ به گونه‌ای که همه افراد با مطالعه تعریف متغیر مورد نظر، به برداشت یکسان و یا تقریباً یکسانی برسند. متغیر یعنی هر چیزی که تغییر می‌کند. متغیر در برابر «ثابت» است. نمره یک درس، مقادیر مختلفی از یک تا بیست را شامل می‌شود، پس یک متغیر است. تعریف عملیاتی باعث سهولت اندازه‌گیری می‌شود. اندازه‌گیری یعنی نسبت دادن عدد به ویژگی‌های اشیا و افراد. هرچه متغیر دقیق‌تر تعریف شود، اندازه‌گیری هم دقیق‌تر است.



۱\_ Variable

۲\_ Operational Defenition

به نظر شما تعریف عملیاتی کدام یک از واژگان زیر سخت تر است:



جرم، اتم، اضطراب، پیشرفت تحصیلی، کلسترول، تصمیم گیری، سوخت و ساز، استدلال، قضاوت، هورمون؟ ویژگی دیگر روش علمی، «تکرارپذیری» است. یافته‌های به دست آمده از روش علمی، خصوصی و شخصی نیست، بلکه هر فردی، در صورت رعایت ضوابط علمی، می‌تواند یافته‌های دیگران را تکرار کند. بسیاری از انسان‌ها با روش‌هایی منحصر به فرد، مسئله حل می‌کنند. هرچند این افراد ممکن است به نتیجه مورد نظر برسند، اما چون پاسخ آنها به وسیله دیگران قابل تکرار نیست، در مجموعه روش علمی قرار نمی‌گیرد. همانند طرح سؤال در ویژگی

پیشین روش علمی، در اینجا هم به بیان این پرسش می‌پردازیم که «آیا همه علوم به یک میزان دارای یافته‌های تکرارپذیر هستند؟» اگر فیزیک‌دان، یافته مربوط به تأثیر گرما بر انبساط فلز را بارها تکرار کند، آیا روان‌شناس هم می‌تواند این گونه عمل کند؟ در برخی موارد، روان‌شناسان نمی‌توانند به راحتی همانند فیزیک‌دانان عمل کنند. به دلیل رعایت مسائل اخلاقی و نیز پیچیدگی پژوهش‌های مربوط به انسان، روش علمی همواره با محدودیت‌هایی مواجه است. شاید به همین دلیل است که استفاده از روش علمی تاکنون نتوانسته است به همه پرسش‌های بشر امروز پاسخ دهد.

## تعریف روان‌شناسی

اگر از شما بپرسند در روان‌شناسی چه چیزی مطالعه می‌شود، شاید به تعداد افراد کلاس، تعریف ارائه شود. شگفت‌آور آن است که در بین روان‌شناسان هم، تعریف واحدی برای روان‌شناسی وجود ندارد. این موضوع تعجب‌آور نیست. گذشت زمان و پیشرفت دانش، باعث تغییر اطلاعات ما می‌شود؛ در نتیجه، از پدیده‌ها فهم دقیق‌تری خواهیم داشت. به علاوه، پدیده‌های جهان چنان پیچیده است که دانشمندان مجبورند از زوایای گوناگون به آن نگاه کنند. همین امر موجب پیدایش نظریه‌های مختلف می‌شود؛ بنابراین، دلیل اصلی وجود تعاریف مختلف در روان‌شناسی، گذر زمان و پیشرفت دانش از یک‌سو، و زاویه نگاه دانشمند از سوی دیگر است.

برخی، روان‌شناسی را علم مطالعه رفتار و تجارب انسانی می‌دانند. در آغاز قرن بیستم اکثر روان‌شناسان آن را مطالعه زندگی روانی، ذهن و هوشیاری می‌دانستند.

بسیاری عقیده دارند جامع‌ترین تعریف روان‌شناسی عبارت است از «علم مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی (شناخت)». به هر نوع فعالیت مورد مشاهده جاندار، «رفتار<sup>۱</sup>» می‌گویند. حرکت جمعی پرندگان، لانه‌سازی برخی حیوانات، راه رفتن انسان‌ها و بسیاری حرکات دیگر، نمونه‌هایی از رفتار است. مطالعه رفتار، محدود به انسان نیست، بلکه همه موجودات زنده را شامل می‌شود. واژه «فرایندهای ذهنی» نیز، به دلیل عدم مشاهده مستقیم بسیاری از رفتارها و تأکید بر



کنش‌های انسانی، در تعریف روان‌شناسی لحاظ شد. امروزه از فرایندهای ذهنی با واژه «شناخت<sup>۲</sup>» تعبیر می‌شود. در کتاب حاضر بر مفاهیم شناختی تأکید زیادی می‌شود؛ بنابراین، آن را جداگانه تعریف می‌کنیم.

## ○ فعالیت ۱-۷

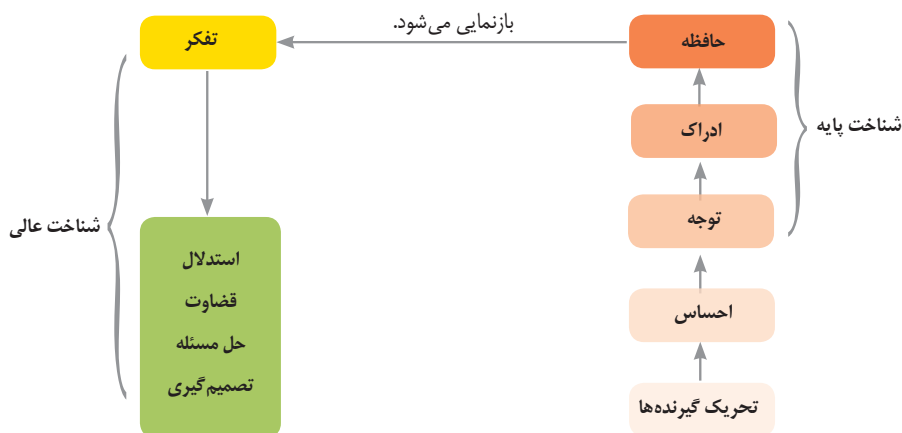
به مثال‌های زیر توجه کنید و بگویید کدام‌یک از آنها به صورت مستقیم (رفتار) و غیرمستقیم (شناخت) قابل مشاهده است:

- حسین با دیدن دوستش به سمت او می‌رود.
- فاطمه، با نگاه به آینده، به رشته تحصیلی دانشگاهی‌اش می‌اندیشد.
- کودکان حرکت مادران را با چشم ردیابی می‌کنند.
- تصاویر زیبایی معابر شهری، احساس خوشایندی به شهروندان می‌دهد.

## ○ شناخت چیست؟

روان‌شناسی نوین، در تبیین موضوعات مورد مطالعه، با واژه «شناخت» بسیار سروکار دارد. ما در این بخش از کتاب به صورت دقیق و سلسله‌مراتبی، شناخت را تعریف می‌کنیم. محیط ما لبریز از محرک‌های مختلف است. این محرک‌ها گیرنده‌های حسی همچون گوش و چشم را تحریک می‌کنند که به نتیجه آن احساس می‌گویند. به کمک «توجه<sup>۳</sup>»، یک یا چند محرک احساس شده را انتخاب می‌کنیم؛ سپس محرک انتخاب شده را تعبیر و تفسیر می‌کنیم.

به فرایند تفسیر محرک‌های انتخابی، «ادراک»<sup>۱</sup> گفته می‌شود. در مرحله بعد، تفسیرهای خود را در محفظه‌ای نگهداری می‌کنیم که به آن «حافظه»<sup>۲</sup> می‌گویند. اندیشمندان تمایل ندارند همانند لوح فشرده، حاوی اطلاعات خام باشند، بلکه سعی می‌کنند از اطلاعات موجود در حافظه، استنباط‌های زیادی داشته باشند؛ به عبارت دیگر سعی می‌کنند با بازنمایی آنچه در حافظه است به مراتب بالاتر شناخت دست یابند. فرایند بازنمایی اطلاعات موجود در حافظه، «تفکر»<sup>۳</sup> نام دارد. تفکر شامل استدلال، قضاوت، حل مسئله و تصمیم‌گیری است. با توجه به اهمیت موضوع حل مسئله و تصمیم‌گیری، این دو موضوع در فصل‌های ۵ و ۶ به تفصیل توضیح داده خواهد شد.



چگونگی شکل‌گیری سطوح مختلف شناخت

## فعالیت ۱-۸

با توجه به مراحل شکل‌گیری شناخت، تفکر به چه چیزی نیاز دارد؟ آیا فردی که حافظه قوی دارد، متفکر است؟

با توجه به شکل بالا می‌توان گفت که از توجه تا تصمیم‌گیری شناخت نامیده می‌شود. متخصصان به فرایندهایی همچون توجه، ادراک و حافظه، «شناخت پایه» و به انواع تفکر، «شناخت عالی» می‌گویند. هرچه از شناخت پایه به سوی شناخت عالی پیش می‌رویم، عمل

۱ - Perception

۲ - Memory

۳ - Thought

پردازش پیچیده‌تر می‌شود. پردازش به معنای دریافت و فهم بیشتر است. انسان‌ها در پردازش به یک شیوه عمل نمی‌کنند. برخی از پردازشگران، صرفاً بر ویژگی‌های حسی، همانند اندازه و شکل ظاهری محرک، تکیه دارند؛ نوع پردازش در چنین حالتی، «پردازش ادراکی<sup>۱</sup>» است. برخی دیگر سعی می‌کنند به ویژگی‌های مشترک محرک‌های مختلف دسترسی داشته باشند؛ به عبارت دیگر به مفهوم می‌رسند. نوع پردازش این قبیل افراد، «پردازش مفهومی<sup>۲</sup>» است. هرچه پردازش ما مفهومی‌تر باشد، شناخت شکل گرفته، پایدارتر و کارآمدتر خواهد بود. با توجه به شکل صفحه قبل عالی‌ترین مرتبه شناخت حل مسئله و تصمیم‌گیری است. حل مسئله و تصمیم‌گیری مبتنی بر پردازش مفهومی، کارآمدتر از تصمیم‌گیری مبتنی بر پردازش ادراکی است.

## ○ فعالیت ۱-۹

موقعیت زیر را مطالعه و نوع پردازش آن را مشخص کنید.  
سارا ۵ ساله و سپیده ۱۷ ساله با هم خواهند و به همراه مادرشان برای خرید لباس به فروشگاه رفته‌اند. سارا با دیدن لباس قرمزی بر خرید آن اصرار دارد. برخلاف سارا، سپیده لباس را از نظر نرمی، کیفیت، دوام و قیمت بررسی می‌کند و سپس تصمیم به خرید می‌گیرد.

کدام تصمیم‌گیری کارآمدتر است؟ چرا؟



۱ - Perceptual processing

۲ - Conceptual processing

## روان‌شناسی نزد پیشینیان

انسان از گذشته دور سعی کرده است «من» و «خویشتن» خویش را بشناسد. در تعلیم دینی هم، سودمندترین معارف بشری را «معرفت نفس» دانسته‌اند. شناخت ابعاد غیر جسمانی انسانی ابتدا در معارفی همچون فلسفه مطالعه می‌شد. به تدریج، ضرورت مطالعه تجربی ابعاد روان‌شناختی انسان محسوس‌تر شد. در سال ۱۸۷۹ برای اولین بار ویلهلم وونت آلمانی در شهر لایپزیک آلمان اولین آزمایشگاه روان‌شناسی را تأسیس کرد. محققان، این سال را مبدأ شکل‌گیری روان‌شناسی علمی می‌دانند. از آن سال به بعد، روان‌شناسی، با شتاب بسیار و به مدد روش‌های نوین، در کشورهای مختلف رشد یافته است.

در کنار یافته‌های مغرب زمین و حتی قبل از آن، دانشمندان اسلامی از دیرباز با الهام از قرآن کریم و دیگر تعلیم دینی سعی کردند به تبیین مضامین روان‌شناختی بپردازند. از نظر قرآن کریم حیات انسان به دو شکل دنیوی (که مشترک با سایر جانداران است) و اخروی یا ابدی مطرح می‌شود (سوره نحل، آیه ۹۷). قرآن، زندگی دنیوی را متاعی فریبنده (سوره انعام، آیه ۳۲) و سرای آخرت را سرای زندگانی و آرامش می‌داند (سوره عنکبوت، آیه ۶۴). از نظر قرآن کریم عامل تغییر و تحول اجتماعی، خود انسان است (سوره انفال، آیه ۵۳). هر جامعه‌ای از دید قرآن در گرو کردار خویش است (سوره بقره، آیه ۱۳۴).



جاحظ (۲۵۵-۱۵۰ ق) از پیشگامان روش علمی - تجربی است. ابزارهای شناخت انسان از نظر وی، حس، عقل و الهام است. ابن‌سحنون (۲۵۶-۲۰۲ ق) از دیگر دانشمندانی است که درباره هدف‌های آموزشی و وظایف معلم و آموزش، مطالب ارزنده‌ای دارد. کندی (۲۶۰-۱۸۵ ق) اولین فیلسوفی است که در اسلام به شرح و توصیف «نفس» و اقسام آن به شیوه ارسطو پرداخته است.

ابن سحنون (۲۵۶-۲۰۲ ق)





ابونصر فارابی (۳۳۹-۲۵۸ ق)



ابن سینا (۴۲۸-۳۷۰ ق)

ابونصر فارابی (۳۳۹-۲۵۸ ق) در نظم بخشیدن به علوم و ایجاد هماهنگی میان آنها تلاش علمی وافر کرده است. به نظر فارابی برای رسیدن به سعادت باید بعد مثبت انسان تقویت شود. از نظر او شکوفایی فطرت‌ها از طریق «آموزش» امکان‌پذیر است.

ابن سینا (۴۲۸-۳۷۰ ق) بر اهمیت ادراک حسی در جریان شناخت تأکید دارد شناخت راستین را «شناخت عقلی» می‌داند. خودشناسی و تربیت نفس، توجه به تفاوت‌های فردی، شناخت استعدادها، در نظر گرفتن مراحل رشد، آموزش گروهی و تشویق، از اصول و روش‌های تربیتی ابن‌سینا است.

از جمله مشاهیر دیگری که در موضوع نفس و مراتب شناخت، آثار علمی گرانبگزی نگاشته‌اند، می‌توان از ابوحامد غزالی، شهاب‌الدین سهروردی، خواجه نصیرالدین طوسی، مولوی، سعدی و ابن‌خلدون نام برد.

با بررسی اجمالی پژوهش‌های اندیشمندان اسلامی می‌توان نتیجه گرفت که بیشتر این مطالعات جنبه صوری نظریه‌پردازی بوده است. لیکن در بعد تجربی با اینکه این دانشمندان آغازگران خوبی بوده‌اند، متأسفانه تداوم نیافت. خوشبختانه در عصر جدید، در دنیای اسلام، به‌خصوص در کشور عزیز ما پژوهش‌های چشمگیری در حوزه روان‌شناختی صورت گرفته است.

## فعالیت ۱-۱۰

- با استفاده از اینترنت، با کلیدواژه «پر تولیدترین محققان علوم انسانی کشور» را جستجو کنید و فعالیت‌های علمی آنها را مورد توجه قرار دهید، چه تعدادی از این محققان در حوزه روان‌شناسی فعالیت داشته‌اند؟

## نقش دستگاه عصبی در عملکرد روان‌شناسی

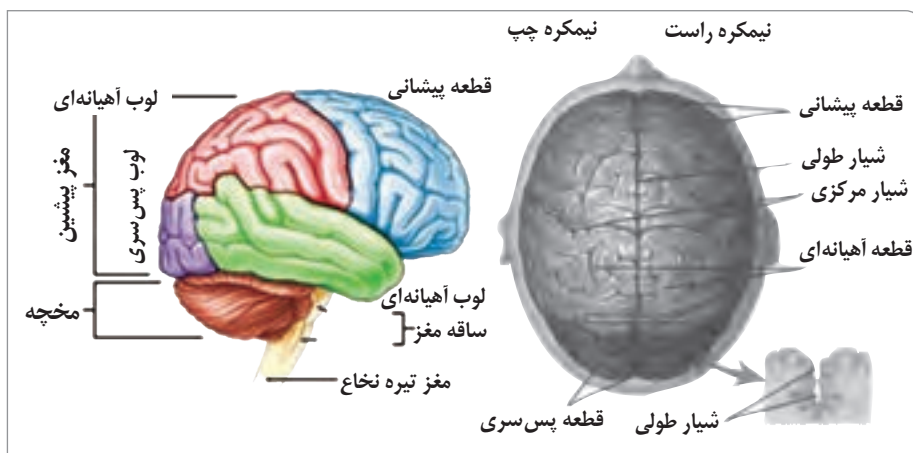
شما در سال‌های گذشته در کتاب‌های مختلف با مبانی زیستی رفتار انسان، به اختصار، آشنا شدید. دستگاه عصبی، به خصوص مغز، اساس توانایی ما در زمینه توجه، ادراک، حافظه، تفکر و تعامل با دنیای اطراف است. در اینجا قصد نداریم ساختار دقیق و جزئی دستگاه عصبی، به‌ویژه مغز را تشریح کنیم. روان‌شناسان به این دلیل که کارکردهای روان‌شناختی با بخش‌هایی از مغز مرتبط است، مطالعه کارکردهای مغز را ضروری می‌دانند.

مغز را می‌توان به سه منطقه اصلی پیش مغز، میان مغز و مغزپسین تقسیم کرد. این واژگان برگرفته از نحوه قرار گرفتن این بخش‌ها از جلو تا عقب دستگاه عصبی در جنین در حال رشد است.

پیش مغز در سمت جلو و بالای مغز قرار دارد که شامل قشر مخ، هسته‌های قاعده‌ای، دستگاه لیمبیک یا کناری، تالاموس و هیپوتالاموس است. در بین بخش‌های پیش مغز، قشر مخ اهمیت بسزایی دارد؛ چون در تفکر و سایر فرایندهای ذهنی نقش اساسی دارد. دستگاه لیمبیک برای هیجان، انگیزش، حافظه و یادگیری اهمیت دارد. موجوداتی همچون ماهی‌ها و خزندگان، به دلیل اینکه دستگاه لیمبیک رشد نیافته‌ای دارند، عمدتاً به صورت غریزی به محیط پاسخ می‌دهند. تالاموس، اطلاعات حسی را به قشر مخ منتقل می‌کند. هیپوتالاموس، رفتار مربوط به بقای نوع را تنظیم می‌کند؛ جنگیدن، تغذیه، فرار کردن و جفت‌گیری.

میان مغز، ساختار متعددی دارد که مهم‌ترین آن دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای است. پیام‌های مربوط به خواب و برانگیختگی از این طریق منتقل می‌شود. مغزپسین شامل بصل‌النخاع، پل مغزی و مخچه است. بصل‌النخاع دارای کارکردهای متعددی است که مهم‌ترین آن کنترل فعالیت قلبی، تنفس، بلع و هضم است. پل مغزی شامل رشته‌های عصبی است که علائم را از یک بخش به بخش دیگر مغز منتقل می‌کند. کنترل هماهنگی بدن، توازن و کشش عضلانی با مخچه است.

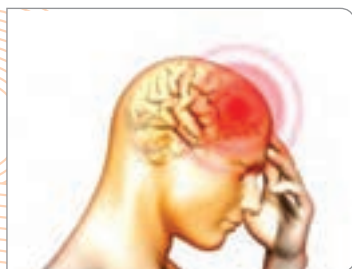
مطالعه کارکرد نیمکره‌های مغز برای روان‌شناسان مهم است. مغز به دو نیمکره چپ و راست تقسیم می‌شود. نیمکره چپ در زبان‌آموزی و حرکت نقش مهمی دارد. افرادی که در حرکات مهارتی مشکل دارند، غالباً نیمکره چپ آنها دچار آسیب است. نیمکره راست، گنجینه دانش معنایی است. نیمکره‌های مغز و قشر مخ برای مقاصد عملی به چهار قطعه پیشانی، آهیانه‌ای، گیجگاهی و پس‌سری تقسیم می‌شوند.



### بخش‌های دو نیمکره مغز

قطعه پیشانی، با پردازش حرکت و فرایندهای عالی مانند تفکر سر و کار دارد. قطعه آهیانه‌ای با پردازش تنی - حرکتی سر و کار دارد. قطعه پس‌سری به پردازش اطلاعات دیداری مربوط می‌شود.

اگر مغز انسان آسیب ببیند، کارکرد شناختی وی مختل می‌شود. یکی از این آسیب‌ها اختلال عروقی است که در اثر سکتته پدید می‌آید. وقتی جریان خون مغز دچار اختلال ناگهانی می‌شود، سکتته رخ می‌دهد. دو نوع سکتته وجود دارد: نوع اول سکتته کم‌خونی<sup>۱</sup> است. این سکتته زمانی اتفاق می‌افتد که در طی سالیان دراز، بافت‌های چربی در رگ‌های خونی به وجود آید و تکه‌ای از این بافت جدا شده، در سرخرگ مغز متوقف شود.



نوع دوم، سکتته خون‌ریزی<sup>۲</sup> است و هنگامی به وجود می‌آید که یک رگ خونی در مغز پاره شود؛ در نتیجه بارشش خون، سلول‌های مغزی موجود در منطقه آسیب‌دیده، می‌میرند.

عامل دیگری که باعث آسیب به مغز می‌شود، تومور مغزی یا نئوپلاسم<sup>۳</sup> است.

۱ - Ischemic stroke

۲ - Hemorrhagic

۳ - Neoplasms

یکی از مهم‌ترین عواملی که باعث اختلالات مغزی می‌شود، آسیب مستقیم به سر است. متأسفانه در کشور، ما به دلیل بروز سوانح رانندگی و موارد مشابه دیگر، آسیب مستقیم به مغز خیلی زیاد است. برخورد سر با شیشه جلو خودرو یا پرت شدن از موتور در اثر تصادف می‌تواند علت بروز چنین آسیب‌هایی باشد.

## ○ فعالیت ۱- ۱۱

همه اعضای بدن مفید و مهم هستند، اما سیستم مغزی اهمیت مضاعفی دارد. چرا آن‌گونه که مواظب اندام‌های دیگر بدن همچون مو و ناخن هستیم، به فکر مواظبت از مغز نیستیم؟ با راهنمایی دبیرتان آمار تصادفات رانندگی و افرادی که به دلیل تصادف سر آنها آسیب دیده است را استخراج کنید. سعی کنید برای کاهش این آسیب‌ها اقدام‌های پیشگیرانه‌ای ارائه دهید.

## ○ روش‌های جمع‌آوری اطلاعات در روان‌شناسی

اطلاعات در علم روان‌شناسی با کمک روش‌های مختلفی جمع‌آوری می‌شود. به اختصار به برخی از این روش‌ها اشاره می‌کنیم:

**مشاهده:** در مراحل اولیه پژوهش، بررسی آزمایشگاهی امکان‌پذیر نیست؛ در نتیجه، از راه مشاهده، موضوع مورد مطالعه تبیین می‌شود. بسیاری از محققان به مشاهده رفتار حیوانات و آدمیان می‌پردازند؛ مثلاً ما با مشاهده دقیق رفتار حیوانات می‌توانیم رفتار نوع‌دوستانه را به صورت تکاملی مطالعه کنیم. فیلم‌برداری از نوزادان می‌تواند جزئیات الگوهای حرکتی آنان را پس از تولد نشان دهد. مشاهده باید همراه با ثبت دقیق و به دور از پیش‌داوری شخصی باشد. برخی از محققان در محیط آزمایشگاهی به مشاهده رفتار موردنظر می‌پردازند.



۱- Observation

با کمک یک دوربین ساده، واکنش‌های هیجانی تماشاگران مسابقه ورزشی دو تیم پرتعداد را ثبت کنید. بعد از ثبت دقیق آنها سعی کنید نحوه ابراز هیجان‌ها و واکنش‌های عاطفی آنها را تحلیل نمایید. از نحوه واکنش‌های هیجانی تماشاچیان چند اصل اساسی را استنباط کنید.



**پرسش‌نامه ۱:** مسائلی را که با کمک مشاهده مستقیم امکان‌پذیر نیست، می‌توان با استفاده از پرسش‌نامه‌ها مطالعه کرد. در این حالت، محقق از خود فرد درباره رفتار یا افکار خاص او می‌پرسد. پرسش‌نامه‌ها باید دقیق و معتبر باشد. پرسش‌نامه به صورت‌های مختلف نمره‌گذاری می‌شود. از نتایج پرسش‌نامه‌ها باید با احتیاط استفاده کرد.

**مصاحبه ۲:** برخی موضوعات را نمی‌توان به صورت از پیش تعیین شده مشاهده و یا با کمک پرسش‌نامه‌ها مطالعه کرد؛ محققان در چنین حالتی از روش مصاحبه استفاده می‌کنند. در این حالت، محقق بعد از شنیدن پاسخ سؤال قبلی، پرسش بعدی را سازمان می‌دهد. مصاحبه، برخلاف گفتگوی معمولی، هدفمند و سازمان‌یافته است.

انواع مصاحبه‌ها با توجه به موقعیت مصاحبه شکل می‌گیرد. هر چند مصاحبه‌ها را به صورت‌های مختلف اجرا می‌کنند، ولی دو شکل «کاملاً ساختار یافته» و «بدون ساختار» متداول‌تر است.

پاسخ دهنده در مصاحبه‌های کاملاً ساختار یافته (نظام‌دار) با بلی یا خیر و یا انتخاب یکی از گزینه‌ها به سؤال پاسخ می‌دهد. این نوع مصاحبه‌ها، شبیه پرسش‌نامه است. مصاحبه ساختار یافته بر پرسش‌نامه ترجیح دارد؛ زیرا امکان اخذ اطلاعات بیشتری وجود دارد. در همه‌پرسی‌ها معمولاً از مصاحبه ساختار یافته استفاده می‌کنند.

وقتی نتوانیم موضوعی را به صورت مستقیم از فردی بپرسیم، از مصاحبه بدون ساختار (بدون نظام) استفاده می‌شود. در این شیوه، با پیروی از برخی اصول و طرح کلی، فرد مصاحبه‌شونده را به سمت پاسخ‌های مورد نظر هدایت می‌کنند. از این شیوه برای اخذ اطلاعات عمیق استفاده می‌شود. محققان در استفاده از این شیوه باید به نکات اخلاقی توجه کنند. این روش بسیار وقت‌گیر و نیازمند آموزش‌های ویژه است.

**آزمون‌ها:** شاید بیش از هر روشی، افراد عادی جامعه با استفاده از آزمون‌های روان‌شناختی مواجه شده باشند. آزمون‌ها ابزاری برای کمی کردن ویژگی‌های روان‌شناختی هستند. ساخت آزمون‌ها بسیار دشوار است و فرایند پیچیده‌ای را طی می‌کند. ترازو در اندازه‌گیری وزن استفاده می‌شود. وزن به دست آمده ارتباطی با حجم ندارد. از طرفی اگر چند بار با یک ترازوی سالم وزن یک شیء را بسنجیم، به یک عدد می‌رسیم. این ابزار دارای دو ویژگی مهم است: آزمون‌ها هم باید دقیقاً چیزی را اندازه‌گیری کند که برای آن ساخته شده است. علاوه بر این، آزمون‌ها در دفعات متعدد اجرا باید نمره یکسان یا تقریباً یکسانی به ما بدهند.



### ○ فعالیت ۱-۱۳

با استفاده از اینترنت و با کمک دبیر درباره یکی از مفاهیم روان‌شناسی (مثلاً حل مسئله یا سبک‌های تصمیم‌گیری) یک آزمون پیدا کنید.

استفاده از آزمون‌ها، چگونگی اجرا و تفسیر آن باید به همراه سایر روش‌ها باشد. استفاده افراد کم‌تجربه از آزمون‌ها، بیش از آنکه راه‌گشا باشد، مشکل‌آفرین است.

## روش‌های نوین گردآوری اطلاعات

به دلیل دسترسی به فناوری‌های جدید و روش‌های نوین عصب‌شناختی، روش‌های جدیدی شکل گرفته است. اغلب روان‌شناسان از نرم‌افزارهای رایانه‌ای برای مطالعه پدیده موردنظر استفاده می‌کنند. در فصول دیگر این کتاب به برخی از این نرم‌افزارها اشاره خواهیم کرد.

بسیاری از روان‌شناسان با استفاده از روش‌های نوین، کارکردهای مغز را مطالعه می‌کنند. مغز شامل حدود ۵۰ بیلیون نورون (رشته عصبی) است که هریک از آنها می‌توانند با ده هزار نورون دیگر در ارتباط باشند. با روش‌های نوین مطالعه مغز سعی می‌شود مناطق و زمان درگیری یک فعالیت در مغز ثبت شود. روش‌هایی همچون «پتانسیل‌های وابسته به رویداد، برش‌نگاری با انتشار پوزیترون (PET)، تصویربرداری تشدید مغناطیسی عملکردی (fMRI)، موج‌نگاری مغناطیسی مغز (MEG)، و تحریک مغناطیسی سراسر جمجمه (TMS)» از جمله این روش‌ها هستند. تهیه نوار مغزی و استفاده از MRI یکی از متداول‌ترین ابزارهای بهره‌گیری از این روش‌ها است.



یکی از روش‌های نوین مطالعه مغز

## مهم‌ترین گرایش‌های روان‌شناسی

در این فصل با کلیات روان‌شناسی آشنا شدید. روان‌شناسان، با توجه به حوزه مورد علاقه، گرایش‌هایی همچون روان‌شناسی تربیتی، روان‌شناسی شناختی، روان‌شناسی سلامت، روان‌شناسی اجتماعی، روان‌شناسی صنعتی و سازمانی، روان‌شناسی رشد و خانواده، روان‌شناسی ورزشی، روان‌شناسی بالینی، کودکان استثنایی و... دارند. با توجه به علایق و توانمندی، روان‌شناسان در محیط‌های مختلف به آموزش، پژوهش و ارائه خدمات تخصصی مشغول‌اند. روان‌شناس، بعد از اخذ دیپلم، چهار سال در دانشگاه در مقطع کارشناسی روان‌شناسی تحصیل می‌کند. سپس حدود سه سال در یکی از گرایش‌های ذکر شده به تحصیل ادامه می‌دهد. بعد از دریافت کارشناسی ارشد، به مدت چهار سال در مقطع دکتری تخصصی روان‌شناسی تحصیل می‌کند. روان‌شناس با روان‌پزشک تفاوت دارد. روان‌پزشک کسی است که بعد از دوره پزشکی عمومی، ۳ سال در زمینه اختلالات روانی، تشخیص و درمان، آموزش می‌بیند. روان‌پزشکان، با کمک درمان‌های دارویی اختلالات روانی را درمان می‌کنند.

اکنون که در پایان این فصل با مفاهیم پایه‌ای و بنیادی روان‌شناسی آشنا شدید، توجه شما را به مطالعه فصل بعدی این کتاب، یعنی روان‌شناسی رشد معطوف می‌کنیم. آیا می‌توانید حدس بزنید در فصل بعد درباره چه مفاهیمی خواهید خواند؟



دانش آموز عزیز! با توجه به آنچه در این درس فراگرفتید مهم ترین پیام درس را به شکلی خلاقانه با استفاده از کلمات (درخت، بلبل، عینک، رایانه) در سه یا چهار عبارت نوشته و در کلاس بخوانید.

عبارت خلاقانه من: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### واژگان اصلی

علم ، مسئله ، فرضیه ، قانون ، نظریه ، سطح صوری و تجربی ، روش علمی ، متغیر ، تعریف عملیاتی ، تکرارپذیری ، رفتار ، شناخت ، پردازش ادراکی ، پردازش مفهومی ، دستگاه عصبی ، مشاهده ، مصاحبه ، پرسش نامه ، آزمون.