

زمینه روانشناسی هیلگارد (ویرایش پانزدهم)



مترجم : فرهاد کمانگر

نویسندگان : اتکینسون و هیلگارد

پیش‌گفتار	۴
مقدمه	۴
فصل ۱. ماهیت روانشناسی	۱۴
فصل ۲: بنیان‌های زیست‌شناختی روانشناسی	۹۱
فصل ۳: رشد روانشناختی	۱۸۱
فصل ۴: فرآیندهای حسی	۲۸۴
فصل ۵: ادراک	۴۰۲
فصل ۷: یادگیری و شرطی شدن	۶۳۵
فصل ۸: حافظه	۷۱۴
فصل ۹: زبان و فکر	۸۲۸
فصل ۱۰: انگیزش	۹۲۷
فصل ۱۱: هیجان (عاطفه)	۱۰۱۵
فصل ۱۲: هوش	۱۰۹۷
فصل ۱۳: شخصیت	۱۱۵۸

فصل ۱۴: استرس، سلامتی و مقابله ۱۲۵۷

فصل ۱۵: اختلالات روانشناختی ۱۳۴۲

فصل ۱۶: درمان مشکلات بهداشت روان ۱۴۴۲

فصل ۱۷: تأثیر اجتماعی ۱۵۰۶

فصل ۱۸: شناخت اجتماعی ۱۶۰۰

هر گونه کپی تکثیر از همه یا بخشی از این کتاب غیرقانونی بوده و پیگرد قانونی دارد .

این پانزدهمین نسخه از کتاب مقدمه روانشناسی اتکینسون و هیلگارد شامل چندین تحول متن از زمان انتشار چاپ چهاردهم در سال ۲۰۰۲ است. اولاً، تیم نویسنده گسترش یافته است و برای اولین بار نویسندگان خارج از آمریکای شمالی را شامل می‌شود. تیم نویسنده تاسیس سوزان نولن-هوکسما، باربارا فردریکسون و جف لوفتوس با ویلم واگنار (دانشگاه لیدن) و کریستل لوتز (دانشگاه اوترخت) پیوستند، که به ایجاد یک نفوذ تازه در اروپا کمک کرده و یک واقعاً ترانس آتلانتیک ایجاد کرده‌اند. کتاب مقدماتی دانشجویان کارشناسی روانشناسی در هر کجا که تحصیل می‌کنند. مارک رینیتز (دانشگاه Puget Sound) نیز به عنوان کمک‌کننده ارزشمندی در این نسخه به تیم پیوسته است.

رویکرد

برای کسانی که با محتوا، سبک و رویکرد اتکینسون و هیلگارد آشنا هستند، که برای اولین بار در سال ۱۹۵۳ منتشر شد، این نسخه جدید گام بعدی در تاریخ غنی کتاب است. به عنوان کتابی که در هر دو طرف اقیانوس اطلس شهرتی تثبیت شده دارد، معرفی نویسندگان اروپایی همزمان با اقدامی در جهت گسترش افق‌های بین‌المللی متن است. هدف ما افزایش ارتباط و دسترسی اتکینسون و هیلگارد برای بسیاری از اساتید و دانشجویان است که از کتاب در خارج از آمریکای شمالی استفاده می‌کنند بدون اینکه جذابیت خوانندگان باسابقه آمریکایی ما را کم کند.

همانند نسخه‌های قبلی، ما در عین حال به تحقیق در مورد تحقیقات پیشرفته معاصر، ادامه می‌دهیم. مطالعات کلاسیک که پایه و اساس روانشناسی هستند، درک و قدردانی دانش‌آموزان از اهمیت اساسی

برخوردار است. ما با تأکید بر تأثیر آنها در این زمینه و زندگی روزمره، ادامه پوشش این مطالعات را می‌دهیم. ما همچنین به حجم عظیم کارهای ابتکاری که در روانشناسی معاصر در حال انجام است اذعان داریم. در چاپ پانزدهم، ما امیدوار کننده ترین کار جدید در روانشناسی را شامل می‌شود، از جمله تحولات در علوم اعصاب شناختی و تحقیقات در مورد مغز و رفتار، برنامه‌های خلاقانه تحقیقات اساسی در احساس و درک، "موج جدید" تحقیق در مورد احساسات، هوش، نظریه‌های ژنتیکی و تکاملی شخصیت و دیدگاه‌های روانشناختی اجتماعی در مورد فرهنگ. نتیجه یک مرور کلی و هیجان انگیز است که ترکیبی از بهترین موارد قدیمی و بهترین موارد جدید در روانشناسی است.

چه خبر؟

هر فصل با کمک بررسی انتقادی متخصصان در هر مبحث فصل با دقت تجدید نظر شده است تا اطمینان حاصل شود که هر فصل کاملاً به روز است و شامل ترکیبی دقیق از پوشش پوشش یافته از روندهای برجسته روانشناسی از آمریکای شمالی، اروپا است.

بیش از ۳۵۰ منبع جدید از نسخه چهاردهم اضافه شده است، از جمله ترکیبی از تحقیقات اخیر، و پوشش گسترده تر مطالعات مربوطه در هر زمینه موضوع. آموزش روانشناسی به طور مداوم در حال پیشرفت است و توجه دقیق شده است تا اطمینان حاصل شود که این نسخه نیازهای دوره‌های مقدماتی روانشناسی را در مقطع کارشناسی همانطور که در سال ۲۰۰۹ تدریس می‌شود، پوشش می‌دهد.

ویژگی‌های بخش دیدن هر دو طرف، که دیدگاه‌های گوناگونی درباره موضوعات خاص ارائه می‌دهند، در چاپ پانزدهم حفظ شده‌اند و می‌توان آنها را در انتهای هر فصل یافت. بیشتر آنها توسط نویسندگان

موجود تجدید نظر شده و یا بحثهای جدیدی جایگزین آنها شده است که موضوعات داغ بحث را منعکس می کند. ما از طیف گسترده ای از همکاران بین المللی بسیار معتبر که دیدگاه های تحقیق محور خود را با ما در طول این نسخه به اشتراک گذاشته اند، تشکر می کنیم. ویژگی های تحقیقاتی پیشرو حتی اصلاح شده است و شامل موضوعات جدیدی مانند تأثیرات روانشناختی استفاده از اینترنت در میان بزرگسالان و نحوه پردازش مغز در توهمات نوری است و ویژگی های موجود نیز به روز شده اند تا نشان دهند چگونگی پیشرفت حوزه های مختلف تحقیق در سال های اخیر.

سایر ویژگی های یادگیری دانش آموز پسند که پایه و اساس نسخه قبلی بودند، حفظ و به روز شده اند تا با محتوای جدید چاپ پانزدهم مطابقت داشته باشد. هر بخش فرعی از هر فصل با خلاصه ای موقت و سوالات تفکر انتقادی به خوانندگان اجازه می دهد مطالعه مطالب خود را به چند قسمت قابل هضم تقسیم کنند. هر فصل با خلاصه ای از محتوای آن و لینک های وب به روز شده و پیوندهای CD-Rom به ۳,۰ Psyk.Trek پایان می یابد (به بخش مکمل ها در زیر مراجعه کنید).

ناشران و نویسندگان می خواهند از دانشگاهیان زیر بخاطر ارائه بازخورد بررسی دقیق که به شکل گیری این نسخه جدید کمک کرده است، تشکر کنند:

کریس آرمیتاژ: دانشگاه شفیلد

مارک بنت: دانشگاه داندی

آندرس بیل: دانشگاه گوتنبرگ

کالین کوپر: دانشگاه کوئینز بلفاست

استفان دارلینگ: دانشگاه آبردین

گراهام دیوی: دانشگاه ساسکس

ریچارد لاتو: دانشگاه لیورپول

وارن منسل: دانشگاه منچستر

توماس مورتون: دانشگاه اکستر

بوئل دِراد: دانشگاه گرونینگن

وینسنت رید: دانشگاه دورهام

الیور رابینسون: دانشگاه گرینویچ

جنی پارکر: دانشگاه غرب انگلیس

ما همچنین می خواهیم دانشگاهیان زیر را که از طریق بازخورد مرور در توسعه نسخه های قبلی متن کمک کرده اند، بشناسیم:

جیمز آکیل، دانشگاه ایلینوی غربی ؛ سینتیا آلن، کالج جامعه وستچستر ؛ آیلین آستور استتسون، دانشگاه بلومزبورگ ؛ گوردون دی. اطلس، دانشگاه آلفرد ؛ ریموند آر. بایرد، دانشگاه تگزاس، سان آنتونیو ؛ جف بیکر، واحد پزشکی دانشگاه تگزاس ؛ تد A. بارکر، کالج جامعه اوکالوسا-التون، ان.جی بین، کالج واسار ؛ آی. جی بیس، دانشگاه لیدز ؛ چارلز بهلینگ، دانشگاه میشیگان ؛ جان بی بهترین، دانشگاه ایلینوی شرقی؛ راندولف بلیک، دانشگاه وندربیلت ؛ تری بلومنتال، دانشگاه ویک فارست ؛ ریچارد دلیو بوون، دانشگاه لویولا ؛ توماس بروتن، دانشگاه مینه سوتا ؛ جیمز پی بوکان، دانشگاه

اسکرانتون ؛ جیمز اف. کالاهون، دانشگاه جورجیا ؛ رز کپدویلا، کالج دانشگاهی نورتهمپتون ؛ چارلز کارور، دانشگاه میامی ؛ اوشالوم کاسپی، دانشگاه ویسکانسین جانیس چپمن، کالج جامعه بوریس پریش ؛ پل چارا، کالج لوراس ؛ استفان کلارک، کالج واسار ؛ استنلی کورن، دانشگاه بریتیش کلمبیا ؛ دانیل سروون، دانشگاه ایلینوی در شیکاگو ؛ ادوارد دسی، دانشگاه روچستر ؛ G. ویلیام دوموف، دانشگاه کالیفرنیا، سانتا کروز ؛ ریچارد اگلفایر، دانشگاه ایالتی سام هوستون ؛ ژیل انیشتین، دانشگاه فرمن ؛ جودیت اریکسون، دانشگاه مینه سوتا ؛ G. ویلیام فرتینگ، دانشگاه ماین ؛ مری آن فیشر، دانشگاه شمال غربی ایندیانا ؛ ویلیام ریک فرای، دانشگاه ایالتی یانگ استون ؛ کارل گگنهورتنر، جاستین-لیبیگ-دانشگاه ؛ ریچارد گیست، کالج جامعه جانسون کانتی ؛ دبلیو. بی. پری گودوین، دانشگاه سانتا کلارا ؛ کارلا گریسون، دانشگاه میشیگان ؛ بیل گراتزیانو، دانشگاه ای ام تگزاس ؛ پل گرین، کالج ایونا ساندرا گروسمن، کالج جامعه کلاکاماس ؛ چارلا هال، دانشگاه ایالتی جنوب شرقی اوکلاهما، دیوید تی هال، کالج جامعه باتون روژ ؛ اندرو هیل، دانشگاه لیدز ؛ الیزابت هیل استروم، کالج ویتون ؛ استفان هافمن، دانشگاه بوستون ؛ دیوید هولمز، دانشگاه کانزاس ؛ ویلیام ال. هوور، کالج جامعه سوفولک رالف هوپکا، دانشگاه ایالتی کالیفرنیا ؛ آدی جانسون، دانشگاه اوترخت ؛ فرد A. جانسون، دانشگاه ناحیه کلمبیا ؛ وسلی پی. جوردن، کالج سنت ماری مریلند ؛ گریس کانادی، کالج جامعه کانزاس سیتی کانزاس ؛ ریچارد A. کاسچو، دانشگاه هوستون ؛ ریچارد کیف، کالج جامعه اسکاتسدیل ؛ چارلز کسیر، دانشگاه وایومینگ ؛ کانتی لندن، کالج واسار ؛ جوآن لائر، دانشگاه ایندیانا / دانشگاه پوردو ؛ دیوید لیزر، دانشگاه بن گوریون از نِگو ؛ ایسا م. لوییس، دانشگاه ایالتی میسوری جنوب غربی ؛ مارک A. لیندبرگ، دانشگاه مارشال ؛ اما لو لین، دانشگاه سنت ادواردز ؛ ریچارد لیپا، دانشگاه ایالتی کالیفرنیا، فولرتون ؛ دانیل لرد، دانشگاه آلاسکا، آنکوريج ؛ جوزف لومان، دانشگاه کارولینای شمالی ؛ جیمز وی. لوپو، دانشگاه کریتون

؛ تراسی مان، دانشگاه کالیفرنیا، لس آنجلس ؛ مایکل مارتین، دانشگاه کانزاس ؛ داگلاس ماتسون، دانشگاه اقیانوس آرام فرد ماکسول، دانشگاه ایالتی میسوری جنوب غربی ؛ مری بنسون مک مولن، دانشگاه ایندیانا ؛ استیون ای مایر، دانشگاه آیداهو ؛ Chandra Mehrotra، کالج Saint Scholastica ؛ شریل منیکه، دانشگاه مینه سوتا ؛ میچل م. متزگر، دانشگاه ایالتی پن - شانگو ؛ توماس میلر، دانشگاه مینه سوتا ؛ توماس میلر، دانشگاه اوکلاهما ؛ Jannay Morrow، دانشکده Vassar ؛ دین موراکامی، کالج رودخانه آمریکایی ؛ Gregory L. Murphy، دانشگاه ایلینوی در Urbana-Champaign ؛ فرانک ماسکارلا، دانشگاه باری ؛ دیوید نوفلدت، کالج جامعه هاجینسون ؛ گیل نوربوروی، دانشگاه ویسکانسین - میلواکی ؛ مایکل اوهارا، دانشگاه آیووا ؛ Paul V. Olczak، SUNY، Geneseo؛ کارول پرینو، دانشگاه ایالتی مورگان ؛ Jacqueline B. Persons، اوکلند، کالیفرنیا ؛ دیوید پیتلنجر، کالج مارینا ؛ شین پیتس، بیرمنگام کالج جنوبی ؛ استیو پلات، دانشگاه میشیگان شمالی ؛ مارک پلونسکی، دانشگاه ویسکانسین - استیونز پوینت ؛ تام پوسی، دانشگاه ایالتی موری ؛ جانت پروکتور، دانشگاه پردو ؛ دیوید راسکین، دانشگاه یوتا ؛ ارین راسموسن، کالج چارلستون ؛ Cheryl A. Rickabaugh، دانشگاه Redlands ؛ استیون رابینز، کالج هاورفورد ؛ تیم رابینسون، کالج گوستاوس آدولفوس ؛ ایروین راک، دانشگاه کالیفرنیا، برکلی ؛ برایان اچ راس، دانشگاه ایلینوی در Urbana-Champaign ؛ جک راسمن، کالج Macalister ؛ الکس روتمن، دانشگاه مینه سوتا ؛ ژن ساکت، دانشگاه واشنگتن ؛ D. کیم ساوری، دانشگاه کارولینای شمالی، ویلمینگتون ؛ هارولد شیفمن، دانشگاه دوک ؛ ج. آنتونی شلتون، دانشگاه لیورپول جان مورس ؛ رابرت اسمیت، دانشگاه جورج میسون ؛ استیون اسمیت، دانشگاه A&M تگزاس ؛ C.R. Snyder، دانشگاه کانزاس ؛ جوآن استنتون، کالج ویتون ؛ تیم استراومن، دانشگاه ویسکانسین، مدیسون ؛ الین ک. تامپسون، کالج دادگاه جورجیا

؛ فرانسیس توگاس، دانشگاه اوتاوا ؛ لین S. ترانچ، کالج بیرمنگام-جنوب ؛ استوارت والینز، SUNY، استونیبروک ؛ فرانک واتانو، دانشگاه ایالتی کلرادو ؛ آن ل وبر، دانشگاه کارولینای شمالی در اشویل ؛ پل جی ولمن، دانشگاه A&M تگزاس ؛ و کارش ویلتورنر، کالج گرین ریور ؛ لانس ورکمن، دانشگاه گلامورگان

قدردانی

سوزان نولن-هوکسما مایل است از کمک بی بدیل فرانک کیل و ادوارد واتکینز قدردانی کند. باربارا فردریکسون می خواهد از مربیان سابق نیل لوتسکی، لورا کارستنسن و رابرت لونسون و دانشجوی تحصیلات تکمیلی خود، بتانی ای کوک به دلیل مشارکت های وی قدردانی کند. او همچنین مایل است از دانشکده روانشناسی دانشگاه استنفورد و هیئت علمی برنامه آموزش پسا دکتراي NIMH ۱۹۸۹-۱۹۹۹ در مورد تحقیقات عواطف به دلیل تأثیرات محو نشدنی آنها در رشد فکری، قدردانی کند.

جف لوفتوس آرزو دارد که از مارک راینیتز برای نقش اصلی همکاری در نگارش این نسخه و اسکات موری و هانتز هوفمن که به ترتیب بخش های تحقیق برش لبه را برای فصل ۴ و ۵ نوشتند، قدردانی کند.

کریستل لوتز می خواهد دانش آموزان خود را در کالج دانشگاهی او ترخت بخاطر لذت بردن از تدریس، و ویلم آلبرت واگنار، نیکو فریجدا، سائول استرنبرگ، جک ناچمیاس، پاول روزین، جفری گلدشتاین، لونیا جاکوبوفسکا، جوسلین بالانتین، جولی گروس لوئیس، جسی اسدناک و جولیا فیشر برای الهام بخشیدن به مربیان، همکاران و دوستانشان.

مارک رینیتز می خواهد از دانش آموزان خود که دائماً به او یادآوری می کنند چرا آموزش روانشناسی مقدماتی هیجان انگیز است، قدردانی می کند.

درباره نویسندگان

سوزان نولن-هوکسما، Ph.D. استاد روانشناسی در دانشگاه ییل است. او B.A خود را دریافت کرد در روانشناسی از دانشگاه ییل و دکترای وی در روانشناسی بالینی از دانشگاه پنسیلوانیا. تحقیقات نولن-هوکسما بر میزان بیشتر افسردگی زنان در مقایسه با مردان و تأثیرات نشخوار فکری در افسردگی متمرکز است. وی علاوه بر مقالات ژورنالی مورد بررسی، ۱۲ کتاب از جمله کتاب های علمی، کتاب های درسی و کتاب برای مخاطبان غیر روحانی منتشر کرده است. نولن-هوکسما برای تحقیقات خود سه جایزه مهم آموزشی و چندین جایزه کسب کرده است، از جمله جایزه شغلی زودهنگام دیوید شاکو از انجمن روانشناسی آمریکا (APA)، جایزه رهبری از کمیته زنان APA و جایزه شغلی تحقیقاتی از انستیتوی ملی بهداشت روان

باربارا ال. فردریکسون، دکتری استاد برجسته کنان در دانشگاه کارولینای شمالی در چاپل هیل، با انتصاب در روانشناسی و دانشکده تجارت کنان-فلگler است. او B.A خود را دریافت کرد در روانشناسی از کالج کارلتون و دکترای او. از دانشگاه استنفورد. مرکز تحقیقات فردریکسون در مورد احساسات، به ویژه احساسات مثبت و پیوندهای آنها با سلامتی و رفاه است. وی یافته های تحقیقاتی خود را از طریق تعداد زیادی مقاله ژورنالی که با مرور کامل بررسی شده و همچنین با مخاطبان عام از طریق کتاب خود، **Positivity** (Crown، ۲۰۰۹) با دانشمندان و دانشجویان روانشناسی در میان گذاشته است. تحقیقات

و تدریس وی با چندین افتخار و جوایز از جمله جایزه تمپلتون در روانشناسی مثبت انجمن روانشناسی آمریکا و جایزه سیر شغلی انجمن روانشناسی اجتماعی تجربی شناخته شده است.

جف لوفتوس لیسانس خود را از دانشگاه براون دریافت کرد و دکترای خود را دریافت کرد. از دانشگاه استنفورد. وی از سال ۱۹۷۳ استاد دانشگاه واشنگتن در سیاتل و همچنین استاد مدعو در دانشگاه MIT است. وی به عنوان سردبیر حافظه و شناخت، سردبیر همکاری روانشناسی شناختی و عضو هیئت تحریریه مجلات مختلف دیگر خدمت کرد. وی تألیف کتاب‌ها، فصل‌های کتاب و مقالات متعددی است. تحقیقات وی مربوط به ادراک و حافظه انسان و همچنین ریاضیات، آمار، روش علمی، طراحی شهری و بازی‌های ویدیویی است. وی تقریباً در ۲۵۰ پرونده حقوقی مدنی و کیفری به عنوان شاهد خبره شهادت داده است.

ویلیام واگنر استاد روانشناسی تجربی در دانشگاه لیدن و دانشگاه اوترخت، هر دو در هلند است. علاقه اصلی او به حافظه انسان و تصمیم‌گیری انسان است. وی سیستم تجزیه و تحلیل ایمنی سه پایه را طراحی کرد که اکنون در صنعت نفت بین الملل استاندارد است و به عنوان کارشناس در بیش از هزار دادگاه کیفری، از جمله دادگاه‌های معروف علیه جان دمجانجوک در اسرائیل (۱۹۸۷) و دادگاه‌های مختلف قبل از یوگسلاوی، به عنوان یک متخصص فعالیت کرده است. دادگاه‌های جنایات جنگی و رواندا.

مشارکت‌کنندگان

کریستل لوتز، دکتری مدرس روانشناسی در دانشگاه کالج اوترخت هلند است. او کارشناسی ارشد خود را دریافت کرد. در فیزیک از دانشگاه اوترخت و دکترای او در روانشناسی شناختی تجربی از دانشگاه پنسیلوانیا، جایی که او دوره های روانشناسی شناختی و ادراک را تدریس کرد. وی یکی از اعضای گروه علوم اجتماعی در دانشگاه کالج اوترخت است و دوره هایی را در زمینه روانشناسی تجربی و روانشناسی انگیزه انسان توسعه داده است. تحقیقات فعلی او بر یادگیری و انگیزه و رشد فکری دانشجویان متمرکز است.

مارک رینیتز لیسانس خود را از کالج همپشایر و دکترای خود را دریافت کرد. در روانشناسی تجربی از دانشگاه واشنگتن. وی قبل از آمدن به دانشگاه Puget Sound، ۹ سال در هیئت علمی دانشگاه بوستون خدمت کرد و در آنجا کلاسهایی را در مورد حافظه، درک و علوم اعصاب تدریس می کند. گرچه نشریات وی درباره ادراک و حافظه است و علایق وی بسیار میان رشته ای است: او در مجلات روانشناسی، جغرافیا، زیست شناسی و مطالعات زنان منتشر کرده و دکترای تحت نظارت دارد. پایان نامه ها در برنامه های روانشناسی، جغرافیا، حسابداری و علوم اعصاب رفتاری. وی به طور مرتب از برنامه های دکترای روانشناسی حرفه ای به عنوان بازدید کننده اعتبار نامه انجمن روانشناسی آمریکا بازدید می کند. سرانجام، او یک هوادار بیرونی مشتاق است و زندگی در سیاتل را دوست دارد.

فصل ۱. ماهیت روانشناسی

خواندن دریچه تعلیم و ترقی را به روی انسان باز می‌کند. بهترین روش برای تشویق کودکان به مطالعه چیست؟ یک رستوران پیتزا فروشی زنجیره‌ای آمریکایی معتقد است که «به بچه‌ها» برای خواندن پاداش دهید. معلمان کودکان و نوجوانان اهداف مطالعه ماهانه را (از نظر کتاب یا صفحات خوانده شده) تعیین می‌کنند و هنگام رسیدن به اهداف، به آن‌ها گواهینامه جایزه پیتزا می‌دهند. کودکی که به یک رستوران شرکت کننده محلی گواهی می‌آورد یک پیتزا رایگان دریافت می‌کند. والدین و معلمان می‌گویند این برنامه موثر است (این باعث می‌شود بچه‌های آن‌ها بیشتر بخوانند). از طریق این برنامه، نزدیک به بیست سال بچه‌ها برای خواندن در سراسر ایالات متحده پیتزا می‌گرفتند.

اما آیا این برنامه از نظر روانشناسی درست است؟ بیایید ببینیم تحقیقات چه می‌گویند شاید از قبل از یکی از اصول اساسی تئوری یادگیری آگاه باشید: وقتی پاداش یک رفتار را دنبال می‌کند، آن رفتار تقویت می‌شود. در فصل ۷ خواهید دید که این تأثیر قدرتمند پاداش، «قانون اثر» نامیده می‌شود. وقتی بچه‌ها با خواندن پیتزا پاداش می‌گیرند، بیشتر می‌خوانند. به نظر می‌رسد یک موفقیت بزرگ است، درست است؟

نتایج دیگر را در نظر بگیرید (مانند احساسی که بچه‌ها از خواندن دارند و اینکه آیا پس از پایان برنامه پیتزا به ادامه خواندن ادامه می‌دهند). ده‌ها آزمایش روانشناسی، که بسیاری از آن‌ها در کلاس‌های مدرسه انجام شده است، به این سوالات پرداخته است. در یک آزمایش کلاسیک (گرین، استرنبرگ و لپر، ۱۹۷۶)، روانشناس از معلمان خواسته‌اند که چندین بازی جدید ریاضی را به دانش آموزان خود معرفی کنند و سپس به مدت دو هفته به سادگی مشاهده کنند که بچه‌ها چقدر برای آن‌ها بازی می‌کنند. در هفته سوم، بچه‌های بعضی از کلاس‌ها بخاطر انجام همین بازی‌های ریاضی پاداش

می‌گرفتند و بچه‌های کلاسهای دیگر این جایزه را نمی‌گرفتند. همانطور که انتظار می‌رفت، جوایز زمان بازی بچه‌ها در بازی‌های ریاضی را افزایش می‌داد. اما چند هفته بعد با قطع جوایز چه اتفاقی افتاد؟ بچه‌هایی که پاداش دریافت کرده بودند ناگهان علاقه خود را به بازی‌های ریاضی از دست دادند و به سختی وقت خود را صرف این بازی‌ها کردند. در مقابل، کسانی که هرگز پاداش دریافت نمی‌کردند به طور منظم بازی‌های ریاضی را انجام می‌دادند.

این آزمایش نشان می‌دهد که چگونه گاهی پاداش‌ها نتیجه معکوس می‌دهند و علاقه ذاتی بچه‌ها به فعالیت‌هایی مانند خواندن و ریاضیات را تضعیف می‌کنند. وقتی افراد می‌بینند که رفتار آن‌ها به دلیل برخی عوامل موقعیتی (مانند یک پیتزای رایگان) ناشی می‌شود، هر عامل شخصی و درونی را تخفیف می‌دهند (مانند لذت بردن از فعالیت خود). بنابراین وقتی بچه‌ها از خود می‌پرسند چرا مطالعه می‌کنند، می‌گویند این برای پیتزا است. و وقتی دیگر پیتزا نخورد، آن‌ها دلیل خاصی برای خواندن نخواهند دید. حتی اگر آن‌ها از خواندن لذت می‌بردند، پاداش‌ها بیشتر می‌شد. این تأثیر تضعیف‌کننده پاداش‌ها، تأثیر بیش از حد توجیه است (فراتر رفتن از حد و توضیح رفتار خود با تأکید بیش از حد بر دلایل برجسته موقعیتی و تأکید کافی بر علل شخصی).

ممکن است فکر کنید نمرات دانشگاه یا دانشگاه نیز پاداش یادگیری است. آیا آن‌ها به همان شیوه دریافت پیتزا برای مطالعه نتیجه عکس می‌دهند؟ نه دقیقاً. یک تفاوت مهم این است که نمره‌ای که در یک دوره دانشگاه می‌گیرید به عملکرد شما بستگی دارد. تحقیقات نشان داده است که پاداش‌های احتمالی عملکرد به میزان کمتری باعث کاهش علاقه می‌شوند (و حتی در برخی مواقع می‌توانند علاقه را افزایش دهند) زیرا به شما می‌گویند در یک فعالیت مهارت دارید (تانگ و هال، ۱۹۹۵). حتی در این

صورت، تمرکز روی نمرات می تواند علاقه زیادی را که ممکن است به یک موضوع داشته باشید تحت الشعاع قرار دهد. مفید است که به خود یادآوری کنید که دو دلیل برای مطالعه کار دوره ای می تواند در کنار هم وجود داشته باشد: کسب نمره خوب و لذت بردن از مطالب. این می تواند «هم-و» باشد، نه «یا-یا».

خوشبختانه، اکثر دانشجویان روانشناسی را جذاب می دانند. ما نیز چنین می کنیم و تمام تلاش خود را می کنیم تا این جذابیت را در صفحات این کتاب به شما منتقل کنیم. روانشناسی مردم را مورد توجه قرار می دهد، زیرا سوالاتی را می پرسد که تقریباً همه جنبه های زندگی ما را لمس می کند: نحوه تربیت والدین شما چگونه بر تربیت فرزندان خود تأثیر می گذارد؟ بهترین درمان برای وابستگی به دارو چیست؟ آیا مرد می تواند به اندازه توانایی زن از کودک مراقبت کند؟ آیا می توانید یک تجربه آسیب زا را با جزئیات بیشتر تحت هیپنوتیزم به یاد بیاورید؟ چگونه باید نیروگاه هسته ای طراحی شود تا خطای انسانی را به حداقل برساند؟ استرس طولانی مدت چه تاثیری بر سیستم ایمنی بدن دارد؟ آیا روان درمانی در درمان افسردگی موثرتر از دارو است؟ روانشناسان در حال تحقیق برای یافتن پاسخ این سوالات و بسیاری دیگر هستند.

روانشناسی همچنین از طریق تأثیرگذاری بر قوانین و سیاست های عمومی بر زندگی ما تأثیر می گذارد. نظریه ها و تحقیقات روانشناختی بر قوانین مربوط به تبعیض، مجازات اعدام، اعمال دادگاه، پورنوگرافی، رفتار جنسی و مسئولیت شخصی در قبال اعمال تأثیر گذاشته است. به عنوان مثال، آزمایش های به اصطلاح دروغ سنج در دادگاه های ایالات متحده شواهد قابل قبولی نیستند زیرا تحقیقات روانشناسی غیر قابل قبول بودن آن ها را نشان داده است.

از آنجا که روانشناسی بسیاری از جنبه‌های زندگی ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد، حتی افرادی که قصد تخصص در آن را ندارند لازم است چیزی در مورد این رشته پویا بدانند. یک دوره مقدماتی روانشناسی باید به شما درک بهتری از چرایی فکر کردن، احساس کردن و عمل کردن افراد مانند آن‌ها و همچنین بینش در مورد نگرش‌ها و واکنش‌های خود شما بدهد.

این دوره همچنین به شما کمک می‌کند تا بسیاری از ادعاهای مطرح شده به نام روانشناسی را ارزیابی کنید. همه عناوین روزنامه‌هایی مانند این را دیده‌اند:

- شکل جدید روان درمانی، بهبودی را تسهیل می‌کند
- خاطرات سرکوب شده
- اضطراب کنترل شده توسط خودتنظیم امواج مغزی
- اثبات تله پاتی ذهنی
- نوزادان هنگام چرت زدن صداهای گفتاری را یاد می‌گیرند
- ثبات عاطفی که تقریباً به اندازه خانواده مربوط می‌شود
- نوشیدنی شیرین ممکن است عملکرد آزمون را افزایش دهد
- مراقبه ماورایی عمر را افزایش می‌دهد
- نگرانی‌های ظاهری آسیب روحی می‌بیند

چگونه می‌توانیم تصمیم بگیریم که این ادعاها را باور کنیم؟ برای ارزیابی صحت ادعاهای روانشناسی باید دو چیز را بدانید. اول، شما باید بدانید که چه واقعیت‌های روانشناختی به طور قاطع ثابت شده‌اند. اگر ادعای جدید با آن واقعیت‌ها سازگار نیست، باید محتاط باشید. دوم، شما باید دانش لازم را داشته باشید تا مشخص کنید آیا استدلال‌هایی که ادعای جدید را تأیید می‌کنند از استانداردهای شواهد

علمی برخوردار هستند. اگر این کار را نکنند، باز هم شما دلیل شک و تردید دارید. هدف این کتاب تأمین هر دو نیاز است. نخست، وضعیت کنونی دانش روانشناسی را مرور می‌کند. این مهم‌ترین یافته‌ها را در این زمینه ارائه می‌دهد تا شما از حقایق ثابت شده مطلع شوید. دوم، این ماهیت تحقیق را بررسی می‌کند (اینکه یک روانشناس چگونه یک برنامه تحقیقاتی را طراحی می‌کند که می‌تواند شواهد محکم یا موافق فرضیه‌ای را ارائه دهد) بنابراین شما می‌توانید نوع شواهد مورد نیاز برای تهیه یک ادعای جدید را بدانید.

در این فصل، ما با در نظر گرفتن انواع مباحثی که در روانشناسی مورد مطالعه قرار می‌گیرند، شروع می‌کنیم. پس از بررسی مختصر ریشه‌های تاریخی روانشناسی، ما در مورد چشم اندازهایی که روانشناسان در بررسی این موضوعات اتخاذ می‌کنند بحث می‌کنیم. سپس ما روش‌های تحقیق تحقیق روانشناختی، از جمله رهنمودهای اخلاقی را که برای چنین تحقیقاتی پیشنهاد شده است، توصیف می‌کنیم.

روانشناسی را می‌توان مطالعه علمی رفتار و فرایندهای ذهنی دانست. تنوع حیرت‌انگیز مباحث متناسب با این تعریف است، همانطور که در مثال‌های مختصر ارائه شده بعدی قابل مشاهده است. (همه این مباحث در بخش‌های مختلف این کتاب با جزئیات بیشتری مورد بحث قرار گرفته است)

آسیب مغزی و تشخیص چهره

جای تعجب نیست که وقتی افراد دچار آسیب مغزی می‌شوند، رفتار آن‌ها تحت تأثیر قرار می‌گیرد. آنچه تعجب آور است این است که آسیب در قسمت خاصی از مغز ممکن است رفتار فرد را از یک طریق تغییر دهد اما از راه دیگری تغییر نمی‌کند. در بعضی موارد، به عنوان مثال، افراد قادر به شناسایی چهره‌های آشنا در نتیجه آسیب به یک منطقه خاص در سمت راست مغز نیستند (با این حال آن‌ها می‌توانند همه کارهای دیگر را به طور عادی انجام دهند، بیماری به نام پروزوپگنوزیا). یک نمونه مشهور از این شرایط توسط متخصص مغز و اعصاب، الیور ساکس (۱۹۸۵) در کتاب خود مردی که همسرش را برای کلاه اشتباه گرفت توصیف کرد. در یک مورد دیگر، مردی مبتلا به پروپاگنوزیا از یک پیشخدمت شکایت کرد که شخصی به او خیره شده است، فقط به او اطلاع داده شد که در آینه نگاه می‌کند! چنین مواردی چیزهای زیادی در مورد نحوه عملکرد مغز طبیعی به ما می‌گوید. آن‌ها نشان می‌دهد که برخی از عملکردهای روانشناختی (مانند تشخیص چهره) در قسمت‌های خاصی از مغز موضعی هستند.

نسبت دادن صفات به مردم

فرض کنید در یک فروشگاه بزرگ شلوغ شخصی که درخواست یک موسسه خیریه را می‌کند به مشتری نزدیک می‌شود و از او درخواست کمک می‌کند. زن مبلغ کمی را به خیریه کمک مالی می‌کند. آیا فکر می‌کنید این زن سخاوتمند بود، یا فکر می‌کنید که به دلیل اینکه افراد زیادی او را تماشا می‌کردند تحت فشار قرار گرفته است. آزمایشاتی که برای مطالعه شرایطی از این دست طراحی شده است، نشان داده است که اکثر مردم این زن را سخاوتمندانه می‌دانند، حتی اگر فشارهای موقعیتی به قدری زیاد باشد که تقریباً همه رفتارهای یکسانی دارند. هنگام توضیح رفتار دیگران، افراد تمایل دارند که تأثیر علیت ویژگی‌های شخصیتی را دست کم بگیرند و عوامل موقعیتی را دست کم بگیرند (اشتباهی که روانشناسان اجتماعی آن را خطای اساسی اسناد می‌نامند) (شکل ۱.۱ را ببینید). اگر خطای اصلی اسناد را با اثر توجیه بیش از حد (که در زمینه کسب پیتزا برای خواندن بحث شده) مقایسه کنیم، شروع به دیدن برخی تمایزات مهم بین نحوه قضاوت دیگران و نحوه قضاوت خودمان می‌کنیم. وقتی احساس رفتار خود را می‌کنیم، اغلب دلایل موقعیتی دست بالا می‌گیریم.

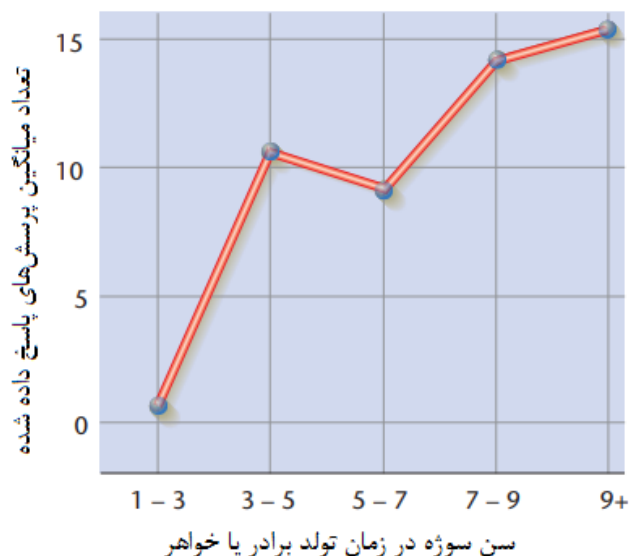
فراموشی دوران کودکی

بیشتر بزرگسالان می‌توانند وقایع مربوط به سال‌های اولیه خود را به یاد بیاورند، اما فقط به یک نقطه خاص باز می‌گردند. تقریباً هیچ کس نمی‌تواند وقایع سه سال اول زندگی را به یاد آورد، پدیده ای به نام فراموشی در دوران کودکی. یک واقعه مهم مانند تولد یک خواهر و برادر را در نظر بگیرید. اگر تولد بعد از ۳ سالگی اتفاق افتاده باشد، ممکن است کمی از آن خاطره داشته باشید. اما اگر زایمان قبل از ۳

سالگی اتفاق افتاده باشد، احتمالاً در مورد آن چیز بسیار کمی به خاطر می‌آورید (به شکل ۱.۲ نگاه کنید). فراموشی دوران کودکی به خصوص چشمگیر است زیرا سه سال اول تجربه ما بسیار غنی است. اما این انتقال‌های چشمگیر آثار کمی در خاطرات ما باقی می‌گذارد.



شکل ۱.۱ ویژگی صفت. در تصمیم‌گیری در مورد اینکه آیا کمک مالی قابل توجه شخص دیگری به امور خیریه ناشی از ویژگی‌های اهدا کننده است یا شرایط، ما تعصب داریم و معتقدیم که یک ویژگی مهم است. این خطای انتسابی اساسی را نشان می‌دهد.



شکل ۱.۲ یادآوری یک حافظه اولیه. در آزمایشی درباره فراموشی کودکان، از شرکت‌کنندگان در سن دانشگاه ۲۰ سوال در مورد وقایع مربوط به تولد یک خواهر و برادر کوچکتر پرسیده شد. میانگین تعداد سوالات پاسخ داده شده به عنوان تابعی از سن شرکت‌کننده هنگام تولد خواهر و برادر رسم می‌شود. اگر تولد قبل از چهارمین سال زندگی شرکت‌کننده رخ داده باشد، هیچ‌یک از شرکت‌کنندگان نمی‌تواند چیزی را در مورد آن به خاطر بیاورد. اگر تولد پس از آن اتفاق افتاد، یادآوری با افزایش سن شرکت‌کننده در زمان رویداد افزایش می‌یابد.

چاقی

بیش از یک چهارم بزرگسالان ایالات متحده چاق هستند. وزن آن‌ها ۳۰ درصد یا بیشتر از سطح مناسب برای ساختار بدن و قد آن‌ها است. چاقی خطرناک است. این آسیب‌پذیری در برابر دیابت، فشار خون بالا و بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهد. روانشناسان علاقه‌مند هستند که چه عواملی باعث می‌شود افراد بیش از حد غذا بخورند. به نظر می‌رسد یک عامل سابقه محرومیت است. اگر موش‌ها ابتدا از غذا

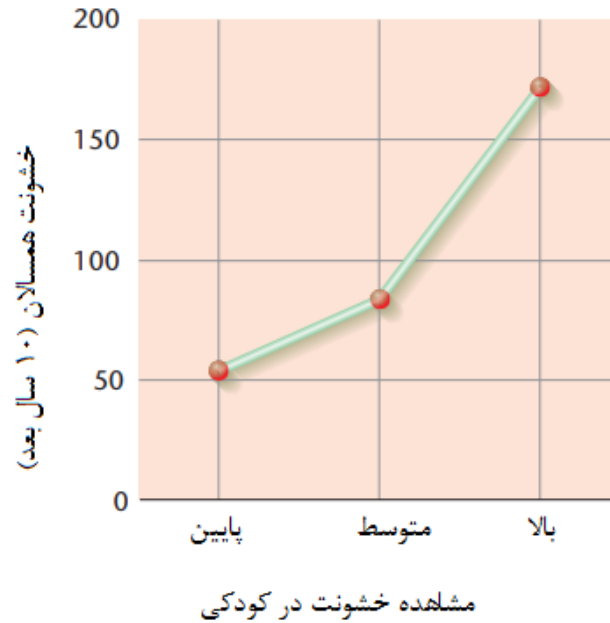
محروم شوند، سپس مجاز به خوردن غذا هستند تا زمانی که به وزن طبیعی خود برگردند و در آخر مجاز به خوردن هر مقدار که می‌خواهند، بیش از موش‌هایی که سابقه محرومیت ندارند، غذا می‌خورند.

اثرات خشونت رسانه‌ای بر پرخاشگری کودکان

این سوال که آیا تماشای خشونت در تلویزیون باعث پرخاشگری کودکان می‌شود مدت‌ها بحث برانگیز بود. اگرچه بسیاری از ناظران بر این باورند که خشونت تلویزیونی بر رفتار کودکان تأثیر می‌گذارد، اما برخی دیگر معتقدند که تماشای خشونت تأثیرات کلیسایی دارد. این ممکن است در واقع با اجازه دادن به کودکان برای بیان صحیح آن و «بیرون کشیدن از سیستم»، پرخاشگری را کاهش دهد. اما شواهد تحقیق از دیدگاه اثر کاتارتیک پشتیبانی نمی‌کند. در یک آزمایش، گروهی از کودکان کارتون‌های خشونت‌آمیز را تماشا کردند در حالی که گروه دیگر کارتون‌های غیر خشونت‌آمیز را برای همان مدت تماشا کردند. کودکانی که کارتون‌های خشونت‌آمیز را تماشا می‌کردند در تعامل با همسالان پرخاشگرتر می‌شدند، اما کودکانی که کارتون‌های بدون خشونت را مشاهده می‌کردند هیچ تغییری در رفتار پرخاشگرانه نشان نمی‌دادند. این تأثیرات می‌توانند به مرور زمان ادامه داشته باشند: هرچه برنامه‌های خشونت‌آمیز پسری در ۹ سالگی تماشا کند، احتمالاً در ۱۹ سالگی نیز پرخاشگری بیشتری خواهد داشت (شکل ۱.۳ را ببینید).



روانشناسان علاقه‌مند هستند که چه عواملی باعث می‌شود افراد بیش از حد غذا بخورند. از جمله دلایل احتمالی مورد مطالعه آن‌ها عوامل ژنتیکی و تأثیرات محیطی مانند تمایل به پرخوری در حضور محرک‌های خاص است.



شکل ۱.۳ رابطه بین مشاهده کودکی تلویزیون خشونت آمیز و پرخاشگری بزرگسالان. یک مطالعه کلاسیک نشان می‌دهد که اولویت برای تماشای برنامه‌های تلویزیونی خشن توسط پسران در سن ۹ سالگی مربوط به رفتار پرخاشگرانه است که توسط همسالان در ۱۹ سالگی رتبه بندی می‌شود.



مطالعات روانشناختی شواهدی را نشان می‌دهد که برنامه‌های خشونت‌آمیز تلویزیونی ممکن است اثرات مضر بر بینندگان جوان داشته باشد.

پرسش‌های تفکر انتقادی

۱. عناوین روزنامه را در مورد روانشناسی چاپ شده در صفحه مرور کنید. مقاله‌ای را در روزنامه یا اینترنت پیدا کنید که یافته‌های روانشناسی را پوشش دهد. آیا به آنچه خبر ادعا می‌کند اعتقاد دارید؟ چرا بله و چرا نه؟

۲. از کجا می‌دانید چه موقع به یک مقاله خبری اعتماد کنید؟ چه چیز دیگری باید بدانید تا ادعای روانشناختی خود را به عنوان واقعیت بپذیرید؟

مبانی تاریخی روانشناسی

ریشه‌های روانشناسی را می‌توان در فلاسفه بزرگ یونان باستان جستجو کرد. مشهورترین آن‌ها سقراط، افلاطون و ارسطو سوالات اساسی در مورد زندگی ذهنی مطرح کردند: آگاهی چیست؟ آیا مردم ذاتاً منطقی هستند یا غیر منطقی؟ آیا واقعاً چیزی به عنوان انتخاب آزاد وجود دارد؟ این سوالات و بسیاری از سوالات مشابه امروز به اندازه هزاران سال پیش دارای اهمیت هستند. آن‌ها با ماهیت ذهن و فرایندهای ذهنی سروکار دارند که از عناصر اصلی دیدگاه شناختی در روانشناسی هستند.

سوالات روانشناختی دیگر به ماهیت بدن و رفتار انسان می‌پردازد و سابقه آن‌ها به همان اندازه طولانی است. بقراط، که اغلب او را «پدر پزشکی» می‌نامند، تقریباً در همان زمان سقراط می‌زیسته است. وی علاقه زیادی به فیزیولوژی، مطالعه عملکرد ارگانیسم زنده و اجزای آن داشت. وی مشاهدات مهم بسیاری درباره چگونگی کنترل مغز بر ارگان‌های مختلف بدن انجام داد. این مشاهدات زمینه را برای آنچه که به چشم انداز بیولوژیکی در روانشناسی تبدیل شد، فراهم می‌کند.

بحث طبیعت - پرورش

یکی از بحث‌های اولیه در مورد روانشناسی انسان امروز نیز ادامه دارد. این بحث درباره پرورش طبیعت، این سوال را مطرح می‌کند که آیا توانایی‌های انسانی متولد می‌شوند یا از طریق تجربه به دست می‌آیند؟ از نظر طبیعت انسان‌ها با ذخیره دانش و درک واقعیت، وارد جهان می‌شوند. فلاسفه اولیه معتقد بودند که با استدلال دقیق و درون‌نگری می‌توان به این دانش و درک دسترسی داشت. در قرن هفدهم، دکارت با استدلال بر اینکه برخی عقاید (مانند خدا، خود، بدیهیات هندسی، کمال و بی‌نهایت) ذاتی

هستند، از دیدگاه طبیعت حمایت کرد. دکارت همچنین از نظر تصور از بدن به عنوان ماشینی قابل مطالعه است همانطور که سایر دستگاهها مورد مطالعه قرار می‌گیرند. این ریشه دیدگاه‌های مدرن پردازش اطلاعات در ذهن است که بعداً در این فصل مورد بحث قرار گرفت.



سقراط، فیلسوف یونان باستان، سولات اساسی درباره زندگی ذهنی مطرح کرد. امروزه بسیاری از این سولات به اندازه اهمیت سقراط مهم هستند.

این دیدگاه پرورش معتقد است که دانش از طریق تجربیات و تعاملات با جهان به دست می‌آید. اگرچه برخی از فلاسفه اولیه یونان این عقیده را داشتند، اما این عقیده بیشتر با جان لاک فیلسوف انگلیسی قرن هفدهم ارتباط دارد. به گفته لاک، ذهن انسان در بدو تولد یک تبلور راسا است، یک تخته خالی

که تجربه آن با بالغ شدن دانش، دانش و درک آن را «می‌نویسد». این دیدگاه روانشناسی تداعی‌گرایی را به وجود آورد. تداعی‌گرایان وجود ایده‌ها یا قابلیت‌های ذاتی را انکار می‌کردند. در عوض، آن‌ها استدلال کردند که ذهن پر از ایده‌هایی است که از طریق حواس وارد می‌شوند و سپس از طریق اصولی مانند شباهت و تضاد به هم پیوند می‌خورند. تحقیقات فعلی در مورد حافظه و یادگیری مربوط به تئوری تداعی اولیه است.

بحث کلاسیک پرورش-طبیعت در دهه‌های اخیر بسیار ظریف‌تر شده است. اگرچه برخی از روانشناسان هنوز استدلال می‌کنند که اندیشه و رفتار انسان در درجه اول از طریق زیست‌شناسی یا عمدتاً از تجربه ناشی می‌شود، اما بیشتر روانشناسان رویکرد بیشتری را در پیش می‌گیرند. آن‌ها اذعان می‌کنند که فرایندهای بیولوژیکی (مانند وراثت یا فرایندهای مغز) بر افکار، احساسات و رفتار تأثیر می‌گذارند، اما می‌گویند که تجربه نیز اثری از خود بر جای می‌گذارد. بنابراین سوال فعلی این نیست که آیا طبیعت یا پرورش روانشناسی انسان را شکل می‌دهد بلکه بیشتر چگونگی ترکیب طبیعت و پرورش برای انجام این کار است (پلومین و آزبری، ۲۰۰۵). مسئله پرورش طبیعت در بخش‌های بعدی در بسیاری از موارد مطرح شده است.

سرآغاز روانشناسی علمی

گرچه فلاسفه و دانشمندان همچنان در طول قرن‌ها به عملکرد ذهن و بدن علاقه داشتند، اما معمولاً روانشناسی علمی در اواخر قرن نوزدهم، زمانی که ویلهلم وونت اولین آزمایشگاه روانشناسی را در دانشگاه لایپزیگ تأسیس کرد، در نظر گرفته می‌شود. آلمان در سال ۱۸۷۹. انگیزه ایجاد آزمایشگاه وونت این اعتقاد بود که ذهن و رفتار، مانند سیارات یا مواد شیمیایی یا اندام‌های انسانی، می‌تواند

موضوع تجزیه و تحلیل علمی باشد. تحقیقات خود وونت در درجه اول مربوط به حواس، به ویژه بینایی بود، اما او و همکارانش همچنین توجه، احساسات و حافظه را مطالعه کردند.

وونت برای مطالعه فرایندهای ذهنی به درون نگری متکی بود. درون نگری به مشاهده و ضبط ماهیت ادراک، افکار و احساسات خود گفته می‌شود. نمونه‌هایی از درون نگری شامل گزارش افراد در مورد میزان سنگینی وزن یک شی و به نظر می‌رسد تابش نور است. روش درون نگری از فلسفه به ارث رسیده است، اما وونت بعد جدیدی به مفهوم افزود. مشاهده خود خالص کافی نبود. باید با آزمایشات تکمیل می‌شد. آزمایشات وونت برخی از ابعاد فیزیکی یک محرک را به طور سیستماتیک تغییر داد، مانند شدت آن، و از روش درون نگرانه برای تعیین چگونگی تغییر این تغییرات فیزیکی در تجربه آگاهانه شرکت کننده از محرک استفاده کرد.

اعتماد به درون نگری، به ویژه برای حوادث بسیار سریع ذهنی، غیرقابل اثبات بود. حتی پس از آموزش‌های گسترده، افراد مختلف در مورد تجربیات حسی ساده درون بینی بسیار متفاوتی را ایجاد کردند و از این تفاوت‌ها نتیجه گیری کمی می‌توان کرد. در نتیجه، درون نگری بخشی اصلی از دیدگاه شناختی فعلی نیست. و همانطور که خواهیم دید، واکنش برخی روانشناسان نسبت به درون نگری در توسعه دیدگاه‌های مدرن دیگر نقش داشت.

ساختارگرایی و کارکردگرایی

در طول قرن نوزدهم، شیمی و فیزیک با تجزیه و تحلیل ترکیبات پیچیده (مولکول‌ها) به عناصر (اتم‌ها)، پیشرفت زیادی کردند. این موفقیت‌ها روانشناسان را ترغیب می‌کند به دنبال عناصر ذهنی باشند که برای ایجاد تجربیات پیچیده تر ترکیب شده‌اند. همانطور که شیمی‌دانان آب را به عنوان

هیدروژن و اکسیژن تجزیه و تحلیل کردند، شاید روانشناسان نیز بتوانند طعم لیموناد (ادراک) را به عناصری مانند شیرین، تلخ و سرد (احساسات) تجزیه و تحلیل کنند. طرفدار اصلی این روش در ایالات متحده ای. بی. تیچنر، روانشناس دانشگاه کرنل بود که توسط ووند آموزش دیده بود. تیچنر اصطلاح ساختارگرایی (تجزیه و تحلیل ساختارهای ذهنی) را برای توصیف این شاخه از روانشناسی معرفی کرد. اما برخی از روانشناسان با ماهیت صرفاً تحلیلی ساختارگرایی مخالفت کردند. ویلیام جیمز، روانشناس برجسته ای در دانشگاه هاروارد، احساس کرد که تجزیه و تحلیل عناصر هوشیاری کمتر از درک ماهیت شخصی و روان آن است. رویکرد وی کارکردگرایی نام گذاری شد، و نحوه عملکرد ذهن را قادر می سازد تا یک ارگانیسم را قادر به سازگاری و عملکرد در محیط خود کند.



ویلهلم وونت اولین آزمایشگاه روانشناسی را در دانشگاه لایپزیگ تأسیس کرد. در اینجا او (سوم از چپ) در آزمایشگاه با همکارانش نشان داده می شود.

علاقه روانشناسان قرن نوزدهم به اقتباس از انتشار نظریه تکامل چارلز داروین ناشی می‌شود. برخی اظهار داشتند که آگاهی فقط به این دلیل تکامل یافته است که هدفی برای هدایت فعالیت‌های فرد دارد. کارشناسان برای یافتن چگونگی سازگاری ارگانیسم با محیط خود، گفتند که روانشناسان باید رفتار واقعی را مشاهده کنند. با این حال، هم ساختارگرایان و هم کارکردگرایان هنوز روانشناسی را علم تجربه آگاهانه می‌دانند.

رفتارگرایی

ساختارگرایی و کارکردگرایی نقش مهمی در اوایل پیشرفت روانشناسی قرن بیستم داشتند. از آنجا که هر دیدگاه یک رویکرد سیستماتیک به این زمینه ارائه می‌داد، آن‌ها مکاتب روانشناسی رقیب محسوب می‌شدند. با این حال، تا سال ۱۹۲۰، هر دو توسط سه مکتب جدید آواره شدند: رفتارگرایی، روانشناسی گشتالت و روانکاوی.

از بین این سه، رفتارگرایی بیشترین تأثیر را در روانشناسی علمی در آمریکای شمالی داشت. بنیان‌گذار آن، جان بی واتسون، علیه این دیدگاه که تجربه آگاهانه ولایت روانشناسی است، واکنش نشان داد. واتسون هنگام مطالعه رفتار حیوانات و نوزادان هیچ ادعایی در مورد هوشیاری نکرد. وی نه تنها تصمیم گرفت که روانشناسی حیوانات و روانشناسی کودک بتوانند به عنوان دانش خود به خود بایستند بلکه همچنین الگویی را تعیین کنند که روانشناسی بزرگسالان ممکن است از آن پیروی کند.

واتسون معتقد است که روانشناسی به عنوان یک علم، داده‌های روانشناختی باید مانند داده‌های هر دانش دیگر برای بازرسی عمومی باز باشد. رفتار عمومی است؛ آگاهی خصوصی است علم فقط باید با حقایق عمومی سرو کار داشته باشد. از آنجا که روانشناسان در حال بی‌صبری نسبت به درون‌نگری

بودند، رفتارگرایی جدید به سرعت تحت تأثیر قرار گرفت و بسیاری از روانشناسان جوان در ایالات متحده خود را «رفتارگرایان» خواندند. (تحقیقات ایوان پاولوف فیزیولوژیست روسی در مورد پاسخ شرطی به عنوان یک زمینه مهم از تحقیقات رفتاری در نظر گرفته شد، اما این واتسون بود که مسئول تأثیر گسترده رفتارگرایی بود.)

واتسون و دیگران که به رفتارگرایی توصیف می‌کنند، استدلال کردند که تقریباً همه رفتارها نتیجه شرطی شدن است و محیط با تقویت عادت‌های خاص رفتار را شکل می‌دهد. به عنوان مثال، دادن کوکی به بچه‌ها برای جلوگیری از غر زدن آن‌ها عادت غر زدن را تقویت می‌کند (به آن‌ها پاداش می‌دهد). پاسخ شرطی به عنوان کوچکترین واحد رفتاری مشاهده می‌شود که می‌توان رفتارهای پیچیده‌تری از آن ایجاد کرد. انواع الگوهای رفتاری پیچیده ناشی از آموزش یا آموزش خاص چیزی بیش از یک پارچه بهم دلبستگی از پاسخ‌های شرطی تلقی نمی‌شد.

رفتارگرایان تمایل داشتند درباره پدیده‌های روانشناختی از نظر محرک و پاسخ بحث کنند و اصطلاح روانشناسی پاسخ محرک (S-R) را به وجود آورند. با این حال توجه داشته باشید که روانشناسی S-R خود یک تئوری یا دیدگاه نیست بلکه مجموعه‌ای از اصطلاحات است که می‌تواند برای انتقال اطلاعات روانشناختی استفاده شود. اصطلاحات S-R امروزه نیز بعضی اوقات در روانشناسی استفاده می‌شود.

روانشناسی گشتالت

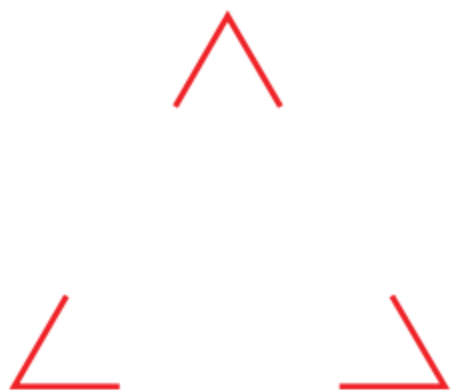
در حدود سال ۱۹۱۲، در همان زمان که رفتارگرایی در ایالات متحده در حال شیوع بود، روانشناسی گشتالت در آلمان ظاهر می‌شد. گشتالت یک کلمه آلمانی به معنای «شکل» یا «پیکربندی» است، که

به رویکرد ماکس ورتهایمر و همکارانش کورت کوفکا و ولفگانگ کهلر اشاره داشت، که همه آنها در نهایت به ایالات متحده مهاجرت کردند.

علاقه اصلی روانشناسان گشتالت درک بود و آنها معتقد بودند که تجربیات ادراکی به الگوهای ایجاد شده توسط محرکها و سازماندهی تجربه بستگی دارد. آنچه که در واقع می بینیم مربوط به پس زمینه ای است که یک جسم در آن ظاهر می شود و همچنین به سایر جنبه های الگوی کلی تحریک مربوط می شود (نگاه کنید به فصل ۵). کل با مجموع قسمت های آن متفاوت است، زیرا کل به روابط بین قطعات بستگی دارد. به عنوان مثال، هنگامی که به شکل ۱.۴ نگاه می کنیم، آن را به عنوان یک مثلث بزرگ منفرد (به عنوان یک شکل واحد یا گشتالت) می بینیم تا سه زاویه کوچک.



ویلیام جیمز، جان بی واتسون و زیگموند فروید چهره های اصلی در اوایل تاریخ روانشناسی بودند. جیمز رویکردی را که به عنوان کارکردگرایی شناخته می شود، واتسون رفتارگرایی و فروید نظریه و روش روانکاوی را به وجود آوردند.



شکل ۱.۴ تصویر گشتالت. وقتی به سه زاویه مثلث متساوی الاضلاع نگاه می‌کنیم، یک مثلث بزرگ منفرد می‌بینیم تا سه زاویه کوچک.

از جمله علایق اصلی روانشناسان گشتالت، درک حرکت، نحوه قضاوت افراد درباره اندازه و شکل ظاهری رنگ‌ها تحت تغییر نور بود. این علایق آن‌ها را به سمت تعدادی تفسیر ادراک محور از یادگیری، حافظه و حل مسئله سوق داد که به زمینه سازی تحقیقات فعلی در روانشناسی شناختی کمک کرد.

روانشناسان گشتالت همچنین بر بنیانگذاران اصلی روانشناسی اجتماعی مدرن (از جمله کورت لوین، سلیمان اشک و فریتز هیدر) تأثیر گذاشتند که اصول گشتالت را برای فهم پدیده‌های بین فردی گسترش دادند (جونز، ۱۹۹۸). به عنوان مثال، آچ (۱۹۴۶) این مفهوم گشتالت را گسترش داد که مردم به جای جدا کردن بخش‌ها از موارد ساده ادراک شی، موارد کامل را به مورد پیچیده‌تر ادراک شخص می‌بینند (تیلور، ۱۹۹۸). به علاوه، آن‌ها روند تحمیل معنا و ساختار بر محرک‌های ورودی را آگاهی خودکار و آگاهانه از خارج دیدند، دیدگاه گشتالت که تحقیقات معاصر در مورد شناخت اجتماعی را تا امروز ادامه می‌دهد (نگاه کنید به فصل ۱۸؛ مسکوویتز، اسکورنیک و گالینسکی، ۱۹۹۹).

روانکاوی

روانکاوی هم نظریه شخصیت است و هم روشی از روان درمانی که توسط زیگموند فروید در حدود قرن بیستم آغاز شد.

در مرکز نظریه فروید مفهوم ناخودآگاه است (افکار، نگرش‌ها، انگیزه‌ها، آرزوها و احساساتی که ما از آن‌ها بی‌اطلاعیم). فروید معتقد بود که خواسته‌های غیرقابل قبول (ممنوع یا مجازات شده) کودکی از آگاهی آگاهانه رانده می‌شود و به بخشی از ناخودآگاه تبدیل می‌شود، جایی که آن‌ها همچنان بر افکار، احساسات و اعمال ما تأثیر می‌گذارند. افکار ناخودآگاه در خواب، لغزش زبان و رفتارهای بدنی بیان می‌شوند. در طی درمان با بیماران، فروید از روش ارتباط آزاد استفاده کرد، که در آن به بیمار دستور داده شد هر آنچه را که به ذهن شما خطور می‌کند به عنوان راهی برای آگاهی از خواسته‌های ناخودآگاه بیان کند. تجزیه و تحلیل رویاها نیز به همین هدف انجام شد.

در نظریه کلاسیک فرویدی، انگیزه‌های پشت خواسته‌های ناخودآگاه تقریباً همیشه شامل جنسیت یا پرخاشگری است. به همین دلیل، نظریه فروید هنگامی که برای اولین بار مطرح شد، چندان مورد قبول واقع نشد. روانشناسان معاصر نظریه فروید را به طور کامل نمی‌پذیرند، اما آن‌ها متفق القولند که عقاید، اهداف و انگیزه‌های افراد در بعضی مواقع می‌توانند خارج از آگاهی آگاهانه عمل کنند.

تحولات بعدی در روانشناسی قرن بیستم

علی‌رغم کمک‌های مهم روانشناسی و روانکاوی گشتالت، تا زمان جنگ جهانی دوم روانشناسی تحت سلطه رفتارگرایی، به ویژه در ایالات متحده قرار داشت. پس از جنگ، علاقه به روانشناسی افزایش

یافت. ابزارهای پیشرفته و تجهیزات الکترونیکی در دسترس قرار گرفتند و می‌توان طیف وسیعی از مشکلات را بررسی کرد. آشکار شد که رویکردهای نظری قبلی بسیار محدود کننده بودند.

این دیدگاه با توسعه کامپیوترها در دهه ۱۹۵۰ تقویت شد. رایانه‌ها قادر به انجام کارهایی بودند (مانند بازی شطرنج و اثبات قضیه‌های ریاضی) که قبلاً فقط توسط بشر انجام می‌شد. آن‌ها ابزاری قدرتمند برای نظریه‌پردازی درباره فرایندهای روانشناختی به روانشناسان ارائه دادند. در مجموعه مقالاتی که در اواخر دهه ۱۹۵۰ منتشر شد، هربرت سایمون (که بعداً به وی جایزه نوبل اهدا شد) و همکارانش نحوه شبیه‌سازی پدیده‌های روانشناختی با رایانه را شرح دادند. بسیاری از مسائل روانشناختی از نظر مدل‌های پردازش اطلاعات، که انسان‌ها را پردازنده اطلاعات می‌دانستند و رویکردی پویاتر نسبت به رفتارگرایی در روانشناسی داشتند، دوباره اصلاح شد. به همین ترتیب، رویکرد پردازش اطلاعات امکان تدوین دقیق‌تری از ایده‌های روانشناسی و روانکاوی گشتالت را فراهم کرد. ایده‌های قبلی در مورد ماهیت ذهن را می‌توان با اصطلاحات مشخص بیان کرد و در برابر داده‌های واقعی بررسی کرد. به عنوان مثال، ما می‌توانیم عملکرد حافظه را مشابه روش ذخیره و بازیابی رایانه بدانیم. همانطور که یک کامپیوتر می‌تواند اطلاعات را از ذخیره موقت در تراشه‌های حافظه داخلی (RAM) خود به حافظه دائمی تر بر روی هارد دیسک انتقال دهد، بنابراین، حافظه فعال ما نیز می‌تواند به عنوان ایستگاه انتقال حافظه طولانی مدت عمل کند (اتکینسون و شیفین، ۱۹۷۱؛ الف؛ رایجمیکرز و شیفین، ۱۹۹۲).

تأثیر مهم دیگر در روانشناسی در دهه ۱۹۵۰ توسعه زبان‌شناسی مدرن بود. زبان‌شناسان شروع به نظریه‌پردازی درباره ساختارهای ذهنی لازم برای درک و صحبت کردن به یک زبان کردند. نوآم چامسکی پیشگام در این زمینه بود، که کتاب او ساختارهای نحوی، منتشر شده در سال ۱۹۵۷، اولین تجزیه و تحلیل روانشناختی قابل توجه در مورد زبان و ظهور رشته روانشناسی را تحریک کرد.

در همان زمان، پیشرفت‌های مهمی در روانشناسی اعصاب در حال رخ دادن بود. اکتشافات مربوط به مغز و سیستم عصبی روابط واضحی بین وقایع عصبی و فرآیندهای ذهنی را نشان داد. در دهه‌های اخیر، پیشرفت در فناوری زیست پزشکی امکان پیشرفت سریع تحقیقات در مورد این روابط را فراهم کرده است. در سال ۱۹۸۱ به راجر اسپری جایزه نوبل به دلیل نشان دادن ارتباط بین مناطق خاص مغز و فرآیندهای خاص فکری و رفتاری اعطا شد که در فصل ۲ به آن‌ها می‌پردازیم.

توسعه مدل‌های پردازش اطلاعات، روانشناسی و عصب روانشناسی رویکردی را برای روانشناسی ایجاد کرده است که از نظر گرایش بسیار شناختی است. اگرچه نگرانی اصلی آن تجزیه و تحلیل علمی فرایندها و ساختارهای ذهنی است، اما روانشناسی شناختی صرفاً به فکر و دانش مربوط نیست. همانطور که در کل این کتاب نشان داده شده است، این رویکرد در بسیاری از زمینه‌های روانشناسی از جمله ادراک، انگیزه، احساسات، روانشناسی بالینی، شخصیت و روانشناسی اجتماعی نیز گسترش یافته است.

به طور خلاصه، در طول قرن بیستم، تمرکز روانشناسی کاملاً دایر شد. روانشناسان پس از رد تجربه آگاهانه به عنوان نامناسب برای تحقیقات علمی و روی آوردن به مطالعه رفتار آشکار و مشاهده پذیر، بار دیگر با استفاده از ابزارهای جدید و قدرتمند، در مورد جنبه‌های پنهانی ذهن نظریه‌پردازی می‌کنند.

پرسش‌های تفکر انتقادی

۱. چه فرضیاتی درباره طبیعت انسان زمینه‌های مختلف تاریخی در روانشناسی را تشکیل می‌دهد؟

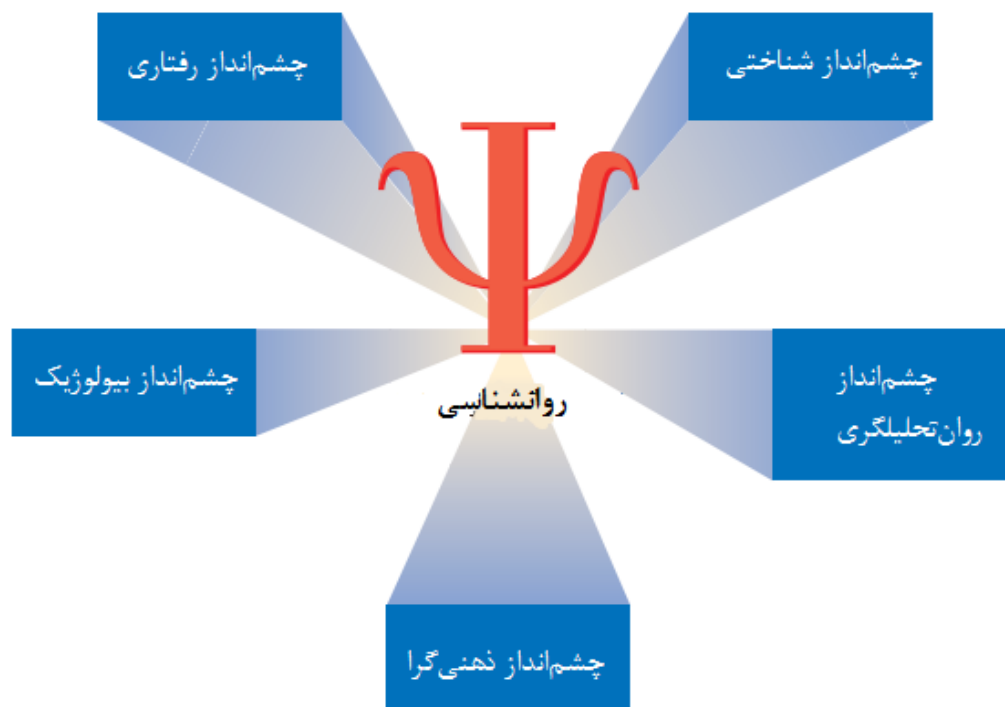
۲. با در نظر گرفتن این مفروضات اساسی، کدام یک از رویکردهای تاریخی با یکدیگر سازگار هستند؟

کدام یک ناسازگار هستند؟

دیدگاه‌های روانشناختی معاصر

دیدگاه روانشناختی چیست؟ اساساً، این یک رویکرد، روشی برای مشاهده مباحث درون روانشناسی است. از منظرهای مختلف می‌توان به هر مبحثی در روانشناسی پرداخت. در واقع، این در مورد هر عملی که شخص انجام می‌دهد صادق است. فرض کنید در پی توهین، به صورت شخصی مشت بزنید. از دیدگاه بیولوژیکی، ما می‌توانیم این عمل را به عنوان شامل مناطق خاصی از مغز و به عنوان شلیک اعصاب فعال کننده عضلات حرکت دهنده بازو توصیف کنیم. از منظر رفتاری، ما می‌توانیم عمل را بدون اشاره به هر چیزی در بدن شما توصیف کنیم. بلکه توهین محرکی است که شما با مشت زدن به آن پاسخ می‌دهید، پاسخی آموخته شده که در گذشته پاداش دریافت کرده است. یک دیدگاه شناختی در مورد این عمل بر روی فرآیندهای ذهنی ایجاد شده در ایجاد رفتار متمرکز است، و ما ممکن است مشت شما را از نظر اهداف و برنامه‌های شما توضیح دهیم: هدف شما دفاع از ناموس شما است، و رفتار پرخاشگرانه بخشی از برنامه شما برای دستیابی به این هدف است آن هدف از دیدگاه روانکاوی، عملکرد شما می‌تواند به عنوان بیان یک غریزه پرخاشگرانه ناخودآگاه توصیف شود. و سرانجام، از دیدگاه ذهنی گرایبی، می‌توان عمل پرخاشگرانه شما را واکنشی به تعبیر تفسیر گفته‌های شخص به عنوان یک توهین شخصی دانست.

علی‌رغم بسیاری از روش‌های ممکن برای توصیف هر عمل روانشناختی، این پنج دیدگاه نمایانگر رویکردهای اصلی مطالعه معاصر روانشناسی است (شکل ۱.۵ را ببینید). از آنجا که این پنج دیدگاه در طول کتاب مورد بحث قرار گرفته است، در اینجا ما فقط مختصری از برخی نکات اصلی را برای هر یک از آن‌ها ارائه می‌دهیم. بخاطر داشته باشید که این رویکردها نباید از یکدیگر جدا باشند. بلکه ممکن است آن‌ها روی جنبه‌های مختلف یک پدیده پیچیده متمرکز شوند. در واقع، درک بسیاری از مباحث روانشناختی نیاز به یک رویکرد التقاطی دارد که چندین دیدگاه را در بر بگیرد.

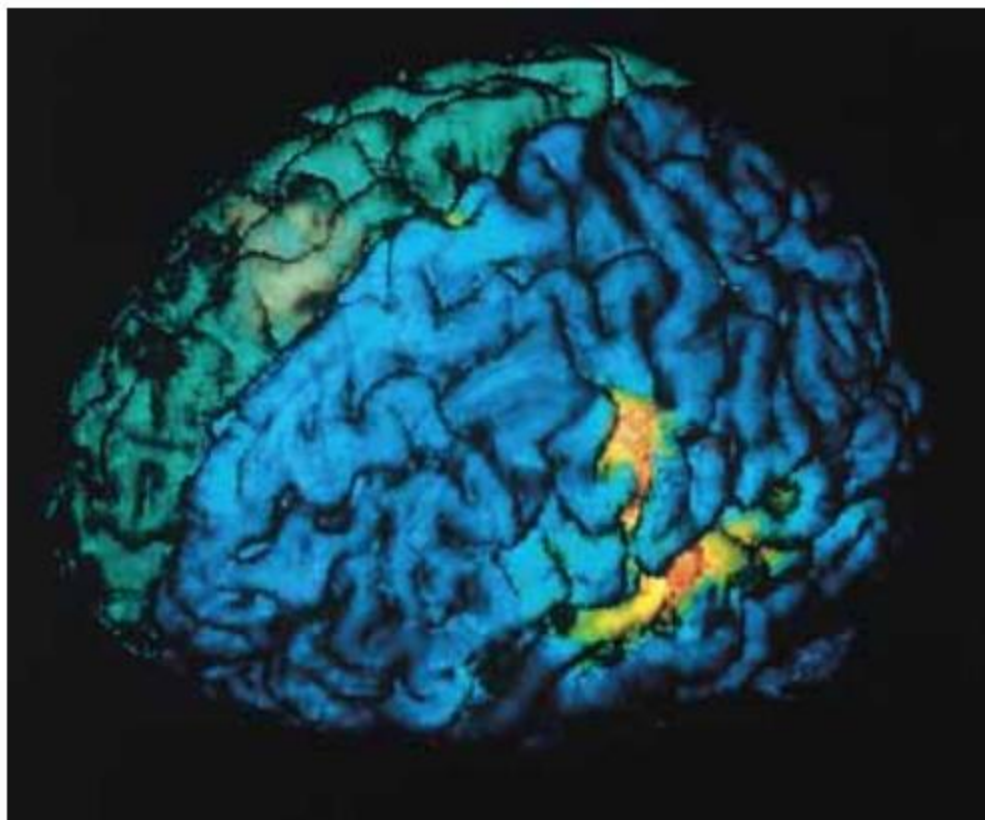


شکل ۱.۵ دیدگاه‌ها در روانشناسی. از چند منظر می‌توان به تحلیل پدیده‌های روانشناختی پرداخت. هر یک از آن‌ها تا حدودی روایت متفاوتی از چرایی رفتار افراد دارند و هر کدام می‌توانند سهمی در درک ما از کل افراد داشته باشند. حرف یونانی psi (c) گاهی به عنوان مخفف روانشناسی استفاده می‌شود

دیدگاه بیولوژیکی

مغز انسان بیش از ۱۰ میلیارد سلول عصبی و تقریباً بی‌نهایت ارتباط متقابل بین آن‌ها دارد. ممکن است پیچیده ترین ساختار جهان باشد. اصولاً تمام وقایع روانشناختی می‌تواند به فعالیت مغز و سیستم عصبی مربوط باشد. رویکرد بیولوژیکی مطالعه انسان‌ها و گونه‌های دیگر سعی در ارتباط رفتار آشکار با حوادث الکتریکی و شیمیایی در داخل بدن دارد. تحقیقات از منظر زیست‌شناختی می‌کوشد فرایندهای عصب شناختی را که زمینه ساز رفتار و فرایندهای ذهنی هستند، مشخص کند. به عنوان مثال، رویکرد بیولوژیکی افسردگی سعی دارد این اختلال را از نظر تغییرات غیر عادی در سطح انتقال دهنده‌های عصبی، که مواد شیمیایی تولید شده در مغز هستند و ارتباط بین سلول‌های عصبی را ممکن می‌سازند، درک کند.

برای نشان دادن این دیدگاه می‌توانیم از یکی از مشکلاتی که قبلاً توضیح داده شد استفاده کنیم. مطالعه تشخیص چهره در بیماران مبتلا به آسیب مغزی نشان می‌دهد که مناطق خاصی از مغز برای تشخیص چهره تخصص دارند. مغز انسان به نیمکره راست و چپ تقسیم می‌شود و به نظر می‌رسد مناطقی که به شناسایی چهره اختصاص داده شده‌اند عمدتاً در نیمکره راست قرار دارند. تخصص نیمکره قابل توجهی در انسان وجود دارد. به عنوان مثال در بیشتر افراد راست دست، نیمکره چپ برای درک زبان و نیمکره راست برای تفسیر روابط فضایی تخصصی است.



محققان با تصویربرداری از مغز انسان در حین انجام کارهای روانشناختی، می‌آموزند که کدام ساختارهای مغزی زمینه ساز پدیده‌های مورد نظر هستند. در اینجا ما یک نمایش ۳ بعدی از مغز انسان را هنگام گوش دادن به گفتار حاصل از MRI عملکردی (تصویربرداری تشدید مغناطیسی) مشاهده می‌کنیم. رنگ قرمز بیشترین مناطق فعال شدن را نشان می‌دهد، در حالی که رنگ زرد مناطق فعال شدن متوسط را نشان می‌دهد. فعالیت عصبی در ناحیه ورنیکه از مغز واقع شده است. این رویکرد نمای بیولوژیکی روانشناسی را نشان می‌دهد

دیدگاه بیولوژیکی نیز به مطالعه حافظه کمک کرده است. این امر بر اهمیت برخی ساختارهای مغزی، از جمله هیپوکامپ، که در تحکیم خاطرات نقش دارد، تأکید می‌کند. فراموشی دوران کودکی ممکن

است تا حدی به دلیل هیپوکامپ نابالغ باشد، ساختاری که تا یک یا دو سال پس از تولد کاملاً توسعه نیافته است.

دیدگاه رفتاری

همانطور که در بررسی مختصر ما از تاریخ روانشناسی شرح داده شد، دیدگاه رفتاری بر محرکها و پاسخهای قابل مشاهده متمرکز است و تقریباً تمام رفتارهای ناشی از شرطی سازی و تقویت را مورد توجه قرار می‌دهد. به عنوان مثال، یک تحلیل رفتاری از زندگی اجتماعی شما ممکن است بر روی افرادی که با آنها ارتباط برقرار می‌کنید (محرک‌های اجتماعی)، انواع پاسخ‌هایی که به آنها می‌دهید (پاداش دهنده، مجازات کننده یا خنثی)، انواع پاسخ‌هایی که به نوبه خود به آنها می‌دهند متمرکز شود. شما (پاداش دهنده، تنبیه کننده، یا خنثی)، و چگونگی پاسخ‌ها تعامل را حفظ یا مختل می‌کنند. ما می‌توانیم از مشکلات نمونه خود برای نشان دادن بیشتر این روش استفاده کنیم. با توجه به چاقی، برخی از افراد ممکن است فقط در صورت تحریک خاص (مانند تماشای تلویزیون) بیش از حد غذا بخورند (و یک پاسخ خاص) و یادگیری اجتناب از این محرک‌ها بخشی از بسیاری از برنامه‌های کنترل وزن است. با توجه به پرخاشگری، کودکان بیشتر از حد مجازات پاسخ‌هایشان (کودک دیگر پس می‌کشد) نسبت به مجازات دادن پاسخ‌هایشان (ضد حمله‌های کودک)، پاسخ‌های پرخاشگرانه مانند ضربه زدن به کودک دیگر را بیان می‌کنند.



اگر کودک پرخاشگر راه خود را در پیش بگیرد و کودک دیگر نوسان دهد، رفتار پرخاشگرانه پاداش داده می‌شود و کودک احتمالاً در آینده رفتار پرخاشگرانه ای دارد. این نمونه ای از دیدگاه رفتاری در روانشناسی است.

از نظر تاریخی، رویکرد سختگیرانه رفتاری فرایندهای ذهنی فرد را اصلاً در نظر نمی‌گرفت و حتی رفتارگرایان معاصر نیز معمولاً درباره فرایندهای ذهنی مداخله گر بین محرک و پاسخ حدس نمی‌زنند. با این وجود، روانشناسان غیر از رفتارگرایان سختگیر اغلب آنچه افراد در مورد تجارب آگاهانه خود می‌گویند را ثبت می‌کنند (گزارش خود کلامی) و از این داده‌های ذهنی استنباطی در مورد فعالیت ذهنی خود می‌گیرند. اگرچه امروزه تعداد کمی از روانشناسان خود را رفتارگرای سختگیر معرفی

می‌کنند، اما بسیاری از تحولات مدرن روانشناسی از کارهای رفتارگرایان پیشین تکامل یافته است (مالون، ۲۰۰۳؛ اسکینر، ۱۹۸۱).

دیدگاه شناختی

دیدگاه شناختی معاصر تا حدی بازگشت به ریشه‌های شناختی روانشناسی و تا حدی واکنشی به باریک بودن رفتارگرایی است که تمایل به غفلت از فعالیت‌های پیچیده انسانی مانند استدلال، برنامه ریزی، تصمیم‌گیری و ارتباطات دارد. دیدگاه شناختی معاصر مانند نسخه قرن نوزدهم مربوط به فرآیندهای ذهنی مانند درک، به خاطر سپردن، استدلال، تصمیم‌گیری و حل مسئله است. برخلاف نسخه قرن نوزدهم، رویکرد شناختی معاصر مبتنی بر درون‌نگری نیست. در عوض، فرض بر این است که (۱) فقط با مطالعه فرآیندهای ذهنی می‌توانیم به طور کامل آنچه ارگانیسم‌ها انجام می‌دهند، درک کنیم و (۲) می‌توانیم فرآیندهای ذهنی را با تمرکز بر رفتارهای خاص (دقیقاً همانطور که رفتارگرایان انجام می‌دهند)، اما تفسیر آن‌ها به صورت عینی، مطالعه می‌کنیم. فرآیندهای ذهنی اساسی در انجام این تفاسیر، روانشناسان شناختی غالباً به قیاس ذهن و کامپیوتر متکی بوده‌اند. اطلاعات ورودی به روش‌های مختلف پردازش می‌شوند: آن‌ها انتخاب می‌شوند، مقایسه می‌شوند و با سایر اطلاعات موجود در حافظه انتخاب می‌شوند، تبدیل می‌شوند، ترتیب مجدد می‌شوند و غیره.