

## زندگی نامه‌ی نظریه پردازان روانشناسی

### Biographies of psychological theorists

#### Mahdi Ameri

Assistant proferssor of psychology, university payamnoor, Tehran, Iran.

Email: ameri.mehdi53@yahoo.com

#### مهدی عامری\*

استادیار دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

#### Mohammadmahdi Zarringol

Social worker student, university payam noor, Tehtan, Iran.

#### محمد مهدی زرین گل

دانشجوی مددکاری اجتماعی، پیام نور، تهران، ایران.

#### Abstract

A life of ups and downs with love and science makes achievements for humanity and gifts for science lovers. In the meantime, the complexity of the psyche has shown a lot of impatience to be identified and to rest in its true position. It is not very audible to know the people who have saved comfort in this science for the troubled souls and the brains left in the dark. ometimes the life story of these people is the key and solution to understand the issues that we are looking for in the writings. By delving into the theories of these people, you can have a much better view of your past and create a bright and shining future. Slices of the lives of these elders complete the puzzle, in which there is no doubt a picture of self-awareness and non-self-awareness, and what a greater pleasure than self-knowledge.

**Keywords:** Theory, inventor, project, scientific reasoning.

#### چکیده

زندگی پرفراز و نشیب همراه با عشق و آغشته به علم باعث دستاوردهایی برای بشریت و ارمغانی گران برای دوست داران و عاشقان علم می باشد. در این بین پیچیدگی روان برای شناسایی شدن از همه مستحق تر و برای آرام گرفتن در جایگاه حقیقی خود بی تابی زیادی از خود نشان داده. شناختن افرادی که با دلباختگی به این علم راحتی را برای روان های پریشان و مغز های جا مانده در تاریکی را نجات داده اند بسیار شنیدنیست. گاه داستان زندگی خود این افراد کلید و راه حل برای فهمیدن مسائلی است که در نوشته ها به دنبال آنها میگردیم. با کنکاشت در نظریه های این افراد میتوان دیدگاهی به مراتب بهتر از گذشته خود داشت و آینده ای روشن درخشانی را ساخت. برش هایی از زندگی این بزرگان پازلی را تکمیل میکنند که در آن بدون شک عکسی از خودآگاهی و ناخودآگاهی پیداست و چه لذتی بالاتر از شناخت خود.

واژه‌های کلیدی: نظریه، مخترع، پروژه، استدلال علمی.

پذیرش: خرداد ۱۴۰۳

دریافت: اسفند ۱۴۰۲

نوع مقاله: پژوهشی

#### مقدمه

#### نظریه‌های رفتاری

روانشناسی رفتاری یا رفتارگرایی یک نظریه درباره یادگیری بوده که مبتنی بر این ایده است، همه رفتارها از راه شرطی‌سازی به دست می‌آیند.

نظریه‌های رفتاری که توسط روانشناسان معروفی همچون جان. بی. واتسون و بی. اف. اسکینر حمایت می‌شد، در نیمه اول قرن بیستم بر جهان روان‌شناسی مسلط شدند. امروزه تکنیک‌های روانشناسی هنوز به طور گسترده توسط روانشناسان برای کمک به مراجعین در یادگیری مهارت‌ها و رفتارهای جدید مورد استفاده قرار می‌گیرد.

### نظریه‌های شناختی

نظریه‌های روانشناسی شناختی بر حالات درونی فرد مثل انگیزه، حل مسئله، تصمیم‌گیری، فکر کردن و توجه تمرکز دارند. این نظریه‌ها تلاش می‌کنند فرایندهای ذهنی از جمله اینکه ذهن چگونه اطلاعات را پردازش می‌کند و چگونه افکار ما منجر به برخی احساسات و رفتارها می‌شوند، توصیف کند.

### نظریه‌های انسان‌گرا

محبوبیت نظریه‌های انسان‌گرا در دهه ۱۹۵۰ آغاز شد. از بزرگ‌ترین نظریه‌پردازهای این حوزه می‌توان مزلو و راجرز را نام برد. در حالی که نظریه‌های قبلی روانشناسی بیشتر بر پایه رفتار غیرطبیعی و مشکلات روانشناختی بنا شده بودند، نظریه‌های انسان‌گرا بر اساس خوب بودن انسان تاکید دارند.

### نظریه‌های روان‌پویایی

این نظریه از نظریه‌های روانشناسی سطوح ناخودآگاه انسان را که بر احساسات، نگرش و شخصیت انسان اثر می‌گذارد، مورد مطالعه قرار می‌دهد. در حقیقت نظریه‌های روان‌پویایی تلاش می‌کنند تا ریشه ناخودآگاه رفتارهای فرد را پیدا کنند. این نظریه‌ها قویا با فروید و هوادارانش ارتباط دارند.

### نظریه‌های زیستی

نظریه‌های زیستی تلاش می‌کنند تا رفتارها و احساسات انسان را به دلایل زیستی ارتباط بدهند. نظریه‌های زیست‌شناختی بیشتر در ایده‌های چارلز داروین ریشه دارند که به دلیل نظریه‌پردازی درباره نقش‌هایی که تکامل و ژنتیک در روان‌شناسی ایفا می‌کند، مشهور است.

### بی اف اسکینر

بی اف اسکینر (B.F. Skinner) روانشناس، مخترع، نویسنده، رفتارشناس و فیلسوف اجتماعی آمریکایی است که در دانشگاه هاروارد، روانشناسی تدریس می‌کرده است. بی اف اسکینر، از جمله بنیان‌گذاران روانشناسی رفتارگرا و نیز از توسعه دهندگان نظریه یادگیری در روانشناسی محسوب می‌شود.

### زندگی‌نامه (بیوگرافی) بی اف اسکینر

بوروس فردریک اسکینر در شهر کوچک سوسکه انا، پنسیلوانیا به دنیا آمد و بزرگ شد. پدرش وکیل و مادرش خانه دار بود. او با برادری که دو سال از او بزرگتر بود بزرگ شد. وی بعداً کودکی خود در پنسیلوانیا را "گرم و پایدار" توصیف کرد. از کودکی از ساختن و اختراع چیزهایی لذت می‌برد. مهارتی که بعداً در آزمایش‌های روانشناختی خود به کار گرفت. برادر کوچکتر وی ادوارد در ۱۶ سالگی به دلیل خونریزی مغزی درگذشت.

در دوران دبیرستان، اسکینر از مطالعه گسترده خود درباره آثار فرانسیس بیکن، علاقه به استدلال علمی را شروع کرد. وی در ادامه با دریافت مدرک لیسانس در ادبیات انگلیسی در سال ۱۹۲۶ از کالج همیلتون فارغ التحصیل شد. پس از اخذ مدرک کارشناسی، تصمیم گرفت نویسنده شود، دوره‌ای از زندگی او که بعداً آن را "سال‌های تاریک" می‌نامد. در این مدت، او فقط دوازده مقاله کوتاه در روزنامه نوشت و با وجود تشویق و راهنمایی از شاعر مشهور، رابرت فراست، به سرعت از استعدادهای ادبی خود ناامید شد.

هنگام کار به عنوان دفتردار در یک کتابفروشی، با مواجهه با آثار پاولوف و واتسون به نقطه عطفی در زندگی و حرفه خود رسید. اسکینر با الهام از این آثار تصمیم گرفت حرفه خود را به عنوان یک داستان نویس کنار بگذارد و وارد برنامه تحصیلات تکمیلی روانشناسی در دانشگاه هاروارد شد.

پس از دریافت دکترای خود از هاروارد در سال ۱۹۳۱، ب. اف. اسکینر به لطف یک بورس تحصیلی برای پنج سال آینده به کار خود در دانشگاه ادامه داد. در این دوره از زمان، او تحقیقات خود را در مورد رفتار عملگرا و شرطی‌سازی عمل ادامه داد. او در سال ۱۹۳۶ با ایوان بلو ازدواج کرد و این زوج صاحب دو دختر به نام‌های جولی و دیورا شدند.

## نوآوری‌های اسکینر

### جعبه اسکینر

دستگاه "Skinner box" محفظه‌ای بود که حاوی میله یا کلیدی بود که یک حیوان می‌توانست برای دریافت غذا، آب یا هر نوع تقویت‌کننده دیگر، آن را فشار دهد.

در همین زمان در هاروارد بود که وی ضبط‌کننده تجمعی را نیز اختراع کرد. دستگاهی که پاسخ‌ها را به صورت یک خط شیب دار ضبط می‌کرد. اسکینر با مشاهده شیب خط، که میزان پاسخ را نشان می‌داد، توانست ببیند که میزان پاسخ به آنچه پس از فشار حیوان روی میله بود، بستگی دارد.

یعنی نرخ پاسخ بالاتر به دنبال جوایز در حالی که نرخ پاسخ پایین به دنبال کمبود پاداش است. این دستگاه همچنین به اسکینر اجازه می‌داد تا ببیند که برنامه تقویت‌کننده‌ای که استفاده می‌شود نیز بر میزان پاسخ تأثیر می‌گذارد. با استفاده از این دستگاه، او دریافت که محرک‌های سابق به آنچه واتسون و پاولوف معتقد بودند، بستگی ندارند. در عوض، اسکینر دریافت که رفتارها به آنچه پس از پاسخ اتفاق می‌افتد وابسته است. اسکینر این وضعیت را رفتار عامل نامید.

### پروژه کبوتر

ب. اف. اسکینر پس از ازدواج در دانشگاه مینه‌سوتا سمت تدریس گرفت. اسکینر هنگام تدریس در دانشگاه مینه‌سوتا و در اوج جنگ جهانی دوم علاقه مند به کمک به جنگ شد. وی بودجه‌ای را برای پروژه‌ای دریافت کرد که شامل کبوترهای آموزشی برای هدایت بمب‌ها بود زیرا در آن زمان هیچ سیستم هدایت موشکی وجود نداشت.

در "پروژه کبوتر" همانطور که نامیده می‌شد، کبوترها در مخروط بینی موشک قرار می‌گرفتند و آموزش می‌دیدند که هدف را نوک بزنند. که سپس موشک را به سمت هدف مورد نظر هدایت می‌کند. این پروژه هرگز به نتیجه نرسید، زیرا توسعه رادار نیز در جریان بود، اگرچه اسکینر موفقیت چشمگیری در کار با کبوترها داشت.

در حالی که این پروژه سرانجام لغو شد، اما به یافته‌های جالبی منجر شد و ب. اف. اسکینر حتی توانست به کبوترها بازی پینگ‌پنگ بیاموزد.

### مراقب کودک

در سال ۱۹۴۳، B.F. Skinner به درخواست همسرش "مراقب کودک" را اختراع کرد. توجه به این نکته مهم است که مراقب کودک همان "جعبه اسکینر" نیست که در تحقیقات تجربی اسکینر استفاده شده است. وی در پاسخ به درخواست همسرش برای جایگزینی ایمن تر برای تخت های سنتی تختخواب گرم و محصور را با پنجره پلکسی گلاس ایجاد کرد. Ladies Home Journal مقاله ای را با عنوان "کودک در یک جعبه" روی تختخواب چاپ کرد و تا حدی به سوء تفاهم در مورد کاربرد مورد نظر در تختخواب کمک کرد.

### کتابهای اسکینر

بی. اف. اسکینر نویسنده ای توانا بود و نزدیک به ۲۰۰ مقاله و بیش از ۲۰ کتاب منتشر کرد. اگر چه آثار و تحقیقات و کتابهای اسکینر، متنوع و متعدد هستند، اما شاید باید تاثیرگذارترین آنها را کتاب Behavior of Organisms دانست که در سال ۱۹۳۸ منتشر شد.

این کتاب پس از پایان تحصیلات بی اف اسکینر در هاروارد و زمانی که در آنجا به عنوان محقق مشغول کار بود، منتشر شده است.

در زمان انتشار، برخی این کتاب را مشابه و نزدیک به کارهای ایوان پاولوف می دانستند. اما به تدریج مشخص شد که یک تفاوت کلیدی بین دو نگاه وجود دارد که آنها را مکمل یکدیگر می کند.

پاولوف به پاسخ غریزی در مقابل محرک خارجی (مانند ترشح بزاق در هنگام نواختن زنگ) توجه داشت و اسکینر بیشتر به یادگیری رفتارهای جدید در اثر تعامل با محیط توجه می کرد.

کتاب او در سال ۱۹۷۱ با عنوان فراتر از آزادی و کرامت نیز او را به یک میله صاعقه برای جنجال تبدیل کرد. زیرا به نظر می رسید کار او حاکی از آن است که انسانها واقعاً از اختیار و آزادی برخوردار نیستند. کتاب او درباره رفتارگرایی در سال ۱۹۷۴ تا حدی نوشته شد تا بسیاری از شایعات مربوط به نظریه ها و تحقیقات وی را از بین ببرد.

### برخی آثار اسکینر

- رفتار ارگانیزمها (۱۹۳۸)
- والدن ۲ (۱۹۴۸)
- علم و رفتار انسان (۱۹۵۳)
- فراسوی آزادی و شأن (۱۹۷۱)
- درباره رفتارگرایی (۱۹۷۴)
- تأملاتی درباره رفتارگرایی و جامعه (۱۹۷۸)
- به خاطر تأمل بیشتر (۱۹۸۷)
- جلد ۱ زندگی نامه اسکینر: جزئیات زندگی من (۱۹۷۶)
- جلد ۲: شکل گیری یک رفتارگرا (۱۹۷۹)
- جلد ۳: موضوع پیامدها (۱۹۸۳)

### رفتارگرایی behaviorism

رفتارگرایی از تحقیقات آزمایشگاهی روی حیوانات و انسان ها پدیدار شد. دو تن از پیشگامان رفتارگرایی ای. ال. ثرنایک و جان واتسون بودند، اما فردی که غالباً با موضوع رفتارگرا تداعی شده، بی. اف. اسکینر است که تحلیل رفتاری behavioral analysis او جدایی آشکاری از نظریه های بسیار گمانه ای روان پویشی است. طرفداری قانع اسکینر از رفتار قابل مشاهده،

نام رفتارگرایی رادیکال را به رویکرد او داد. اسکینر علاوه بر این که رفتارگرایی رادیکال است، می‌توان او را جبرگرا و محیط‌گرا نیز در نظر گرفت. او به عنوان کی جبرگرا، عقیده اختیار یا اراده آزاد را رد کرد. او می‌دانست که عوامل ژنتیکی مهم هستند، اما تأکید داشت که چون آن‌ها هنگام لقاح تثبیت شده هستند، به کنترل رفتار کمکی نمی‌کنند. تاریخچه ارگانیزم، نه آناتومی، مفیدترین اطلاعات را برای پیش‌بینی و کنترل کردن رفتار تأمین کرد.

### شرطی‌سازی عامل اسکینر (کنشگر)

شرطی‌سازی عامل اسکینر یک روش یادگیری است که از طریق پاداش و تنبیه در ازای یک رفتار واقع می‌شود. از طریق شرطی‌سازی عامل، یک فرد ارتباطی را بین یک رفتار خاص و یک نتیجه برقرار می‌سازد. به اسکینر به‌عنوان پدر شرطی‌سازی عامل نگریسته می‌شود، اما کار او بر اساس قانون اثر ثرندایک (۱۸۹۸) استوار بود. با توجه به این اصل، رفتاری که به دنبال نتایج دلپذیر هستند، احتمالاً تکرار می‌شود و رفتاری که ناشی از نتایج ناخوشایند باشد از احتمال کمتری برای تکرار شدن برخوردار است.

بی‌اف اسکینر یک اصطلاح جدید را به قانون اثر معرفی کرد - تقویت. رفتار تقویت شده تمایل به تکرار شدن دارد (به عبارت دیگر تحکیم شده)؛ رفتار تقویت نشده نیز تمایل دارد تا که از بین رفته یا خاموش شود (به عبارت دیگر تضعیف شده). بی‌اف اسکینر (۱۹۴۸) شرطی‌سازی عامل را با انجام آزمایشی که در طی آن حیواناتی را در جعبه اسکینر قرار داده بود و شبیه به جعبه پازل ثرندایک بود مورد مطالعه قرار داد. اسکینر سه نوع پاسخ یا عامل را مورد شناسایی قرار داد که می‌توانند دنبال‌کننده‌ی رفتار باشند.

عامل‌های خنثی:

پاسخ‌هایی از جانب محیط که نقشی در افزایش یا کاهش احتمال تکرار یک رفتار ندارند.

تقویت‌کننده‌ها:

پاسخ‌هایی از جانب محیط که باعث افزایش احتمال تکرار رفتار می‌شوند. تقویت‌کننده‌ها می‌توانند مثبت یا منفی باشند.

تنبیهات:

پاسخ‌هایی از جانب محیط که احتمال تکرار وقوع یک رفتار را کاهش می‌دهند. تنبیه رفتار را تضعیف می‌کند.

همه‌ی ما می‌توانیم نمونه‌هایی از نحوه رفتار خودمان توسط تقویت‌کننده‌ها و تنبیهات را در نظر بگیریم. احتمالاً هنگامی که کودک بودید، شما تعدادی از رفتارها را آزمایش کرده و از نتایج آن مطلع شده‌اید.

مثلاً وقتی جوان‌تر بودید، سعی کردید در مدرسه سیگار بکشید و نتیجه برجسته‌ی این اقدام این بوده است که شما با گروهی که همیشه می‌خواستید همراه شدید. در این حال ممکن است شما با تقویت مثبت مواجه شده باشید (مثلاً پاداش) و در نتیجه احتمالاً این رفتار را تکرار کرده‌اید.

با این حال چنانچه نتیجه اصلی این اقدام این بود که شما گرفتار می‌شدید، حضور شما در مدرسه به حالت تعلیق در می‌آمد و والدین شما نیز درگیر این موضوع شده و مطمئناً با تنبیه مواجه می‌شدید، نتیجه این می‌شد که به احتمال کمتری در حال حاضر سیگاری بودید.

### تأثیر اسکینر بر روانشناسی

در نظرسنجی سال ۲۰۰۲ روانشناسان، بی‌اف اسکینر به عنوان تأثیرگذارترین روانشناس قرن ۲۰ شناخته شد. در حالی که رفتارگرایی دیگر یک مکتب فکری غالب نیست، اما کار وی در شرط بندی عملیاتی امروزه حیاتی است.

متخصصان بهداشت روان اغلب هنگام کار با مراجعه کننده از تکنیک های عملیاتی استفاده می کنند. معلمان اغلب از تقویت کننده برای شکل دادن به رفتار در کلاس استفاده می کنند. و مربیان حیوانات برای آموزش سگ و سایر حیوانات به شدت به این تکنیک ها اعتماد می کنند. میراث چشمگیر اسکینر هم در روانشناسی و هم در زمینه های مختلف دیگری از فلسفه تا آموزش اثری ماندگار بر جای گذاشته است.

### پایان زندگی اسکینر

در سالهای آخر، ب. اف. اسکینر به نوشتن درباره زندگی و نظریه های خود ادامه داد. وی در سال ۱۹۸۹ به سرطان خون مبتلا شد.

فقط هشت روز قبل از مرگش، انجمن روانشناسی آمریکا به اسکینر جایزه کاملی برای زندگی اش اهدا کرد. و وی هنگام پذیرش این جایزه، یک سخنرانی ۱۵ دقیقه ای را در سالن اجتماعات مملو از جمعیت انجام داد. وی در ۱۸ آگوست ۱۹۹۰ درگذشت.

### ژان پیازه

ژان پیازه، بزرگترین فرضیه پرداز، در میان روان شناسان معاصر است. او یک روان شناس، زیست شناس و شناخت شناس سوئیسی بود که به دلیل فعالیت هایش در روان شناسی رشد و شناخت شناسی شهرت یافته است. پیازه به واسطه ی مطالعات، پژوهش ها و تجربیاتی که اکثر آن ها را به تنهایی انجام داد، توانست یک تئوری جامع و محکم در رابطه با رشد و تحول شناختی، یعنی رشد و نمو هوش ارائه دهد.

پیاژه جایگاه ویژه ای برای آموزش کودکان قایل بود. او در سال ۱۹۳۴ در کسوت رئیس دفتر بین المللی آموزش سازمان ملل متحد اعلام کرد «تنها آموزش است که می تواند جوامع ما را در مقابل فروپاشی تدریجی یا خشونت بار حفظ کند.»

### زندگی نامه (بیوگرافی) ژان پیازه

ژان پیازه در تاریخ ۹ اوت ۱۸۹۶ در نوشاتل سوئیس، که یک شهر دانشگاهی کوچک محسوب می شد، به دنیا آمد. او اولین فرزند خانواده بود. مادرش ربکا جکسون و پدرش آرتور پیازه، در دانشگاه، تاریخ قرون وسطی تدریس میکرد. از دیدگاه ژان پیازه پدرش اندیشمندی دقیق و منظم و مردش فردی بسیار عاطفی بود که رفتارهایش در خانواده تنش ایجاد می کرد. در این میان پیازه، سبک رفتارهای پدرش را انتخاب کرد و از تعارض ها و تنش های خانوادگی به انجام پژوهش پناه برد. او در سن ۱۱ سالگی، زمانی که در مدرسه ی لاتین نوشاتل تحصیل میکرد، در رابطه با یک گنجشک آلبینو که در پارک شهر دیده بود، مقاله نوشت. این مقاله مقدمه ی زندگی سراسر علمی او شد. پیازه در دوران نوجوانی به حیطة ی جانور شناسی علاقه پیدا کرد و در در رابطه با نرم تنان چند مقاله نوشت. این مقالات زمینه ای برای دعوت از سوی دانشمندان سایر کشورها از او شد. همچنین از او درخواست شد تا مدیریت یک موزه را برعهده بگیرد اما به دلیل پایین بودن سنش، این مسئولیت را نپذیرفت.

پیاژه در سن ۱۵ سالگی متوجه شد که باورهای مذهبی اش پایه ی علمی ندارند. به همین دلیل به دنبال راهی گشت تا بتواند ارتباطی بین علم و فلسفه برقرار کند و در این زمینه مطالعات زیادی انجام داد.

او در سن ۲۱ سالگی در دانشگاه نوشاتل مشغول به کسب درجه ی دکتری در رشته ی علوم طبیعی شد و در طول دوران تحصیل در مقطع دکتری دو مقاله ی فلسفی نوشت و از آنها با عنوان کارهای جوانی یاد می کرد. در سن ۲۳ سالگی شناخت شناسی تکوینی را مطرح کرد. هدف از شناخت شناسی تکوینی، برنامه ای بود که پیازه برای کارهایش طراحی کرده بود. طبق

این برنامه او ابتدا باید به پژوهش و مطالعه در حوزه ی روان شناسی کودک و تحول قوای ذهنی او می پرداخت و سپس بر اساس نتایجی که بدست می آورد پاسخ پرسش های فلسفی در مورد منشاء دانش را می داد. او در طول دوران پژوهش هایش در حوزه ی کودک، به بررسی مباحثی از جمله رویا، اخلاق، مطالب مورد توجه کودکان در زندگی روزمره، درک و فهم کودکان از مفاهیم ریاضی و علمی پرداخت. پیازه پس از آن که سوئیس را به مقصد پاریس ترک کرد، نظریه ی مراحل رشد شناختی خود را مطرح نمود. در سال ۱۹۲۱ دوباره به سوئیس بازگشت و به عنوان رئیس انستیتو روسو در ژنو شروع به کار کرد. او در سال ۱۹۲۳ با ولنتاین چنتی ازدواج کرد و حاصل ازدواج آن ها سه فرزند به نام های ژاکلین، لوسین و لوران بود. تولد ژاکلین، در سال ۱۹۲۵ سرآغاز رشته ی مهمی از مطالعات او درباره ی رفتار شناختی کودکان بود. او و همسرش، رفتارهای فرزندانشان را به منظور دستیابی به نتایج کامل تر در رابطه با پژوهش هایشان، به صورت دقیق مشاهده می کردند.

### نظریه رشد مرحله‌ای پیازه

پیاژه استدلال کرد که رشد شناختی کودکان فرایندی است که در ۴ مرحله رخ می‌دهد. هر مرحله نیز می‌تواند زیرشاخه‌های خاص خودش را داشته باشد. وقتی کودکی از یک مرحله وارد مرحله شناختی دیگر می‌شود، نه فقط طرز فکرش بلکه رفتارش نیز تغییر می‌کند. این مراحل عبارت‌اند از:

- ۰ تا ۲ سالگی: مرحله حسی حرکتی.
- ۲ تا ۷ سالگی: مرحله پیش عملیاتی.
- ۷ تا ۱۱ سالگی: مرحله عملیات عینی.
- ۱۱ سالگی به بعد: مرحله عملیات انتزاعی یا صوری.

### مرحله حسی حرکتی:

این مرحله از تولد تا حدود دوسالگی کودک را شامل می‌شود که طی این دو سال ۶ فرآیند در رشد کودک رخ می‌دهد.

- تا دو ماهگی شاهد بازتاب‌های شرطی مانند مکیدن در کودک هستیم.
- بعد از آن و تا حدود ۴ ماهگی تجربه گرفتن شیشه شیر به جای سینه مادر و گرفتن اسباب‌بازی شروع می‌شود.
- کودک بین ۴ تا ۸ ماهگی می‌داند وقتی شیشه را بگیرد می‌تواند شیر بخورد و حالا تلاش برای گرفتن شیشه را آغاز می‌کند.
- بین ۸ تا ۱۲ ماهگی به بقای اشیاء پی می‌برد در حالی که تا قبل از این فکر می‌کرد چیزی که نمی‌بیند وجود ندارد.
- بین ۱۲ تا ۱۸ ماهگی کودک تقلید از دیگران را شروع می‌کند، لجاجت می‌کند، وسایل را پرت می‌کند و اشیاء را می‌شکند تا ببیند چه اتفاقی خواهد افتاد.
- کودک بین ۱۸ تا ۲۴ ماهگی تفکر را به صورت تصور اشیاء در ذهن خود و یافت راه حل‌های جدید آغاز می‌کند.

### مرحله پیش عملیاتی:

در نظریه پیازه دومین مرحله، مرحله پیش عملیاتی است که حدود سنین بین ۲ تا ۷ سالگی را شامل می‌شود. ویژگی مهم این دوره آن است که کودک خود را مرکز جهان می‌بیند و فاقد توانایی دیدن جهان از چشم دیگران است. ویژگی دیگر این دوره جاندارپنداری اشیاء است که بیشتر در سنین ۲ تا ۴ سالگی دیده می‌شود که آثار آن در نقاشی کودکان مشهود است.

**مرحله عملیات عینی:**

کودک در سنین ۷ تا ۱۱ سالگی دوره عملیات عینی را طی می‌نماید. در این مرحله کودکان توانایی عملیات ذهنی مختلف مانند جمع و تفریق را خواهند داشت و حالا دیگر توانایی توجه به ابعاد مختلف یک موضوع را دارند اما هنوز قادر به تفکر انتزاعی نیستند لذا امکان فرضیه‌پردازی نیز ندارند.

سایر توانایی‌های کودک در این مرحله شامل طبقه‌بندی کردن اشیا در گروه‌های مختلف بر حسب یک ویژگی یا ویژگی‌های مشترک آنها و توانایی به عقب برگرداندن یک رشته عملیات به طور ذهنی برای رسیدن به نقطه شروع هستند.

**مرحله عملیات صوری:**

این مرحله در نظریه پیاژه، عملیات انتزاعی نیز نامیده می‌شود و حدود سنی ۱۲ تا ۱۸ سال را شامل می‌شود. توانایی ویژه کودک در این مرحله که البته در دوران نوجوانی به سر می‌برد، توانایی فرضیه‌پردازی است.

پیاژه طی آزمایشی تصویر یک تصادف را به کودکان در مرحله عملیات عینی و کودکان در مرحله عملیات صوری نشان داد که نتایج این آزمایش نشان داد کودکان در مرحله عملیات صوری می‌توانند خسارات پنهان در تصویر مانند کشته شدن یا خسارات فنی را نیز پیش‌بینی کنند در صورتی که کودکان در مرحله عملیات عینی تنها به خساراتی که قابل مشاهده است توجه می‌نمایند.

**کارکردهای نظریه پیاژه**

نظریه رشد شناختی پیاژه نظریه‌ای مهم در روان‌شناسی پرورشی در میان نظریه‌های یادگیری است. مهم‌ترین تأثیر این نظریه تغییر روش‌های آموزشی و تربیتی بوده است. پیش از این نظریه، کودکان ظرفی خالی تلقی می‌شدند که بزرگسالان باید با آموختن بسیاری چیزها آنها را پر (باسواد) می‌کردند. اما نظریه پیاژه کودکان را نه دریافت‌کننده دانش، بلکه سازنده آن معرفی می‌کند. بنابراین روش‌های آموزشی باید به‌گونه‌ای طراحی شوند که کودکان امکان تعامل با محیط و موضوع یادگیری را داشته باشند. مثلاً اگر قرار است به کودکان درباره حشرات چیزی بیاموزیم، باید چند حشره را به کلاس درس ببریم تا کودکان بتوانند از نزدیک با آنها تعامل کنند.

**انتقادات به نظریه پیاژه**

چند انتقاد به نظریه پیاژه وارد شده است. یکی از انتقادات به این موضوع اشاره دارد که پیاژه معتقد به مراحل رشد ثابت بود و همین‌طور اعتقاد داشت مفاهیمی مانند بقا یا نگهداری را نمی‌توان آموزش داد بلکه خود کودک باید در نتیجه رشد به آن مفاهیم دست یابد.

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که مفاهیم بقا از یادگیری تأثیر می‌گیرند و قبل از سن مورد نظر پیاژه قابل آموزش هستند. پژوهش‌های دیگری نشان داده که بر خلاف تصور پیاژه کودکان در مرحله پیش‌عملیاتی قادر به درک موضوعات از جوانب مختلف هستند.

آلبرت بندورا به موضوع مراحل رشد پیاژه این انتقاد را وارد نمود که اشتباه کودکان در مفاهیمی مانند نگهداری ذهنی ناشی از نرسیدن به رشد کافی نیست بلکه شناخت‌های معیوب منجر به این اشتباهات می‌شوند.

انتقاد دیگر را فِتسکو و مک‌کلور بر اساس پژوهش‌های خود به مرحله عملیات صوری پیاژه وارد دانسته‌اند. آنها در این باره و بر اساس تحقیقات خود مدعی شده‌اند که بین ۴۰ تا ۶۰ درصد بزرگسالان قادر به تفکر بر حسب عملیات صوری نیستند.



### نظم طبیعی پیاژه

یکی از جملات معروف پیاژه، سخن وی در رابطه با نظم طبیعی در پژوهش و نگارش و مطالعه است. نظم ظاهری داشتن ربط زیادی به پژوهش ندارد. نظم در پژوهش غیر از نظم در ظواهر است و بسیاری از پژوهشگران در زمینه ظواهر چندان منظم نبوده، ولی در شکار صیدهای علمی خود موفق بوده‌اند. چیزی شبیه نظم طبیعی پیاژه. می‌گویند: روزی شخصی از دیدن اتاق کار ژان پیاژه و ظاهر نامرتب و بی نظم آن در شگفت شد. برای رفع تعجب گفت: آقای دکتر! در اتاقی بدین شکل بی نظم و در هم ریخته، چگونه چیزهایی را که می‌خواهید پیدا می‌کنید؟ پیاژه گفت: دو گونه نظم داریم. یک نظم هندسی و دیگری نظم طبیعی. وسایل و کتب اتاق من به صورت طبیعی، منظم است، ولی از لحاظ هندسی، نه؛ و مهم همان نظم طبیعی است که من هر چه را که بخواهم، خواهم یافت.

### آثار ژان پیاژه

از محبوبترین و معروفترین آثار ژان پیاژه میتوان این آثار را نام برد:

روان شناسی رشد

زبان و تفکر کودک ۱۹۲۶

حکم و استدلال در کودک ۱۹۲۸

مفهوم دنیا در نزد کودک ۱۹۳۰

داوری اخلاقی از نظر کودک .

### درگذشت ژان پیاژه

در سال ۱۹۷۹ به پیاژه جایزه بالزان برای علوم اجتماعی و سیاسی اعطا شد. او در سال ۱۹۸۰ درگذشت، و همانطور که درخواست کرده بود، به همراه خانواده‌اش در قبری بی‌نشان در Cimetière des Rois (قبرستان پادشاهان) در ژنو به خاک سپرده شد.

### زیگموند فروید

زیگموند فروید عصب‌شناس برجسته اتریشی و بنیانگذار دانش روانکاوی، به‌عنوان یک روش درمانی در روان‌شناسی بود.

### زندگینامه (بیوگرافی) زیگموند فروید

زیگموند شلومو فروید در ۶ می ۱۸۵۶، در شهر کوچکی به نام فرایبرگ، موراویا، واقع در محلی که اکنون جمهوری چک خوانده می‌شود چشم به جهان گشود. پدر فروید، جیکوب، هنگام تولد او ۴۰ ساله و از مادرش، آمالیا، ۲۰ سال بزرگ‌تر بود. او که رئیس یک خانواده بزرگ محسوب می‌شد، قبل از به دنیا آمدن زیگموند فروید دو بار ازدواج کرده بود و از ازدواج اولش دو پسر داشت که از همسرش آمالیا بزرگ‌تر بودند.

زیگموند فروید فرزند اول جیکوب و آمالیا فروید بود. تقریباً یک سال و نیم پس از تولد زیگموند پسر دیگری به نام جولیبوس متولد شد. سال‌ها بعد فروید به خاطر آورد که پس از تولد برادرش حسادت شدیدی به او داشته و اعتراف کرد که در دل آرزو می‌کرد به نحوی از دست این کودک که تمام عشق و توجه مادر را در انحصار خود گرفته خلاص شود.

از نظر برخی منتقدان این حسادت دوران کودکی زیگموند فروید نسبت به جولیبوس نقش مهمی در ساخت نظریه‌های او درباره رقابت خواهر برادرها داشته است. جولیبوس به شکل غم‌انگیزی کمتر از یک سال بعد در تاریخ ۱۵ آوریل ۱۸۵۸ مرد. فروید بعداً

تصدیق کرد که آرزوی کودکی‌اش برای خلاص شدن از دست برادرش باعث داشتن احساس گناهی طولانی در تمام عمرش شد.

در شش سال آینده با تولد پنج کودک دیگر، چهار دختر و یک پسر، خانواده فروید کامل شد. با اینکه پدر و مادر فروید مسئولیت ۵ فرزند دیگر را نیز به عهده داشتند، زیگموند می‌دانست که بیشتر از بقیه مورد توجه والدین است. والدینش هوش استثنایی او در سنین پایین را تشخیص دادند و به شدت او را تشویق کردند تا به دنبال حرفه‌ای در حوزه پژوهش و تحقیق برود. والدین فروید در تلاش برای موفق شدن او، آشکارا او را مورد لطف بیشتری قرار می‌دادند. در سال ۱۸۷۳، در سن پایین ۱۷ سالگی، فروید دانشجوی پزشکی دانشگاه وین شد.

در بهار ۱۸۷۶ برای انجام تحقیق در یک مرکز نزدیک و متعلق به دانشگاه وین حق تحقیقی دریافت کرد که بسیاری به دنبالش بودند. اگرچه مطالعه اندام جنسی مارماهی‌ها لزوماً جذاب‌ترین موضوع برای مطالعه نبود، باوجوداین فروید شیفته تحقق رؤیای دیرینه‌اش یعنی انجام پژوهش شده بود. فروید از پس وظیفه‌ای که بر عهده‌اش بود به خوبی برآمد؛ اما در نهایت نتیجه چشمگیری به دست نیاورد. در سال ۱۸۷۷ فروید که از این نتایج ناامید شده بود و دیگر علاقه چندانی به تشریح بدن مارماهی‌ها نداشت به آزمایشگاه ارنست بروک، مردی که قرار بود اولین و مهم‌ترین الگوی او در علوم باشد، پیوست. بروک یکی از استادان مشهور روانشناسی در دانشگاه وین بود و از نظر فروید بزرگ‌ترین دانشمندی بود که او تا آن زمان ملاقات کرده بود. فروید ژوزف بروئر را نیز اولین بار در آزمایشگاه بروک ملاقات کرد. بروئر دکتری بود که بعدها فروید او را «خالق روانکاوی» خطاب کرد.

پس از سپری شدن هشت سال طولانی سرانجام فروید توانست در سال ۱۸۸۱ در رشته پزشکی فارغ‌التحصیل شود. در تابستان ۱۸۸۲ به توصیه بروک آزمایشگاه را رها کرد تا منصبی در بیمارستان عمومی وین به دست آورد. باآنکه تحقیق در آزمایشگاه برای زیگموند فروید پرجاذبه بود؛ اما همیشه در لبه فقر زندگی می‌کرد. انگیزه‌اش برای کسب پول بیشتر، فقط داشتن اندوخته مالی برای خودش نبود. او به تدریج به ازدواج فکر می‌کرد.

در ۱۴ سپتامبر ۱۸۸۶ پس از پنج سال نامزدی، زیگموند فروید ۳۰ ساله با مارتا برنیز (خواهر یکی از دوستان دوران دانشگاهش) ازدواج کرد.

در مدت نه سال مارتا و زیگموند فروید صاحب شش فرزند شدند: ماتیلدا، ژان مارتین، اولیور، ارنست، سوفی و در نهایت آنا. آنا تنها فرزندی بود که کار پدرش را ادامه داد.

اگرچه مارتا تا آخر عمر همسر فروید باقی ماند امام در ارتباط با وفاداری زیگموند فروید به همسرش تنها یک سؤال مطرح شده است. و این سؤال در ارتباط با خواهر زنش میناست که در سال ۱۸۹۵ پیش آن‌ها آمد تا مدتی بماند؛ اما برای همیشه آنجا ماند. فروید زمانی اشاره کرده بود که مینا برنیز و دوست قدیمی‌اش ویلهلم فلیس کسانی بودند که هنگام شکل‌گیری نظریه روانکاوی، علی‌رغم مخالفت‌های دیگران، خودباوری را در او تقویت کردند. فروید معمولاً با خواهر زنش مینا به تعطیلات تابستان می‌رفت و مارتا بعداً به آن‌ها ملحق می‌شد. برخی شاهدان به‌سختی باور می‌کردند که ارتباط آن‌ها عاشقانه نباشد.

### مصرف و تجویز کوکائین فروید

فروید به‌عنوان یک پزشک و عصب‌شناس، از مصرف‌کنندگان کوکائین و از طرفداران آن به‌عنوان محرک و مسکن بود. او باور داشت کوکائین درمان بسیاری از مشکلات ذهنی و فیزیکی است و در مقاله‌اش با عنوان «در کوکا» در ۱۸۸۴، فضایلش را برشمرده است. میان سال‌های ۱۸۸۳ و ۱۸۸۷، چندین مقاله برای تجویز دارویی کوکائین نوشت از جمله به‌کارگیری آن در درمان افسردگی به‌عنوان داروی ضدافسردگی. او به صورتی بسیار حساب شده از کنار اولویت‌های پزشکی این ماده که می‌توانست در بی‌حسی موضعی کاربرد داشته باشد و در حالی که از آن‌ها آگاه بود، گذشت و به اشارتی گذرا بسنده کرد. (کارل کولر، همکار

فروید در وین، به این تمایزگذاری فروید در مصارف کوکائین آگاه شد و یافته‌هایش در کاربرد داشتن این ماده برای بی‌حسی در جراحی حساس چشم را با جامعه پزشکی در میان گذاشت) فروید همین‌طور مصرف کوکائین را برای درمان اعتیاد به مرفین توصیه می‌کرد. او مصرف کوکائین را به دوستش ارنست فون فلیشل مارکسو که به مورفین معتاد بود و از درد ناشی از عفونت حاد در اثر تزریق رنج می‌برد، توصیه کرد. فروید ادعا کرد اعتیاد دوستش ناگهان از میان رفته در حالی که فلیشل هیچگاه اذعان نکرد که فروید در اشتباه بوده است. وضعیت فلیشل به صورت مسمومیت شدید ناشی از کوکائین تغییر کرد و پس از آن، دوباره مصرف مورفین را آغاز کرد و چند سال بعد، پس از متحمل شدن رنجی بسیار، درگذشت.

سپس مشخص شد کاربرد کوکائین برای بی‌حسی موضعی، یکی از مصارف امن آن است و گزارش‌های مبتنی بر مسمومیت در اثر کوکائین و اعتیادآور بودنش، به ممنوعیت مصرف آن در بسیاری از نقاط جهان منجر شد. این اتفاق، شهرت فروید را خدشه‌دار کرد.

پس از «دوره کوکائین»، فروید ترغیب کردن عموم به مصرف کوکائین را متوقف کرد اما خودش مصرف آن را در طول دهه ۱۸۹۰ و پیش از ترک کردن آن در ۱۸۹۶، برای درمان افسردگی، میگرن و التهاب بینی، ادامه داد.

### توسعه روانکاوی توسط فروید

در ماه اکتبر سال ۱۸۸۵ فروید به پاریس رفت تا در یک فلوشیپ سه-ماهه با جان مارتین شارکو که یک نورولوژیست مشهور بود و در مورد خواب و هیپنوتیزم پژوهش می‌کرد شرکت کند. او سپس از این تجربه به‌عنوان کاتالیزوری برای سوق دادن وی به سمت علم آسیب‌شناسی روانی و کاری با درآمد و بازار کار کمتر در پژوهش‌های عصب‌شناسی یاد می‌کند [۲۱] شارکو متخصص در مطالعات بیماری هیستریا و اساکنون افراد برای هیپنوتیزم شدن بود که به‌طور معمول بر روی بیماران مختلف در حضور حضار روی صحنه نشان می‌داد.

از هنگامی که فروید در سال ۱۸۸۶ کلینیک خصوصی خود را در شهر وین کرد تأسیس کرد، آغاز به به‌کارگیری فن هیپنوتیزم در درمان‌های بالینی خود کرد. او از رویکرد و فن همکار خود، جوزف بروئر، استفاده کرد که روش آن با هیپنوتیزمی که در روش فرانسوی آموخته بود متفاوت بود از آن جهت که در این روش از تلقین استفاده نمی‌شد. درمان یکی از بیمار به‌خصوص بروئر باعث دگرگونی کار بالینی فروید شد. بیماری که با نام «آنا او» توصیف شده‌است، بیماری بود که از او دعوت شد جهت شرح نشانه‌های بیماری‌اش هنگامی که تحت هیپنوتیزم بود صحبت کند. در طول هنگامی که بیمار در این حالت مشغول توصیف علایم بیماری‌اش بود، در هنگامی که بیمار خاطرات آسیب‌زای گذشته را که باعث به‌وجود آمدن بیماری‌اش شده بودند به یاد می‌آورد، از شدت نشانه‌های بیماری‌اش کاسته شد.

عدم یکپارچگی نتایج درمان‌های بالینی فروید نخست او را بر آن داشت که از به‌کارگیری فن هیپنوتیزم دست بکشد، و به این نتیجه برسد که اگر بیمار را تشویق کند تا آزادانه صحبت کند بدون آنکه جلوی خود را بگیرد یا خود را سانسور کند و در مورد هر چه که به ذهنش می‌آید به راحتی صحبت کند، در بهبود نشانگان بیماری روانی‌اش بیشتر کمک می‌کند. به همراه به‌کارگیری این شیوه که آن را «تداعی آزاد» نامید، فروید متوجه شد که رویاهای بیماران نیز به نحو ثمربخشی می‌تواند آنالیز شود تا بتواند ساختار پیچیده ناخودآگاه را و سرکوب روانی را که منشأ بیماری روانی است نشان دهد. در حدود سال‌های ۱۸۹۶ بود که او دیگر از لفظ روان‌کاوی برای توضیح شیوه جدید درمان بالینی و نظریات خود استفاده می‌کرد.

### خواب و رویا از دیدگاه فروید

زیگموند فروید معتقد بود که خواب فرصتی برای ماست تا از مشکلات آگاه بودن رها شویم، و به ویژه آنچه را تجربه کنیم که او ارضای خواهش می‌نامید. این موضوع ممکن است در ابتدا بدیهی به نظر نرسد. به عنوان مثال، ممکن است فکر کنیم که ما

در مورد ناکامی در سطوح الف خود رؤیا می‌بینیم صرفاً چون در کار تحت فشار هستیم. اما فروید به ما می‌گوید که ما در واقع این نوع از رؤیاهای را می‌بینیم زیرا بخشی از ما آرزو دارد که در سطوح الف خود شکست می‌خوریم و بدین ترتیب تمام مسئولیت‌های بزرگسالی، شغل و حمایت از خانواده‌مان را نداشتیم. البته، ما رؤیاهای ارضای خواهش واضح‌تری نیز داریم، مانند وقتی که با یک همکار اغواگر می‌خواهیم که در بیداری هرگز نمی‌دانستیم از او خوشمان می‌آید. هنگامی که از خواب بیدار می‌شویم، باید به جهان و فرامین سوپراگوی اخلاقی خود بازگردیم؛ بنابراین معمولاً رؤیاهای خود را سرکوب می‌کنیم. به همین دلیل است که رؤیاهای واقعاً هیجان‌انگیز خود را به سرعت فراموش می‌کنیم. تفسیر خواب، تعبیر خواب یا تفسیر رؤیا کتابی از زیگموند فروید در سال ۱۸۹۹ میلادی است. فروید در این کتاب به معرفی نظریه خود از تعبیر خواب با توجه به ذهن ناهشیار فرد و عقده آدیپ می‌پردازد. کتاب تفسیر خواب در بردارنده تلاش فروید در رمزگشایی خواب و به نوعی دربردارنده بخش‌های بزرگی از اصلی‌ترین نظریات فروید در زمینه سرکوب، سانسور، نظریه جنسی و رابطه خودآگاه و ناخودآگاه وی است.

### درگذشت زیگموند فروید

در فوریه ۱۹۲۳، فروید سرطان لکوپلاکیا گرفت، یک توده سرطانی در دهان او شناسایی شد. فروید نخست این مسئله را به صورت راز نگه داشته، اما در آوریل ۱۹۲۳ اوارنست جونز را در جریان گذاشت، اوارنست جونز به او گفت که توده برداشته شده است. فروید با متخصص پوست ماکسیمیلیان اشتاینر مشورت کرد، که به او توصیه کرد سیگار را ترک کند اما در مورد جدی بودن سرطان او به وی چیزی نگفت و اهمیت آن را بیان نکرد. در میانه سپتامبر ۱۹۳۹ سرطان سقف دهان فروید باعث درد فزاینده شدیدی برای او شد و به او اعلام شد که غیرقابل عمل جراحی است و اسپین کتابی که وی خواند، چرم ساگری اثر بالزاک، بود. چند روز بعد، او پیش پزشکش رفت. دوست و همکار او، ماکس شور، ابعاد بیماری او را برای او توضیح داده بود. فروید: «تو قرارداد ما را به‌خاطر داری؛ هنگامی که زمانش رسید من را تنها نگذاری. اکنون چیزی به‌جز زجر باقی نمانده و اصلاً منطقی نیست.» هنگامی که شور خاطر نشان کرد که قرارشان یادش نرفته، فروید گفت که ممنونم، و سپس با آن دربارۀ آن صحبت کرد و گفت که اگر آن فکر می‌کند که کار درستی است کار را پایان دهد. آن فروید می‌خواست که مرگ پدرش را به تعویق بیندازد، اما شور او را متقاعد کرد که زنده نگه‌داشتن فروید بی‌فایده است، و بالاخره در تاریخ‌های ۲۱ و ۲۲ سپتامبر تزریق دوزهای معینی از مرفین باعث مرگ فروید در ۲۳ سپتامبر ۱۹۳۹ شد. سه روز پس از مرگ فروید، جسد او در شمال لندن سوزانده شد. سخنرانی مراسم تشییع جنازه توسط ارنست جونز و نویسنده اتریشی، اشتفان تسوایگ ایراد شد سپس خاکستر فروید به پایه‌ای که توسط پسرش ارنست برای گلدان عتیقه‌ای که فروید از پرنس بناپارت دریافت کرده بود و آن را سال‌ها در اتاق مطالعه خود در وین داشت طراحی شده بود تبدیل شد پس از اینکه همسر فروید در سال ۱۹۵۱ مرد خاکستر او هم در این گلدان گذاشته شد.

### آلبرت بندورا

آلبرت بندورا، (Albert Bandura) یک روان‌شناس، پژوهشگر و استاد بازنشسته دانشگاه استنفورد اهل کانادا و ایالات متحده آمریکا بود که نظریه یادگیری مشاهده‌ای یا مدلینگ را مطرح کرده است. او تأثیر به‌سزایی در زمینه علوم «آموزش و پرورش» و چندین شاخه از روان‌شناسی از جمله روان‌شناسی شخصیت، روان‌شناسی درمانی و روان‌شناسی شناختی اجتماعی و همچنین گذار از رفتارگرایی به روان‌شناسی شناختی داشت. او را آغازگر «نظریه یادگیری اجتماعی» می‌دانند که بعدها به «نظریه شناختی اجتماعی» تغییر نام داد.

### زندگی و تحصیلات آلبرت بندورا

آلبرت بندورا در ۴ دسامبر ۱۹۲۵ در منطقه‌ی زیبا ولی کوهستانی و سرد شمال آلبرتا، کانادا به دنیا آمد. مثل بسیاری از کودکانی که در روستاهای کوچک به دنیا می‌آیند، بندورا، از ابتدائی تا دبیرستان به یک مدرسه رفت. اما به خاطر کمبود معلم و منابع مختلف، از بندورا و دیگر دانش‌آموزان خواسته می‌شد که «به خودشان درس دهند». بعد از دیپلم و در تابستان، بندورا در عملیات ساخت بزرگراه آلاسکا به عنوان کارگر مشغول به کار شد. این بزرگراه، در طول جنگ جهانی، برای وصل کردن آمریکا به ایالت آلاسکا ساخته شد. در این زمان، بندورا با کارگران زیادی دوست شد که انواع و اقسام مشکلات روانی را داشتند و بیوگرافی‌شان بسیار «پر رنگ و لعاب» بود. از جمله این افراد کسانی بودند که از زندان آزادی مشروط گرفته بودند اما فرار کرده بودند، بده‌کارانی بودند که از طلب‌کاران فرار کرده بودند، یا مردان مطلقه‌ای بودند که برای فرار از پرداخت نفقه فرار کرده بودند. مشاهدات وی، و تاملاتی که با این افراد داشت، باعث شد به روان‌شناسی بالینی علاقه‌مند شود.

بعد از دیپلم، بندورا به دانشگاه بریتیش کلمبیا رفت. علاوه بر روان‌شناسی بالینی، بندورا به نظریه‌های یادگیری نیز بسیار علاقه‌مند شد. در ۱۹۴۹، بعد از فقط سه سال کالج، لیسانس روان‌شناسی گرفت. به هنگام انتخاب دانشگاه برای فوق‌لیسانس، بندورا از علاقه خود به روان‌شناسی بالینی پیروی کرد و به دانشگاه آیووا رفت که در آن زمان یکی از مراکز اصلی برای مطالعه درباره نظریه‌های یادگیری بود و لیدرشیپ آن دست نظریه‌پرداز معروف یادگیری، کنت دلبلیو، اسپنس بود. با اینکه بندورا به روان‌شناسی بالینی علاقه داشت، تحت تأثیر اسپنس، شاهد دقت و صرامت تحقیقات تجربی شد و از نزدیک شاهد مفهوم‌پردازی نظری اسپنس درباره یادگیری شد. در آن زمان، مفاهیم اسپنس، نیرویی غالب در روان‌شناسی بود. بندورا در ۱۹۵۱ فوق‌لیسانس و در ۱۹۵۲ دکترای روان‌شناسی بالینی را از دانشگاه آیووا دریافت کرد. علاوه بر شاگردی نزد استاد بزرگی مثل اسپنس، درس خواندن در دانشگاه آیووا یک تأثیر مهم دیگر در زندگی بندورا داشت. او در آنجا با همسر آینده خود، ویرجینیا وارنز، آشنا شد.

بندورا بعد از دانشگاه آیووا یک دوره کارآموزی یک ساله را در WGC پذیرفت. در ۱۹۵۳، در پایان کارآموزی در ویچیتا، به دانشگاه استنفورد در پالو آلتو رفت و به عنوان استاد در آنجا مشغول به کار شد. او در تمام طول کاریری آکادمیک خود، بجز فقط یک سال، در همان‌جا ماند.

### دتئوری های مهم آلبرت بندورا

#### نظریه یادگیری اجتماعی بندورا

تفاوت روانشناسی رفتاری و روانشناسی شناختی را به شکلی مختصر و غیردقیق می‌توان در قالب عبارات زیر توصیف کرد:

- روانشناسان رفتاری ترجیح می‌دهند به نمایش‌ها و رفتارهای بیرونی توجه داشته باشند و به فرایندهای ذهنی نگاه نکنند
- روانشناسی شناختی بیش از هر چیز می‌کوشد آن‌چه را درون ذهن می‌گذرد مد نظر قرار دهد

اگر چنین نگاهی را بپذیریم، می‌توان گفت بندورا در میانه‌ی این دو نگرش ایستاده است.

دوران تحصیل بندورا، اوج رواج نگاه رفتارگرایانه (مکتب اسکینر) بود و او نیز کشف دنیای روانشناسی را از همین نقطه آغاز کرد. اما به زودی احساس کرد که مفاهیم محرک و پاسخ و پاداش و تنبیه و شرطی شدن، برای درک رفتارهای پیچیده‌ی انسان‌ها کافی نیست. نگاه بندورا این بود که شاید مکتب رفتارگرایانه برای درک رفتارهای موش‌ها و کبوترها کافی باشد، اما ذهن انسان پیچیده‌تر است و برای شرح رفتارهای او به مدل‌های بیشتر و کامل‌تری نیاز داریم:

ما انسان‌ها به خاطر فعالیت‌های پیچیده‌ی ذهنی، مکانیزم‌های یادگیری دیگری هم داریم که در چارچوب تنگ رفتارگرایی کلاسیک نمی‌گنجد.

به عنوان مثال، ما رفتار فرد دیگری را می‌بینیم و نتیجه‌ی رفتارش را هم مشاهده می‌کنیم و از این طریق، می‌آموزیم که یک رفتار را تقلید کرده یا از آن اجتناب کنیم.

در این نوع یادگیری، محرک و پاسخ به مفهوم کلاسیک آن وجود ندارد؛ بلکه ما با مشاهده و یادگیری در دیگرانی که در اطرافمان هستند رفتار خود را تغییر می‌دهیم.

جدای از جایگاه ویژه‌ی آکادمیک بندورا، مطالعات و نظریه‌پردازی‌های او در حوزه‌ی یادگیری طی سال‌های اخیر بیش از هر زمان دیگری مورد توجه عموم مردم و رسانه‌ها قرار گرفته است.

خصوصاً این که بحث ترویج خشونت توسط رسانه‌ها و فیلم‌ها و بازی‌های کامپیوتری بیش از گذشته مطرح شده و توسعه شبکه‌های اجتماعی و ظهور اینفلوئنسرها هم به نگرانی‌های قبلی افزوده است و دوباره این سوال مطرح شده که رفتار کودکان، نوجوانان و بزرگسالان، تا چه حد تحت تأثیر الگوهای رفتاری قابل مشاهده در شبکه‌های اجتماعی قرار می‌گیرد؟

این نوع بحث‌ها و دغدغه‌ها باعث شده که مخالفان و موافقان ابزارهای ارتباطات اجتماعی مدرن، به بهانه‌های مختلف (برای نقد کردن یا کسب تأیید) به سراغ حرف‌ها و مطالعات و دیدگاه‌های بندورا بروند.

همچنین در بحث مدیریت انگیزه هم خواهیم دید که پیدا کردن الگو و مشاهده و مطالعه‌ی رفتار انسان‌های پیشرو با اتکا به نظریه یادگیری اجتماعی مطرح می‌شود.

### خودکارآمدی یا Self-efficacy بندورا

یکی دیگر از مباحثی که بندورا سال‌ها روی آن مطالعه کرد، «اهمیت باور به توانایی‌های خویشتن در یک حوزه‌ی خاص» است. چیزی که از آن با عنوان Self-efficacy یا خودکارآمدی یاد می‌شود.

این بحث بسیار گسترده است و باید در قالب درس‌های مستقل به آن پرداخته شود. بنابراین در این جا صرفاً به یک مثال از خودکارآمدی در دانشجویان دانشگاه اکتفا می‌کنیم (+).

فرض کنید دانشجویی معتقد است که توانایی او در یادگیری دروس دانشگاهی و رسیدن به شایستگی‌ها و مهارت‌هایی که دانشگاه از او انتظار دارد زیاد است (خودکارآمدی بالا).

در مقابل دانشجوی دیگری بر این باور است که توانایی او در یادگیری، کمتر از چیزی است که برای دانشگاه لازم است و همین‌طور، فکر می‌کند که به سادگی نمی‌تواند به شایستگی‌ها و مهارت‌هایی که دانشگاه از او انتظار دارد برسد (خودکارآمدی پایین).

بندورا و هم‌فکران او، با سال‌ها مطالعه و مجموعه‌ی گسترده‌ای از تحقیقات نشان داده‌اند که این باور می‌تواند از جهات مختلف روی تصمیم‌ها و رفتار آن دانشجو تأثیر بگذارد. از جمله این که چه درس‌هایی بخواند، چقدر درس بخواند، اگر شکست خورد یا نمره‌ی خوبی کسب نکرد، چقدر ادامه دهد و ...

بر همین اساس می‌شود نتیجه گرفت که باور فرد به توانایی‌های خود (مستقل از این که چنین باوری چقدر درست یا نادرست باشد) می‌تواند روی دستاوردهایی که در نهایت کسب می‌کند تأثیرگذار باشد.

### آزمایش عروسک بادکرده بوبو

یکی از مشهورترین پژوهش‌های «آلبرت بندورا» مربوط به آزمایشی با یک عروسک باد شده به طول ۹۰ تا ۱۲۰ سانتی‌متر به نام «بوبو» است که این آزمایش به آزمایش «عروسک بادکرده بوبو» (به انگلیسی: Bobo doll experiment) مشهور است که بندورا به وسیله آن، توانست نشان دهد که چگونه مشاهده رفتار پرخاشگری می‌تواند بر یادگیری خشونت کودکان تأثیر

داشته باشد. او ۷۲ کودک ۳ تا ۶ ساله را انتخاب کرد که ۳۶ نفر از آنها پسر و مابقی دختر بودند و آنها را در سه گروه ۲۴ تایی تقسیم کرد که شرح این آزمایش به همراه فیلم قابل مشاهده است.

گروه اول: کودکانی بودند که رفتار خشونت‌آمیز یک الگوی بزرگسال را به مدت ده دقیقه نسبت به بوبو تماشا می‌کردند که به‌صورت پرخاشگری فیزیکی، حمله‌کردن و ضربه‌زدن به عروسک بادی بود و هم‌زمان با داد و فریاد، پرخاشگری کلامی را نیز نشان می‌دادند مثلاً می‌گفتند: «بزن تو دماغش!» یا «پرتش کن تو هوا!» و قبل از آنکه چنین رفتاری را مشاهده کنند به اتاقی برده می‌شدند که حاوی اسباب‌بازی‌های دیگر بود ولی به آنها اجازه بازی به مدت ۲ دقیقه داده نمی‌شد تا دچار تعارض شوند و آمادگی لازم برای پرخاشگری را بیابند.

گروه دوم: را کودکانی تشکیل می‌دادند که آنها هم رفتار الگوی بزرگسال را تماشا می‌کردند اما این رفتار یک رفتار خشونت‌آمیز نبود و به‌صورت بازی با سایر اسباب‌بازی‌هایی بود که در اتاق آزمایشی توسط آزمایشگر فراهم شده بود.

گروه سوم: گروهی بودند که هیچ نوع الگوی بزرگسالی را تماشا نمی‌کردند و به‌تنهایی در اتاق آزمایش بازی می‌کردند. از طرفی تمام این سه گروه، به‌طور کاملاً مساوی به دو گروه دختر و پسر تقسیم شده بودند. در پایان آزمایش، گروهی از کودکان که الگوی پرخاشگری بزرگسال را تماشا کرده بودند بیشتر از دوبرابر گروه کنترل، رفتارهای پرخاشگری فیزیکی و کلامی را نشان دادند و کودکان گروهی که الگوی بدون پرخاشگری بزرگسال را مشاهده کرده بودند حتی نسبت به گروه کنترل، رفتار پرخاشگری کمتری نشان دادند.

البته انتقاداتی نیز به آزمایش بندورا شده‌است مثلاً «فرگوسن» (به انگلیسی: Ferguson) در سال ۲۰۱۰ بر این باور بود که آزمایش بندورا تنها نشان می‌دهد که کودکان به دلیل دیدن رفتار ویدئویی پرخاشگرانه بزرگسال و تقلید رفتار آنها علاقه خود را می‌خواهند به بزرگسال نشان دهند و به این معنا نیست که در آنها انگیزه پرخاشگرانه تقویت شده باشد. یا «شارون و وولی» (به انگلیسی: Sharon & Woolley) در سال ۲۰۰۴ بیان کردند که کودکان در سن ۳ تا ۶ سال نمی‌توانند بین دنیای واقعی و خیالی تفاوتی قائل شوند و به‌همین دلیل با این آزمایش نمی‌توان نتیجه گرفت که کودکان در دنیای خود پرخاشگری را تقلید کرده‌اند با وجود همه این انتقادات، آنچه که بندورا و دیگران توانستند نشان دهند، اهمیت یادگیری مشاهده‌ای الگوی رفتاری والدین در کودکان است. یادگیری مشاهده‌ای، یکی از مهمترین الگوهای یادگیری در هیجان‌رفتار و تن‌گفتار را ارائه می‌دهد زیرا بر این اساس، نه‌تنها رفتار را می‌توان از طریق مشاهده آموخت بلکه واکنش‌های هیجانی مانند ترس و شادی را نیز می‌توان بر مبنای روش جانشینینی شرطی کرد.

### جوایز و افتخارات بندورا

- بورس تحصیلی گوگن‌هایم (۱۹۷۲)
  - جایزه DSA از بخش ۱۲ انجمن روان‌شناسی آمریکا (۱۹۷۲)
  - جایزه DSAA از انجمن روان‌شناسی کالیفرنیا (۱۹۷۳)
  - جایزه جیمز مک کین کتل (۱۹۷۷)
  - جایزه جیمز مک کین کتل فلوآوارد از انجمن روان‌شناسی آمریکا (۲۰۰۳-۲۰۰۴)
  - جایزه GMALA در روان‌شناسی از بنیاد روان‌شناسی آمریکا (۲۰۰۶)
  - جایزه گرامایر در روان‌شناسی (۲۰۰۸)
  - دریافت مدال ملی علوم را از رئیس‌جمهور آمریکا (۲۰۱۵)
- البته فهرست سوابق و فعالیت‌ها و افتخارات علمی او بسیار طولانی‌تر از چند سمت رسمی است و جایگاه او را با کسانی مانند فروید، اسکینر و ژان پیاژه مقایسه می‌کنند.

### کتابهای آلبرت بندورا

آلبرت بندورا کتابهای بسیاری نوشته که از جمله آنها می‌توان به عناوین زیر اشاره کرد:

خودکارآمدی: تمرین کنترل بر خود یا Self-efficacy

بنیادهای اجتماعی فکر و عمل یا Social Foundations of Thought and Action

نظریه یادگیری اجتماعی یا Social Learning Theory

خودکارآمدی در جوامع در حال تغییر یا Self-efficacy in changing societies (مجموعه مقالات با نظارت بندورا)

خشونت: تحلیلی از منظر یادگیری اجتماعی یا Aggression: A Social Learning Analysis

اما در کنار کتابهای بالا، یکی از کارهای جالب او، نگارش و انتشار کتابی ۶۰۰ صفحه‌ای در سن نود سالگی است (سال ۲۰۱۵). بی‌قیدی نسبت به اخلاق (Moral Disengagement) کتابی علمی و خواندنی است و به این مسئله می‌پردازد که انسان‌ها چگونه خود را برای بی‌اخلاقی قانع می‌کنند.

### درگذشت آلبرت بندورا

جامعه‌ی علمی جهان این بخت را داشت تا برای مدتی طولانی از حضور بندورا بهره‌مند شود. بندورا در شبکه‌های اجتماعی حضور نداشت و وقتش را تا آخرین سال زندگی، به مطالعه و تحقیق اختصاص می‌داد. ظاهراً یک بار اختلافی میان دانش‌آموزان دبیرستانی یک مدرسه به وجود می‌آید که بندورا زنده است یا مرده. چنان‌که بندورا خودش در سال ۲۰۱۸ روایت می‌کند: ایمیل زدند که: «پروفسور بندورا، ما به دعوی‌ی عظیم توی کلاس مون داریم که فقط شما می‌تونین جواب بدین. شما هنوز زنده‌این؟»

من ایمیل‌شان را جواب دادم که: «این ایمیل داره از اون دنیا ارسال میشه. ما این‌جا ایمیل داریم، اما فیس‌بوک نداریم!» دگی پربار و ثمربخش بندورا ۹۵ سال ادامه داشت و در نهایت، در ۲۶ جولای سال ۲۰۲۱ به علت نارسایی قلبی درگذشت.

### بحث و نتیجه‌گیری

راهکاری که روانشناس به مراجعه‌کننده می‌دهد می‌تواند مسیر زندگی آن شخص را به کلی تحت تاثیر خود قرار دهد. در واقع روانشناس باید خود را در جایگاه مراجعه‌کننده قرار داده و به این فکر کند که آیا اگر خود من در این موقعیت بودم چه کاری انجام می‌دادم؟ روانشناس با پاسخ به این سوال است که می‌تواند راهنمایی مناسبی به شخص ارائه دهد. همچنین این موضوع بسیار مهم است که شخص مراجعه‌کننده ممکن است در لبه پرتگاه زندگی خود باشد و این حساسیت کار را بشدت بالا می‌برد. چون کلمه به کلمه سخنان روانشناس در روح و روان مراجعه‌کننده نفوذ کرده و قاعدتاً شخص آنرا ملاک تصمیم‌گیری‌های خود خواهد کرد.



## منابع

- [۱] حاج محمدی، زهرا - حاجی علیزاده، کبری: ۱۳۹۹: اثربخشی برنامه گربه مبارز بر نشانگان اختلال اضطراب فراگیر و هراس اجتماعی در کودکان دختر و پسر دارای اختلالات اضطرابی
- [۲] جهان بخشی، زهرا - برجعلی، احمد - فرح بخش، کیومرث - فلسفی نژاد، محمد ضا - شریعتمدار، آسیه: ۱۳۹۷: فرا تحلیل درمان های روانشناختی بر کاهش اختلال اضطراب اجتماعی در کودکان و نوجوانان
- [۳] کاظمی، حمید - وزیر، مزده - عابدی، احمد: ۱۳۹۴: اثربخشی حل مسئله بر اضطراب امتحان و اضطراب اجتماعی دانش آموزان مقطع ابتدایی
- [۴] داودی، ایران - صلاحیان، افشین - ویسی، فاطمه: ۱۳۹۱: اضطراب اجتماعی و ترس از ارزیابی مثبت
- [۵] ساداتیان، سید اصغر: ۱۳۹۱: کتاب کمرویی، خجالت، جسارت و ابراز وجود
- [۶] موسوی، سیدفاطمه: ۱۳۹۳: بررسی ابعاد اضطراب اجتماعی کودکان
- [۷] مقدم پور، نیلوفر - سپهوند، تورج: ۱۳۹۶: پیش بینی اضطراب اجتماعی کودکان دبستانی بر اساس مشکلات در تنظیم هیجانی و انعطاف پذیری شناختی مادران
- [۸] دادستان، پریخ - اناری، آسیه - صالح صدق پور، بهرام: ۱۳۸۶: اختلال اضطراب اجتماعی و نمایش درمانگری
- [۹] فلاح، فاطمه - رضاپور میر صالح، یاسر - بهجتی اردکانی، فاطمه: ۱۴۰۰: اثربخشی بازی درمانی آدلری بر مهارت اجتماعی کودکان دارای اختلال اضطراب اجتماعی
- [۱۰] شریعتی، کژال - قلی زاده، زلیخا - سهرابی، احمد: ۱۳۹۴: درمان نوروفیدبکی بیماران مبتلابه اضطراب اجتماعی
- [۱۱] ملامحمدی، فاطمه - یزد خواستی، فریبا: ۱۳۹۰: اثربخشی بازی درمانی بر کاهش اضطراب اجتماعی در کودکان پیش دبستانی
- [۱۲] کبخای فرزانه، محمد مجتبی: ۱۳۹۰: اثر بخشی آموزش گروهی ابراز وجود بر اضطراب اجتماعی، پیشرفت تحصیلی و مهارت اجتماعی دانش آموزان