

از فراگیر انتظار می‌رود در پایان این مبحث بتواند:

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

مقدمه

قبل از تعریف علم روان‌شناسی چند پرسش را طرح می‌کنیم:

- چرا هنگام مطالعه، حواسمان مدام پرت می‌شود؟
- چرا مطالعه با فاصله زمانی، بهتر از مطالعه بدون فاصله زمانی است؟
- عوامل مؤثر بر فراموشی چیست؟
- چرا یک فرد وقتی که در جمع قرار می‌گیرد متفاوت از سایر موقعیت‌ها عمل می‌کند؟
- افرادی که مکرر و بدون دلیل موجه تن به جراحی زیبایی می‌دهند، در زیبایی بدنشان نقص دارند یا تصور نادرستی از زیبایی دارند؟
- تماشای برنامه‌های خشونت‌آمیز رسانه‌ها چه تأثیری بر پرخاشگری کودکان دارد؟



فعالیت ۱-۱

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

- ۱- چه عواملی باعث ایجاد استرس می‌شود؟
- ۲- چرا درک ما از یک مسئله با درک دیگران متفاوت است؟
- ۳- بین تفکر و رفتار چه رابطه‌ای برقرار است؟
- ۴- چگونه افراد دچار تنش در زندگی می‌شوند؟
- ۵- عوامل موثر بر تیزهوشی چه چیزهایی هستند؟

پاسخ علمی به پرسش‌های مطرح‌شده، در قلمرو علم روان‌شناسی می‌گنجد. پاسخ دقیق به چنین پرسش‌هایی دغدغه روان‌شناسان است. برای بیان اهمیت ویژگی‌های روان‌شناختی در عملکرد انسان، توجه شما را به یک داستان فرضی جلب می‌کنیم:

فعالیت ۲-۱

فرض کنید در یک همایش علمی، هزار نفر از با تجربه‌ترین جراحان مغز و اعصاب دنیا، قصد گزینش ده نفر از بهترین جراحان را دارند. در این همایش هر یک از آنها تجربه و دانش خود را به دیگر همکاران عرضه می‌کند. در نهایت، بعد از مباحثه و مناظره فراوان، ده نفر برتر انتخاب می‌شوند. به نظر شما اگر دلایل موفقیت این ده نفر را از آن‌ها بپرسیم به

چه میزان فقط به دانش پزشکی خودشان اشاره می‌کنند؟ آیا برتری و پیشرفت آن‌ها فقط به دانش تخصصی‌شان مربوط است؟ پاسخ‌های خود را با پاسخ دیگر هم‌کلاسی‌ها مقایسه کنید.



بسیاری از متخصصان ممکن است موفقیت خود را به دانش تخصصی‌شان نسبت می‌دهند؛ اما علاقه، مطالعه، سبک یادگیری، میل به پیشرفت، خلاقیت، تجربه، تلاش، سخت‌کوشی و ده‌ها عامل دیگر افزون بر دانش تخصصی‌شان در انتخاب آنها به عنوان جراح برتر، مؤثر می‌باشد.

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

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

فعالیت ۱-۳

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

• عدد ۱۳ نحس است.

• افراد با گوش بزرگ‌تر هوش بالاتری دارند.

• اولین هدیه به شخص عطر نباشد؛ زیرا باعث جدایی می‌شود.

• قیچی را بی‌مورد باز و بسته نکنید؛ موجب دعوا می‌شود.

• پرش پلک (تیک پلک)، نشانهٔ مورد غیبت قرار گرفتن است.

علم چیست؟

در زبان فارسی از واژه «علم» استفاده زیادی می‌شود. منظور از علم در اینجا، علم تجربی است که از روش‌ها و ابزارهای دقیق و قابل اندازه‌گیری برای بررسی موضوع مورد مطالعه استفاده می‌کنند و یکی از اقسام علوم بشری است.

در علوم تجربی با کمک مشاهده و سایر روش‌های دقیق، رابطه بین پدیده‌های طبیعی بررسی می‌شود. دانشمندان برای بررسی روابط بین این قبیل پدیده‌ها از پرسش‌های علمی، فرضیه‌ها و نظریه‌ها استفاده می‌کنند.

واژه «بیان‌های علمی» به مفاهیم علمی مختلف اشاره دارد. در علوم تجربی برخی از این بیان‌ها اهمیت زیادی دارد؛ مانند مسئله، فرضیه و نظریه.

پژوهش‌های دانشمندان با طرح مسئله شروع می‌شود. آنها با توجه به دانش و تجربه خودشان و پیشینیان سعی می‌کنند پاسخ‌های خردمندانانه و سنجیده‌ای به مسئله‌های علمی بدهند. به این قبیل پاسخ‌ها، «فرضیه» می‌گویند.

فرضیه پاسخ اولیه پژوهشگران به مسئله‌های علمی است. فرضیه‌ها می‌توانند ضمن اینکه در پاسخ به یک سؤال بیابند، باعث طرح سؤال‌های دیگر هم بشوند. فرضیه‌ها، در صورت تأیید تجربی به قانون یا اصل تبدیل می‌شوند. در نمودار زیر پیوستگی بیان‌های علمی اشاره شده آمده است.



سلسله‌مراتب بیان‌های علمی

فعالیت ۱-۴

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

پژوهشگر در بیان مسئله هدف خویش را بیان و بر اساس آن، فرضیه‌ها را تعیین می‌نماید. فرضیه‌های تأیید شده منجر به تشکیل قوانین و در نهایت ارائه نظریه می‌گردند.

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

- «گذشت زمان باعث تضعیف حافظه می‌شود.» این بیان فرضیه نام دارد که می‌تواند صحیح یا غلط باشد. این فرضیه را دانشمندان می‌آزمایند تا به درستی آن پی ببرند که در صورت تأیید «تأثیر گذشت زمان بر حافظه» به‌عنوان یک اصل یا قانون پذیرفته می‌شود.



نظریه‌ها با ترکیب اصول و قوانین مختلف به دست می‌آیند. حافظه علاوه بر گذشت زمان، تابع اصول و قوانین دیگری هم است. وقتی همه اصول حافظه کنار یکدیگر بیایند «نظریه‌های فراموشی» را شکل می‌دهند.

همه علوم، با نظریه‌ها سر و کار دارند. در روان‌شناسی نیز نظریه‌های زیادی وجود دارد؛ مثلاً مفهوم «یادگیری» و چگونگی آن با نظریه‌های متعددی تبیین می‌شود.

نظریه‌های علوم تجربی را بر اساس «سودمندی» و «کاربردی بودن» آن می‌سنجند. نظریه‌ها دارای دو سطح ظاهری و تجربی هستند. سطح ظاهری یک نظریه، ساختار شکلی و نحوه نگارش آن است. منظور از سطح تجربی، تجربه‌پذیری و پژوهش‌پذیری آن است.

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

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

علوم تجربی چه هدف‌هایی را دنبال می‌کند؟

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



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

هدف دیگر علم روان‌شناسی «تبیین» موضوع است. واژه «تبیین»، به بیان چرایی آن پدیده اشاره دارد در حالی‌که واژه «توصیف» به چیستی مربوط می‌شود. در روان‌شناسی تجربی سعی می‌شود مهم‌ترین علل بروز پدیده، مطالعه شود. وجود بسیاری از پدیده‌های روان‌شناختی تابع علت‌های زیادی است. موفقیت در رسیدن به «پیش‌بینی و کنترل» به چگونگی توصیف و تبیین پدیده مورد مطالعه بستگی دارد. روان‌شناسی، در مقایسه با سایر علوم تجربی، در توصیف و تبیین پدیده‌ها با دشواری‌های زیادی روبه‌روست. مهم‌ترین دلیل دشواری این است که پدیده‌های روان‌شناختی تحت تأثیر علت‌های زیادی هستند؛ در حالی‌که در علوم دیگر این‌گونه نیست.

مثال، روش خردکردن مسئله مهارت حل مسئله را افزایش می‌دهد، نمونه‌ای از «پیش‌بینی» است. با آموزش این مهارت حل مسئله تحت «کنترل» قرار می‌گیرد. آن‌گونه که پیش‌بینی و

فعالیت ۱-۵

۱- در گروه‌های دونفره به این دو جمله توجه کنید و بگویید کدام، توصیف و کدام، تبیین است؟ چرا؟

• حافظه یعنی قدرت یادآوری و بازشناسی خاطرات گذشته.

توصیف. رابطه‌ی علت و معلولی (تبیین) برقرار نمی‌شود و فقط حافظه را توصیف می‌کند.

• تکرار به موقع خاطرات موجب تحکیم حافظه می‌شود.

تبیین. بین متغیرها رابطه علت و معلولی وجود دارد چون برای تحکیم حافظه، راهکار نشان می‌دهد.

۲- به مثال‌های زیر توجه کنید و بگویید تبیین کدام‌یک آسان‌تر است؟ چرا؟

• گرما باعث انبساط فلز می‌شود.

• امید به آینده، انگیزه پیشرفت را افزایش می‌دهد.

در جمله اول می‌توان رابطه‌ی علت و معلولی (تبیین) بین گرمای هوا و انبساط فلزات برقرار نمود. این جمله به دلیل اینکه در حوزه‌ی علم تجربی قرار دارد، تبیین آن آسان‌تر است.

سؤال

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

زیرا پدیده‌های روان‌شناختی با انسان سر و کار دارد که تحت تأثیر عوامل متعددی هستند که به راحتی نمی‌توان آنها را تبیین کرد. اما مفاهیم فیزیکی با مواد در ارتباط است که چون توصیف و تبیین روشن‌تری دارند پیش‌بینی و کنترل آن آسان‌تر است.

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

منابع کسب شناخت

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

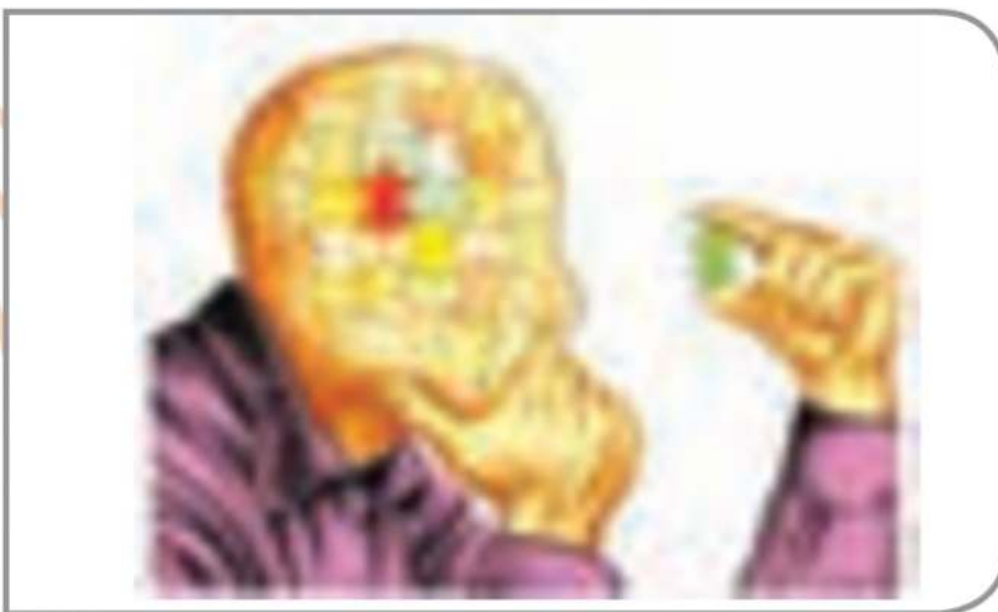
۱- استناد به نظر صاحب‌نظران و مقام صلاحیت‌دار: منظور از «صاحب‌نظران»، افراد متخصص و باتجربه است.



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

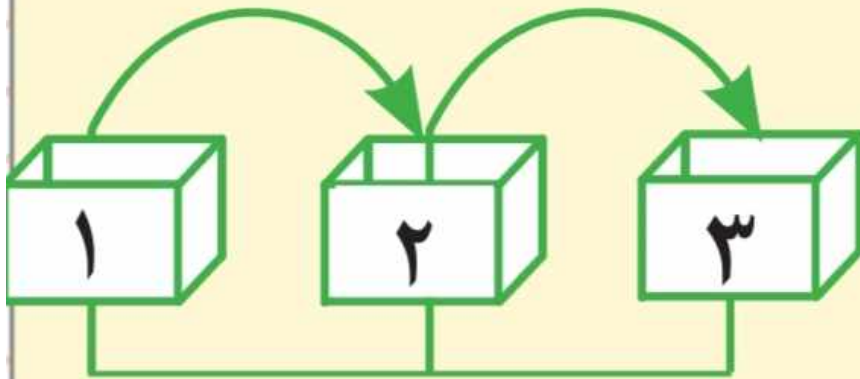


۳- شیوه خردگرایانه: در این شیوه با کمک فلسفه و روش‌های مبتنی بر منطق، به حقیقت چیزی پی می‌برند. فیلسوفان از این روش استفاده می‌کنند.



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

کارت‌های درست پاسخ داده شده



کارت‌های اشتباه پاسخ داده شده

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



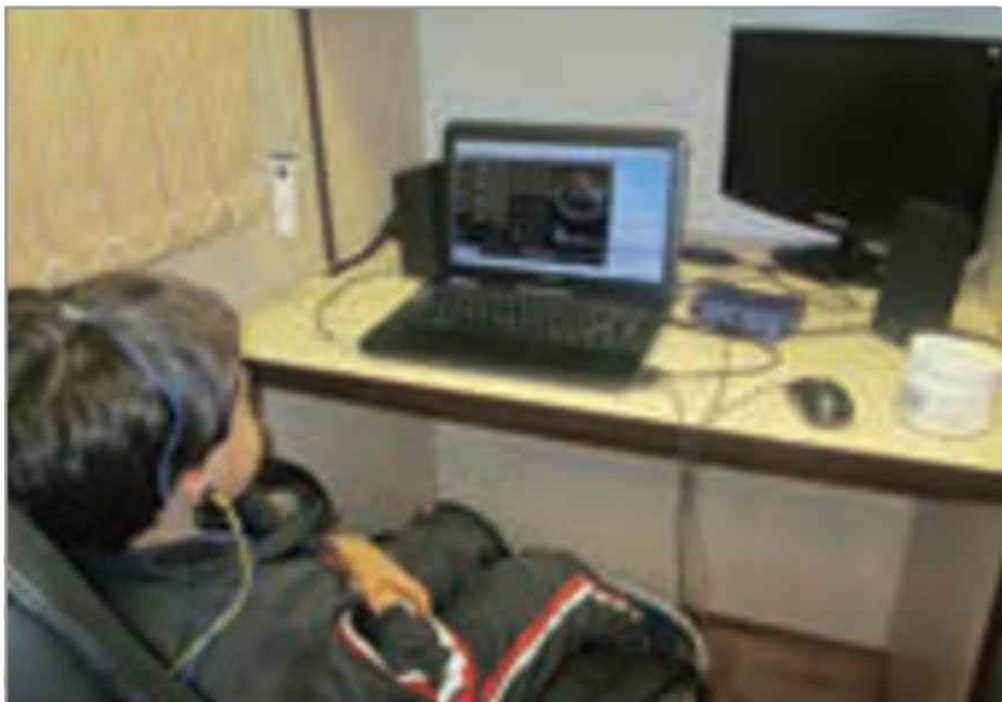
بسیاری از دانشمندان علوم تجربی در این زمینه دچار اشتباه می‌شوند. آن‌ها بیش از حد به یافته‌های خود اعتماد می‌کنند و منابع دیگر کسب شناخت را نامعتبر می‌دانند؛ حال آنکه موضع آن‌ها نسبت به سایر منابع شناخت باید «نمی‌دانم» باشد، نه اینکه بگویند: «نیست!».

سؤال □

مریم در یکی از کتاب‌های درسی با این مفهوم مهم مواجه شده است که «جهان دارای نظم است». او برای فهم این جمله مدتی است یکی از کتاب‌های شگفت‌انگیز درباره کهکشان‌ها و منظومه شمسی را مطالعه می‌کند. بعد از مطالعه به این نتیجه رسیده است که امکان ندارد اجزای منظومه شمسی

بدون قاعده در فضا قرار گیرند. مریم با استفاده از کدامیک از منابع شناخت به دانش جدید رسیده است؟

استناد به روش‌های علمی و مطالعه منابع علمی در زمینه کیهان‌شناسی



روان‌شناسان در آزمایشگاه‌ها پدیده‌ها را به‌دقت مطالعه می‌کنند.

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

«فرایند جست‌وجوی باقاعده و نظام‌دار برای مشخص کردن یک موقعیت نامعین».

در این تعریف از چند واژه استفاده شده است: «فرایند» به جریان یک عمل اشاره دارد. وقتی از مبدأ به‌سوی مقصد در حال حرکت هستیم، جریان رسیدن به هدف را «فرایند» گویند. در روش علمی همواره به دنبال جست‌وجوی چیزی هستیم. در جست‌وجوی چیزی بودن باعث می‌شود تا روش علمی، هدفمند باشد. گاهی ممکن است، بدون هدف اقدامی صورت بگیرد؛ در این صورت اقدام محقق شده، به دلیل توجه نداشتن به هدف مشخص، نتیجه‌بخش نخواهد بود. واژه مهم دیگر، «نظام‌دار بودن» است. روش علمی تابع قواعد مشخصی است که به صورت منظم طی می‌شود. مهم‌ترین تفاوت دانشمند با فرد عادی در این است که، هرچند هر دو با مسئله مواجه می‌شوند، اما مواجهه دانشمند، برخلاف فرد عادی، منظم و قاعده‌مند است.

آخرین مفهوم در تعریف روش علمی، «موقعیت نامعین» است. دانشمند به دنبال ابهام‌زدایی و روشن‌سازی است. دانشمند با طرح مسئله، موقعیت ناشناخته را خلق می‌کند. به واسطه روش علمی، موقعیت ناشناخته روشن می‌شود. روشن‌سازی موقعیت نامعین همانند نور در شب تاریک است؛ هرچه بر شدت نور افزوده می‌شود، از مقدار تاریکی کاسته می‌شود.



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

مثال:

مهم‌ترین علت افزایش دمای کره زمین چیست؟ (مسئله)

گازهای گلخانه‌ای باعث افزایش دمای کره زمین شده است. (فرضیه)

• (مسئله) مؤثرترین روش در درمان دیابت کدام است؟

• (فرضیه) رژیم درمانی موجب بهبود بیماری دیابت

ویژگی‌های روش علمی: روش علمی، روش موردنظر روان‌شناسان است. در روش علمی هر «متغیر» باید به‌طور دقیق بیان شود. به این ویژگی، «تعریف عملیاتی» می‌گویند.

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



به نظر شما تعریف عملیاتی کدامیک از واژگان زیر سخت‌تر است:

جرم، اتم، اضطراب، پیشرفت تحصیلی، کلسترول، تصمیم‌گیری، سوخت و ساز، استدلال، قضاوت، هورمون؟

ویژگی دیگر روش علمی، «تکرارپذیری» است. یافته‌های به دست آمده از روش علمی، خصوصی و شخصی نیست، بلکه هر فردی در صورت رعایت ضوابط علمی، می‌تواند یافته‌های دیگران را تکرار کند. بسیاری از انسان‌ها با روش‌هایی منحصر به فرد، مسئله حل می‌کنند. هرچند این افراد ممکن است به نتیجه موردنظر برسند، اما چون پاسخ آن‌ها به وسیله دیگران قابل تکرار نیست، در مجموعه روش علمی قرار نمی‌گیرد. همانند طرح سؤال در ویژگی پیشین روش علمی، در اینجا هم به بیان این پرسش می‌پردازیم که «آیا همه علوم به یک میزان دارای یافته‌های تکرارپذیر هستند؟» اگر فیزیک‌دان، یافته مربوط به تأثیر گرما بر انبساط فلز را بارها تکرار کند، آیا روان‌شناس هم می‌تواند این‌گونه عمل کند؟



در برخی موارد، روان‌شناسان نمی‌توانند به راحتی همانند فیزیک‌دانان عمل کنند. به دلیل رعایت مسائل اخلاقی و نیز پیچیدگی پژوهش‌های مربوط به انسان، روش علمی همواره با محدودیت‌هایی مواجه است. شاید به همین دلیل است که استفاده از روش علمی تاکنون نتوانسته است به همه پرسش‌های بشر امروز پاسخ دهد.

تعریف روان‌شناسی

اگر از شما بپرسند در روان‌شناسی چه چیزی مطالعه می‌شود، شاید به تعداد افراد کلاس، تعریف ارائه شود. شگفت‌آور آن است که در بین روان‌شناسان هم، تعریف واحدی برای روان‌شناسی وجود ندارد.

این موضوع تعجب‌آور نیست. گذشت زمان و پیشرفت دانش، باعث تغییر اطلاعات ما می‌شود؛ در نتیجه، از پدیده‌ها فهم دقیق‌تری خواهیم داشت. به علاوه، پدیده‌های جهان چنان پیچیده است که دانشمندان مجبورند از زوایای گوناگون به آن نگاه کنند. همین امر موجب پیدایش نظریه‌های مختلف می‌شود؛ بنابراین، دلیل اصلی وجود تعاریف مختلف در روان‌شناسی، گذر زمان و پیشرفت دانش از یکسو، و زاویه نگاه دانشمند از سویی دیگر است.

جامع‌ترین تعریف روان‌شناسی عبارت است از: «علم مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی (شناخت)». به هر نوع فعالیت مورد مشاهده جاندار، «رفتار» می‌گویند. حرکت جمعی پرندگان، لانه‌سازی برخی حیوانات، راه رفتن انسان‌ها، غذا خوردن، خوابیدن و بسیاری حرکات دیگر نمونه‌هایی از رفتار است. مطالعه رفتار، محدود به انسان نیست، بلکه همه موجودات زنده را شامل می‌شود.

واژه «فرایندهای ذهنی» نیز، به دلیل عدم مشاهده مستقیم بسیاری از رفتارها و تأکید بر کنش‌های انسانی، در تعریف روان‌شناسی لحاظ شد. امروزه از فرایندهای ذهنی با واژه «شناخت» تعبیر می‌شود. در کتاب حاضر بر مفاهیم شناختی تأکید زیادی می‌شود؛ بنابراین، آن را جداگانه تعریف می‌کنیم.



فعالیت ۱-۷

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

- حسین با دیدن دوستش به سمت او می‌رود.

رفتار

- فاطمه، با نگاه به آینده، به رشته تحصیلی دانشگاهی‌اش می‌اندیشد.