

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

خلاصہ کتاب انگیزش و هیجان

نویسنده:

دکتر محمد پارسا

فصل اول: زمینه‌های انگیزش

➤ انگیزه‌ها دارای خاستگاه درونی بوده که در ایجاد رفتار هدفمند، موثرند.

تعریف انگیزش:

- ✓ روانشناسان، انگیزش را فرآیندهایی دانسته که در برانگیختن، جهت دادن و پایایی رفتار، نقش آفرین هستند.
- ✓ ساموئل بال معتقد است که برای توجیه انگیزش باید به ۵ مسئله توجه کرد: الف) در تعریف انگیزش، آن را یک سازه فرضی بشناسیم (انگیزش برای توضیح رفتار، یک امر استنباطی است و نه مشهود)، ب) در تعریف انگیزش، گاهی بدون بررسی‌های دقیق از این واژه استفاده می‌کنیم، ج) این مفهوم، مجموعه عناصری را در تار و پود عوامل تعیین کننده تشکیل می‌دهد، د) انگیزش، فرآیندهای بسیاری را در بر می‌گیرد و ه) آخرین مسئله‌ای که با انگیزش ارتباط پیدا می‌کند، توجه به ارزش‌هاست.
- ✓ انگیزش، دارای پیامدهای ادراکی است.
- ✓ بخش مهمی از کامیابی یا ناکامی دانش آموز در کار تحصیل، وابسته به نیروهای انگیزشی است.
- ✓ در تعریف انگیزش، نقش ارزش‌ها از اهمیت بالایی برخوردار است.
- ✓ روانشناسان، انگیزش را عامل مهمی در رفتار بشمار می‌آورند.
- ✓ انگیزش دارای جنبه استنباطی یا استنتاجی بوده و می‌تواند به گونه‌ای نادرست بکار رود و تنها عامل تعیین کننده رفتار و یگانه فرآیند نیست.
- ✓ محققان پیشین، انگیزش را دستاورد غریزه می‌دانستند.
- ✓ کردارشناسان که اندیشه‌های خود را بر پایه نظریه داروین بنا می‌کردند، معتقد بودند که غریزه‌ها دارای ارزش بقا برای موجود زنده هستند.
- ✓ به اعتقاد کردارشناسان، نیرو در درون موجود زنده ساخته شده و خود را بصورت رفتار نمایان ساخته که به بقای انواع یا موجودات زنده مختلف می‌انجامد.
- ✓ از دیدگاه روانی، انگیزش بطور کلی در نظریه‌های شخصیت و موفقیت نمایان می‌شود.

زمینه‌های تاریخی انگیزش:

- ✓ نخستین بار در پایان قرن ۱۹ میلادی، بررسی‌های علمی درباره انگیزش بوسیله فروید انجام گرفت.
- ✓ قبل از داروین عقیده بر این بود که آدمیان و جانوران دارای تفاوت‌های کیفی هستند. انسان، موجودی خردمند و اندیش‌ور و حیوان، موجودی غریزی و دور از منطق عقلی است.
- ✓ برای قرن‌ها، نظریه لذت‌جویی، اساس رفتار بشمار می‌رفت.
- ✓ نظریه لذت‌جویی بیانگر آن است که عوامل لذت‌بخش، به تثبیت و استمرار رفتار انجامیده و فرد می‌کوشد از عوامل رنج‌آور و ناخشنود کننده در حد امکان دوری کند.
- ✓ نظریه پردازان قرن ۱۹ نیز لذت‌جویی را مبنای رفتار قرار دادند.
- ✓ نظریه تکامل داروین در اواسط قرن ۱۹، تمایز کیفی را که پیشینیان مایه اختلاف انسان و حیوان می‌دانستند، رد کرد.
- ✓ به عقیده داروین، از آغاز حیات، پیکار پایداری برای بقا میان موجودات زنده در گرفته است.

✓ محیط نیز در میان افراد گونه‌ها، آنهایی را که سالم‌تر، مقاوم‌تر و پر جمعیت‌تر باشند را برای بقا بر می‌گزینند.

مفاهیم ضمنی در نظریه تکامل:

- ✓ نظریه داروین از همان آغاز، از راه مشاهده و آزمایش مورد تایید زیست‌شناسان قرار گرفت.
- ✓ این نظریه، اساس پژوهش‌های تجربی را درباره رفتار حیوانی پایه‌ریزی کرد.
- ✓ آزمایشات ادوارد لی و ثندایک، گویای پیشرفت و یادگیری گربه‌ها بود.
- ✓ بررسی و یافته‌های فروید، بازگو کننده رفتارهای نامعقول و ناخودآگاه افراد آدمی بوده که در قالب نظریه روانکاوی به بحث درباره بنیادهای غریزی تکانه‌ها یا نیروهای محرک می‌پردازد.
- ✓ نظریه رفتار غریزی مک دوگال، همزمان با نظریه روانکاوی فروید، گویای تاثیر نظریه تکامل گونه‌های داروین بر آنهاست.
- ✓ علاقه فراوان به مسئله تفاوت‌های فردی و پیشرفت آزمون‌های مختلف در این زمینه در پایان قرن ۱۹، بازتابی از نظریه تکامل داروین است.
- ✓ آزمون‌های هوش نظری و عملی و انواع مختلف آزمون‌های استعداد، شخصیت، گرایش‌های شغلی و ... در پاسخ به نظریه داروین در اختلافات فردی گونه‌هاست.
- ✓ اگر انگیزه‌های شناخته و ناشناخته ارضا نشوند، ناراحتی‌های روانی خاصی را بوجود آورده که ممکن است به اختلال شخصیت و افسردگی بیانجامد.

نقش دستگاه عصبی در انگیزش:

- ✓ انگیزه‌ها که دارای خاستگاه درونی هستند، بیش از همه با دستگاه‌های عصبی سر و کار دارند.

۱. روش‌های کالبدشناسی:

- ✓ روش کالبدشناسی عصبی با تشریح و مطالعه عینی دستگاه عصبی ارتباط دارد.
- ✓ کالبدشناس‌ها از تارها و مجراهای عصبی مغز و بررسی‌های میکروسکوپی که از سلول‌ها و شبکه‌های عصبی انجام می‌گیرد، آگاهی دارند.
- ✓ امروز بررسی‌های میکروسکوپی از عناصر اصلی، بصورت زیر اجرا می‌شود: الف) ردیابی یک تار عصبی، ب) ترکیب مولکولی سلول‌های عصبی، ج) ویژگی‌های ساختی سیناپس‌ها و د) بررسی غشای عصبی با میکروسکوپ الکترونی.
- ✓ مواد ثابت‌کننده که در بررسی‌های میکروسکوپی بکار می‌روند، آنهایی هستند که از فساد ماده آلی جلوگیری می‌کنند.

۲. آسیب‌های مغزی:

- ✓ برای بررسی آسیب‌های مغزی، ۲ روش وجود دارد: الف) بررسی صدمه‌ای که به بافت دستگاه‌های عصبی وارد می‌شود و ب) ارزیابی اثرات رفتاری.
- ✓ بررسی اثرات ناشی از آسیب‌های مغزی، اهمیت بیشتری دارد.

۳. یادداشت‌برداری الکتریکی:

- ✓ یادداشت‌برداری الکتریکی از دستگاه عصبی، مشتمل بر ۳ وسیله است: الف) الکتروود یا قطب مغناطیسی (بمنظور دریافت علائم عصبی)، ب) دستگاه تقویت‌کننده (یا آمپلی‌فایر برای بزرگ کردن نیروهای پنهان عصبی) و ج) دستگاه استخراج اطلاعات.

فصل دوم: نظریه‌های انگیزش

انگیزش بیشتر با نیازها و خواست‌های افراد آدمی ارتباط داشته و به رفتار، جهت و نیرو می‌بخشد.

نظریه غریزه:

- ✓ اکثر روانشناسان معتقدند نظریه تکامل داروین، یکی از اساسی‌ترین بنیادهای عینی و علمی را برای توجیه نظریه‌های انگیزش نشان می‌دهد.
- ✓ بطور کلی لانه‌سازی پرندگان و گردآوری دانه و مواد خوراکی توسط مورچگان، غریزی یا ناآموخته هستند.
- ✓ غریزه، یک الگوی رفتار قالبی یا ناآموخته بوده که همه افراد یک دسته از جانوران، آن را بطور یکسان انجام می‌دهند.
- ✓ در جانوران رده‌های بالاتر، رفتار قالبی و ارثی کمتر دیده شده زیرا بیشتر رفتارهای آنان، آموختنی بوده و رشد مغزی و دستگاه‌های عصبی آنان، دارای پیچیدگی‌های بیشتری است.
- ✓ نظریه مک دوگال در آغاز نیمه اول قرن ۲۰ بیانگر آن است که غریزه‌ها و هیجانات مربوط به آنها، مهمترین عامل انگیزشی در رفتار بشمار می‌روند.
- ✓ به عقیده وی، غریزه‌ها بازتاب‌های محض یا کوشش‌های کورکورانه نیستند بلکه گرایش‌هایی هدفدار، فطری و ارزشمند بوده که مایه اصلی رفتار و کردار بشمار می‌روند.
- ✓ وی غریزه‌های عمده را مهاجرت پرندگان، بیزاری، کنجکاوی، جنگجویی، فروتنی، خودنمایی یا اظهار وجود و احساس پدری و مادری می‌داند.
- ✓ فروید نیز در نظریه روانکاوی، برای غریزه مقام شایسته‌ای در وجدان ناخودآگاه منظور داشته است.
- ✓ به عقیده فروید، غریزه‌های جنسی، صیانت نفس و مرگ، همانند سائق‌ها عمل می‌کنند.
- ✓ نقش‌پذیری فرآیندی است که جانوری مانند جوجه اردک، از هر محرکی که در دوران بحرانی رشد یا در دوره‌ای که تازه از تخم بیرون آمده است، پیروی می‌کند.
- ✓ بوسیله نقش‌پذیری است که انگیزش در جانوران، بصورت الگوی رفتاری ثابت در می‌آید.
- ✓ هر جانوری، دارای نقش‌پذیری خاص خود بوده که شکل معینی از غریزه را تشکیل می‌دهد.
- ✓ غریزه بطور کلی، اصطلاح خاصی بوده که به انگیزه‌های خود بخودی پا گرفته اطلاق می‌شود.
- ✓ یادگیری، از ویژگی‌های مهم انسان بوده که در ایجاد انگیزه‌های انسانی، سهم بسیار مهمی را بعهدہ دارد.
- ✓ بیشتر نیازها که آموختنی بوده، در انگیزش آدمی نقش آفرین هستند.

نظریه سائق:

- ✓ این نظریه، یک دیدگاه فیزیولوژیکی بوده که گسترش یافت و سرانجام نیازهای روانی را نیز در بر گرفت.
- ✓ وودورث در سال ۱۹۱۸ معتقد بود که سائق‌ها، نیروهای درون‌زادی هستند که برای حفظ تعادل زیستی بدن کار می‌کنند.
- ✓ مفهوم سائق در سال ۱۹۴۳ توسط کلارک هال که نظریه کاهش سائق خود را مطرح کرد، گسترش چشمگیری یافت.
- ✓ نظریه هال بیانگر آن است که نیازهای فیزیولوژیکی، اساس ایجاد سائق بشمار می‌روند.
- ✓ سازه‌های انگیزشی که به موجود زنده نیرو می‌بخشد و او را به فعالیت وا می‌دارد، سائق (D) نامیده می‌شود.
- ✓ نیرویی که برای تسکین یا ارضای نیاز بکار می‌رود، کاهش سائق می‌خوانند.

- ✓ هال معتقد بود که انگیزش، نخستین گام در راه الگوهای اکتسابی تحرک یا رفتار است.
- ✓ رفتارهای فطری و طبیعی، نیازهای نخستین را ارضا کرده و یادگیری زمانی رخ می دهد که رفتارهای ذاتی، تاثیر نداشته باشند.
- ✓ یادگیری، یک شیوه تکاملی برای سازش با محیط بمنظور تامین بقا است.
- ✓ هال، بوجود تقویت کننده های ثانوی نیز معتقد بود و بنظر او، بسیاری از رفتارها برای ارضای نیازهای اصلی پدید نمی آیند.
- ✓ نظریه سائق برای برانگیختن رفتار بیشتر برای ارضای فوری نیازهای فیزیولوژیکی کاربرد دارد.
- ✓ سائق ها می توانند در صورت نبودن نیازهای زیستی، بوجود آیند مانند سائق جنسی که حتی اگر برای بقا مورد نیاز نباشد، غالباً منجر به بی نظمی می شود.
- ✓ نظریه سائق برای انگیزه علمی و تحصیلی، توضیح قانع کننده ای در اختیار ندارد.

نظریه های شرطی:

- ✓ نظریه های انگیزشی در شرطی شدن، بصورت بازتابی و عامل نمایان می شوند.
- ✓ وقتی محرکی همراه با محرک دیگر بیاید و پس از چند بار تکرار، پاسخ آن را به خود اختصاص دهد، آن را شرطی شدن بازتابی یا کلاسیک می نامند.
- ✓ در شرطی شدن عامل، رفتار هنگامی برانگیخته می شود که احتمال دریافت پاداش یا یک عامل تقویتی وجود داشته باشد.
- ✓ به عقیده اسکینر، آنچه بیش از همه در وقوع رفتار اهمیت دارد، محیط افراد بطور مستقیم و سرگذشت های آنان در طول زمان است.
- ✓ بنظر بندورا، عامل تقویتی نیست که در رفتار تاثیر می کند بلکه باورها و اعتقادات مردم درباره عوامل تقویتی است که تاثیر بیشتری بجا می گذارد.

نظریه های شناختی:

- ✓ این نظریه ها بیشتر به اندیشه ها، انتظارات و ادراک امور و مسائل زندگی توجه دارد.
- ✓ ۲ نوع شناخت، بیانگر رفتارهایی است که از ما سر می زند: الف) شناخت انتظاری که رفتار را بسوی اهداف خاصی سوق می دهد و ب) ادراک ارزش آن هدف.
- ✓ نظریه های شناختی انگیزش، تمایز عمده ای میان انگیزه درون زاد (ذاتی) و برون زاد قائل است.
- ✓ انگیزه درون زاد، آدمی را وادار می دارد تا در کارهایی بخاطر خود آنها به فعالیت پردازد نه برای دریافت پاداش و سود مادی.
- ✓ انگیزه برون زاد سبب می شود که فرد برای دستیابی به پاداش و یا مقام و مرتبه احتمالی، در کاری شرکت کند.
- ✓ وقتی انگیزه ای درون زاد باشد، آدمی با کوشش و پشتکاری بیشتر از انگیزه برون زاد، به فعالیت می پردازد.
- ✓ در نظر گرفتن پاداش برای ایجاد رفتار مطلوب ممکن است به کاهش انگیزه درون زاد و افزایش انگیزه برون زاد انجامیده و از فعالیت تحصیلی بکاهد.

نظریه توازن:

- ✓ یکی دیگر از نظریه های اجتماعی بوده که توسط هایدنر مطرح گردیده است.

- ✓ وی معتقد است که میان اشخاص و موقعیت‌ها و رویدادها، درباره توازن شناختی، گرایشی وجود دارد که عناصر ۳ گانه آن عبارتند از معلم، شاگرد و ماده درسی.
- ✓ توازن هنگامی ایجاد می‌شود که یک رابطه مثبت میان ۳ عنصر فوق بوجود آید.
- ✓ عدم توازن شناختی زمانی بوجود می‌آید که نه تنها همه بلکه یکی از ۳ رابطه بالا منفی باشد.

نظریه فرآیند مخالف (متضاد):

- ✓ این نظریه می‌کوشد انگیزش را در پس پدیده‌هایی مانند اعتیاد به مواد مخدر و واکنش‌های فیزیولوژیکی و عاطفی آنها مطرح سازد.
- ✓ در این نظریه، اصل بر آن است که بالا رفتن برانگیختگی، سرانجام واکنش آرامی را در دستگاه عصبی پدید می‌آورد و بالعکس به این معنا که حالت خوشی و شنگولی آغازین، سرانجام به خماری و کسالت می‌انجامد.
- ✓ وقتی محرک‌ها در آغاز دارای برانگیختگی‌های کم و پایینی باشند، بعداً سطح برانگیختگی آنها بالا می‌رود.
- ✓ این نظریه، حاکی از آن است که هر بار دارو مصرف شود، فرآیند مخالف (افسردگی) تقویت می‌شود در صورتی که فرآیند آغازین (خوشی و شادمانی)، گرایش به تضعیف دارد.
- ✓ فرآیندهای مخالف هنگامی وارونه عمل می‌کنند که تجربه آغازین، منفی باشد.
- ✓ این نظریه، گویای آن است که چرا افراد آدمی نسبت به رفتار یا اموری که به ظاهر سود اندکی دارند، دارای چنان انگیزه‌های بالایی هستند.
- ✓ در واقع، بیشتر فرآیند مخالف است نه واکنش نخستین که به پایداری انگیزه چنان رفتاری ادامه می‌دهد.

نظریه اراده آزاد:

- ✓ بنا به این دیدگاه (انسان، موجودی متعقل است)، رفتار آدمی به نیروی اراده وی وابسته بوده و با اتکا به آن، به خوی نیکو و شیوه‌های رهایی‌بخش دست می‌یابد.
- ✓ روانشناسان، اراده آزاد را برای بیان رفتار و کردار اکتسابی شخص، رضایت‌بخش نمی‌دانند.

نظریه لذت‌جویی:

- ✓ تجربه نشان داده افراد به محرک‌ها و رویدادهایی پاسخ مثبت داده که شاد کننده باشند یا از رنج و ناراحتی آنها بکاهد.
- ✓ پدیده لذت‌جویی، افراد را برانگیخته که از عوامل رنج آور دوری کرده و به آنهایی توجه و علاقه پیدا کنند که شادی‌بخش باشند.
- ✓ نظریه لذت‌جویی دارای سابقه طولانی بوده و به دوران فیلسوفان یونان باستان بر می‌گردد و نماینده آن، اپیکور است.
- ✓ مسئله اصلی در این نظریه، آن است که هر عامل مسرت‌بخش و شاد کننده، با طبق انسان سازگار بوده و او را به تکرار و ادامه آن، علاقه‌مند می‌سازد.
- ✓ روانشناسان در نظریه لذت‌جویی بعلت وابستگی‌های آن به خودشناسی و افشای حالات درونی آزمودنی، انتقاد کرده‌اند.
- ✓ ابوسعید ابوالخیر، لذت واقعی را ترک لذت آن چیزهایی می‌داند که برای اکثر مردم، لذت‌بخش و شادی‌آفرین است.
- ✓ به عقیده فروید، آنها یا رکن بنیادی شخصیت وظیفه دارد فشارها و تنش‌های روانی را تخلیه کرده و تعادل روانی را برقرار سازد.

- ✓ ثرندایک نیز در قانون گیرایی خود، معتقد است هنگامی رابطه میان محرک و پاسخ تقویت یا تضعیف می‌شود که با خوشی یا ناخوشی پیوند داشته باشد.
- ✓ برانگیختگی، دوام و جهت رفتار، به میزان احساسات مثبت یا منفی در ارتباط با فعالیت یا هدف وابسته است.
- ✓ به اعتقاد مک کله‌لند وقتی محرک‌ها با یک موقعیت خوش و مطبوع ارتباط یابند، در مرتبه‌های بعد گرایش دارند که همان پیوند، تجدید شود.

نظریه نیازها:

- ✓ نیازها با شرایط خاص کمبودها و کاستی‌های درون موجود زنده ارتباط دارد.
- ✓ انگیزش زمانی بخوبی شناخته می‌شود که بتوان پی به علل کمبودها یا نیازها برد.
- ✓ نیازها، خاستگاه اصلی و کلی انگیزه‌های آدمی بشمار می‌روند.
- ✓ نیازهای روانی برخلاف نیازهای هنجاری، زبان گویای کمبودهای واقعی یا تنش فرد خاصی بشمار می‌آید که از رفتارهای هدف‌جویانه وی استنباط می‌شود.
- ✓ فرق عمده نیازهای روانی و هنجاری آن است که نیازهای روانی با انگیزه‌ها و رفتارهای خاص ارتباط می‌یابد و نیازهای هنجاری، بیانگر آنند که چه کارهایی باید بشوند یا چه رویدادهایی وقوع یابند.
- ✓ در طبقه‌بندی نیازها، ۳ دسته اهمیت بیشتری دارند: الف) طرح موری، ب) طرح رث و بارل و ج) طرح مازلو.

۱. طرح‌های نیازهای موری:

- ✓ موری سعی کرد به اصول حاکم بر رفتار آدمی دست یابد.
- ✓ موری کوشید جهت‌های مشهود رفتار را با مفاهیم ذهنی همچون آرزو، میل و هدف ارتباط داده و به وجود سائق‌ها و نیازها در انگیزش پی ببرد.
- ✓ وی در سال ۱۹۳۸، ۱۲ نیاز بدن‌زاد و ۲۸ نیاز روان‌زاد را مشخص نموده ولی در سال ۱۹۶۶، آن تعداد را به ۲۰ مورد کاهش داد.
- ✓ لیست نیازهای موری، بیشتر در پژوهش‌های شخصیت و انگیزش دارای کاربرد است.

۲. طرح رث و بارل:

- ✓ رث و بارل در سال ۱۹۶۳ با انتشار کتاب «شناخت کودک مسئله آفرین»، به ۸ نوع نیاز کودکان اشاره می‌کنند که عبارتند از: نیازهای عاطفی به تعلق و وابستگی، نیاز به موفقیت، نیاز به امنیت اقتصادی، نیاز به مصونیت از ترس، نیاز به عشق و محبت، نیاز به دوری از احساس شدید گناه، نیاز به حرمت نفس و نیاز به تفاهم.

۳. نیازها از دیدگاه مازلو:

- ✓ در این طرح، سلسله مراتب نیازها از پایین به بالا تنظیم شده است.
- ✓ در این سلسله مراتب، ۲ دسته نیاز وجود دارد: الف) نیازهای بنیادی (کمبود) و ب) نیازهای رشد (رده بالا).
- ✓ نیازهای بنیادی عبارتند از: الف) نیازهای فیزیولوژیک، ب) نیازهای امنیتی، ج) نیازهای عشقی و وابستگی و د) نیازهای عزت نفس.
- ✓ نیازهای رشدی عبارتند از: الف) نیازهای شناختی، ب) نیازهای زیبایی و ج) خودشکوفایی.

الف) نیازهای فیزیولوژیکی:

- ✓ با رفع نیازهای بدنی مانند غذا، آب، خواب، اکسیژن و انواع مواد معدنی، شیمیایی، هورمونی، پروتئینی، گرما، بهداشت و ... ارتباط دارد.
- ✓ کودکان خردسال، بیشتر با اینگونه نیازها سر و کار دارند.

ب) نیازهای امنیتی:

- ✓ پس از برآورده شدن نیازهای فیزیولوژیک، مهمترین نیاز دیگری که موجب اختلال و پریشانی انسان می شود، ترس و نگرانی از تهدیداتی بوده که ممکن است به تن و احساس امنیت او آسیب برساند.
- ✓ کودکان بی پناه یا متروک، بیش از همه احساس ناامنی می کنند.
- ✓ بیشتر نونهالان یا کودکان دوره کودکستان، از بی پناهی و تنهایی احساس ناامنی می کنند.

ج) عشق و وابستگی:

- ✓ این نیاز، پس از رفع نیازهای امنیتی حاصل می شود.
- ✓ محرومیت از مهر و محبت، دارای تاثیر منفی بوده و صدمه شدیدی به رشد شخصی و اجتماعی افراد وارد می کند.
- ✓ طبق تحقیقات آنتونوسکی، کودکانی که به حد کافی از مهر و محبت مادر بهره مند شده بودند نسبت به آنهایی که از این مزیت محروم بودند، دارای پرخاشگری و وابستگی کمتر و اطمینان به نفس و قدرت آفرینندگی و کنجکاوی بیشتری بودند.
- ✓ کانون اصلی ایجاد مهر و محبت، خانواده است.
- ✓ محبت، یک جریان یا یک فرآیند دو جانبه است.
- ✓ یکی از مهمترین راه های تامین محبت و احساس دلبستگی در کودکان خردسال، ایجاد رابطه صمیمانه میان والدین و اعضای خانواده است.
- ✓ رفتار انسانی و محبت آمیز والدین با کودک، بیش از همه دارای بازتاب انکار ناپذیر است.

د) عزت نفس:

- ✓ یکی از پیچیده ترین و ناراحت کننده ترین مسائل شخصیتی، عقده حقارت است.
- ✓ رشد سالم شخصیت ایجاب می کند که شخص، نه فقط برای شناخت خود بلکه بیشتر برای پذیرش خود فعالیت کند.
- ✓ نگرش کودک نسبت به خود، دارای پیامدهای زیر است: الف) موفقیت هایی که کودک در تعیین اهداف خود بدست می آورد (با نیاز به موفقیت ارتباط دارد) و ب) نگرشی که دیگران نسبت به او پیدا می کنند (با نیاز به پذیرفته شدن یا مقبولیت اجتماعی سر و کار دارد).

ه) نیازهای شناختی و ادراکی:

- ✓ به عقیده مازلو هنگامی که نیازهای بنیادی ارضا شدند، وقت پدیداری نیازهای شناختی می شود.
- ✓ در این مرحله، آدمی علاقه فراوانی به آموختن و دانش اندوزی دارد.
- ✓ انگیزه کنجکاوی، آزمایشات علمی، ابتکار و دست یافتن به مهارت ها، از ویژگی های نیازهای شناختی بشمار می آیند.
- ✓ نیازهای شناختی با محرک ها و توضیح رفتار ارتباط پیدا می کنند.

✓ نیازهای شناختی با همه نظریه‌های یادگیری، رشد، شخصیت، هیجان، انگیزش، هوش و بطور کلی همه نظریه‌هایی که بنحوی در زندگی آدمی نقش آفرین هستند، ارتباط دارد.

(و) نیازهای زیبایی شناختی:

✓ این دسته از نیازها که پس از نیازهای شناختی پدید می‌آیند، با تناسب توافق، تقارن، هماهنگی و همنوایی، راستی و درستی و ... ارتباط دارد.

✓ آفریدگار جهان را مظهر صفات ثبوتیه و جمال مطلق می‌داند زیرا همه خیر و خوبی‌ها به او تعلق داشته و ذات مقدس او از صفات رذیله، مبراست.

✓ نظریه یادگیری گشتالت که مسائلی نظیر متن و زمینه، فراگیری و جامعیت، مجاورت و مشابهت، بستگی و نیک پیوستگی، بینش و ادراک روابط را مورد بحث قرار می‌دهد، گوشه‌ای از زیبایی‌های فطری را برملا می‌سازد.

✓ نظریه انسان‌گرایی راجرز که به آزادی و کار خود خواست توجه دارد، گوشه‌ای از زیبایی‌های فطری را برملا می‌سازد.

✓ مواردی چون نقاشی، طراحی قالی‌بافی، کنده‌کاری و میناکاری، جلوه‌هایی از نیازهای زیبایی‌جویی هستند.

(ز) خود شکوفایی:

✓ به عقیده مازلو هرگاه نیازهای رده‌ها یا مراتب پایین ارضا شده باشد ولی فرد به کاری مشغول بوده که مطابق با ذوق و سلیقه او نباشد، ممکن است احساس نارضایتی کند.

✓ مازلو درباره خودشکوفایی می‌گوید: آنچه آرزوی انسان است، باید به آن نایل شود تا به آرامش روانی دست یابد.

✓ در حقیقت خودشکوفایی، میل به خود کامروایی یا دست یافتن به کمال استعداد خود است.

✓ از ویژگی‌های نیاز به خودشکوفایی این است که بیش از همه به ارضای نیازهای مراحل پایین‌تر وابسته است.

فصل پنجم: کنجکاوی

- ✓ انگیزه‌ها، حالاتی هستند که به فرد نیرو می‌بخشند، سازماندهی می‌کنند و به الگوهای خاص رفتار، جهت می‌دهند.
- ✓ از نظر زیستی، انگیزه‌های اساسی یا بوسیله محرومیت یا تحریک شدید اعصاب مربوط، پدید می‌آیند.
- ✓ انگیزه‌های اجتماعی، حالات اکتسابی رفتاری هستند که بوسیله اکثر افراد جامعه انجام می‌گیرند.
- ✓ هدف انگیزه‌های اجتماعی آن است که هر فرد را وادار به ابراز واکنشی نماید که مطلوب جامعه است.
- ✓ دسته دیگری از انگیزه‌های غیر زیستی وجود داشته که با ارزشیابی توانمندی‌ها و عقاید شخصی سر و کار دارند.
- ✓ یکی دیگر از انگیزه‌های نیرومند، اعتقادات دینی و مذهبی بوده که دارای پیامدهای عمیقی نه تنها در زندگی فردی بوده بلکه به راه و روش‌های زندگی اجتماعی نیز شکل می‌دهد.

ماهیت کنجکاوی:

- ✓ کنجکاوی، پویندگی در راه شناخت است.
- ✓ ظهور کنجکاوی در افراد آدمی، نتیجه هوش و نیروی مغزی و عصبی بیشتر، بسیار افزون‌تر از هر موجود زنده است.
- ✓ مینوچین اثرات نیرومند و چشمگیر کنجکاوی را در انگیزش کودکان دبستانی مورد بررسی قرار داد.
- ✓ برلین معتقد است که رفتارهای اکتشافی و غیر اکتشافی، به گونه‌ای متفاوت بر بافت‌ها تاثیر گذاشته تا بر اعضای حسی و دستگاه‌های عصبی.
- ✓ برلین، وجه تمایزی را میان انواع اکتشافات درون‌زاد و برون‌زاد قائل است.
- ✓ جنبه‌هایی از رفتار مانند جستجو برای غذا و هدف‌یابی که دارای پیامدهای قابل تعریف و گویایی هستند، بعنوان عامل بیرونی یا برون‌زاد طبقه‌بندی شده‌اند.
- ✓ اصطلاح درونی یا درون‌زاد به آن دسته اکتشافات وابستگی پیدا کرده که با رفتارهای هدف‌گرا و تقویتی ارتباط نمی‌یابد بلکه رفتار بخاطر خود رفتار انجام می‌گیرد.
- ✓ برلین معتقد است که میان کنجکاوی شناخت‌شناسی و کنجکاوی ادراکی تمایزی وجود دارد.
- ✓ منظور از کنجکاوی شناخت‌شناسی، بحث و بررسی درباره معلومات بوده و زمانی پدید می‌آید که کودک در برابر مسائل علمی و پیش روی خود، گیج و سرگشته می‌شود.
- ✓ بعنوان مثال کودک در کنجکاوی ادراکی، به شکل‌های نامتقارن بیشتر از نامتقارن توجه پیدا می‌کند.
- ✓ کنجکاوی شاگردان در محیط مدرسه، بیشتر با کنجکاوی شناخت‌شناسی سر و کار دارد تا با کنجکاوی ادراکی.

ریشه‌های کنجکاوی:

- ✓ ۲ نظر درباره ریشه کنجکاوی از نظر فاولر عبارتند از: الف) شکل‌های جدید و تحریک‌آمیز، موجود زنده را به کاوش و بررسی بر می‌انگیزد و ب) محرک‌های آشنا و تغییرناپذیر فرد در محیط جدید، سبب برانگیختن اکتشاف یا پاسخ به تغییر شده و محرک‌های جدید یا ناآشنا، فقط نشانه‌هایی هستند که به این رفتار جهت می‌دهند.
- ✓ محرک جدید نه تنها به رفتار جهت می‌دهد بلکه به آن، فعالیت و نیرو نیز می‌بخشد.
- ✓ مونته‌گومری معتقد است که محرک جدید در موجود زنده، سائق اکتشاف بوجود می‌آورد.
- ✓ در دیدگاه دوم که دارای خاستگاه برونی اکتشاف است، همانند سائق گرسنگی و تشنگی رفتار می‌کند.

- ✓ محرک‌هایی که متجانس، ثابت و یکنواخت هستند، سائق بیزاری و خستگی را برانگیخته و می‌توانند با تنوع و تغییرپذیری حسی کاهش یابند.
- ✓ نظریه‌هایی که افزایش و کاهش میزان کنجکاوی را مطرح می‌کنند، به حالت موجود زنده و شرایط محیط مساعد بیرونی وابسته است.
- ✓ نظریه‌های محیط مطلوب یا بهینه توسط برلین، فیسک و مدی تشریح شده‌اند.

رشد و پیشرفت کنجکاوی:

- ✓ اکثر پژوهشگران، کنجکاوی را در زمان گذشته و حال، یکی از عوامل مهم تربیتی و آموزشی بشمار آورده‌اند.
- ✓ اشباو معتقد است که کنجکاوی، پیش از دوره دبستانی یا کودکستانی آغاز می‌شود.
- ✓ در سال‌های پیش از دبستان، احساس نوجویی و استعداد آفرینندگی در کودکان، مایه می‌گیرد.
- ✓ به اعتقاد هموند، در پایان دوره دبستان است که احساس کنجکاوی افت کرده و گروهی دیگر، اوج رشد کنجکاوی را میان ۴ تا ۱۰ سالگی می‌دانند.
- ✓ ورنون معتقد است که کنجکاوی در دوره نوجوانی کاهش یافته و در بیشتر بزرگسالان، در یک سطح متوسط باقی می‌ماند.
- ✓ یکی از شیوه‌هایی را که مدت‌ها برای رشد کنجکاوی موثر دانسته‌اند، طرح پرسش‌های سنجیده و معقول است.
- ✓ لمبارد توصیه می‌کند حس کنجکاوی کودکان را با طرح پرسش‌های درست و بجا پرورش دهند.
- ✓ ایونز عقیده دارد که برای پیشرفت و حفظ نیروی آفرینندگی شاگردان، باید برای آنها اطلاعاتی دقیق و بی‌غرضانه همراه با اندیشه انتقادی فراهم ساخت.
- ✓ روشی که والدین و معلمان در پرسش و پاسخ بکار می‌برند، از اهمیت بالایی برخوردار است.
- ✓ بخش مهمی از کنجکاوی کودکان، به ماهیت و اوضاع پیرامون زندگی و تجربه‌های قبلی آنان وابسته است یعنی کنجکاوی در خلا صورت نمی‌گیرد.
- ✓ محیط بیرونی، عاملی تعیین‌کننده و کارساز در ایجاد کنجکاوی است.
- ✓ اشیای قابل لمس، کنجکاوی کودکان را بیش از همه برمی‌انگیزانند.
- ✓ به اعتقاد برلین، تجربه در پیشرفت کنجکاوی، دارای تاثیر فراوانی است.
- ✓ عوامل و مسائلی که مقایسه یا تطبیق داده می‌شوند، موجب برانگیختن کنجکاوی می‌شوند.
- ✓ برلین معتقد است که گفتارهای شگفت‌انگیز در افزایش کنجکاوی، کارسازند.
- ✓ وقتی موضوعی بطور مکرر ارائه شود، کنجکاوی و رفتار اکتشافی کاهش یافته و موجب بیزاری و دلزدگی می‌شود.
- ✓ یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که افراط و تفریط در ایجاد کنجکاوی، دارای حالت تضاد است یعنی نه افراط و نه تفریط، سبب برانگیختن کنجکاوی نمی‌شود. پس حد مطلوب در برانگیختن کنجکاوی، حد میانه است.
- ✓ برانگیختگی و نوجویی زیاد باعث ترس و اضطراب شده و مقدار کم آن، کسالت و بیزاری پدید می‌آورد.
- ✓ زیبایی‌شناسان تصریح می‌کنند که درجه دشواری و پیچیدگی مسائل در حد میانه، بیشترین جاذبه را در کنجکاوی پدید می‌آورد.
- ✓ به اعتقاد برلین، یادگیرندگان، محرک‌هایی را که دارای نوآوری‌ها و پیچیدگی‌های کمتری هستند، بر محرک‌های بسیار جدید و پیچیده ترجیح می‌دهند.

همبستگی‌های کنجکاوی:

۱. هوشبهر و کنجکاوی:

- ✓ کینگ در بررسی کودکان ۴ و ۵ ساله نتوانست ارتباطی میان هوشبهر و سنجش‌های مختلف کنجکاوی پیدا کند.
- ✓ از نظر دی، نمرات آزمون کنجکاوی کودکان با هوشبهر، همبستگی ندارد.
- ✓ از نظر پنی و مک‌کن، میان هوشبهر کودکان و مقیاس کنجکاوی واکنشی، هیچ ارتباطی وجود ندارد.
- ✓ برخی محققان به این نتیجه رسیدند کودکانی که دارای بالاترین هوشبهر هستند، بیش از همه درباره طبیعت و محیط خود، کنجکاوی می‌کنند.

۲. پیشرفت تحصیلی و کنجکاوی:

- ✓ کودک کنجکاو معمولاً در آزمون‌های پیشرفت تحصیلی، موفقیت بیشتری بدست می‌آورد.
- ✓ دانش‌آموزان کنجکاو، مطالب را عمیق‌تر فهمیده و بهتر بخاطر می‌سپارند، معنای مفاهیم و جملات را دقیق‌تر از دیگران متوجه شده و برای مدتی طولانی‌تر در حافظه نگه می‌دارند.

۳. کنجکاوی و آفرینندگی:

- ✓ آفرینندگی و کنجکاوی با یکدیگر، دارای همسویی کامل هستند.
- ✓ تارنس، کنجکاوی را در عمل با آفرینندگی مترادف می‌داند.
- ✓ وی متوجه شد کنجکاوترین شاگردان در همه نوع آزمون‌های مربوط به آفرینندگی از شاگردان باهوش اما بدون کنجکاوی، موفق‌تر بوده و بالاترین نمرات را بدست می‌آورند.

۴. کنجکاوی و اضطراب:

- ✓ کنجکاوی با اضطراب، رابطه معکوس دارد.
- ✓ از نظر هب، پیوستار کنجکاوی از یک طرف به چابکی، هوشیاری، علاقه و هیجان مثبت و از طرف دیگر به هیجان، آشفتگی فزاینده و اضطراب می‌رسد.
- ✓ به اعتقاد لویت، افراد مضطرب کمتر کنجکاو شده و به اکتشاف چشم‌اندازهای نو و دست یافتن به تجربه‌های جدید کمتر علاقه نشان می‌دهند.

ویژگی‌های سرشتی افراد کنجکاو:

- ✓ طبق تحقیقات ماوما، پسران بسیار کنجکاو دبستانی نسبت به آنهایی که کنجکاوی کمتری دارند، اطمینان خاطر بیشتر و ناراحتی‌های عصبی کمتری دارند.
- ✓ پسران کنجکاو دارای اعتماد بنفس، آزادمنشی، احساس تعلق و خودمختاری هستند.
- ✓ کودکان بسیار کنجکاو، زیاد سوال پرسیده و پرسش‌های آنها سنجیده و منطقی است. رفتار آنها دوستانه و مهرآمیز و فعالیت‌های آنها ماجراجویانه است.
- ✓ اطلاعات عمومی افراد کنجکاو در هر موردی، بیش از افراد عادی است.
- ✓ این افراد نسبت به سخنان پوچ و بیهودی، حساسیت بیشتری نشان داده و واقعیت‌های خاص را بهتر بخاطر می‌سپارند.
- ✓ کودکان سازگار از ناسازگار، کنجکاوتر بوده و کودکان کنجکاو، گویاتر و سخن‌آراتر بوده و دارای رفتاری مودبانه‌ترند.

کاربرد کنجکاوی در آموزش و پرورش:

- ✓ کنجکاوی هم یک صفت مطلوب و هم نیازی برای موفقیت در شیوه زندگی است.
- ✓ کنجکاوی علاوه بر اهمیت در رفع نیازهای بدنی، برای رشد روانی نیز از اهمیت بالایی برخوردار است.
- ✓ به اعتقاد نیسن، رفتار اکتشافی یا کنجکاوی، بازتابی از همه بافت‌ها از جمله اعضای حسی و پیوندهای عصبی مرکزی بوده که وسیله‌ای برای بیان وظایف یا کارکرد است.
- ✓ وظیفه اصلی کنجکاوی، ادراک و شناخت محیط و بهره‌گیری موثر از آن است.
- ✓ وایت در نظریه شایستگی خود تاکید می‌کند که رفتار پایدار معین، بمنظور تسلط بر محیط از راه تعامل یا داد و ستد با آن بدست می‌آید.
- ✓ کنجکاوی با هوشبهر و آفرینندگی رابطه مستقیم و مثبت و با اضطراب، رابطه معکوس دارد.
- ✓ زمان مطلوب برای رشد و پرورش استعداد کنجکاوی، دوره کودستانی و دبستانی است چون فشار آموختن تحصیلی کمتر بوده و کودکان فرصت و امکان بیشتری برای اکتشاف جهان پیرامون خود دارند.
- ✓ ارزش‌ها و نگرش‌هایی که در دوره دبستانی و کودستانی پدید می‌آیند، به گونه‌ای پویا و پایدار تا پایان عمر ادامه دارند.
- ✓ مادام مونتسوری و پیازه تایید می‌کنند که سال‌های ۳ تا ۱۲ سالگی، بهترین و بنیادی‌ترین دوره برای رشد کنجکاوی هستند.
- ✓ یکی از مهمترین کاربردهای آموزشی کنجکاوی، نظریه برلین است.
- ✓ طبق نظریه برلین، هرگاه پیش از عرضه و اجرای مطالب درسی، از شاگردان درباره سرخط و عناوین مهم آنها پرسش شود، نه تنها کنجکاوی شاگردان را در رابطه با آن درس افزایش می‌دهد بلکه به حفظ و بازیافت آنها نیز در آینده کمک می‌کند.
- ✓ برلین معتقد است کنجکاوی ادراکی بر اثر برخورد اندیشه‌های معارض، موجب شناخت بیشتر اندیشه‌ها، باورها یا نگرش‌ها شده و در نتیجه، وسیله‌ای کارساز برای تقویت مطالب درسی است.
- ✓ برخوردهای ادراکی را می‌توان به راه‌های دیگری مانند تردید، دو دلی، شگفت‌انگیزی و سرگشتگی در برابر مسائل بوجود آورد.
- ✓ به عقیده برلین، تناقض‌گویی یا عقاید خلاف عرف نیز در برانگیختن حس کنجکاوی، موثر است.

فصل ششم: موضع قدرت

- ✓ اصطلاح موضع قدرت یا مقام فرمان، علل پیامدهای رفتاری را در بر می‌گیرد.
- ✓ موجود آدمی یا از نظر درون‌جویی، خود را مسئول رفتارهای خود می‌داند یا از جهت برون‌جویی، دیگران، بخت و اقبال یا اوضاع و احوال را فراتر از توان و اختیار خویش می‌شناسد.
- ✓ شخص درون‌جو، به سبب شکست‌ها و ناکامی‌هایش، خود را سرزنش کرده و از پیروزی‌ها و کامیابی‌هایش، احساس خوشی و شادی می‌کند اما شخص برون‌جو، به لغزش‌ها و خطاهای خود نیاندیشیده و خود را مسئول پیروزی‌های خود نمی‌داند.

پیشینه موضع قدرت:

- ✓ نمایشنامه‌های شکسپیر، نشان‌دهنده سرنوشت غم‌انگیز از پیش تعیین شده است.
- ✓ حافظ نیز یکی از کسانی بوده که موضع قدرت را بیرون از خواست و اراده یا وجود خود می‌داند.
- ✓ فیلسوفان، موضع قدرت را بعنوان جبر گرایی در برابر اراده و آزادی عمل، جامعه‌شناسان خودمختاری را در مقابل از خود بیگانگی، روانشناسان، رفتارگرایی را بر ضد ذهن‌گرایی ساخته‌اند.
- ✓ نیچه، قدرت را مهمترین پدیده روانی می‌داند.
- ✓ آدلر معتقد است که احساس حقارت بر اثر اراده شخصی از میان می‌رود.

بررسی‌های علمی در زمینه قدرت:

- ✓ مفهوم موضع قدرت اولین بار در سال ۱۹۴۵ توسط راتر در نظریه یادگیری اجتماعی مطرح شد.
- ✓ منظور از موضع قدرت، بیان این واقعیت است که وقتی شخص وارد موقعیتی می‌شود، دارای یک دسته انتظارات معینی بوده که رفتار او شکل می‌دهد.
- ✓ به اعتقاد راتر، احتمال یک رفتار خاص بطور مشخص و برحسب قانون، با انتظارات شخص در مورد نتایج آن رفتار تغییر می‌کند که فرمول آن، اینگونه است: $PB = f(E) + r.v.$ که PB احتمال رفتار، $f(E)$ تابعی از انتظار و $r.v.$ بیانگر ارزش تقویتی است.
- ✓ احتمال تکرار یک رفتار معین هنگامی افزایش می‌یابد که تجربه‌های کنونی و گذشته دارای نتایج پاداش‌دهنده‌ای باشد.
- ✓ نقش موضوع قدرت، معلول دو اختلاف نظر است: الف) دگرگونی‌های پیش‌بینی شده در احتمال وقوع رفتار، فقط زمانی رخ می‌دهند که شخص عملاً پی به نتایج رفتار خود برده باشد و ب) آنجا که علت پیامدها نامشخص باشد، رفتار بعضی افراد تابع فرمول انتظار در بالا بوده در صورتی که رفتار برخی دیگر، اینچنین نیست.
- ✓ فرز چنین نتیجه گرفته است که اگر مهارت و تجربه نه بخت و اتفاق، تعیین‌کننده نتیجه رفتار باشد، دگرگونی‌ها در انتظارات پس از موفقیت و شکست بیشتر خواهد شد.
- ✓ اگر شاگرد اعتقاد پیدا کند که پاداش و تنبیه معلم هیچگونه اثری در رفتار او ندارد، به احتمال زیاد تغییری در جهت اصلاح رفتار او بوجود نخواهد آمد.

سنجش و همبستگی موضع قدرت:

- ✓ راتر پرسشنامه‌ای درباره اینکه افراد حدود و میزان موفقیت را به خود یا عوامل دیگر نسبت می‌دهند، در سال ۱۹۶۶ طراحی کرد که دارای ۲۹ گویه بوده و حدود نمره‌ها از صفر تا ۲۳ است.
- ✓ این پرسشنامه دارای ۶ جفت عبارت جنبی بوده که به آنها نمره‌ای داده نمی‌شود.
- ✓ راتر، گرایشی که پیامدها را بعنوان انتظار تعمیم یافته به خود فرد نسبت می‌دهد، موقع درونی قدرت و آن را که مسئول پیامدهای بخت و اقبال، سرنوشت یا عوامل قدرتمند دیگر است، موضع بیرونی قدرت می‌نامد.
- ✓ آزمودنی‌هایی که نماینده نوع نخست گرایش هستند، درون‌جویان و نوع دوم را برون‌جویان می‌خوانند.
- ✓ برون‌جویان برخلاف درون‌جویان، مضطرب‌تر، پرخاشجو‌تر، خشکاندیش و جزمی‌تر و بدگمان‌تر از دیگران بوده و از اعتماد بنفس و بینش کمتری برخوردارند.

اسناد مسئولیت:

- ✓ اسناد مسئولیت با موضع قدرت، ارتباط نزدیکی دارد.
- ✓ فرز و سایمون از راه پرسش از آزمودنی‌ها، درجه اسناد مسئولیت آنان را پس از آنکه کاری را انجام داده بودند، اندازه گرفتند.
- ✓ این رهیافت، اسناد مسئولیت را یک متغیر وابسته می‌داند.
- ✓ فنلی رابطه میان موضع قدرت و اسناد مسئولیت را برای پیشرفت کشف کرد.
- ✓ برای موضع قدرت، ۲ جزء یا مولفه وجود دارد همانگونه که برای عامل انتظار در فرمول اصلی راتر، مولفه‌های خصوصی و عمومی وجود دارند.
- ✓ یک مولفه، گرایش تعمیم یافته‌ای برای اسناد دادن علیت بطور درونی و برونی پس از پی بردن به نتایج است.
- ✓ واینر، مفهوم موضع قدرت را در ابعاد چهارگانه توانایی، کوشش، دشواری کار و بخت و اقبال تحلیل می‌کند.
- ✓ برای اجرای این منظور، آنها را در ۲ مبحث موضع قدرت و استواری مورد بررسی قرار دادند.
- ✓ واینر و آل پیشنهاد می‌کنند که تغییرات در انتظار به بعد موضع قدرت وابسته نیست بلکه به بعد استواری وابسته است.
- ✓ انفعال یا تائر، بوسیله بعد موضع قدرت تعیین می‌شود.
- ✓ شخصی که مسئولیت موفقیت یا شکست را بعهده توانایی یا کوشش (سازه‌های درونی) می‌گذارد، بیشتر از شخصی که مسئولیت نتایج را بعهده دشواری کار و یا بخت و اقبال (سازه‌های بیرونی) می‌گذارد، احساس افتخار یا شرمساری می‌کند.
- ✓ علت فوق ممکن است آن باشد که بیرون‌گرایی افراطی، اقدامی تدافعی در برابر احساسات نیرومند شرمساری است.
- ✓ خانواده‌هایی که به حقوق و آزادی دیگران احترام می‌گذارند، در فرزندانشان خود موضع درونی قدرت بوجود می‌آورند اما آنهایی که شیوه‌های زورگویی و استبدادی بکار می‌برند، موضع قدرت بیرونی در آنان ایجاد می‌کنند.
- ✓ وضع اجتماعی خانواده‌ها، سطح تحصیلی و اعتقادات مذهبی خانواده‌ها در ایجاد موضع قدرت، نقش آفرین است.
- ✓ کودکان برون‌جو بیشتر در خانواده‌های متمکن، تحصیل کرده و آزاداندیش پرورش یافته‌اند.

موضع قدرت و انگیزه موفقیت:

- ✓ هم درون جویان و هم افرادی که نیاز شدید برای موفقیت دارند، وقت خود را بیشتر صرف اجرای وظایف کرده و کارهای مبتنی بر مهارت را بر کارهای اتفاقی و بی برنامه ترجیح می دهند و سطح موفقیت آنها در پایه هایی بالاتر از عملکردهای گذشته شان قرار می گیرد.
- ✓ نیاز بالا برای موفقیت و حالت درون جویی به گونه ای مثبت با وضع اقتصادی - اجتماعی، پایه های تحصیلی، سرعت یادگیری و توجه و علاقه مندی دارای همبستگی بیشتری است.
- ✓ رفتار پدران و مادرانی که مشوق درون جویی یا خودطلبی هستند با رفتار آنهایی که نیاز به موفقیت بالا را تشویق می کنند، مشابهت دارد.
- ✓ به عقیده هک هاووزن، نیاز به موفقیت بیشتر با شاخص ها سنجش های خاص موضع قدرت در موقعیت های موفقیت آمیز همبستگی پیدا می کند.
- ✓ افرادی که دارای نیاز به موفقیت بالا هستند، وقتی انتخاب کارهایی با احتمال موفقیت بالا، متوسط و پایین را به آنان وا می گذارند، بیشتر به اجرای کارهایی گرایش نشان می دهند که دارای احتمال موفقیت متوسط باشد.
- ✓ آگاهی و شناخت شخص از اهمیت مسئولیت خود می تواند در علاقه و شوق وابسته به حصول هدف، تاثیر بگذارد.
- ✓ فقط وقتی شخص مسئولیت را برای نتایج رفتارهای خود می پذیرد، از کسب موفقیت بطور کامل لذت می برد.
- ✓ افراد برون جو، مسئولیت خود را برای شکست رد می کنند اما شادمانی و سربلندی را برای موفقیت از دست می دهند.
- ✓ شخص درون جو، از اینکه مسئول موفقیت خویشان است احساس غرور و سربلندی کرده اما شکست را نه بمعنای بی استعدادی بلکه به کوشش های کم خود نسبت می دهد.
- ✓ کارآینک به این نتیجه رسیده است که موفقیت و شکست برای درون جویان خیلی بیشتر از برون جویان اهمیت دارد.

معلم از دیدگاه موضع قدرت:

- ✓ شاگردان برون جو، معلمان خود را با دیدی منفی تر و بی اعتمادتر از درون جویان نگریسته و سوء تفاهم بیشتری نشان می دهند.
- ✓ شاگردانی که دارای برون جویی شدید هستند، در روابط خود با معلمشان، آشفته تر و رنج آورتر از درون جویان بنظر می رسند.
- ✓ به عقیده هم، تفاوت های فردی در موضع قدرت، بر پاسخ ها تاثیر می گذارد زیرا درون جویان در برابر سلطه خارجی ایستادگی می کنند در صورتی که برون جویان به آن خوشامد می گویند.
- ✓ وقتی کودکان با احساس و اعتقادی پرورش یابند که میزان استعداد و کوشش آنها در پیشرفت کارها بی اهمیت است، از موفقیت های خود احساس شادی و سرفرازی نکرده و در نتیجه انگیزه درونی بیشتری برای پیشرفت در کارهای بعدی از خود نشان نمی دهند.
- ✓ کودکان سیاه پوست و سفید پوست پایگاه اجتماعی - اقتصادی پایین تر، بیشتر از طبقه بالای جامعه برای خود جایزه تعیین می کنند.
- ✓ کودکان سیاه پوست و فقیر برای ارضای خویشان، دارای نیازی بیشتر از کودکان طبقه مرفه هستند.

- ✓ فرز دریافت که درون جویان، اطلاعات موجود را خیلی بهتر و کارسازتر از برون جویان بکار می‌برند در نتیجه، درون جویان با توان و آمادگی بیشتری در محیط دارای اثر وجودی هستند.
- ✓ وقتی معلم اختیار کلاس را خود به دست می‌گیرد، بسیاری از شاگردان بسوی برون جویی گرایش پیدا می‌کنند.

فصل هفتم: اضطراب

- اضطراب در وسیع ترین معنای آن می تواند با حالت های فیزیولوژیکی یا بدن شناختی و هیجانی مختلف همراه باشد.
- فروید، نخستین کسی است که اضطراب را مورد بررسی قرار داده و از نظر وی، دارای ۳ جزء است: الف) حالت ناخوشایند خاص، ب) پدیده برون بری و رهاسازی و ج) ادراک این ۲ حالت.
- فروید بطور کلی معتقد است که اضطراب، ناخوشایند بوده و با هیجان و ترس همراه است و فرد، آگاهانه آن را درک می کند.
- از نظر سالیوان، اضطراب بازتابی از تنش های درونی بوده و عامل ترس، وسیله ای برای مقابله با خطرهای واقعی است که در خارج از وجود فرد پدید می آیند.
- بیشتر روانکاوان، ترس را پاسخی معقول و منطقی و گاهی پاسخی مفید برای یک وضع خطرناک عینی می دانند.
- اضطراب، یک حالت غیر منطقی برای موقعیتی بوده که هیچگونه تهدیدی و خطری وجود ندارد.
- گونه های مختلف اضطراب عبارتند از اضطراب از جدایی ها، اضطراب میان فردی، اضطراب اجتماعی، اضطرابی غریزی، اضطراب دهانی و اضطراب مخرجی.
- اصطلاح حالت اضطراب به احساساتی گفته می شود که فعالیت دستگاه های عصبی خودمختار را در هر زمان بالا و پایین می برد.
- اضطراب خصیصه، بیانگر تفاوت های فردی برای مضطرب شدن است.
- کسی که اضطراب خصیصه بالایی دارد، از اکثر موقعیت ها مضطرب می شود و بالعکس.

سنجش اضطراب:

- ✓ برای اندازه گیری اضطراب، تکنیک های مختلفی وجود داشته که عبارتند از شیوه های فرافکن بی ساخت تا پرسشنامه های گزینش اجباری رورشاخ.
- ✓ یکی از شیوه هایی که بطور وسیع مورد استفاده قرار می گیرد، آزمون اندریافت موضوع بوده که برای اندازه گیری نیاز به پیشرفت، بکار رفته و امروزه برای سنجش اضطراب نیز بکار می رود.
- ✓ بلک نیز برای کودکان، آزمون اندریافت ساخته است.
- ✓ مندler و ساراسون، آزمون هایی برای سنجش اضطراب کودکان دوره های بالاتر ساخته اند که ۳۰ پرسش را شامل می شود.
- ✓ آلپرت و هابر، آزمون پیشرفت کلی اضطراب را ساخته اند.
- ✓ اشپیلبرگر، پرسشنامه اضطراب خصیصه حالت را فراهم آورده که به بررسی تعامل استعداد - درمان می پردازد.
- ✓ اشپیلبرگر ادعا می کند که ۲ بعد اضطراب یعنی بعد تسهیل کننده و ناتوان کننده آنقدر از هم جدا هستند که ۲ نمره جدا را اقتضا کند.
- ✓ اتکینسون از ترکیب آزمون اندریافت موضوع و پرسشنامه میزان شده اضطراب همچون آزمون آلپرت و هابر، آزمون جدیدی ساخته که آزمون اندریافت را برای نیاز به پیشرفت براساس نظام مک کله لند نمره گذاری می کند.
- ✓ اتکینسون بیان می کند افرادی که از شکست می ترسند در سنجش نیاز به موفقیت نمره پایین و در پرسشنامه اضطراب نمره بالایی کسب می کنند.

✓ از نظر اتکینسون، قدرت نسبی هریک از دو انگیزه، مهمتر از نیروی کامل هریک از آن ۲ به تنهایی است.

همبسته‌های اضطراب:

۱. ارتباط اضطراب با استعداد عقلی:

- ✓ در اندازه‌گیری استعداد عقلی و فکری، اکثر پژوهش‌ها ارتباط منفی را میان اضطراب و عملکرد نشان می‌دهند.
- ✓ ساراسون با استفاده از آزمون توانایی روانی نخستین ترستون برای اندازه‌گیری هوش و آزمون اضطراب کودکان در هریک از آزمون‌های فرعی ترستون، همبستگی‌های منفی بدست آورد.

۲. ارتباط میان اضطراب و عملکرد تحصیلی:

- ✓ عملکرد ریاضیات بیش از همه دستخوش اضطراب می‌شود.
- ✓ اضطراب، تا نقطه معینی فرد را تحریک کرده و منجر به بهبود عملکرد وی می‌شود.
- ✓ کیفیت یا ماهیت مواد درسی، با اضطراب نیز سر و کار دارد.
- ✓ اضطراب که در بعضی کارها و تکالیف پیچیده، عاملی بازدارنده بحساب می‌رود، ممکن است موجب تسهیل و پیشرفت تکالیف ساده و آسانتر شود.
- ✓ اضطراب در حد معینی برای حل مسئله‌ای که تا حدودی دارای پیچیدگی است، بیشترین عملکرد را در پی داشته که این اصل بعنوان قانون پریز - دادسون معرفی شده است.

۳. ارتباط بین اضطراب و حل مسئله:

- ✓ اضطراب در موضوعاتی که پیچیدگی بیشتری داشته یا افراد در آن زمینه تمرین کافی ندارند، عملکرد را کاهش می‌دهد.
- ✓ هنگامی که میان اجزا و عناصر یادگیری ارتباط نیرومندی وجود دارد، اضطراب موجب تسهیل یادگیری شده و زمانی که میان عناصر یادگیری ارتباط وابسته و نیرومندی وجود ندارد، اضطراب در یادگیری، اختلال بوجود می‌آورد.
- ✓ روش تدریس به کمک کامپیوتر نسبت به روش تدریس که معلم نقش عمده را دارد، روش آموزشی مناسب‌تری برای شاگردان با اضطراب بالاست.
- ✓ به عقیده کامپو، نوعی تعامل میان فراگشت و اضطراب در آموزش برنامه‌ای وجود دارد.
- ✓ عملکرد شاگردان مضطرب در محیط‌های همکاری، خیلی بهتر از محیط‌های رقابت‌آمیز است.

اضطراب و رفتار انتخابی:

- ✓ افراد کم اضطراب، خطرپذیری متوسط را ترجیح می‌دهند.
- ✓ در بسیاری از پژوهش‌ها، اضطراب بعنوان انگیزه‌ای برای پرهیز از شکست توصیف می‌شود.
- ✓ انگیزه پرهیز از شکست معمولاً بوسیله پرسشنامه اضطراب یا آزمون فرافکن نیاز برای پیشرفت اندازه‌گیری می‌شود.
- ✓ در الگوی اتکینسون که احتمالاً جامع‌ترین نظریه درباره اضطراب و نیاز است، ترس از شکست و یا اضطراب، انگیزه پرهیز از شکست نامیده می‌شود.
- ✓ دومین متغیر انگیزشی مهم، انگیزه پیشرفت است که بوسیله نوعی از آزمون اندریافت موضوع با بهره‌گیری از ملاک کله‌لند سنجیده می‌شود.
- ✓ برای روشن ساختن میزان فعالیت شخص، باید به کل انگیزه‌ای توجه داشت که او را بسوی موفقیت کشانده یا باز می‌دارد.

- ✓ در فرمول گرایش به پیشرفت، Ms انگیزه موفقیت، Is ارزش تشویقی موفقیت و Ps احتمال موفقیت است.
- ✓ فرمول گرایش به پیشرفت بیانگر گرایش به اجرای فعالیتی است که به موفقیت می‌انجامد.
- ✓ دستاورد انگیزه پرهیز از شکست ضربدر ارزش تشویقی شکست ضربدر احتمال شکست، گرایش به پرهیز از شکست نامیده می‌شود.
- ✓ به اعتقاد اتکینسون، انگیزه پرهیز از شکست را همیشه باید از نظر ماهیت، عاملی بازدارنده بشمار آورد.
- ✓ بالاترین انگیزه زمانی ایجاد می‌شود که احتمال موفقیت یا نسبتا بسیار بالا یا نسبتا پایین باشد.

رشد اضطراب در کودکان:

- ✓ در مورد چگونگی پیدایش ترس از شکست و یا اضطراب در مدرسه، ۲ نظریه کلی وجود دارد: یکی حاکی از آن است که شرایط مدرسه یا شرایط پیشرفت، واکنش‌های عاطفی اضطراب را بر می‌انگیزد و دومی، موضوع روانکاوی اضطراب بوده که فروید، آن را یک واکنش هراس‌انگیز تلقی می‌کند.
- ✓ بطور کلی، اضطراب ریشه در کودکی دارد.
- ✓ اضطراب نسبت به مدرسه، چیزی بیش از اضطراب کلی نبوده که تنها بوسیله مدرسه برانگیخته می‌شود.
- ✓ یکی دیگر از رهیافت‌های اضطراب، توجه به نظریه‌های یادگیری بویژه نظریه‌های تداوی یا رفتارگرایی است.

کاربردهای آموزشی انگیزه اضطراب:

- ✓ کودک دارای اضطراب بالاتر، نیازمند راهنمایی بیشتر در تصمیم‌گیری‌های درسی و تحصیلی است.
- ✓ کودک دارای اضطراب بالا هنگامی که روش آموزشی دشوار و رقابت‌آمیز نباشد، در پیشرفت تحصیلی دارای توفیق بیشتری است.

فصل هشتم: انگیزه پیشرفت

- به اعتقاد روانشناسان، انگیزه پیشرفت، میل و اشتیاق یا تلاش و کوششی است که فرد بر به یک هدف یا تسلط بر اشیا و امور و یا افراد و اندیشه‌ها و رسیدن به یک معیار متعالی از خود ابراز می‌دارد.
- با وجود اینکه انگیزه پیشرفت دارای برنامه‌ریزی و کوشش در راه تعالی و کمال است، نگرش به سوی موفقیت است که اهمیت دارد نه خود موفقیت.
- مک کله‌لند نخستین کسی است که بررسی درباره ماهیت و اندازه‌گیری انگیزه پیشرفت را آغاز کردند.
- به اعتقاد مک کله‌لند، تفاوت در سطح و میزان انگیزه پیشرفت، از عوامل بسیار موثر در الگوهای رشد و افت بوده است.
- یکی از بخش‌های نخستین پژوهش وی، با تمدن یونان باستان در آتن سال‌های ۹۰۰ تا ۱۰۰ قبل از میلاد سر و کار داشت.
- به عقیده مک کله‌لند، انگیزه پیشرفت، جوی روانی در یونان ایجاد کرد که منجر به توسعه اقتصادی آنان شد.
- وی از میزان مصرف برق در یک کشور نسبت به جمعیت آن برای سرزمین‌های در مناطق معتدل، بعنوان مقیاس رشد اقتصادی بهره گرفت.

همبستگی‌های شخصیت:

- ✓ افرادی که انگیزه پیشرفت سطح بالا دارند، به خود تعالی و تفوق علاقه دارند نه به پاداش و مزایای وابسته به آنها یا پول و مقامی که به بار می‌آورند.
- ✓ این افراد، ترجیح می‌دهند سرنوشت خود را به دست گرفته تا در انتظار بخت و اقبال باشند.
- ✓ این افراد، اهداف خود را به دقت تعیین می‌کنند.

خاستگاه‌های انگیزه پیشرفت:

- ✓ نیاز به پیشرفت، به عواملی نظیر ارزش‌های فرهنگی، نظام‌های روابط اجتماعی، فرآیندهای تربیتی، تعامل‌های هم‌تایان و روش‌های کاربردی پرورش کودک وابسته بوده که موثرترین آنها، روش‌های پرورش کودک و ارزش‌های فرهنگی است.
- ✓ روزن و داندريد نشان دادند که آموزش اتکای به نفس، نیاز بالا برای پیشرفت را بوجود می‌آورد به شرط آنکه این آموزش، بازتابی از اقتدارطلبی کلی یا طرد بوسیله والدین نباشد.
- ✓ چایلد معتقد است که الگوهای پرورش کودک، بازتابی از ارزش‌های رایجی یا قوم و ملت است.
- ✓ در فرهنگ‌هایی که تربیت کودک در آنها مقید و تحکم‌آمیز بوده است، انگیزه پیشرفت در سطح پایین قرار داشته است.
- ✓ بعضی از ارزش‌های فرهنگی، بازتابی از عمل تربیت کودک بشمار رفته و مشوق انگیزه پیشرفت در کودکان بوده که مک کله‌لند، آن را ویژگی شخصیت کارآفرین می‌نامد.

سنجش انگیزه پیشرفت:

۱. آزمون اندریافت موضوع (TAT):

- ✓ معمول‌ترین شیوه‌ای که برای سنجش انگیزه پیشرفت بکار رفته، آزمون اندریافت موضوع است.
- ✓ روش سنجش تفاوت‌های فردی در انگیزه انسانی، بر روش‌های روانشناسی تجربی و بینش‌های روانکاوی مبتنی است.

- ✓ روانکاوان معتقدند انگیزش، بازتابی از زندگی خیالپردازی افراد آدمی بوده و توضیح و تفسیر خواب، روشی مهم برای نمایان ساختن انگیزه‌ها، کشاکش‌های آنها و آرزوهای آدمی است.
- ✓ شیوه‌ای که بیش از همه برای پی بردن به واقعیت خواب و خیال یا رویاهای افراد بکار رفت، به یاری هنری موری طرح و اجرا گردید که عبارتست از یک دسته تصاویر مبهم که موقعیت‌های گوناگونی را به نمایش می‌گذارد.
- ✓ TAT از نظر روانشناسی بطور جدی مورد انتقاد قرار گرفته چون مدارک و شواهد ارائه شده، دارای روایی و پایایی رضایتبخش نیست.
- ✓ افراد دارای انگیزه بالا برای پیشرفت، نقش خود را در دستیابی به اهداف شغلی و علمی بلندمدت بهتر انجام می‌دهند و در کارهای فوری به سبب نیل به معیارهای تعالی، موفق‌تر هستند.
- ✓ فرنچ و لسر دریافتند زنان در شرایط و انگیزه‌های مربوط به موفقیت‌های زناشویی و اجتماعی، برخلاف موفقیت‌های رهبری، علمی و شغلی، دارای نمره‌های بیشتر و بالاتری بوده‌اند.
- ✓ هافمن به این نتیجه رسید آنچه بیش از همه در رفتار و انگیزه‌های پیشرفت زنان موثر بوده، نیاز بالا به وابستگی است.
- ✓ به عقیده هورنر، مشکل اساسی، نبودن انگیزه پیشرفت در زنان نیست بلکه وادار شدن آنان به دوری جستن از موفقیت است.
- ✓ انتظار پیامدهای منفی در زمینه موفقیت، سبب ایجاد ترس در زنان می‌شود.
- ✓ نیروی ترس از موفقیت را عواملی مانند سن، میزان تحصیل و وضع شغل تعیین می‌کند.

۲. آزمون تارتن:

- ✓ نپ، نوعی آزمون به نام تارتن ساخت که در آن، آزمودنی‌ها باید مجموعه‌ای از ۳۰ الگوی پیچازی یا شطرنجی را با توجه به رجحان و ملاک مورد نظر، گروه‌بندی کنند.
- ✓ آزمودنی‌ها با نمره بالا، رنگ‌های تیره و آنهایی که دارای نمرات پایین بودند، به رنگ‌های روشن ابراز علاقه می‌کردند.
- ✓ آزمودنی‌های با نمره بالا، به شطرنج‌هایی تمایل نشان می‌دادند که دارای رنگ آبی بیشتر بوده در حالی که گروه دیگر، رنگ قرمز را ترجیح می‌دادند.
- ✓ به عقیده نپ، رنگ آبی ملایم و زمینه‌ساز و رنگ قرمز، تند و تحمیلی است.
- ✓ شخصی که دارای انگیزه بالاست، تصمیم می‌گیرد که نقشی فعال داشته و قصد و اراده خویش را بر محیط تحمیل کند.
- ✓ چنین فردی، زمینه‌ای ملایم، آرام و تاثیرپذیر را ترجیح می‌دهد.
- ✓ آنکه انگیزه‌ای کم و پایین دارد، فردی ملایم و تاثیرپذیر بوده و بنابراین، رنگ تند و تحمیلی را می‌پسندد.
- ✓ نپ اشاره دارد که لباس‌های سنتی با رنگ‌های ملایم، ویژه فرهنگ‌های پروتستان در اروپای شمالی بوده و بنظر می‌رسد انگیزه پیشرفت قوی‌تر است تا در فرهنگ‌های کاتولیک مدیترانه‌ای با لباس‌های رنگارنگ.
- ✓ نپ به میانه‌روی و اعتدال طبع پاکدینان اشاره داشته که انگیزه پیشرفت در آنها بسیار بالاست.
- ✓ به عقیده وی، انگیزه پیشرفت بالا در میان طبقه متوسط بیشتر از طبقه پایین است.
- ✓ نپ راهی ابتکاری طرح کرد تا دریابد کسی که دارای نمره بالا در انگیزش است، چگونه درباره زمان می‌اندیشد.
- ✓ افراد دارای انگیزه بالا، تلاش و سرعت عمل را پسندیده در حالی که افراد با انگیزه پایین، سکون و آرامش را ترجیح می‌دهند.

✓ گروه اول، مردمانی هدفمند، پرتلاش و کوشش و گروه دوم، افرادی آرامش طلب و کم جنب و جوش هستند.

۳. روش نگاره‌ای:

- ✓ به عقیده آرونسون، طرز نوشتن افرادی که دارای انگیزه بالا هستند، با افراد کم انگیزه متفاوت است.
- ✓ به عقیده وی، الگوها و نمونه‌هایی که بر روی کاغذ، رسم یا نقاشی می‌شوند، نگاره یا نگارشی از بیان حرکت آزاد هستند که با شخصیت، همبستگی دارند.
- ✓ نقاشی آنهایی که دارای انگیزه بالا هستند با افراد کم انگیزه، دارای تفاوت‌های زیر است: الف) ناپیوستگی در برابر درهم آمیختگی (افراد با انگیزه بالا، خط‌های درهم و روی هم افتاده را ترجیح می‌دهند)، ب) فضای استفاده نشده (افراد با انگیزه بالا، حاشیه کمتری از پایین صفحه را خالی می‌گذارند)، ج) شکل‌های اریبی (افراد با انگیزه بالا، شکل‌های مورب بیشتری بوجود می‌آورند) و د) خط‌های چند موجی (افراد با انگیزه بالا، خط‌های چند موجی بیشتری رسم می‌کنند).
- ◀ در عمل، تنها وسیله‌ای که می‌توان به کمک آن انگیزه پیشرفت را سنجید، آزمون اندریافت موضوع است.

۴. پرسشنامه‌های کاغذی و مدادی و خودگزارشی:

- ✓ معمول ترین آزمون انگیزش پیشرفت در این مبحث، مقیاس ادواردز برای رجحان‌های شخصی است.
- ✓ مقیاس فوق دارای ۲۲۵ جفت پرسش از سازه‌های دیگر مانند خودمختاری، پیوندجویی، پرخاشگری و نیاز به پیشرفت را می‌سنجد.
- ✓ طرح ادواردز معتبرتر بوده اما روایی آن، دارای بحث بوده چون هدف آن، آشکارا روشن و صحیح است.

روش‌های آموزش انگیزه پیشرفت:

- ✓ برنامه آموزشی انگیزه پیشرفت که توسط آلشولر و مک کله‌لند ارائه شده، تعهد به ارزش‌های اجتماعی اساسی مانند آزادی و مسئولیت‌پذیری شخصی برای پیامدهای اعمال خود و کوشش فعال را برای تسلط بر محیط برحسب ضابطه‌های تفوق و اعتلا تشویق کرده و در واقع، مسئولیت کارفرمایی از طریق روشن ساختن و طبقه‌بندی اندیشه‌های پیشرفت و طرح و آموزش برنامه‌های موفقیت، رشد می‌کند.
- ✓ رهیافت‌هایی که با روانشناسی تربیتی در تعامل هستند، به ۴ روش تجسم می‌یابند: الف) آزمودنی‌ها تشویق می‌شوند تا به خیالبافی پرداخته و تصور کنند بخوبی از عهده کارها بر می‌آیند، ب) با تشویق فعالیت‌های غیرکلامی، مراقبه و افزایش فعالیت‌ها در حرکات بدنی خود به خودی از راه بازی‌های گوناگون صورت می‌گیرد، ج) پاسخ‌های احساسی و عاطفی، با جهان خارج ارتباط پیدا می‌کنند و د) بر اهمیت زندگی کامل در زمان حال تاکید می‌ورزد.
- ✓ مفاهیم، بیشتر از طریق حرکتی آموخته می‌شوند تا از راه‌های نامحسوس و نظری.
- ✓ احساس مردم، مهمتر از آن است که چه فکر می‌کنند.
- ✓ شیوه سوم بر این اندیشه استوار است که نقش عواطف، یادگیری معنادار را افزایش می‌دهد.
- ✓ دستیابی به عواطف و احساسات عالی انسانی، نیروی نهانی مسلمی است که غالباً در بزرگسالان به گونه‌ای رشد نکرده مشاهده می‌شود.
- ✓ به عقیده آلشولر، کسی که با توان احساس و عاطفه بالا رشد کند، کمتر اتفاق می‌افتد که بیزاری و پرخاشگری خود را ابراز کند.

- ✓ آالشولر برای انگیزه پیشرفت، ۶ مرحله اساسی را ارائه کرده است: الف) توجه خود را به آنچه که در زمان و مکان حال رخ می‌دهد، متمرکز کنید، ب) تجربه یکپارچه مستحکمی از احساسات، اعمال و اندیشه‌های نو فراهم آورید، ج) به شخص یاری دهید تا از تجربه‌اش برای آنچه رخ داده است به مفهوم و معنای درست دست یابد، د) بکوشید تجربه شخصی را با ارزش‌ها، اهداف، رفتار و پیوندهای او با دیگران ارتباط دهید، ه) از راه تمرین اندیشه نو، عمل و احساس درست را تثبیت نمایید و و) دگرگونی‌ها را درون‌سازی کنید.
- ✓ شیوه پی بردن به چگونگی انگیزه پیشرفت، شناخت آن از راه تجربه است.
- ✓ بازی‌های تعیین هدف، فرد را در زمینه‌ای تشویق می‌کند که بسمت اهداف پیشرفت تشویق شوند.
- ✓ آموختن وایگان مربوط به پیشرفت، سبب می‌شود تا یادآوری و بهره‌گیری از تجربه دوره آموزش در موفقیت‌های روزانه زندگی، بهتر و موثرتر شود.
- ✓ جزء مکمل و لازم برای هر دوره آموزشی نیاز به پیشرفت، وادار ساختن آزمودنی به تمرین و کاربرد انگیزه در طرح تعیین هدف است.
- ✓ همین که آزمودنی هدفی را تعیین کرد، گام بعد، مشخص کردن و ایجاد روش‌های عینی فراگشت، سنجش پیشرفت و هرگونه اقدامی برای دستیابی به هدف است.
- ✓ اگر بخواهیم انگیزه پیشرفت بطور شایسته و در حد بالا نیرومند باشد، باید بتدریج از منابع بیرونی به منابع درونی خود شخص انتقال یابد.

انگیزه پیشرفت در زمینه‌های آموزشی:

- ✓ میان نیاز به پیشرفت و نمره شاگردان، همبستگی مثبت و مستقیمی وجود دارد.
- ✓ آموزش انگیزه پیشرفت، نخستین گام برای اجرای درس‌های روانی - تربیتی و اهداف غایی آموزش و پرورش در مدارس است.

فصل نهم: نگرش‌ها

- ✓ طبق نظر سکورد و بکمن، نگرش با عواطف، افکار و زمینه آمادگی فرد برای عمل در محیط، ارتباط پیدا می‌کند.
- ✓ کرچ، نگرش را نظام‌های پایدار ارزشیاب‌های مثبت و منفی، احساسات عاطفی و گرایش‌های موافق و مخالف نسبت به مقاصد اجتماعی تعریف می‌کند.
- ✓ به عقیده دوب، نگرش یعنی پاسخ ضمنی سائق برانگیز که فرد از نظر اجتماعی، مهم و با ارزش می‌شمارد.
- ✓ نگرش بطور مستقیم قابل مشاهده نبوده و از رفتار شخص استنباط می‌شود.
- ✓ نگرش، سازه‌ای فرضی بوده که با برداشت فرد از موقعیت‌ها سر و کار داشته و قابل تغییر نیز هست.

سنجش نگرش:

- ✓ نگرش با سوگیری و شدت و ضعف رفتار سر و کار دارد.
- ✓ نگرش می‌تواند در امتداد یک بعد و در نقاط مختلف قرار بگیرد.
- ✓ از نظر علمی، آنچه بیشتر دارای اهمیت است، جنبه کمی نگرش است.
- ✓ کمی سازی موجب تسهیل انتقال از جنبه نظری امور به جنبه تجربی می‌شود.
- ✓ نخستین گام اصلی در اندازه‌گیری نگرش‌ها در اواخر سال‌های ۱۹۲۰ توسط ترستون برداشته شد که مقیاسی برای بررسی نگرش‌های مذهبی می‌ساخت.
- ✓ علاقه اصلی ترستون، زمینه روانی - فیزیکی بوده که با تعیین تشخیص حسی در میان محرک‌های بدنی سر و کار دارد.
- ✓ مقیاس ترستون، یک نوع کار کاغذ - مدادی بوده و نمره نگرش فرد، میانگین ارزش‌های موضوعاتی بوده که برگزیده است.
- ✓ دومین روش برای اندازه‌گیری نگرش، مقیاس لیکرت بوده که ۵ درجه‌ای است و نمره نگرش از مجموع کل اظهارنظرها حاصل می‌شود.
- ✓ مقیاس تراکمی گوتمن نیز یکی از شیوه‌های اندازه‌گیری نگرش است.
- ✓ مقیاس فوق بنا به دشواری پذیرش ترتیب یافته و سلسله مراتبی از آسان‌ترین اظهارنظرها که مورد پذیرش شمار اندکی از افراد قرار می‌گیرد، عرضه شده و پذیرش مواد بعدی مقیاس، مستلزم پذیرفتن مواد پیش از آن است.
- ✓ مقیاس افتراق معنایی توسط آزگود طرح گردید تا معنای واژگان و مفاهیم و کاربرد آنها را بسنجد اما کاربرد آن به اندازه‌گیری نگرش نیز گسترش یافت.
- ✓ تحلیل درجه‌بندی ۷ مرحله‌ای فوق براساس ۳ عامل عمده الف) عامل ارزشی (خوب - بد)، ب) عامل توانمندی (قوی - ضعیف) و ج) عامل فعالیتی (فعالی - انفعالی) سنجیده می‌شود.
- ✓ مقیاس افتراق معنایی، فرض را بر این باور قرار می‌دهد که نگرش‌ها، بخشی از نظام معنایی فرد را تشکیل داده و قویا، با بعد ارزشی آمیخته می‌شود.
- ✓ افزون بر اندازه‌گیری‌های کاغذ - مدادی، دو روش عمده دیگر نیز وجود دارد که عبارتند از بهره‌جویی از روش مشاهده رسمی یا غیر رسمی و کاربرد سنجش‌های ملایم و غیر مزاحم.
- ✓ سنجش نگرش غیر رسمی یا غیر تحمیلی بر ۲ گونه نشانه‌های فیزیکی یا مادی و بایگانی‌ها است.

- ✓ همانند اندازه‌گیری‌های رسمی یا قراردادی، یک آزمون خوب غیر رسمی باید متناسب و مربوط به موضوع بوده و معنای آن عاری از هرگونه ابهامی باشد.
- ✓ متقاعد کننده‌ترین دلیل برای کاربرد اندازه‌گیری‌های غیر رسمی، تکمیل اندازه‌گیری‌های دیگر از همان نوع متغیرهاست.
- ✓ هرچه اندازه‌گیری‌ها از دیدگاه‌های مختلف بکار روند، به واقعیت نزدیک‌ترند.

رشد و گسترش نگرش‌ها:

- ✓ کتز و استاتلند، آموختن و اکتساب نگرش را از طریق احساس و عاطفه امکان‌پذیر می‌دانند.
- ✓ به عقیده استاتس، پاسخ عاطفی به محرکی داده می‌شود که دارای بازتاب‌ها و چشمداشت‌های اجتماعی است.
- ✓ کتز و استاتلند برای بررسی شکل‌گیری نگرش، رهیافت کارکردی را عنوان کرده‌اند.
- ✓ فرض آنان، این است که نگرش‌ها در فرآیند رفع نیازها در موجود زنده رشد یافته و به ۳ نوع نگرش مجاورتی، هدف ابزاری و خود ابزاری تعبیر می‌شوند.
- ✓ نگرش مجاورتی در نتیجه تداعی میان شی و وضع انفعالی خاصی که پدید می‌آید، ایجاد می‌شود. عاملی نیز که نیازی را رفع می‌کند، نگرش مجاورتی پدید می‌آورد.
- ✓ نگرش‌های هدف ابزاری زمانی بوجود می‌آیند که احساس مربوط به یک هدف، با اشیا و رویدادهایی پیوند می‌یابند که وسیله‌ای برای رسیدن به آن هدف باشند.
- ✓ هرکس درباره سیمای خویشتن، آگاهی یا تصویری دارد که می‌خواهد دیگران از آن آگاه باشند. چنین معلومات یا اندیشه‌ای را که یکی از جنبه‌های بارز شخصیت است، خود می‌نامند.
- ✓ کتز و استاتلند در پژوهش‌های خود به نقش دانش یا اطلاعات در رشد نگرش، اشاره‌ای نکرده‌اند.

تغییر نگرش:

- ✓ فرآیند اجتماعی کردن که تحصیل، قسمت اساسی آن است، در جهت پایدار ساختن و دگرگون‌سازی نگرش بکار می‌رود.
- ✓ در سطح رسمی، فعالیت‌های تبلیغاتی، مبارزه‌های سیاسی و تبلیغات زمان جنگ به روشنی بیانگر کوشش‌های آشکاری هستند که هدف آنها، زیر نفوذ در آوردن نگرش‌هاست.
- ✓ از نظر زی‌مباردو و اِبسن، رؤوس عواملی که در فرآیند تغییر مهم هستند عبارتند از ویژگی‌های منبع ارتباط بخصوص میزان اعتبار، مهارت و درجه اعتماد به او با مناسبت و شایستگی محتوای ارتباط، با ویژگی‌های شنوندگان که متغیرهایی مانند هوش، صفات شخصیت و سطح انگیزش را در بر می‌گیرد.
- ✓ طبق نظریه اصل استواری شناختی براون، ذهن آدمی بسوی روابط پایدار برانگیخته می‌شود و نگرش‌ها برای ایجاد تعادل در سازمان شناختی از هم گسیخته، به فعالیت در می‌آیند.
- ✓ اندیشه انسجام یا استواری متضمن این معناست که افراد آدمی، اندیشه‌ها، احساسات یا اعمالی را در رابطه با دیگران انتظار دارند.
- ✓ ۳ نظریه عمده استواری یا ثبات وجود دارد که عبارتست از: الف) همسازی (توافق)، ب) توازن و ج) ناهماهنگی شناختی.
- ✓ نظریه همسازی توسط آزگود مطرح شده و همانند مقیاس افتراق معنایی، ۷ مرحله‌ای است.
- ✓ نظریه همسازی فرض را بر ایجاد یک رشته وسیله‌های ارتباطی قرار می‌دهد.

- ✓ طبق نظریه همسازی، تعادل در جایی بوجود می‌آید که عامل ارتباطی، موضوعاتی را که دارای نشانه و ارزش یکسان هستند، متداعی سازد.
- ✓ تعادل هنگامی پدید می‌آید که عامل گسستگی یا ناهماهنگی، با یک نشانه بوجود آید.
- ✓ اصل نظریه توازن به هایدنر بر می‌گردد.
- ✓ نظریه‌های توازن و همسازی بطور کلی با یکدیگر مشابه هستند.
- ✓ یکی از اختلافات دو نظریه توازن و همسازی، ارزش‌های عددی است که به عناصر شناختی اختصاص داده می‌شود.
- ✓ ابلسون و روزنبرگ پیشنهاد می‌کنند که شر عدم توازن، بخودی خود برای برانگیختن تغییر نگرش کافی نیست بلکه شناختن عناصر عدم توازن ضرورت دارد.
- ✓ بدنبال هریک از این سازگاری‌ها برای ایجاد توازن است که تغییر در نگرش پدید می‌آید.
- ✓ راه دیگری که برای تغییر نگرش وجود دارد، تفکیک یا افتراق است.
- ✓ افتراق در نظریه ناهماهنگی، از اهمیت بالایی برخوردار است.
- ✓ موجودیت نظریه ناهماهنگی شناختی، مدیون فستینگر است.
- ✓ نظریه ناهماهنگی شناختی بیانگر یک حالت ناهماهنگی شناختی در تنش روانی بوده که فرد را برای برگشت به حالت هماهنگی بر می‌انگیزد و دو عنصر شناخت (معلومات و عقیده) هنگامی ناهماهنگ هستند که یکی، دیگری را نفی کند.
- ✓ عناصر شناختی زمانی همساز و هماهنگ هستند که یکی، مستلزم دیگری باشد.
- ✓ اصطلاحات هماهنگی و ناهماهنگی، تقریباً معادل توازن و عدم توازن و همسازی و ناهمسازی هستند.
- ✓ نگرش‌ها طبق پیش‌بینی نظریه ناهماهنگی زمانی تغییر می‌کند که شخص وادار شود برخلاف دستورهای نگرش عمل کند.
- ✓ میزان ناهماهنگی و احتمال تغییر زمانی بیشتر می‌شود که انگیزه کمتری برای اجرای عمل ناهماهنگ وجود داشته باشد.
- ◀ همخوانی نظریه توازن نسبت به اجزای تشکیل دهنده نگرش‌های عاطفی و تا حدودی شناختی، دارای بیشتری ارتباط باشد.
- ◀ نظریه هماهنگی شناختی درباره دگرگونی‌هایی که ممکن است از سوی اجزای متشکل پدید آیند، سخنان بیشتری برای گفتن دارد.

شیوه‌های شرطی‌سازی:

- ✓ تاکید در جنبه‌های رفتاری نگرش به دگرگونی‌های تجربی از راه شرطی‌سازی انجامیده است.
- ✓ الگوی اصلی شرطی‌سازی کلاسیک بیانگر این واقعیت است که تداعی زمانی در رابطه با دو چیز، دو موضوع یا دو رویداد سبب می‌شود که دیگری را به یاد آورد یا آنکه یک محرک، پاسخ محرک دیگر را به خود اختصاص داده و جانشین آن شود.
- ✓ در شرطی شدن ابزاری، بیشتر به عوامل تقویتی یا پاداش توجه می‌شود.
- ✓ اسکات در آزمایش‌های خود نشان داد که کاربرد عامل تقویتی موجب تغییر نگرش می‌شود.
- ✓ اسکات نتیجه گرفت تغییر نگرش مهم و قابل توجه زمانی رخ می‌دهد که نتیجه مباحثه پاداش دهنده باشد یعنی شرکت کننده‌ای که در بحث برنده می‌شود.

✓ برای رفتارگرایی افراطی آنچه اهمیت دارد، رفتار و نتایج آن برای فرد است نه هرگونه سازماندهی مرکزی.

نگرش‌ها و آموزش و پرورش:

- ✓ نیاز به پیشرفت، غالباً از نگرش‌های والدین برای پیشرفت و رفتار آنها نسبت به فرزندان‌شان ریشه گرفته است.
- ✓ میان دستاوردهای تحصیلی و شاگردانی که از انگیزه موفقیت بالایی برخوردارند، روابط مثبتی وجود دارد.
- ✓ موضع قدرت، یکی دیگر از متغیرهای شخصیتی بوده که می‌تواند بعنوان یک رهنمود کلی نگرش، منظور گردد.
- ✓ عامل محیطی، دارای پیامدهای مهمی برای پیشرفت‌های تحصیلی و علمی است اما برای گروه‌های نابرخوردار، چندان ثمری به بار نمی‌آورد.
- ✓ ساختار اجتماعی مدرسه نیز تاثیر فراوانی در حفظ و تغییر نگرش‌ها بجا می‌گذارد.
- ✓ گروه اجتماعی فرد، در نگرش‌های او تاثیر گذاشته و وی را در جهت سازگاری با هنجارها تغییر می‌دهد.
- ✓ بین عزت نفس بالا و پیشرفت تحصیلی، همبستگی مثبتی وجود دارد.
- ✓ رفتار والدین با توجه به پیامدهای پیشرفت، اثر قابل ملاحظه‌ای در سیمای کودکان از خود بجا می‌گذارد.
- ✓ موفقیت و شکست است که می‌تواند کیفیت سیمای خود را در قالب نگرش تعیین کند.

نتیجه کلی:

- ✓ در رشته آموزش و پرورش، در رابطه با پیشرفت تحصیلی، تاکید عمده نگرش، بیشتر بر ابعاد متغیرهای شخصیت وارد می‌شود.
- ✓ مدرسه دارای بالاترین تاثیر در نگرش کودکان دوره‌های سنی پایین بوده و گروه همتایان، عاملی برجسته در ایجاد آن هستند.
- ✓ اصول یادگیری مانند عوامل تقویتی، یادگیری‌های تداعی، تقلید و شرطی شدن بازتابی، نقش مهمی در تاثیرپذیری نگرش‌ها دارند.

فصل دهم: انگیزش اجتماعی در کلاس درس

- ◀ جان دیویی، یکی از سرسخت‌ترین مدافعان نقش زمینه آموزش و پرورش است.
- ◀ آموزش و پرورش را می‌توان ارزنده‌ترین وسیله تغییر جامعه به شمار آورد.
- ◀ مهمترین نقش آموزش و پرورش در این نکته متمرکز می‌شود که آموزش و پرورش و نماینده آن یعنی مدرسه، بعنوان نمونه کوچکی از جامعه می‌تواند بر جریان رشد و تحول کودک اثر بگذارد.
- ◀ دیدگاه جامعه‌شناسی و روانشناسی اجتماعی نسبت به کلاس، به معلم یاری می‌دهد تا در مقایسه با گذشته، با دید متفاوتی به کلاس بنگرد.
- ◀ گروه هم‌تایان را می‌توان بعنوان خرده فرهنگ‌هایی در نظر گرفت که دارای ویژگی‌های خاص خود هستند.
- ◀ هم‌نوایی، قانع‌سازی و تلقین‌پذیری در ایجاد هنجارها و معیارها برای گروه‌ها و افراد، نقش آفرین هستند.
- ◀ معلمان بعنوان عرضه‌کنندگان پاداش و تنبیه در کلاس، اعمال قدرت کرده و جو کلاس را در اختیار می‌گیرند.
- ◀ تحصیل و یادگیری در محیط اجتماعی رخ می‌دهد.
- ◀ یکی از اهداف عالی آموزشی، ایجاد شرایط مناسب بمنظور دستیابی به بالاترین پیشرفت تحصیلی است.
- ◀ تفکر خلاق در دانش‌آموزان، وابسته به معلمانی است که دارای روحیه ارتباطی و پیوندجویی هستند.
- ◀ تحلیل جامعه‌شناختی از کلاس، وسایلی برای بررسی عینی متغیرهای اجتماعی در اختیار معلم می‌گذارد و به آنان، توانایی پیشگویی پیامدهای ناشی از اینگونه متغیرها را می‌دهد.

روش‌شناسی:

- ✓ مقیاس‌های درجه‌بندی معلم، نما یا نگاره‌های گروهی و شاخص‌های جو کلاس از جمله رایج‌ترین شیوه‌های معمول بشمار می‌روند.
- ✓ به عقیده ویت هال و لوئیس، ۳ برداشت یا ۳ منبع اصلی موثر در شکل‌گیری نظریه اجتماعی پیرامون کلاس، نقش آفرین بوده‌اند: الف) برداشتی که از پژوهش‌های آموزشی مایه گرفته و بصورت نظریه درون‌داد - برون‌داد می‌کوشد تا متغیرهای درون‌دادی نظیر مردم‌شناختی، شخصیتی و ویژگی‌های تربیتی معلم را به برون‌داد پیشرفت تحصیلی دانش‌آموز ربط دهد، ب) پژوهش‌های کلاسی که از جنبش بهداشت روانی بوجود آمده که بر جنبه عاطفی شرایط یادگیری تاکید کرده و معتقد است آموختن عقاید و مهارت‌ها، به شرایط عاطفی دانش‌آموز بستگی دارد و ج) بررسی‌های زندگی و پویایی گروهی.
- ✓ مقیاس‌های درجه‌بندی معلم، یکی از نخستین ابزارهای کاربردی برای گردآوری اطلاعات مورد نیاز تحلیل‌های درون‌دادی - برون‌دادی کلاس است.
- ✓ ضعف اکثر مقیاس‌های درجه‌بندی، فقدان معیار مشترک، اتکا بر قضاوت ذهنی و نتیجه‌گیری از همبستگی درون‌داد - برون‌داد بدون در نظر گرفتن روایی است.
- ✓ نگاره گروهی، یکی از ابزارهای سنجش تعامل اجتماعی است.
- ✓ مورینو، موفقیت اجتماعی کودکان را در کلاس درس برحسب گزینش‌های دیگران از آنها و گزینش‌های آنان از دیگران نشان می‌دهد.

- ✓ نگاره گروهی، وسیله‌ای توصیفی و نه یک ابزار تشریحی بشمار رفته و علت وجودی موقعیتی نیست.
- ✓ طبقه‌بندی رفتار معلم و شاگرد، روشی دیگر در اندازه‌گیری تعاملات اجتماعی است.
- ✓ اندرسون، رفتار کلامی معلم و شاگرد را بعنوان حکمفرما (هرگونه دستورهای آمرانه به کودک) یا کمال‌بخش (شناختن علایق کودک در کمک به او در حل مسائل) طبقه‌بندی کردند.
- ✓ تلن نیز براساس طبقه‌بندی فعالیت داشته ولی رفتار را بر بنیاد طرفدار معلم و طرفدار شاگرد طبقه‌بندی کرده است.
- ✓ فلاندر با در نظر گرفتن شاخص فوق دریافت که اضطراب، بی‌احساسی، دشمنی و پرخاشگری در شرایط معلم‌محوری دیده می‌شود در حالی که در شرایط شاگرد‌محوری، اضطراب کمتر، فعالیت بیشتر برای حل مسئله و یکپارچگی عاطفی بیشتری به چشم می‌خورد.
- ✓ بیلز در پژوهش‌های مشاهده طبیعی خود، نظام ۱۲ مقوله‌ای را مطرح نموده که در آن، مشاهده‌گر در موقعیت گیرنده رفتار ثبت شده قرار می‌گیرد.
- ✓ در اواخر سال‌های ۱۹۳۰، کورت لوین پژوهش‌هایی را در جهت توصیف موقعیت کلی کلاس انجام دادند.
- ✓ در پژوهش لوین، روش‌های رهبری مختلف موجب بروز موقعیت‌های اجتماعی و رفتارهای فردی و گروهی متفاوتی شد.
- ✓ در گروه دارای رهبران مردم‌سالار (دموکرات)، رفتارهای دوستانه گروهی بیشتر بوده و در برابر ناکامی‌ها، مقاومت بیشتری نشان داده و نسبت به نتیجه کار خود، احساس سربلندی و غرور بیشتری داشتند.
- ✓ در گروه رهبران سلطه‌جو، هنگام حضور رهبر و نظرات مستقیم او، محصول کار زیادتری عرضه داشتند و در صورت عدم حضور وی در محل کار یا عدم نظارت بر کارها، این میزان بطور چشمگیری کاهش می‌یافت.
- ✓ در گروهی که رهبران آنها هیچگونه مداخله‌ای نداشتند، به سبب فقدان درون سازمانی و هماهنگی، غالباً با شکست و ناکامی روبرو بوده و هنگامی هم که به ایجاد سازماندهی می‌پرداختند، رفتارهای بی‌هدف و نابرخورداری ابراز می‌داشتند.
- ✓ شیوه‌های خود رهبری و همکاری‌های گروهی بیش از شخصیت فردی رهبر در پیشرفت امور و سلامت گروهی موثرند.
- ✓ رایت به یاری داستان‌سرایی، به شرح بوم‌شناسی روانشناختی (تعامل بین کودکان در کلاس درس) پرداخت.
- ✓ ویت هال با دیدگاه جامعه‌سنجی و با بهره‌گیری از روش فیلم‌برداری، به ارزیابی روابط معلم و شاگرد اقدام کرد.
- ✓ ویسپه برای تحلیل داده‌های خود از رهیافت تعامل خصیصه درمانی بهره گرفت.
- ✓ ویسپه با دوروش آموزشی مجاز و رهنمون‌ساز، مشخص کرد چه گروهی از شاگردان با چه روش آموزشی، بهترین عملکرد را خواهند داشت. به عقیده وی، روش‌های آموزشی هیچ تاثیری در شاگردان باهوش ندارد در حالی که شاگردان کم‌استعدادتر با روش رهنمودی، دارای عملکرد بهتری هستند.
- ✓ بطور کلی نظام‌های طبقه‌بندی، درجه‌بندی رفتار معلم را بکار می‌برد.
- ✓ روزن‌شاین درباره چگونگی گسترش، کاربرد و تشریح ابزارهای مشهود به بحث پرداخته و ۲ نوع اصلی را توصیف می‌کند: الف) روش مقوله‌ای و ب) نظام درجه‌بندی.
- ✓ در روش مقوله‌ای، هر رفتار شاگرد با معلم به هنگام وقوع در نظر گرفته شده و نظام تحلیل تعامل فلاندرز، از رایج‌ترین نظام‌های مقوله‌ای بشمار می‌رود.
- ✓ در نظام پرسشنامه‌ای، شاگردان با مشاهده‌گران، رفتار معلم را براساس مقیاس ۵ یا ۷ نقطه‌ای بررسی کرده و فهرست ویژگی‌های معلم را نیز، معروف‌ترین آنهاست.

✓ مزیت مقیاس‌های درجه‌بندی، توصیفی بودن آنهاست تا ارزیابی بودن.

عوامل موثر در پیشرفت تحصیلی:

- ✓ عزت نفس و مهارت‌های اجتماعی هم بخاطر خودشان و هم بعنوان شرط لازم برای کسب مهارت‌های شناختی، از ضروریات هستند.
- ✓ مشوق‌های اجتماعی در تمام زمینه‌های آموزشی می‌تواند یاری کننده باشد.
- ✓ کلاس درس، مکانی است که در آن اطلاعات از طریق راه‌های ارتباطی انتقال می‌یابد.
- ✓ جو کلاس، متناسب با دانسته‌های معلم و شاگرد شکل می‌گیرد.
- ✓ عملکردهای گروه مرجع عبارتند از تعیین صحت و اعتبار ارتباط و حمایت از نگرش‌ها.
- ✓ تقدم و برتری گروه مرجع، به موضوع ارتباط بستگی دارد.

ادراک:

- ✓ ادراک، فرآیندی است که بوسیله آن، برداشت‌ها، عقاید و احساسات راجع به دیگران شکل می‌گیرد.
- ✓ در تحجر و رفتارهای قالبی، اختلاف در ادراک به کمترین حد خود می‌رسد.

ترغیب‌پذیری:

- ✓ درجه اعتبار هر پیام به عواملی مانند آشنایی با مسئله، علاقه، خود درگیری و ابعاد شخصیت پاسخ‌دهنده، وضوح مسئله و اعتبار و ویژگی‌های شخصیتی ارتباط گیرنده بستگی دارد.
- ✓ فعالیت‌هایی که برای جلوگیری از تعصب و یا کاستن از شدت آن بکار می‌روند، نمونه‌ای از تعامل‌های شخصیت است.
- ✓ اعمال سلطه‌جویانه، تعصب را به میزان کمی در افراد غیر سلطه‌جو کاهش می‌دهد ولی در افراد سلطه‌جو، افزایش می‌دهد.
- ✓ افرادی که در وهله اول از گوش دادن به اظهارنظرهای مخالف دوری می‌کنند، در مراحل بعدی احتمال متقاعد شدن آنها بیشتر از آنهایی بود که قبلاً در معرض اظهارنظرهای مخالف قرار گرفته بودند. به این فرآیند ایجاد مقاومت در برابر قانع‌سازی، مصون‌سازی گفته می‌شود.
- ✓ در قانع‌سازی قهری، شاگردان از درخواست‌های معلمان پیروی می‌کنند اما توصیه آنها را نمی‌پذیرند.
- ✓ اگر افراد یک گروه در جوی مردم سالار مانند کلاس شاگرد مدار به فعالیت بپردازد، به احتمال زیاد، تغییر بجای مقاومت رخ می‌دهد.

هم‌نوایی و گروه هم‌تایان:

- ✓ مفهوم هنجار، وماردی مانند پاسخ‌های ادراکی، شناختی، عاطفی و رفتار آشکار را در بر می‌گیرد.
- ✓ برخی از رایج‌ترین ابزارهای نوشتاری برای سنجش هم‌نوایی عبارتند از مقیاس اف کالیفرنیا، برنامه رجحان شخصی ادواردز و شخصیت‌سنج چند رویه مینه سوتا.
- ✓ هر چقدر نیاز به هم‌نوایی در کلاس زیادتر باشد، معلم در کار تدریس، بیشتر نیاز به آگاهی دارد.
- ✓ تاثیر گروه هم‌تایان در کلاس درس با توجه به سن کودک، بر رفتار فرد افزایش می‌یابد.
- ✓ در درون گروه هم‌تایان، نقش‌های اجتماعی معینی مانند رهبر و پیرو بوجود می‌آیند.

رهبری و اعمال قدرت:

- ✓ یکی از روشن‌ترین و مهمترین نقش‌های معلم، همان رهبری و اعمال قدرت است.
- ✓ برخی از انواع قدرت‌های قابل دسترس معلم عبارتند از کارشناسی کردن، پاداش دادن، داوری کردن و توجیه نمودن.
- ✓ قدرت، یک پیش شرط در اداره امور کلاس است.
- ✓ چگونگی انتخاب معلم در متعادل کردن این قدرت‌ها، به میزان زیادی به جو کلی کلاس تاثیر می‌گذارد.
- ✓ شاگردان در کلاسی که معلم بعنوان فرد منبع در محیط شاگرد مدار عمل کردن و مشوق‌های مختلف بکار می‌برد، بهترین عملکرد را دارند.
- ✓ موازنه و تعادل، به شخصیت معلم بستگی دارد.
- ✓ موفقیت معلم با محبت و صمیمیت ارتباط داشته که حاکی از خود انگیختگی و پذیرش احساسات خود فرد است.
- ✓ استیفن، نظریه کلی آموزش را پیرامون تصور یا اندیشه خودانگیختگی ایجاد و ترویج کرد.
- ✓ به عقیده استیفن، معلمان برای گسترش و ادراک بهتر مطالب درسی، باید هرچه بیشتر با شاگردان سخن بگویند.
- ✓ در پژوهش‌های مرتبط با الگوهای کنترل کلاس، ۳ نوع الگو شناخته شده که عبارتند از: الف) بدون رهبری، ب) معلم رهبری و ج) شاگرد رهبری.
- ✓ نظام فوق از الگوی رهبری کورت لوین پیروی می‌کند.
- ✓ در الگوی عدم مداخله، امنیت عاطفی به سبب پیشرفت‌های کم، کاهش یافته و موجب اضطراب فراوان می‌شود.
- ✓ در الگوی عدم مداخله چون شاگردان بی‌نظم و آشفته هستند، انرژی تلف شده و مهارت‌های یادگیری شاگردان به‌نگام بازی، از وضعیت بهتری برخوردار نیست.
- ✓ در گروه کنترل شده توسط معلم، اضطراب نسبت به آنچه باید انجام شود، کم است و اگر شاگردان نسبت به دستورات و تکالیف معلم نافرمانی نکنند، کارایی کلاس بالا می‌رود.
- ✓ کنترل گروهی از طریق کار گروهی، رهبری و خودگردانی، فرصتی برای مهارت‌های اجتماعی ایجاد می‌کند.

تحلیل سازمان تحصیلی:

- ✓ نهاد مدرسه را می‌توان نظام اجتماعی جامعی با سازمان‌ها و الگوهای خاص و مورد انتظاری دانست که اعضای آن ملزم به اجرای وظایف معینی هستند.
- ✓ ارزش‌های مدرسه را بیشتر به طبقه متوسط نسبت داده‌اند.
- ✓ نمونه‌هایی از ساختار رسمی مدرسه عبارتند از طبقه‌بندی سنی، زمان‌بندی، فضای مادی و فیزیکی، اطاعت از مقررات و کارگزاران مدرسه و سرانجام، نظام ارزشیابی و نمره دادن.
- ✓ تفاوت‌های خاص مدارس از تاثیر درون‌دادهای مختلف ناشی می‌شوند.
- ✓ به عقیده وایت، رهیافت جاری مدارس عبارتست از نظام شناسی یا تحلیل نظام که افراد، نقش‌ها و گروه‌های فرعی را درون سازه مدرسه برای اجرای امر اجتماعی شدن در بر می‌گیرد.
- ✓ به عقیده بکمن و سیکورد، ۳ زمینه از متغیرهای توصیفی که در محیط سازمان تحصیلی موثرند عبارتند از: الف) ساختار غیر رسمی و فرهنگ گروه شاگردان، ب) ویژگی‌های مدرسه مانند اندازه، نوع برنامه و هیئت آموزشی و ج) سابقه و ویژگی‌های فردی شاگردان.

نقش پاداش و تنبیه:

- ✓ در تقویت مثبت، عرضه محرک خوشایند موجب بروز و تداوم رفتار می‌شود.
- ✓ در تقویت منفی، یک محرک یا عامل ناخوشایند از تکرار وقوع پاسخ یا رفتار معین جلوگیری می‌کند.
- ✓ تقویت کننده منفی، محرکی است که وقتی به دنبال پاسخ حذف می‌شود، احتمال وقوع پاسخ را افزایش می‌دهد.
- ✓ وقتی نمی‌خواهیم رفتاری استمرار پیدا کند را با عامل تقویتی منفی همراه کنیم، آن را تنبیه می‌نامند. پس تنبیه، ارائه یا عرضه تقویت منفی در صحنه یادگیری است.
- ✓ بیشتر تکالیف برای بقا، به پاداش‌های بیرونی بستگی دارند.
- ✓ هدف نهایی، ایجاد شرایطی است که در آن، پاداش‌های طبیعی سبب حفظ فعالیت شوند.
- ✓ بحث درباره ساختارهای پاداش بدون توجه به عامل تنبیه، کامل نمی‌شود.
- ✓ به عقیده ثرندایک و اسکینر، برای تثبیت رفتار باید همواره از تقویت مثبت بهره گرفت زیرا تنبیه در اصل، بی‌بهره است.
- ✓ کودکانی که معلمان تنبیه کننده دارند، پرخاشگری بیشتری در رفتار خود نشان داده، علاقه کمتری به درس و یادگیری و ارزش‌های مدرسه داشته و اعتماد کمتری نسبت به مدرسه ابراز می‌دارند.
- ✓ اشکال عمده درباره تنبیه آن است که موجب ترس و اضطراب در کودک شده و در پیشرفت یادگیری، دارای اثر بازدارنده است.
- ✓ دو نمونه از رایج‌ترین مشوق‌ها، نمره و برد یا پیروزی در یک موقعیت رقابت‌آمیز است.
- ✓ نمره‌ها نوعی تشویق یا عامل تقویتی بیرونی بشمار می‌روند اما ذاتی و پایدار نیستند.
- ✓ نمره‌ها بی‌درنگ و در زمان مناسب ارائه نشده زیرا در پایان تکلیف یا دوره تحصیلی داده می‌شوند.
- ✓ مشوق برد از طریق رقابت، وسیله‌ای ارزنده در کلاس درس بشمار رفته اما دارای اثرات جانبی منفی است.
- ✓ اضطرابی که در رقابت یا مسابقه ایجاد می‌شود، ممکن است در فرآیند یادگیری اختلال ایجاد کرده و در برابر برندگان، بازندگان نیز وجود دارند.
- ✓ رقابت هنگامی ارزشمند است که جامعه، به افراد برجسته و برگزیده نیاز داشته باشد.

کاربردهای آموزشی انگیزش اجتماعی:

- ✓ هدف مهم آموزشی معلم، ایجاد محیطی است که در کودک، انگیزه یادگیری پدید آورد.
- ✓ دچارمز، تعیین هدف را برحسب ادراک خویشتن در زمینه علل شخصی بررسی کرده است.
- ✓ وی، افراد را در محدوده یا پیوستاری مانند منشا اثر تا آلت دست در نظر می‌گیرد.
- ✓ منظور از منشا اثر، فردی است که تعمداً رفتاری را پیش می‌گیرد تا تغییری در محیط ایجاد کند.
- ✓ فرد آلت دست، احساس می‌کند عاملی خارجی، او را وادار به ایجاد رفتاری خاص می‌کند.
- ✓ به اعتقاد دچارمز، احتمال موفقیت فرد منشا اثر در کلاس، بیشتر از فرد آلت دست است.
- ✓ افراد منشا اثر، نتیجه کار خود را با عوامل تقویتی ارتباط می‌دهند در صورتی که افراد آلت دست، چنین ارتباطی را خیلی کمتر احساس می‌کنند.
- ✓ دچارمز برای پیشرفت رفتار منشا اثر، مراحل زیر را پیشنهاد می‌کند: الف) اهداف واقع‌گرایانه‌ای تعیین کنید، ب) به نقاط ضعف و قدرت شخص پی ببرید، ج) اعمال عینی و ملموس را تعیین کنید و د) راه‌های سنجش پیشرفت را بیابید.

- ✓ مراحل فوق، مراحل تعیین هدف موفقیت آمیز است.
- ✓ آموزش هم در افزایش رفتار منشا اثر معلمان و هم در افزایش موفقیت شاگردان، دارای تاثیر چشمگیری است.
- ✓ رقابت گروهی برخلاف رقابت فردی، روح همکاری در درون یک گروه یا تیم را بالا می برد.
- ✓ با روح همکاری، تبادل اندیشه ها به آسانی صورت گرفته و بعضی از نیازهای اجتماعی برآورده می شوند.
- ✓ پذیرش شاگرد در گروه همتایان می تواند انگیزه اجتماعی و تقویتی خاصی فراهم آورد که کار تحصیلی به تنهایی، قادر به ایجاد آن نیست.
- ✓ کلاس درس افزون بر اینکه منبعی برای تقویت روانی فرد بشمار می رود، مکانی نیز برای تعیین هنجارهاست.
- ✓ گروه معروف به گروه حساسیت یا گروه تی، دارای روشی متمرکز بوده که برای تغییر دادن هنجارها، از آن بهره جویی می شود.
- ✓ روش تابا برخلاف تاثیری که رهیافت گروه تی بجا می گذارد، می کوشد تا از راه فرآیندهای شناختی، هنجارها را تغییر دهد.
- ✓ تعیین هدف هنگامی موفقیت آمیز است که گروه همتایان، قدرت تاثیرگذاری بر اهداف معلمان را داشته باشد.
- ✓ روش تابا، بیانگر نوعی جو شاگرد محوری است.
- ✓ نقش معلم در فرآیند سرمشق دهی بعنوان مشوق اجتماعی، کارساز است.
- ✓ کارشناسان، تقویت کننده های طبیعی را برای پیشرفت کلاس های درس مبتنی بر نظم و انضباط سازمان های آموزشی پیشنهاد می کنند.

فصل یازدهم: بنیادهای هیجان

- هیجان پدیده‌ای است که هر روز در برخوردن تن و روان ملاحظه می‌شود.
- فرآیندهای هیجانی با واکنش‌های بدنی غالباً دارای وابستگی هستند.
- بقراط معتقد بود ۴ مزاج یا خلق و خوی عاطفی وجود دارد که هر کدام بر اثر غلبه ماده سیال دم، سودا، صفرا و بلغم، حالت ویژه‌ای در بدن پدید می‌آورند.
- ارسطو، نخستین کسی است که میان مولفه‌های فیزیولوژیکی و روانی هیجان، عنوان‌های ماده، شکل یا نگاره را مطرح کرد.
- در قرون ۱۷ و ۱۸، فیلسوفان تصور می‌کردند هیجان یا عاطفه، امری غریزی و غیر عقلانی بوده و جنبه‌های حیوانی نوع بشر را تشکیل می‌دهد.
- برخی از روانشناسان، هیجان را نوعی انگیزه می‌دانند.
- فرق عمده میان هیجان و انگیزه در آن است که هیجان دارای خاستگاه بیرونی یا محیطی است در صورتی که انگیزه از درون فرد یا جامعه مایه می‌گیرد.

مفهوم هیجان:

- ✓ به عقیده داروین، بروز هیجان بصورت‌های مختلف بخودی خود همیشه سودمند و کارآمد نیست بلکه جلوه‌هایی از رفتارهای سازش‌پذیر قبلی هستند.
- ✓ نمایش‌های هیجانی که در چهره همه کودکان نوزاد دیده می‌شود، نشانه‌ای از تایید فرضیه داروین است.
- ✓ پلویچک معتقد است که ۸ هیجان اصلی یا واکنش‌های بدنی الگودار وجود داشته که هر کدام با فرآیند زیستی همه گونه‌ها، مطابقت و سازگاری دارد.
- ✓ برخی معتقدند هیجانات دارای بافت زیستی و فطری نبوده بلکه بازتاب و نمایش آنها، معلول یادگیری است.
- ✓ شناخت، نقش عمده‌ای را در تعیین کیفیت عاطفی پاسخ‌های فرد داراست.
- ✓ نوع هیجانی که احساس می‌کنیم، بوسیله ارزشیابی شناختی به گونه‌ای تعیین می‌شود که برانگیختگی ایجاد می‌کند.
- ✓ هم عوامل فطری و هم عوامل آموختنی در بروز هیجانات دخالت دارند.
- ✓ تعیین‌کننده‌های تکوینی، اساس هیجانات را تشکیل می‌دهند اما تجلی و شکل نمایش آنها با تجربه، محیط اجتماعی و فرهنگ ارتباط پیدا می‌کند.

دستگاه عصبی خودمختار:

- ✓ بسیاری از دگرگونی‌های بدنی که در هیجان رخ می‌دهد، در نتیجه فعالیت بخشی از دستگاه عصبی خودمختار بوجود می‌آید.
- ✓ دستگاه عصبی خودمختار، بخشی از اعصاب پیرامونی بوده اما فعالیت آن در حد زیادی تحت تاثیر دستگاه عصبی مرکزی است.
- ✓ دستگاه خودمختار، غده‌های درون‌ریز، ماهیچه‌های صاف از جمله قلب، رگ‌های خونی و پوشش درونی معده و روده را کنترل می‌کند.

- ✓ دستگاه عصبی خود مختار از ۲ بخش سمپاتیک و پاراسمپاتیک تشکیل شده است.
- ✓ دستگاه سمپاتیک در طی حالات برانگیختگی فعال بوده و بوسیله افزایش ضربان قلب، بالا رفتن فشار خون و افزایش سطح هورمون‌های اصلی در خون، بدن را برای فعالیت‌های گسترده‌تر آماده می‌کند.
- ✓ دستگاه سمپاتیک از هیجانات شدید نظیر ترس و خشم فعال می‌شود.
- ✓ دستگاه اعصاب سمپاتیک در هیجان، باعث آزاد کردن هورمون‌های اپی نفرین (آدرنالین) و نوراپی نفرین می‌شود.
- ✓ اپی نفرین در کبد به آماده کردن و ساختن گلوکز یا قند خون کمک کرده و انرژی لازم را برای مغز و ماهیچه فراهم می‌آورد.
- ✓ اپی نفرین موجب تنفس عمیق‌تر و تندتر قلب می‌شود.
- ✓ اپی نفرین در ماهیچه‌های تیره پشت یا ستون فقرات مهره‌ها، قند فراهم آورده تا ماهیچه‌ها بتوانند آن را سریع‌تر بکار برند.
- ✓ تاثیر عمده نوراپی نفرین، منقبض ساختن رگ‌های خونی پیرامونی و بالا بردن فشار خون است.
- ✓ دستگاه پاراسمپاتیک وقتی به فعالیت می‌پردازد که ما در حال استراحت و آرامش هستیم.
- ✓ پاراسمپاتیک برخلاف سمپاتیک، به محدود کردن و ذخیره نمودن انرژی بدن یاری می‌دهد.
- ✓ بطور کلی، اعمال دستگاه پاراسمپاتیک، عکس دستگاه سمپاتیک است. دستگاه سمپاتیک به انگیزش هیجانی میدان داده و دستگاه پاراسمپاتیک، حالت سکون و آرامش را پدید می‌آورد.
- ✓ بعضی اوقات، این ۲ دستگاه باهم عمل می‌کنند مثلاً در خشم، ضربان قلب افزایش پیدا کرده (اثر سمپاتیکی) و معده نیز فعال‌تر می‌شود (اثر پاراسمپاتیکی).

تأثیر هیجان بر الگوهای بدنی:

- ✓ دستگاه عصبی بدن، آن بخش از دستگاه عصبی پیرامونی بوده که ماهیچه‌های مخطط مانند دست‌ها، پاها و ماهیچه‌های تنفسی را به فعالیت و می‌دارد.
- ✓ در خشم و ترس: (الف) ضربان قلب افزایش پیدا می‌کند، (ب) رگ‌های خونی در ماهیچه‌ها منبسط می‌شوند، (ج) قند خون از کبد به جریان می‌افتد، (د) هورمون‌های اپی نفرین و نوراپی نفرین از غده فوق کلیوی رها می‌شود، (ه) مردمک چشم‌ها منبسط می‌شوند، (و) رگ‌های خونی پیرامونی پوست منقبض می‌شوند و (ز) تنش عضلانی و سرعت تنفس بر اثر دستگاه عصبی افزایش می‌یابد.
- ✓ در ترس و خشم، واکنش‌های بدنی برخلاف واکنش‌های اضطراری دارای حالات هیجانی واقع بینانه، اندیشه‌گرا هستند که به پاسخ آرامش‌بخش معروفند.
- ✓ در رابطه با فعالیت سمپاتیک و بدنی، پاسخ آرامش‌بخش تقریباً ضد واکنش اضطراری است.
- ✓ ضربان قلب در نمایش چهره خوشی و شادی، بی‌زاری و شگفتی کاهش می‌یابد اما هنگام خشم و ترس افزایش می‌یابد.
- ✓ درجه حرارت پوست هنگام خشم بالا رفته و برای ترس و غم، پایین می‌آید.
- ✓ ضربان قلب در بی‌زاری که یک هیجان منفی است با هیجانات منفی دیگر مانند خشم و غم و ترس، تفاوت دارد.

مغز و هیجان:

- ✓ مغز در ادراک و ارزیابی موقعیت‌هایی دخالت دارد که سبب ایجاد هیجان می‌شود.
- ✓ هیپوتالاموس و دستگاه لیمبیک (کناری) بطور مستقیم در تنظیم و هماهنگی فعالیت الگوهای ویژه هیجانات قوی‌تر بویژه خشم، ترس و شادی دخالت دارند.
- ✓ اصطلاح لیمبیک واژه لاتینی بمعنای مرز است.
- ✓ ساختارهای دستگاه لیمبیک، یک حلقه یا مرزی را در اطراف ساقه مغز، پیش از ورود به مغز پیشین تشکیل می‌دهد.
- ✓ صدمه به بعضی از قسمت‌های دستگاه کناری، تغییرات بزرگی در رفتار عاطفی یا هیجانی جانوران بوجود می‌آورد.
- ✓ تحریک بعضی از بخش‌های دستگاه کناری و هیپوتالاموس، الگوهای رفتاری مانند هیجانات را بطور طبیعی ایجاد می‌کند.
- ✓ تحریک الکتریکی بخش‌هایی از دستگاه کناری و هیپوتالاموس برای جانوران پاداش دهنده و برای افراد آدمی لذتبخش است.
- ✓ برانگیختگی که جزئی از هیجانات است، به فعال‌سازی سلول‌های مغزی که در کورتکس یا قشر مخ، دستگاه کناری و هیپوتالاموس وابسته است.
- ✓ فعالیت سلول‌های مغزی فوق، بطور مستقیم یا غیر مستقیم تحت تاثیر رشته‌های عصبی قرار داشته که از درون یا هسته مغز، دستگاه شبکه‌ای مایه گرفته، تحریک شده و تقریباً به همه بخش‌هایی که در ایجاد و تنظیم هیجان موثرند، می‌رسد.
- ✓ چون رشته‌های عصبی فعال از دستگاه شبکه‌ای باید به منطقه‌های بالاتر مغزی بروند که در هیجانات موثرند، این بخش مهم عصبی را دستگاه عصبی فعال‌ساز شبکه‌ای بالارو می‌نامند.
- ✓ وقتی انسان تحریک شده و نتواند آرام بگیرد، این امر با دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای بالارو ارتباط پیدا می‌کند.
- ✓ دستگاه فوق علاوه بر تاثیری که در برانگیختگی حالات هیجانی دارد، نقش مهمی را در بیدار نگه داشتن، هوشیار و گوش به زنگ بودن و آگاهی ما بعهده می‌گیرد.

برانگیختگی:

- ✓ میزان وجود هر هیجانی، بستگی به سطح برانگیختگی آن دارد.
- ✓ درجه برانگیختگی، جزئی از هیجان‌پذیری بشمار می‌آید.
- ✓ در خشم و ترس و شادی، برانگیختگی در سطح بالا قرار گرفته در صورتی که در هیجانات غم و افسردگی بطور معمول، در سطح پایین قرار می‌گیرد.

۱. شاخص‌های برانگیختگی:

- ✓ برق‌نگار مغزی (EEG)، وسیله خوبی برای نشان دادن حالت برانگیختگی بوده که فعالیت تغییرات الکتریکی میلیون‌ها سلول عصبی را که در یک زمان انجام وظیفه می‌کنند، گزارش می‌دهد.
- ✓ برق‌نگار مغزی، دگرگونی‌های ولتاژ بسیار کوچکی به میزان چندین میلیونیم یک ولت را ثبت می‌کند.
- ✓ وقتی فرد آرامش بیشتری داشته باشد، بسامد برق‌نگار مغزی کاهش یافته حال آنکه ولتاژ (دامنه) امواج افزایش می‌یابد.
- ✓ ۴ شاخص برانگیختگی یعنی ضربان قلب، فشار خون، الگوهای تنفسی و نیروی رسانش پوست در آزمون‌های کشف دروغ بکار می‌روند.

- ✓ اگر مقدار کمی نیروی برق از کف دست عبور کند، وقتی که شخص برانگیخته‌تر و هوشیارتر شود، مقاومت در برابر آن جریان کاهش می‌یابد (نیروی رسانش افزایش پیدا می‌کند) که این پدیده را پاسخ برقی پوست می‌نامند.
- ✓ شاخص دیگر در برانگیختگی در انسان و جانوران پست، واکنش‌های جهت‌یابی است یعنی هدف‌جویی موجود زنده بسوی محرک جدید یا بسوی تغییر محرک است.
- ✓ جهت‌یابی عبارتست از سخت کردن ماهیچه‌ها، تغییر دادن وضع بدن و سر برای واکنش نشان دادن و به حداکثر رساندن پاسخ به تاثیر محرک است.
- ✓ واکنشی که از موجود زنده سر می‌زند، به محرک‌گونه‌ها، سن، حالت برانگیختگی و عوامل دیگر وابسته است.

۲. برانگیختگی و عملکرد:

- ✓ برانگیختگی، به رفتار نیرو می‌بخشد ولی تا جایی که در حواس و توجه انسان، اختلال پدید نیاورد.

رویدادها و گونه‌های هیجانی:

- ✓ بنجامین کنستانت معتقد است احساسات هیجانی، غالبا کور و مبهم بوده و با مشاهدات تجربی، مغایرت نشان می‌دهند.
- ✓ هیجانات بنیادی یعنی آنهایی که از نظر زیستی، حالت چهره و دستاوردهای تجربی، کاملا وضع و حالت متمایزی دارند.
- ✓ کرول ایزارد معتقد است در تعریف هیجان، باید به موارد زیر توجه داشت: الف) فرآیندهایی که در مغز و دستگاه عصبی رخ می‌دهند، ب) الگوهای مشهود و بیانگر هیجان در چهره و ج) احساس آگاهانه هیجان.
- ✓ ایزارد به ۱۰ نوع هیجان اشاره کرده که عبارتست از هیجانات سود برانگیز، شادمانی، شگفتی، درماندگی، خشم، بی‌زاری، سرشکستگی، ترس، شرمساری و گناه.
- ✓ بیشتر هیجانات فوق در دوره شیرخوارگی (تولد تا ۲ سالگی) وجود دارند.
- ✓ عشوه، ترکیبی از عامل سود برانگیز باضافه شادمانی است.

۱. ترس:

- ✓ ترس، پاسخی هیجانی یا عاطفی بوده که بصورت شرطی شدن در برابر محرک تهدیدآمیز حاصل می‌شود.
- ✓ محرک‌های رنج‌آور برخلاف محرک‌های مثبت، شدید و دارای عملکرد فوری و ناگهانی هستند.
- ✓ پاسخ‌هایی که بوسیله محرک مولد ترس بوجود می‌آیند، دیرپا بوده و در برابر خاموشی، ایستادگی می‌کنند.
- ✓ هیجاناتی نظیر ترس و غم یا بیم و امید، در نتیجه شرطی شدن، آموخته یا زدوده می‌شوند.
- ✓ ترس ناراحت‌کننده، دارای جنبه منفی بوده که می‌تواند زیان‌آور و حتی مسموم‌کننده باشد.
- ✓ ترس منفی، انسان را عذاب داده، خواب و خوراک را از وی گرفته، اندیشه وی را محدود و مغشوش کرده و گاهی آنقدر شدید می‌شود که به اصطلاح معروف، زهره ترک می‌شود.
- ✓ ترس، مسری بوده و به دیگران نیز سرایت می‌کند.
- ✓ هر موجودی که رفتار محرک‌های هولناک و آزاردهنده شود، دچار سردرد، فشرده شدن گلو، گرفتگی صدا و رنگ پریدگی و در نتیجه بیماری‌های روان - تنی می‌شود.
- ✓ روانشناسان، فقط ۲ ترس صدای بلند و بلندی را ترس‌های غریزی و فطری دانسته و بقیه ترس‌ها را آموختنی می‌دانند.

۲. خشم:

- ✓ هوراس پیش از میلاد مسیح اظهار داشت خشم، دیوانگی کوتاه مدتی است که عقل را از مسیر درست به در می برد.
- ✓ امروزه روانشناسان، خشم را برانگیختگی یا واکنش تندی می شناسند که موجود زنده نسبت به یک موقعیت یا شیئی تهدید آمیز نشان می دهد.
- ✓ کودکان هنگام ناکامی و شکست در کارهای خود، خشمگین شده و رفتار پر خاشگرانه از خود بروز می دهند.
- ✓ وقتی کسی یا موقعیتی، فرد را از رسیدن به اهدافش باز می دارد، در او خشم ایجاد شده و او را وا می دارد که مانع را به هر طریق که باشد، از پیش پای خود بردارد.
- ✓ بزرگسالان هنگام خشم، کمتر به زد و خورد پرداخته بلکه بیشتر با بیان تند و سخت، خشم خود را فرو می نشانند.
- ✓ سنکا، فیلسوف و سیاستمدار رومی عقیده داشت که خشم نهان است که صدمه می زند.
- ✓ لندرز در اظهارات خود تاکید می کند که شایسته است به کودکان بیاموزند تا خشم خود را به گونه ای سالم، بیرون بریزند.
- ✓ بیان هیجان، موجب روان پالائی می شود.
- ✓ خشم، یک هیجان تنش آفرین و رنج آور است و وقتی ابراز شود یعنی از ذهن یا خاطر بیرون بریزد، روان از یک عامل مزاحم، رهایی می یابد.
- ✓ وقتی کسی بتواند از راه انتقام جویی و احقاق حق، خشم خود را فرو بنشانند، بی شک به آرامش روانی دست می یابد به شرط آنکه به زورگویی و ارتکاب گناه نینجامد.
- ✓ حرکات بدنی یا به اصطلاح ژست های خاص یا سخنان درشت نیز موجب بروز خشم می شوند.
- ✓ خشم می تواند موجب بهبود روابط شود زیرا وقتی نارضایتی به طریقی بیان شود که بتواند بجای انتقام گیری به صلح و رفع اختلاف بیانجامد، پدیده ای سودمند است.
- ✓ بیان احساس عاری از اتهام می تواند کشاکش ها یا تعارضات خشم برانگیز را از میان بردارد.
- ✓ ارسطو می گوید: هرکس می تواند خشمگین شود، این کار آسانی است اما باید در نظر داشت که از دست هرکس نباید به خشم آمد. بلکه باید حدود، مقصود، زمان و مکان مناسب و روش مطلوب ابراز خشم را نیز منظور نظر قرار داد و این همه، کار آسانی نیست.

۳. فشار روانی (استرس):

- ✓ فشار روانی، آن دسته از رویدادهای محیطی بوده که تهدید آمیز و تنش آفرین بنظر رسیده و واکنش های فرد را در مقابله با آنها در بر می گیرد.
- ✓ علل مادی، محیطی و اجتماعی استرس را عوامل فشار یا فشار آورها نامیده اند.
- ✓ کارشناسان روانی معتقدند که ۷۵٪ بیماری های بدنی، با استرس سر و کار داشته و عامل اصلی بیماری های قلبی و سرطان بشمار می روند.
- ✓ فشار روانی در بسیاری از بدبختی ها، برانگیختگی ها و نارضایتی های مردم نهفته است.

الف) تاثیر فشار روانی بر بدن:

- ✓ هنس سلیه پاسخی را که بدن به عوامل فشار می دهد، نشانگان سازش عمومی نامیده که از ۳ مرحله تشکیل شده است: الف) واکنش هشدار، ب) مرحله ایستادگی و ج) مرحله فرسودگی.

- ✓ واکنش هشدار در اصل، پاسخ ناگهانی یا اضطرابی بدن است.
- ✓ در مرحله فوق، پاسخ‌های فوری بدنی که بسیاری از آنها به وساطت دستگاه عصبی سمپاتیک انجام می‌گیرد، ما را در رویارویی با عوامل فشار آماده می‌سازد.
- ✓ اگر عامل فشار استمرار یابد، مرحله ایستادگی آغاز شده که در اینجا، بدن در برابر اثرات مداوم عامل فشار، به مقاومت می‌پردازد.
- ✓ ایستادگی در برابر عوامل جدید فشار در طی این مرحله، صدمه می‌بیند.
- ✓ در مرحله فوق، بعضی از پاسخ‌های هورمونی بدنی در برابر اثرات عوامل فشار، خط مهم دفاعی ایستادگی را تشکیل می‌دهند.
- ✓ در میان پاسخ‌های هورمونی، فعالیت فزاینده هورمون آدرینو کورتیکوتروپیک، از اهمیت خاصی برخوردار است.
- ✓ هورمون آدرینو کورتیکوتروپیک (ACTH) بوسیله بعضی سلول‌های غده هیپوفیز تراوش و وارد جریان خون می‌شود.
- ✓ میزان ACTH تا اندازه‌ای بوسیله ماده‌ای به نام عامل آزاد کننده کورتیکوتروپین کنترل شده که از هیپوتالاموس تراوش می‌شود.
- ✓ عوامل ایجاد فشار یا استرس‌ورها می‌توانند سلول‌های عصبی هیپوتالاموس را تحریک کرده تا عامل آزاد کننده کورتیکوتروپین به غده هیپوفیز فرستاده شود و به این وسیله، تراوش ACTH را در خون افزایش دهد.
- ✓ ACTH سلول‌ها را در لایه‌های بیرونی یا کورتکس غده‌های فوق کلیوی تحریک کرده تا هورمون‌های کورتیکوئیدی مانند کورتیزول وارد جریان خون شوند.
- ✓ کورتیزول و دیگر مواد مشابه کورتیکوئید، دارای عملکردهای بسیاری هستند که بدن را برای سازش با عوامل ایجاد فشار و ناراحتی برای مدتی طولانی در دوره ایستادگی، آماده می‌سازند.
- ✓ چون کورتیزول در فشارهای روانی، مواد پروتئینی را به مصرف می‌رساند، بدن برای ایجاد سلول‌های سفید جدید، دچار کمبود پروتئین شده و در نتیجه، از قدرت دفاعی بدن کاسته می‌شود.
- ✓ اگر میزان کورتیزول از حد لازم فراتر رفته و برای مدت طولانی در خون بماند، اثرات زیان‌باری مانند بالا رفتن فشار خون ایجاد می‌کند.
- ✓ در مرحله فرسودگی، استعداد و ظرفیت بدن برای پاسخ دادن به عوامل فشار جدید و مداوم، بطور جدی به مخاطره می‌افتد.
- ✓ اصطلاح اختلالات روان - تنی، هنگامی بکار می‌رود که عوامل محسوس فشار یعنی رویدادهای روانی، حساسیت‌پذیری بدنی را در برابر بیماری افزایش دهند.
- ✓ هیجانات آزاردهنده‌ای مانند ترس و خشم و اضطراب که موجب ناراحتی‌های بدنی و روانی می‌شوند، اختلالات روان - تنی (سایکو سوماتیک) نامیده شده‌اند.

(ب) مقابله با عوامل فشار:

- ✓ از جمله روش‌های درمانی برای مقابله با فشار روانی عبارتست از آرامش درمانی، خواب مصنوعی، فراگشت زیستی و حساسیت زدایی اصولی.

۴. شادی و خوشبختی:

- ✓ شادی و شادمانی همانند خوشبختی، امری نسبی است.
- ✓ خلق و خو یا سرشت آدمی همواره می‌کوشد او را به وضعی طبیعی یا بهنجار بازگرداند.
- ✓ ۲ اصلی که در روانشناسی ما را یاری می‌دهد تا معمای خوشبختی را حل کنیم عبارتست از: الف) سازش (خوشبختی نسبت به تجربه قبلی، امری نسبی است) و ب) محرومیت نسبی (احساس خوشی و شادمانی فرد متناسب با دستاوردها و اوضاع و احوال دیگران).
- ✓ سطح سازش بیانگر دآوری‌های ما درباره محرک‌های گوناگون قبل از آن است.
- ✓ به عقیده کمپل، نمی‌توانیم روی زمین، بهشت اجتماعی بوجود آوریم.
- ✓ پدیده محرومیت نسبی به ما کمک می‌کند تا بفهمیم چرا مردمی که در یک کشور معین دارای درآمد متوسط یا سطح بالایی هستند، در مقایسه با آنهایی که فقیرند، کمی راضی‌ترند.
- ✓ ارتباط با خدا و راضی بودن به رضای او، منشا همه خوشی‌ها و شادکامی‌های پایدار است.

۵. پرخاشگری:

- ✓ پرخاشگری، یک واکنش هیجانی بوده و نقطه اوج آن، جنگ‌های بزرگ است.

الف) پرخاشگری خصمانه و ابزاری:

- ✓ به عقیده روانشناسان، پرخاشگری دارای ۲ گونه خصمانه و ابزاری است.
- ✓ در پرخاشگری خصمانه، کوشش می‌شود به حریف صدمه وارد شود در حالی که پرخاشگری ابزاری، برای ارضای هیجان یا انگیزه دیگر بکار می‌رود.
- ✓ رفتارهای خصمانه به شکل‌های مختلف کلامی، بدنی، فعال و انفعالی ظاهر می‌شود ولی در حالت انفعالی، پرخاشگری نمایان نیست.
- ✓ در شیوه مستقیم، پرخاشگری بطور رویارویی رخ می‌دهد و در غیر مستقیم، بدون برخورد شخص با شخص وقوع می‌یابد.

ب) پرخاشگری بعنوان غریزه:

- ✓ بعضی از هورمون‌ها مانند تستوسترون با پرخاشگری، ارتباط دارد.
- ✓ بیشتر روانشناسان، عوامل محیطی، اجتماعی و یادگیری را در بروز و سازماندهی رفتارهای پرخاشگرانه موثر می‌دانند.

ج) علل محیطی و اجتماعی پرخاشگری:

- ✓ روانشناسان در آغاز، پرخاشگری را معلول ناکامی و شکست می‌دانستند.
- ✓ دالرد از فرضیه پرخاشگری - ناکامی نتیجه گرفت که همه رفتارهای پرخاشگرانه، معلول ناکامی است.
- ✓ برای آنکه پرخاشگری از ناکامی حاصل شود، باید به ۲ عامل توجه داشت: الف) ناکامی خیلی شدید باشد و ب) ناکامی نتیجه یک عمل استبدادی شناخته شود.
- ✓ نیروی ناکامی تا حدودی وابسته به انتظاری است که شخص برای دستیابی به هدف دارد.
- ✓ جلوگیری از توقعات سطح بالا، محرک موثری برای تسکین پرخاشگری است.
- ✓ زیلمن و کنتور معتقدند پرخاشگری بیشتر هنگامی بوجود می‌آید که شکست و محرومیت، ناعادلانه تلقی شود.
- ✓ اگر فرد شکست در رسیدن به اهداف خود را عادلانه بداند، پرخاشگری هرگز بوجود نمی‌آید.

- ✓ امروزه رایج‌ترین پرخاشگری، ناسزاگویی یا تحقیر کردن است.
- ✓ علت مهم دیگر در بروز پرخاشگری، اطاعت از مقامی بوده که بر ضد دیگران دستور می‌دهد.
- ✓ شرایط محیطی ناگوار از جمله درجه حرارت بالا، سر و صداهای گوش خراش و ازدحام جمعیت، از عوامل بروز پرخاشگری بشمار می‌روند.
- ✓ وجود سلاح‌هایی مانند تفنگ و مسلسل، به افزایش پرخاشگری بیشتر در افراد خشمگین یاری می‌دهد.

(د) یادگیری و پرخاشگری:

- ✓ بندورا، نقش تقلید از رفتار دیگران را عامل مهمی در پرخاشگری می‌داند.
- ✓ سرمشق‌گیری که نوعی تقلید است، در بروز پرخاشگری، عامل بسیار موثری است.
- ✓ سرمشق‌گیری، از جمله یادگیری‌های مشاهده‌ای بوده که دارای ویژگی‌های زیر است: الف) توجه مشاهده‌کنندگان را به یک پیامد پرخاشگرانه جلب می‌کند، ب) رفتارهای پرخاشگرانه را موجه نشان می‌دهد و ج) برانگیختگی هیجانی را بالا برده و پرخاشگر را بصورت یک قهرمان در می‌آورد.
- ✓ علاوه بر یادگیری اجتماعی، شرطی شدن بازتابی یا کلاسیک و شرطی ابزاری، وسیله‌های مهمی برای پرخاشگری بشمار می‌روند.
- ✓ در شرطی شدن بازتابی، از مجاورت محرک‌ها یا موقعیت‌ها، یادگیری صورت می‌گیرد.
- ✓ در شرطی شدن ابزاری، وقتی رفتار تقویت می‌شود یا پاداش دریافت می‌کند، احتمال تکرار آن در آینده زیادتر می‌شود.

فصل دوازدهم: نظریه‌های هیجان

هیجانات و حالات بدنی:

۱. نظریه جیمز – لنگه:

- ✓ هیجانانی که احساس می‌شوند، ادراک دگرگونی‌های بدنی است.
- ✓ یکی از نخستین نظریه‌های هیجان، بوسیله ویلیام جیمز مطرح گردیده که چنین می‌گوید: گریه می‌کنیم زیرا غم و اندوه به ما روی آورده است، به زد و خورد می‌پردازیم زیرا خشمگین هستیم و دست و پایمان می‌لرزد چون می‌ترسیم.
- ✓ نظریه فوق در اواخر قرن ۱۹ توسط کارل لنگه و ویلیام جیمز ارائه شد که هیجان را، احساس و ادراکی می‌داند که از تغییرات بدنی پدید می‌آید.
- ✓ از نظر آنان، ترتیب حالات هیجانی عبارتست از: الف) موقعیتی را ادراک کرده که سبب بوجود آمدن هیجان می‌شود، ب) نسبت به این موقعیت، واکنش نشان می‌دهیم و ج) به واکنش‌های خود توجه می‌کنیم.
- ✓ تغییرات بدنی یا تغییرات داخلی در دستگاه عصبی خودمختار یا حرکات بدنی، پیش از تجربه هیجانی وقوع می‌یابند.
- ✓ بطور کلی، ادراک از دگرگونی‌های درونی، دارای دقت لازم نیست.

۲. نظریه کنون – بارد:

- ✓ هیجان احساس شده و پاسخ‌های بدنی، رویدادهای مستقلی هستند.
- ✓ این نظریه در سال ۱۹۲۰ توسط والتر کنون پیشنهاد شد.
- ✓ روش وی، کار بر بنیاد پژوهش‌های فیلیپ بارد درباره هیجان بود.
- ✓ این نظریه بیانگر آن است که احساس هیجان و واکنش‌های بدنی، به یکدیگر وابسته نبوده بلکه هر دو بطور همزمان عمل می‌کنند.
- ✓ طبق این نظریه، ابتدا موقعیت‌هایی را که سبب بوجود آمدن هیجان شده، از دنیای خارج درک می‌کنیم و سپس، نواحی پایین مغز، به فعالیت وا داشته می‌شوند.
- ✓ این نظریه برخلاف نظریه جیمز – لنگه، بیانگر آن است که واکنش‌های بدنی و هیجانات احساس شده، بطور مستقل و بدون وابستگی با یکدیگر عمل می‌کنند.

۳. نظریه شاختر – سینگر:

- ✓ اساس این نظریه بر توضیح برانگیختگی بدن استوار است.
- ✓ طبق این نظریه، هیجانی را که احساس می‌کنیم، از تعبیر و تفسیر ما از حالت‌های برانگیختگی ناشی می‌شود.
- ✓ این نظریه، بیانگر آن است که در شرایط آشفته بدنی، هر تعداد و هرگونه هیجانی را می‌توان احساس کرد.
- ✓ طبق این نظریه، ترتیب ایجاد هیجان عبارتست از: الف) ادراک موقعیت هیجان برانگیز، ب) حالت برانگیخته بدنی که از این ادراک حاصل شده و بصورت مبهم است و ج) تفسیر و عنوان‌سازی حالت بدنی تا با موقعیت ادراک شده متناسب باشد.
- ✓ نظریه شاختر، یک نظریه شناختی بشمار می‌رود چون اندیشه‌هایی را درباره علت حالت هیجانی در بر می‌گیرد.

۴. نظریه شناختی - ارزیابی هیجان:

- ✓ نظریه ارزیابی اطلاعات از منابع مختلف، جزء نظریات شناختی بوده و توسط لازاروس ارائه گردیده است. چون ارزیابی، متضمن شناخت یا پردازش اطلاعات از محیط، بدن و حافظه است.
- ✓ طبق این نظریه، هیجاناتی که احساس می‌کنیم، نتیجه ارزیابی‌ها یا ارزشیابی‌های اطلاعات از موفقیت محیطی و از درون بدن است.
- ✓ یکی از معروف‌ترین آزمایشات در زمینه نقش ارزیابی در هیجانات، نشانگر رابطه میان هیجان احساس شده و ارزیابی از موقعیت محیطی توسط اسپیرمن و آل است.
- ✓ ارزیابی مجدد از موقعیت‌های هیجان برانگیز، قسمت مهمی از نظریه شناخت هیجانی را تشکیل می‌دهد.
- ✓ ارزیابی مجدد برای مقابله با اوضاع ناراحت‌کننده و فشار آور است.
- ✓ افرادی که موقعیت‌های هیجان برانگیز را با شیوه‌های انکار موضوع، واکنش‌سازی یا وسیله‌های دفاعی دیگر ارزیابی می‌کنند، ممکن است در این اندیشه باشند که می‌توانند شدت احساس هیجانی را که با موقعیت‌های ناراحت‌کننده همراه می‌شوند، کاهش دهند.

۵. نظریه پیوندهای هیجانی:

- ✓ هیجان دارای تعریف معین و روشن نبوده بلکه اوضاع و احوال نامشخص، آشفته، درهم ریخته و همواره متغیری را بیان می‌کند.
- ✓ رابرت بلوچیک در سال ۱۹۸۰، نظریه توصیفی خود را معروف به هیجانات بنیادی و شیوه‌هایی که هیجانات می‌توانند باهم ترکیب شوند را مطرح نمود.
- ✓ بلوچیک برای پیوند میان هیجانات نشان داده شود، آنها را در ۳ صورت متمایز بررسی کرد: الف) شدت، ب) همانندی و ج) دو قطبی بودن.
- ✓ بلوچیک ابعاد ۳گانه فوق را در یک نمودار ۸ بخشی نشان می‌دهد چنان که سوگ، اندوه و به فکر فرو رفتگی در یکی از بخش‌های هیجانات بنیادی قرار می‌گیرند.
- ✓ بلوچیک معتقد است که هیجانات اصلی از فرآیندهای تکاملی ناشی شده و بنابراین، دارای ارزش سازشی یا انطباقی هستند.
- ✓ در درون هر بخش از هیجانات بنیادی، قوی‌ترین نوع هیجان در بالای بخش و به ترتیب، ضعیف‌ترین آنها در پایین قرار می‌گیرد.
- ✓ مفهوم سوگ با مفهوم وجد، متضاد یا دو قطبی است.
- ✓ هیجانات متضاد، باهم برخورد پیدا می‌کنند اما آنهایی که به هم نزدیکند، مکمل یکدیگرند.

نظریه‌هایی درباره هیجان و انگیزش:

- ✓ خط میان انگیزش و هیجان، بسیار باریک است چنان که ترس، یک هیجان بوده و انگیزه‌ای برای پیشبرد رفتار نیز بشمار می‌آید.
- ✓ نظریه انگیزش و هیجان لیپر، بیانگر این واقعیت است که تقریباً همه رفتارهای هدف‌جویانه و انگیزشی مورد تایید، دارای لحن و آهنگ هیجانی بوده و همین هماهنگی هیجانی است که برای توالی رفتار بلندمدت، انگیزه می‌شود.

- ✓ تامکینز مدعی است که هیجانات، نیروی لازم برای انگیزه را فراهم می‌آورد.
- ✓ تامکینز عقیده دارد انگیزه‌ها و سائق‌ها، درباره نیازها یا اوضاع و احوال بدنی، اطلاعاتی را در اختیار ما قرار می‌دهند.
- ✓ عواملی مانند برانگیختگی، شادی، افسردگی و مانند اینها، با سائق‌ها همراهی کرده یعنی به دامنه و گستره انگیزه‌ها و سائق‌ها نیرو می‌بخشد.
- ✓ نظریه‌های مشوق و فرآیند مخالف که جزء نظریه‌های انگیزش هستند، تا حدی جزء نظریه‌های هیجان نیز بشمار می‌روند.