

روان شناسی شخصیت

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
- رویکرد دروان کاوی	
نظریه زیگموند فروید	
تست ها	
پاسخنامه	
- رویکرد نوروان کاوی	
آنافروید	
هنکیزولوهات	
کارل یونگ	
آلفرد آولر	
: ارن هوزنای	
اریک فرام	
موری	
اریکسون (رویکرد عمر)	
تست ها	
پاسخنامه	
- رویکرد صفات	
- آلپورت	
ریموندلتنل	
تست ها	
پاسخنامه	
- رویکرد انسان گرایی	
آبراهام مازلو	
کارل راجرز	
- رویکرد شناختی	
جرج کلی	
- نظریه تاثیر متقابل اشخاص	
هری استک سالیوان	
تست ها	
پاسخنامه	
- نظریه یادگیری اجتماعی در شخصیت	
جولین راتر	
تست ها	

- پاسخنامه
- نظریه میدانی لوین
- تست ها
- پاسخنامه
- رویکرد زمینه محدود
- دیوید مک کلند
- سگیلمن
- زاكرمن
- نظریه آیزینگ
- نظریه ارگانیسمی گلدشتاین
- تست ها
- پاسخنامه
- رویکرد یادگیری شاهده ای
- آلبرت بندورا
- تست ها
- پاسخنامه
- نظریه سرشتی شلدون
- تست ها
- پاسخنامه
- سؤالات روان شناسی شخصیت آزمون سراسری 1384
- پاسخنامه
- سؤالات روان شناسی شخصیت آزمون سراسری 1385
- پاسخنامه
- فهرست منابع

رویکرد روان کاری

- نظری زیگموند فروید

نظریه فروید (1856 - 1939)

مفاهیم اصلی نظریه فروید :

یکی از مفاهیم بنیادی نظریه فروید، روان رنجوری می باشد فروید معتقد بود که تعارضهای جنسی علت اصلی تمام روان رنجوری هستند. فروید بر اهمیت مسائل جنسی در زندگی هیجانی تاکید داشت نگرش وی نسبت به مسائل جنسی منفی بود.

اوج موفقیت فروید: نظریه فروید در آغاز بر پایه شهودی تدوین شد و از تجربیات و خاطرات او بیرون کشیده شد. در طول سالهای 1920 و 1930 فروید به اوج موفقیت خود رسید. ساخت شخصیت :

عوامل سازنده شخصیت انسان شامل نهاد، خود، فراخود است.

- نهاد، بخشی از دستگاه روانی است که از بدو تولد به شکل ارثی در انسان موجود است. نهاد را می توان مذبج تمام نیروهای روانی دانست. نهاد شامل تمام انگیزه های خام و تشکل نیافته حیوانی، یا به اصطلاح قدما نفس اماره می شود، مانند غریزه جنسی و غریزه پرخاشگری که هیچ قانونی را نمی شناسد و از هیچ اصلی به غیر از «اصل لذت» تبعیت نمی کند.

- خود، فرآیند نخستین نهاد به تنهایی قادر به کاستن تنش در موجودات نیست یعنی فقط با تصور و تخیل نمی توان نیازها را برطرف کرد. بنابراین خود از اصل واقعیت پیروی می کند و از روش هایی استفاده می نماید که به آنها «فرایند ثانوی» می گویند فرایند ثانوی طرز تفکر واقع بینانه است. خود از «اصل واقعیت» تبعیت می کند.

- فراخود: آخرین قسمت از شخصیت انسان است که از نهاد منسحب می شود در واقع نماینده درونی ارزش های فرهنگی اجتماعی و اخلاقی است که توسط خانواده به کودک داده میشود.

- غریزه: غرایز ازیک سو مذبج تحریکات جسمی هستند و از سوی دیگر نوعی تظاهر روانی محسوب می شوند.

در نظریه فروید ، غرایز به عنوان نیروی سوق دهنده شخصیت محسوب می شود و همچنین غرایز اصل شخصیت هستند. نیروهای برانگیزنده ای که رفتار را سوق می دهد و جهت آنرا تعیین می کند. هدف غرایز ارضا کردن نیاز و از این رو کم کردن تنش در جسم و روان می باشد.

انواع غرایز: فروید غرایز را در دو گروه طبقه بندی کرده : غریزه زندگی و غریزه مرگ . غرایز زندگی به وسیله جستجو برای ارضای نیازهای غذا، آب، هوا و مسائل جنسی به هدف بقای فرد و نوع خدمت

می کنند. غرایز زندگی در جهت رشد و نمو هستند انرژی روانی که توسط غرایز زندگی آشکار می شود، لیبیدو است منظور فروید از غریزه زندگی همان میل جنسی می باشد که در مفاهیم گسترده تعریف شده است فروید میل جنسی را به صورت انگیزش اصلی انسان مطرح می کند که این توسط امیال شهوانی از نواحی شهوتزای بدن ناشی می شوند مانند دهان، معقد و اندامهای جنسی. فروید در مقابل غرایز زندگی، غرایز ویرانگر یا غرایز مرگ را مطرح می کند. وی با الهام از زیست شناسی این واقعیت آشکار را مطرح می کند که همه موجودات زنده فاسد می شوند، می میرند و به حالت بی جان اولیه خود بر می گردند. وی معتقد بود که مردم میل ناهشیاری به مردن دارند یک از مولفه های غرایز مرگ سائق پرخاشگری است.

سطوح شخصیت: طرح اولیه فروید، شخصیت را به سه سطح تقسیم کرد: هشیار، نیمه هوشیار، ناهشیار.

هشیار: شامل تمام احساس ها و تجربه هایی است که در هر لحظه معین از آنها آگاه هستیم فروید هشیار را جنبه محدودی از شخصیت می دانست زیرا تنها بخش کوچکی از افکار، احساسها و خاطرات ما در هر لحظه در آگاهی هشیار وجود دارد. او ذهن را به کوه یخ تشبیه کرد که هشیار بخش بالایی سطح آب است.

- بخش مهمتر نظر فروید، ناهشیار می باشد که بخش بزرگتر و نادیدنی زیر سطح آب است. نظریه روان کاوی بر این بخش تمرکز دارد. اعماق وسیع و تاریک آن جایگاه غرایز است. آن امیال و آرزوهایی که رفتار ما را هدایت می کنند، ناهشیار شمال نیروهای سوق دهنده عمده در پشت کل رفتار است و مخزن نیروهایی است که نمی توانیم آنها را ببینیم یا کنترل کنیم.

سطح نیمه هوشیار بین این دو سطح قرار دارد، نیمه هوشیار مخزن خاطرات، ادراکات، و افکاری است که ما در آن لحظه به صورت هشیار از آنها آگاه نیستیم ولی می توانیم آنها را به سطح راحتی به هشیار خود فراخوانیم.

نهاد در نظریه فروید با سطح هوشیار مطابقت دارد (البته من و فرامن نیز جنبه های ناهشیار دارند) نهاد، مخزن غرایز و لیبیدو انرژی لازم برای دو جزء دیگر را فراهم می کند. نهاد از واقعیت آگاهی ندارد ما می توانیم نهاد را به نوزادی تشبیه کنیم که وقتی نیازهایش برآورده نمی شود گریه می کند و مشت هایش را در هوا تکان می دهد اما نمی داند نیازش را چگونه ارضاء کند و تنها راهی که نهاد می تواند برای ارضای نیازهایش انجام دهد از طریق عمل بازتاب

و کامروایی توهمی یا خیالپردازی است که فروید آن را اندیشه در فرایند نخستین می نامد.

من: ویژگی هایی مانند عقل، ارتباط با دنیای بیرونی، هوشمندانه و منطقی ساختار شخصیت من را تشکیل میدهد چون من از واقعیت آگاه است تصمیم می گیرد که چه وقت و چگونه غرایز نهاد می توانند بهتر ارضا شوند. سن، زمانها، مکانها، و هدفهای مناسب و از نظر اجتماعی پذیرفتن تکانه هایی که نهاد را ارضا خواهند کرد را تعیین می کند «من» جلوی ارضای نهاد را نمی گیرد، بلکه می کوشد آن را بر حسب درخواستهای واقعیت به تعویق اندازد یا هدایت مجدد کند، من به شیوه ای عملی و واقع بینانه محیط را درک و درستکاری می کند و از این رو گفته می شود که طبق اصل واقعیت عمل می کند. (اصل واقعیت در مقابل اصل شدت که نهاد توسط آن عمل می کند قرار دارد).

فرامن: مجموعه قدرتمند و عمدتاً ناهوشیار دستورات و اعتقاداتی که در کودکی آنها را فرا می گیریم. عقاید درست و غلط اما به زبان روزمره این اصول اخلاقی درونی را وجدان می خوانیم و فروید آن را فرامن می نامد.

فرامن از دو بخش تشکیل شده است که یک قسمت آن را وجدان تشکیل می دهد و قسمت دوم آن را خود آرمانی تشکیل می دهد که شامل رفتارهای خوب یا درستی است که کودکان برای آنها تحسین شده اند.

فرامن به عنوان حاکم اصول اخلاقی در جستجوی خود برای کمال اخلاقی بیرحم و حتی ظالم است. فرامن، از نظر جدیت، غیر منطقی بودن و پافشاری برای اطاعت، بی شباهت به نهاد نیست.

اضطراب: فروید اضطراب را ترس بی هدف تعریف می کند فروید اضطراب را جزء مهمی از نظریه شخصیت خود ساخت و اظهار داشت که اضطراب برای رشد رفتار روان رنجور و روان پریش ضروری است و ی پیشنهاد کرد که نمونه نخستین همه اضطراب ها ضربه تولد است.

انواع اضطراب: اضطراب واقعی، اضطراب روان رنجور و اضطراب اخلاقی (ترس از وجدان شخصی)

اضطراب واقعی: در اضطراب واقعی تنش ناشی از ترس از خطرهای واقعی بوجود می آید، که اگر این ترس از نقطه به هنجار فراتر رود منجر به فوبیا خواهد شد.

در اضطراب روان رنجور، تضاد و تعارض ما بین واقعیت و غرایز است یعنی ناهشیارانه است و در نتیجه ارضای ناهشیارانه غرایز اتفاق می افتد. مثلاً کودکی که میل به نشان دادن پرخاشگری دارد می داند که در نتیجه آن تنبیه خواهد شد، در این حالت دچار اضطراب می شود.

در اضطراب اخلاقی، فرد دچار عذاب وجدان می شود، به این معنا که در میلی که در فرد برای انجام کاری مغایر با اخلاق بوجود میاید فرد دچار احساس شرم و گناه میشود. این احساس گناه یا عذاب وجدان بستگی به رشد فرامن فرد دارد.

مکانیسم های دفاعی :

در نظریه فروید مکانیسمهای دفاعی که در مقابل اضطراب بوجود می آید شامل سرکوبی، انکار، جابجایی، واپس روی یا برگشت، دلیل تراشی، فرافکنی، والایش، واکنش وارونه هستند.

اضطراب تهدیدی است که به من وارد شده و من یا باید آن تهدید را از بین ببرم و یا از آن اجتناب کنم. و به عقیده فروید با به کارگیری یک یا چند مکانیسم دفاعی همزمان میتوانیم در مقابل اضطراب از خود دفاع کنیم.

- سرکوبی: منکر شدت عامل تهدید کننده، یا ناراحت کننده توسط فرد است که رایج ترین مکانیسم مورد استفاده است و به نوعی فراموشی ناهشیارانه تلقی می شود.

- انکار: قبول نکردن و انکار وجود عامل تهدید زا، چه به صورت اطلاعات و چه به صورت رویداد آسیب زای خارجی. مکانیسم انکار و مکانیسم سرکوبی با یکدیگر مرتبط هستند.

- جا به جایی: جا به جا کردن موردی تحریکات نهاد. در این مکانیسم، عاملی خارجی که باعث بروز تحریکات نهاد میشوند ممکن است واکنش را دریافت نکند و این واکنش به شخص یا شیء یا موضع دیگری غیر از عامل تحریک نشان داده میشود. مثل کسی که از منبع قدرت ناراحت است ولی ناراحتی خودش را سر کیسه بوکس خالی می کند.

- واپس روی یا برگشت: بازگشت به دورانی که کمتر ناکام کننده باشد در دورانی که در نظریه فروید تثبیت صورت گرفته است.

- دلیل تراشی: توجیهی برای موضوع و یا رفتار غیر قابل قبول یا موجه جلوه دادن انجام یک رفتار نامناسب. در این مکانیسم دفاعی شخص برای ناکامی بوجود آمده ناهشیارانه توجیهی منطقی ارائه می دهد.

- والایش: تغیر و تبدیل تحریکات غیر قابل قبول نهاد به صورت رفتارهای مورد قبول جامعه و اجتماع که این مکانیسم دفاعی میتواند در سازندگی و پالایش فرد سازنده باشد به این معنا که فرد توجه خود را به انرژی غیر قابل قبول تحریکات نهاد متوجه نمی سازد بلکه آن را متوجه یک رفتار قابل قبول می نماید. مثلاً وقتی که فرد عصبانی

است به ساختن چیزی و یا انجام کاری برای تخلیه انرژی رو می آورد، فروید خلق آثار هنری مطرح را مربوط به این مکانیزم دفاعی میدانند.

- فراافکنی: نسبت دادن تحریکات غیر قابل پذیرش به دیگران. فرد افکار ناراحت کننده و یا امیال غیر قابل قبول خود را به افراد دیگر نسبت میدهد و به این ترتیب خودش را پاک و مبرا می داند و برای اثبات آن انرژی فراوانی مصرف میکند.

- واکنش وارونه: نشان دادن رفتاری که درست نقطه مقابل تحریکات نهاد است. فردی که به شدت خشمگین و عصبانی است ممکن است به جای بروز خشم، بیش از اندازه، نگرانی و دلوپسی در حمایت از دیگران از خود بروز دهد و باعث آزار و صدمه جسمی و روحی شود.

مراحل روانی جنسی رشد شخصیت در نظریه فروید:

1- مرحله دهانی (از تولد تا 1 سالگی): دهان ناحیه شهوانی لذت از مکیدن

2- مرحله مقصدي (از 1 تا 3 سالگی): آموزش توالد رفتن

3- مرحله آلتی (4 تا 5 سالگی): خیالپردازی ارتکاب به زنا با محارم

4- مرحله نهفتگی (از 5 سالگی تا بلوغ جنسی): دوره والایش غریزه جنسی

5- مرحله تناسلی (از نوجوانی تا بزرگسالی) رشد هویت نقش جنسی و روابط اجتماعی

رشد شخصیت در مراحل رشد روانی- جنسی فروید در کودکی حدوداً پنج سال اول زندگی و عمدتاً از رابطه و تعامل والد با کودک پرورش می یابد. مفهوم تثبیت این است که قسمتی از لیبیدو یا انرژی روانی فرد در مرحله ای از رشد جسمی مصرف شده و مقدار کمتری برای مراحل بعدی باقی می ماند و فرد ویژگیهای شخصیتی تثبیت شده در آن مرحله را از خود بروز میدهد.

در مرحله آلتی دو مفهوم عقده ادیب در پسران و عقده الکترا ؟ در دختران مطرح میشود، که هر کدام علاقمند به جنس مخالف یعنی مادر و پدر می شوند. ولی بعد با جنس موافق همانند سازی کرده و نقش خود را در جانشینان آنها ایفا می کنند.

روشهای درمانی فروید یا (رونکاو):

1- تداعی آزادی: فروید این شیوه را با قدری موفقیت به کار برد و آن را تخلیه هیجانی نامیده است. در این روش حرف زدن درباره برخی از تجربیات یا خاطرات ظاهراً بسیار دردناک بود و بیمار دوست نداشت آنها را افشا کند. فروید این لحظه ها را مقاومت ها نامید.

- 2- تحلیل رویا: فروید معتقد بود که رویاها به صورت نمادی، امیال، ترسها و تعارضهای سرکوب شده را نشان می دهند.
- روش پژوهش در نظریه فروید :
- روش پژوهش عمده فروید، مورد پژوهشی بود که چندین محدودیت دارد.
- 1- این روش بر مشاهده عینی متکی نیست، 2- داده ها به صورت منظم جمع آوری نمی شوند.

تست ها :

- 1- نخستین کتاب مهم فروید با چه نامی منتشر شد ؟

الف) روان ما	ب) روح و روان
ج) پیچیدگی های ذهنی	د) تعبیر رویاها
- 2- بنظر فروید خودآگاهی چه قسمتی از شخصیت را تشکیل می دهد؟

الف) قسمتی کوچک	ب) نیمی از آن
ج) دوسوم آن	د) سه چهارم آن
- 3- تعبیر فروید از روان آدمی با کدام گزینه جور است؟

الف) درخت و شاخه های آن	ب) ساختمان و مصالح آن
ج) دریاچه بزرگ و سنگهای آن	د) قطعه یخ شناور در آب
- 4- روشی را که فروید برای تحقیق در ناخودآگاه به کار برد چه بود؟

الف) روانکاوی	ب) مشاهده
ج) تداعی آزاد	د) تداعی آزاد و تعبیر رویاها
- 5- به نظر فروید شخصیت از چند دستگاه یا چند سطح تشکیل شده است؟

الف) دو دستگاه	ب) سه دستگاه
ج) چهار دستگاه	د) شش دستگاه
- 6- نهاد تابع چه اصلی است؟

الف) واقعیت	ب) ارزش ها
ج) لذت	د) اخلاقیات
- 7- کدام گزینه درمورد من برتر صدق می کند؟

الف) من برتر با وجدان تفاوت دارد	ب) امن برتر
معادل عقل نظری کانت است	
ج) من برتر به سوی لذت و خوشی روی می آورد	د) من برتر با نهاد و هم با من مخالفت می کند
- 8- فروید همه غرایز را چگونه فهرست بندی کرده است؟

الف) غرایز حیوانی و انسانی	ب) غرایز فطری و اکتسابی
ج) غریزه زندگی و غریزه مرگ	د) غریزه خصوصی و غریزه عمومی
- 9- کدام گزینه مصداق عقده الکترا است؟

- الف) درگیری بین نهاد و من
ب) رقابت پسر با پدر عشق به مادر
- ج) رقابت دختر با پدر
مادر و عشق به پدر
- 10- کسی که به جای تسلیم شدن به انگیزه دگرآزادی حزمه جرمی را پذیرفته است از چه مکانیزمی بهره میبرد؟
الف) سرکوبی
ب) تعویض
ج) به گرایی یا تصعید
د) درون فکنی
- 11- ضرب المثل گربه دستش به گوشت نمی رسد می گوید بو می دهد مصداق کدام مکانیزم دفاعی است؟
الف) دلیل تراشی
ب) انکار
ج) فرافکنی
د) درون فکنی
- 12- از دید فروید اراده و قوانین منطقی و زمان و مکان مربوط به کدام قسمت از ذهن است؟
الف) همه موارد
ب) ناخود آگاه
ج) نیمه خودآگاه
د) ناخودآگاه
- 13- یکی از دلایل ردّ مفاهیم موردنظر فروید در رشد و شخصیت انسان، از نظر روان شناسان معتقد به عینیت و دقت در روان شناسی چیست؟
الف) اتکاء بیش از حد به ابعاد زیستی در رشد شخصیت
ب) انعقاد افراطی به تثبیت شخصیت در مراحل اولیه رشد
ج) عدم امکان اندازه گیری و تحقیق دقیق در این مفاهیم
د) توجه محدود فروید به محیط و تاکید بر خانواده
- 14- مکانیسم های دفاعی بیشتر مورد استفاده کدامیک از ساختارهای شخصیت است؟
الف) خود
ب) فراخود
ج) نهاد
د) همه موارد
- 15- در مکتب روانکاوی کدامیک از موارد نشان دهنده تثبیت شدن در مرحله رهانی است؟
الف) انتقال انرژی لیبیدو به موضوعات جدید
ب) ارضای کم یا بیش از حد نیازهای دهانی
ج) صرف انرژی لیبید و در فعالیتهای بدنی
د) وابستگی به دلیل اختلال در انرژی گذاری

16- در دیدگاه فروید، رسوخ تمایلات

نهادی به ضمیر آگاه بیشتر موجب کدام نوع اضطراب می شود؟

الف) اخلاقی

ب) موقعیتی

ج) واقعی

د) نوروتیک

17- بنا به اعتقاد فروید، اضطراب

مولد است.

الف) افسردگی

ب) بازگشت

ج) تثبیت

د) سرکوبی

18- به اعتقاد فروید، رویا ریشه

در دارد.

الف) تکانه های جنسی و پرخاشگری

ب) ترس های مرضی و

ناخودآگاه

ج) انرژی متراکم تخلیه نشده

د) تخیلات و تمایلات خودآگاهانه

19- در کدام یک از مکانیزم های

دفاعی زیر، شخص سعی می کند عملی را جانشین محرک مزاحم کند

که دارای ارزش بیشتری بوده و از نظر جامعه قابل قبول تر

باشد؟

الف) والایش

ب) فرانکی

ج) بازگشت

د) جابجایی

20- فروید اصطلاح «آسیب تولد» را

برای کدامین مورد زیر بکار برده است؟

الف) اولین الگوی خود

ب) اولین ضربه رفتاری

ج) اولین الگوی افسردگی

د) اولین الگوی اضطرابی

پاسخنامه :

- 1- گزینه د
- 2- گزینه الف
- 3- گزینه د
- 4- گزینه د
- 5- گزینه ب
- 6- گزینه ج
- 7- گزینه د
- 8- گزینه ج
- 9- گزینه د
- 10- گزینه ج
- 11- گزینه الف
- 12- گزینه ب
- 13- گزینه ب
- 14- گزینه ج
- 15- گزینه الف
- 16- گزینه د
- 17- گزینه د
- 18- گزینه الف
- 19- گزینه الف
- 20- گزینه د

رویکرد نوروآن کاوی

- آنافروید
- هنیزکوهات
- کارل یونگ
- آلفرد آدلر
- کارن هورنای
- اریک فروم
- موری
- اریکسون (رویکرد عمر)

نظریه آنافروید :

نظریه روابط شی توسط آنافروید (1895-1982) مطرح شده است این نظریه بیشتر بر روابط میان فردی یا چنین اشیایی تمرکز دارد تا بر سائق های غریزی. موضوع مهم در رشد شخصیت، توانایی در حال رشد کودک برای مستقل شدن از شی اصلی اش یعنی مادر است. این نظریه پرداز همچنین پیدایش حس نیرومند خود و پخته شدن با اشیا غیر از مادر در سالهای اولیه را مهم می داند.

در این نظریه بر رابطه کودک- مادر تاکید بسیاری شده و ذکر می شود که تاثیر این رابطه بر شکل گیری شخصیت کودک بسیار مهم می باشد.

هینز کوهات (1913-1981) :

تاکید کوهات بر شکل گیری خود هسته ای است که وی آنرا به صورت پایه ای برای شخص مستقلی شدن که قادر به ابتکار و یکی کردن جاه طلبی ها و آرمانهاست. خود هسته ای از روابطی که بین طفل و اشیا خویشتن اصلی طفل، یعنی مادر است تشکیل می شود. کوهات پیشنهاد کرد که نقش مادر نه تنها ارضا کردن نیازهای جسمانی کودک، بلکه از آن مهمتر نیازهای روانی اوست. مادر برای انجام این کار باید به صورت یک آئینه برای کودک عمل کند.

- ملانی کلاین (1882-1960) :

کلاین، کودک ناخواسته ای بود که احساس می کرد والدینش او را طرد کرده اند. وی در سراسر زندگی خود از حمله های ادواری افسردگی رنج می برد. وی نظامی را تدوین کرد که بر روابط هیجانی عمیق بین کودک و مادر متمرکز بود. برخلاف فروید بر پنج سال اول زندگی تأکید داشت کلاین بر اهمیت پنج تا شش ماه اول زندگی کودک در شکل گیری شخصیت تاکید داشت. او فرض می کرد که بچه ها با زندگی خیالپردازی بسیار فعالی به دنیا می آیند.

نکته : هینز کوهات و ملانی کلاین از نظر پردازان روابط شیء هستند که تاثیر محیط و اجتماع بر رشد شخصیت را نادیده نمی گیرند ولی در عین حال در دیدگاه اساسی خود به عقاید فروید وفادار مانده اند.

- کارل یونگ (1875-1961)

- یکی از اولین نکته هایی که یونگ در مورد آن با فروید موافق نبود به ماهیت لیبیدو مربوط می شد. یونگ لیبید را و عمدتاً انرژی جنسی نمی دانست بلکه وی معتقد بود که لیبیدو را در نظریه شخصیت خود به حداقل رسانده است.

اصول نظریه یونگ

مفاهیم اساسی در نظریه یونگ :

- اضداد: می توان در سراسر نظام یونگ به وجود اضداد یا قطبیت ها در انرژی فیزیکی اشاره کرد، مثل گرما در برابر سرما، ارتقاع در برابر عمق، آفرینش در برابر زوال. که این تعارض ها موجب و برانگیزنده رفتار و تولید کننده انرژی هستند.

- هم ارزی: یونگ اصل فیزیکی صرفه جویی انرژی را در مورد رویدادهای روانی به کار برد . او گفت که انرژی مصرف شده برای بوجود آوردن یک حالت از بین نمی رود، بلکه به بخش دیگر شخصیت منتقل می شود، و بطور مداوم و پیوسته در شخصیت جریان دارد.

- اصل انتروپی: به عمل تساوی اختلافهای انرژی اشاره دارد برای مثال اگر یک شی داغ و یک شی سرد در تماس مستقیم قرار گیرند. گرما از شی داغ به شی سرد منتقل می شود.

- نظامهای شخصیت: از دید یونگ، کل شخصیت یا روان، از نظامها یا ساختارهای جداگانه ای تشکیل شده است که می توانند بر یکدیگر اثر بگذارند.

- نظامهای عمده نظریه یونگ عبارتند از : من، ناھشیار شخصی و ناھشیار جمعی .

- انواع نگرشها:

درنظریه یونگ برون گرایی و درون گرایی: مقدار زیادی از ادراک هوشیار ما واکنش به محیط مان، به وسیله نگرشهای ذهنی متضاد برون گرایی و درون گرایی، تعیین می شود. یونگ معتقد بود که انرژی روانی می تواند به صورت بیرونی به سوی دنیای خارج، یا به صورت درونی به طرف خود، هدایت شود. برون گراها معاشرتی هستند، و از نظر اجتماعی جسورند، به سوی دیگران و دنیای بیرونی گرایش دارند. و درون گراها، آرام و در خود فرو رفته هستند و تمرکز آنها بیشتر بروی خودشان است بر احساسات، عقاید و دیدگاههای خود تمرکز و اعتقاد دارند و اهل نظر هستند تا اهل عمل ، و به تمرکز برخودشان، بر افکار و احساساتشان گرایش دارند.

- بنابر نظر یونگ، هر کسی استعداد هر دو نگرش را دارد، اما فقط یکی از آنها در شخصیت او غالب می شود.

- کارکردهای شناختی یونگ: حس کردن، شهود، تفکر و احساس عاطفی کارکردهای شناختی از نظر یونگ هستند. دو نوع شخصیت درونگرا و برونگرای یانگ با چهار نوع کارکرد روان شناختی در بوجود آوردن هشت تیپ شخصیتی مختلف بسیار موثر است مثلاً، تیپ شخصیتی برونگرای متفکر که فردی اجتماعی و فعال ، با ملاحظات عقلانی است و یا

درونگرای متفکر که می تواند یک ژرف اندیش منزوی باشد که دارای عقاید محکم و وجدان بالای اجتماعی است.

نکته مهم این است که حس کردن که به حواس پنجگانه و شهود مربوط می شود با تجربه کردن مرتبط هستند ولی با فرد و فرآیندهای عقلانی مرتبط نیستند. ولی تفکر و احساس عاطفی کارکردهای مرتبط با عقل هستند که در مورد تجربیات، قضاوت، ارزیابی و ارزش گذاری انجام می دهند.

مفاهیم اساسی در نظریه یونگ:

1- عقده ها: عقده مهمترین قسمت یا الگوی هیجانی، خاطره ها، ادراکها و امیالی است که در اطراف یک موضوع مشترک سازمان یافته است عقده ها می توانند هشیار یا ناهشیار باشند. آنهایی که تحت کنترل هشیاری نیستند می توانند مزاحم هوشیاری شده و در آن دخالت کنند.

2- ناهشیار جمعی: عمیق ترین سطح روان که کمتر از همه قابل دسترسی است و عجیبترین و بحث انگیزترین جنبه نظام یونگ است، ناهشیار جمعی می باشد. از نظر منتقدان، ناهشیار جمعی بسیار باور نکردنی است.

به عقیده یونگ افراد انسانی دارای تجربه جمعی از گذشته بسیار دور هستند که از نسلی به نسل دیگر تکرار شده و در شخصیت فرد وجود دارد. ناهشیاری جمعی بر خلاف ناهشیار شخصی است زیرا در ناهشیار شخصی فرد تجربیات شخصی را در ذهن خود نگه می دارد ولی در ناهشیار جمعی تجربیات نسل ها در ذهن و شخصیت فرد رسوخ می کند و ذخیره می شود. این تجربه ها به طور مستقیم در ذهن فرد وجود ندارد، بلکه بالقوه توان انجام رفتار در فرد به ارث می رسد. مانند وحشت از پدیده های ناشناخته که در همه افراد وجود دارد.

- ناهوشیار شخصی در نظام یونگ، شبیه مفهوم نیمه هوشیار فروید است. مخزن موادی است که زمانی هشیار بوده اند ولی به خاطر اینکه پیش پا افتاده یا ناراحت کننده بوده اند، فراموش یا سرکوب شده اند. بین من و ناهوشیار شخصی، تبادل دو طرفه قابل ملاحظه ای وجود دارد.

3- کهن الگو: تجربه های باستانی در ناهوشیار جمعی به وسیله موضوعات یا الگوهای تکراری آشکار می شوند که یونگ آنها را کهن الگوها نامید که عبارتند از: قهرمان، مادر، کودک، خدا، مرگ، قدرت، و پیرمرد خردمند:

کهن الگوهای اصلی عبارتند از: پرسونا، آنیما، و آنیموس، سایه و خود. قدرتمندترین کهن الگو سایه می باشد، که شامل غرایز ابتدایی است. پرسونا به نقابی اشاره کرده که هنرپیشه به صورت می زند تا نقش ها و چهرهای گوناگونی را به تماشاچیان نشان می دهد.

نکته : جنبه مردانه زن را آنیموس و جنبه زنانه مرد را آنیما می نامند.

سایه در نظریه یونگ شامل رفتارهایی است که جامعه آن را شیطانی، و غیر اخلاقی می داند. سایه مسئول اعمال غیر اخلاقی و پرخاشگراییانه نیز هست.

در پرسونا فرد ظاهری دارد که با واقعیت آنچه که هست متفاوت است در مکان های مختلف، و در ارتباط با افراد مختلف، فرد نقاب به چهره می زند تا خود واقعی اش را پنهان کند.

خود: وحدت یکپارچگی و هماهنگی کل شخصیت را نشان می دهد. از نظر یونگ هدف نهایی زندگی تلاش به سوی کامل شدن است.

- رشد شخصیت

مراحل رشد از نظر یونگ: 1- کودکی 2- بلوغ جنسی تا اوان بزرگسالی 3- میانسالی

یونگ معتقد است که تغییرات عمده در شخصیت، بین سنین 35 و 40 سالگی رخ می دهد این دوره میانسالی برای یونگ و بسیاری از بیمارانش زمان بحران شخصی بود.

- تفرد: به زبان ساده، تفرد یعنی فرد شدن . یعنی برآوردن استعدادهای شخصی و پرورش دادن خود شخص گرایش به سوی تفرد فطری و اجتناب ناپذیر است.

در تفرد که در سنین میانسالی در نظر گرفته شده است پذیرفتن واقعیت خود است که باید دست از استفاده از پرسونا کشید و به سوی هماهنگی ما بین جنبه های مختلف شخصیتی حرکت کرد. زمانی که جنبه های مختلف و تفرد یافته در شخص مورد قبول فرد واقع شدند مرحله بعدی رشد که مرحله تعالی است اتفاق می افتد. تعالی گرایش به سوی وحدت شخصیت و ایجاد تعادل در جنبه های متضاد روانی است.

- بحران میانسالی یونگ: یکی دیگر از نظریه هایی پذیرفته شده یونگ بحران میانسالی است که با تحقیقات انجام شده توسط یونگ این بحران بیشتر در مردان مطرح شد که در سنین حدود چهل سالگی تحولات روحی و بحران هایی فرد را درگیر می کند و در شخصیت فرد تاثیر بسیار دارد.

تصور یونگ از ماهیت انسان کاملاً با فروید فرق دارد یونگ مانند فروید دیدگاهی جبر گرایانه نداشت اما او موافق بود که شخصیت ممکن است تا اندازه ای بوسیله تجربیات کودکی و توسط کهن الگوها تعیین شود.

در مورد موضوع طبیعت- تربیت، یونگ ترکیبی از این دو را قبول داشت حرکت به سوی تفرد و تعالی فطری است اما یادگیری می توانند به آن کمک کنند یا مانع آن شوند هدف نهایی و لازم زندگی تحقق بخشیدن به خود است با اینکه به ندرت به این هدف می رسیم ولی پیوسته برای رسیدن به آن برانگیخته می شویم.

هر فردی یگانه است اما فقط در طول مدت نیمه اول زندگی هنگامی که در میانسالی پیشرفت هایی به سوی تفرد صورت می گیرد آنچه را که یونگ نوع همگانی شخصیت نامید پرورش می دهیم.

ارزیابی شخصیت از نظر یونگ

شیوه های یونگ برای سنجیدن کارکرد روان از علم و موضوعات فوق طبیعی بدست آمده بودند سه شیوه اصلی که یونگ برای ارزیابی شخصیت به کاربرد آزمون تداعی کلمه و تحلیل نشانه و تحلیل رویا بودند. آزمون خودسنجی شخصیت که وسیعاً بکار رفته است یعنی نسخ نمای مایرز بریگز¹ برای ارزیابی تیپ های روان شناختی که یونگ معرفی کرد ساخته شده است.

یونگ همانند فروید از روش مورد پژوهشی استفاده کرد و آن را بازسازی تاریخچه زندگی نامید.

نکته : یک سبیل از دیدگاه یونگ دو وظیفه یا کنش اصلی دارد از یک طرف جهت ارضا تمایلات غریزی که ناکام شده اند کوشش می کند و از طرف دیگر تجلی گاه آرکی تایپ هاست. از دید یونگ رشد پیشرونده آن است که اینگونه آگاهانه خود را با تمایلات ناخودآگاه و شرایط محیط سازگار می کند وی معتقد است که هنگامی که تمام سیستم ها توسط فرایند فردیت از هم متمایز می شوند و تکامل می یابند کنش فراسویی میان آنها وحدت و هماهنگی ایجاد می کند به نظر یونگ انرژی روانی می تواند جا به جا شود یعنی می تواند از یک جریان در یک سیستم به خصوص به جریان دیگر در همان سیستم یا سیستم دیگر انتقال یابد یونگ وراثت را مسئول ایجاد غرایز جسمی که ضامن صیانت ذات و تولید مثل است می داند.

¹ . Mayerz - Brigze

آدلر- روان شناسی فردی

آدلر (1870-1937) :

اولین مفاهیم بنیادی در نظریه آدلر مفهوم احساسهای حقارت می باشد که آدلر از آن بعنوان منبعی برای تلاش انسان نام می برد، و همواره به عنوان یک نیروی برانگیزاننده در رفتار وجود دارند. او سرنوشت «انسان بودن یعنی، خود را حقیر احساس کردن می باشد».

آدلر پیشرفت رشد و ترقی فرد را در نتیجه جبران می داند، یعنی، ناشی از تلاش های ما برای غلبه کردن بر حقارتهای واقعی یا تخیلی مان.

عقده ها از نظر آدلر

- عقده حقارت: کودکی را تصور کنید که رشد و نمو نمی کند هنگامی که کودک نمی تواند احساس حقارت خود را جبران کند چه پیش می آید؟ ناتوانی در غلبه کردن بر احساس حقارت، آن را تشدید می کند و به رشد عقده حقارت می انجامد. از نظر آدلر منابعی که عقده حقارت را در دوران کودکی میتوانند بوجود آوردند شامل حقارت عضوی- بی توجهی و یا توجه بسیار یا باصطلاح لوس کردن است.

- عقده برتری: منبع هر چه باشد ممکن است شخص به جبران افراط پردازد و بنابراین، آنچه را که آدلر عقده برتری نامید پرورش دهد. این عقده شامل نظری اغراق آمیز درباره توانایی ها و موفقیت های فردی است. این افراد پس از مدتی دچار نخوت و غرور می شوند و به دیگران به دیده حقارت می نگرند.

- تلاش برای برتری یا کمال: احساس حقارت، منبع انگیزش و تلاش هستند، آدلر عقیده تلاش برای برتری را به عنوان واقعیت اساسی زندگی به شمار می آورد. برتری هدف نهایی است که در جهت آن تلاش می کنیم.

- غایت نگری خیالی: آدلر اصطلاح غایت نگری را در مورد این عقیده که ما هدفی نهایی داریم، یعنی حالت نهایی هستی و نیاز حرکت به سوی آن به کاربرد. با وجود این، هدف هایی نهایی که برایشان می کوشیم، استعدادها یا توانش ها هستند به نظر آدلر، انسانها به طور ابدی برای اهداف خیالی و آرمانی کمال تلاش می کند چگونه در زندگی روزمره مان برای دستیابی به این هدف می کوشیم؟ آدلر با مفهوم سبک زندگی خود به این سؤال پاسخ داد.

- سبک زندگی: بنابر نظر آدلر هدف نهایی همگی ما برتری یا کمال است، اما از طریق رفتارهای خاص بسیار متفاوتی سعی می کنیم به این هدف برسیم. ما الگوی منحصر به فردی از ویژگی ها، رفتارها و عاداتها را پرورش می دهیم که آدلر آن را منش متمایز یا سبک زندگی نامید،

سبک زندگی چهارچوبی برای هدایت و راهنمایی کل رفتار بعدی می شود و در واقع نشانگر روش زندگی فرد است بعضی از افراد در جبران عقده حقارت خود روشی افراطی را در پیش می گیرند و بعضی نیز درمانده و ناتوان می مانند به طوری که اشاره کردیم ماهیت سبک زندگی به تعاملهای اجتماعی، مخصوصاً ترتیب تولد شخص در خانواده و ماهیت رابطه والد- کودک بستگی دارد. آدلر با توجه به تجربیاتی که داشت مشکلات فرد را شامل سه دسته مشکل اساسی می دانست:

اول مشکلات احساسی و عاطفی و محبت

دوم مشکلات مربوط کار و درآمد

سوم مشکلات ارتباط با دیگران

و با توجه به این سه دسته اساسی مشکلات چهار روش و سبک زندگی را مطرح کرد.

چهارتیب شامل: سلطه گر، گیرنده، اجتناب کننده و سودمند برای اجتماع.

تیپ سلطه گر: در این تیپ رفتاری افراطی دیده میشود فرد میتواند جامعه ستیز باشد و در عین حال میتواند به خودش نیز آسیب برساند. در این تیپ رفتار و آگاهی های اجتماعی و وجدان اخلاقی بسیار کم وجود دارد.

تیپ گیرنده: رفتارهایی که فرد با ابراز آنها سعی می کند تا خشنودی و رضایت دیگران را بدست آورد و وابسته به نظرات و عقاید دیگران است.

تیپ اجتناب کننده: فردی با روحیه شکست پذیر که در برابر مشکلات هیچ تلاشی از خود نشان نمی دهد و سعی در اجتناب و دوری از مشکلات دارد. **تیپ سودمند برای اجتماع:** همکاری با دیگران دارد به اجتماع و جمع علاقمند است و رفتار اجتماعی بالایی دارد و وجدان اخلاقی در فرد رشد کرده است.

- **نیروی خلاق خود:** آدلر معتقد است که ما سرنوشت خود را در کنترل داریم نه اینکه قربانی آن هستیم. اما اکنون می بینیم که سبک زندگی به وسیله روابط اجتماعی سالهای اولیه تعیین می شود و از آن پس در معرض تغییر کمی قرار می گیرد. آدلر معتقد بود که سبک زندگی به وسیله فرد به وجود می آید ما خودمان شخصیت و منش مان را به وجود می آوریم.

آدلر اراده آزاد فرد را مطرح می کند و معتقد بود که اراده آزاد به هر یک از ما امکان می دهد تا سبک زندگی مناسبی را از توانایی ها و

تجربیهایی که موهبت ارثی و محیط اجتماعی مان آنها را به ما داده اند به وجود آوریم.

- علاقه اجتماعی: آدلر معتقد بود که رابطه داشتن با دیگران اولین تکلیفی است که در زندگی با آن مواجه می شویم. سطح سازگاری اجتماعی بعدی ما که بخشی از سبک زندگی ماست بر برخورد ما با تمام مشکلات زندگی تاثیر می گذارد. آدلر معتقد بود که هیچ کس نمی تواند به طور کامل از مردمان دیگر با وظایفی که نسبت به آنها دارد دوری کند. مردم فعالیت های خود را بیشتر با انگیزه علاقه اجتماعی انجام میدهند تا با احساس تسلط و قدرت بر دیگران.

یکی از خدمات های ماندنی آدلر اعتقاد به این است که ترتیب تولد، تاثیر اجتماعی مهمی در کودکی است تاثیری که سبک زندگی خود را از آن به وجود می آوریم. نداشتن محیط های یکسان حتی برای فرزندان مختلف یک خانواده می تواند روش های مختلف زندگی را به ارمغان بیاورد. آدلر فرزند اول را منظم و دارای اقتدار می داند که با وجدان و وظیفه شناسی در جامعه رفتار می کنند. در مورد فرزند دوم، اعتقاد داشت که خوشبین و آرام هستند و جاه طلبی بر آنها حاکم است. و در مورد فرزند آخر نیز معتقد بود که آنها در بزرگسالی در انجام کارهای محوله پیشرفت و موفقیت زیادی دارند.

نکته : آدلر تصویر امیدوار کننده تر و خوشایندتری از ماهیت انسان فراهم می آورد که نقطه قابل دیدگاه اندوهبار فروید است اگر خود را قادر به شکل دهی هوشیارانه رشد و سرنوشتمان بدانیم نه اینکه زیر سلطه نیروهای غریزی و تجربه های کودکی که کنترلی بر آنها نداریم مطمئناً برای حس ارزش شخصی ما ارضا کننده تر خواهد بود ما صاحب اراده آزاد هستیم. در دیدگاه آدلر برخی از جنبه های ماهیت انسان فطری است ولی این تجربه است که تعیین می کند چگونه این گرایش های ارثی تحقق خواهند یافت تاثیرات کودکی اهمیت دارند اما ما قربانیان رویدادهای کودکی نیستیم در عوض ما از آنها برای بوجود آوردن سبک زندگی خود استفاده می کنیم.

نکته : آدلر مانند فروید نظریه خود را به وسیله تحلیل کردن بیمارانش ساخت یعنی بوسیله ارزیابی گفتارها و رفتار آنها در طول مدت جلسات درمانی روش آدلر راحتتر و غیر رسمی تر از رویکرد فروید بود.

نکته : آدلر درباره ارزش رویاها برای درک شخصیت با فروید موافق بود اما آدلر معتقد نبود که رویاها امیال را برآورده می سازند یا تعارضهای پنهان را آشکار می کنند بلکه رویاها احساسات ما درباره

مشکل جاری و آنچه در نظر داریم برای آن انجام دهیم را شامل می شود.

نکته : روش پژوهش اصلی آدلر مورد پژوهی بود.

اصول عمده نظریه آدلر :

1- آدمی موجودی است اجتماعی و مصلحت اجتماع را برتر از مصلحت شخصی قرار می دهند فروید آدمی را موجودی جنسی می پنداشت آدلر او را موجودی اجتماعی اعلام می دارد و مصلحت اجتماعی را انگیزه رفتار او می داند نه مصلحت جنسی را.

2- خود آگاهی مرکز شخصیت است آدمی فردی است خودآگاه و همه اهمیت او به خود آگاهی اوست او از کمبودها و نارسایی های خویشتن آگاهی دارد و از هدفهایی که دنبال می کند نیز مطلع است.

3- آدمی صاحب خود خلاق است خود خلاق فعالیت های ارگانیسم را تعبیر و تفسیر می کند به دنبال کارهای تازه و ابتکار می رود و شیوه زندگی اختصاصی هر کسی را معین می کند و این خلاف من فروید است که اسیر و بنده و اجرا کننده اهداف غرایز فطری پنداشته شده است.

4- هر فرد آدمی هیأتی است واحد. واحدی است کل یا کثرتی است وحدت یافته تشکیل شده از انگیزه ها و ویژگیهای روانی و علاقه مندی ها و ارزشها و با این همه دلداری یک روش یا شیوه خاص زندگی که سبب می شود او از افراد دیگر به کلی ممتاز باشد آدلر درباره این یکتایی یا بی همتایی شخصیت تاکید فراوان دارد و روانشناسی او به همین علت «روانشناسی فردی» نام گرفته است.

نظریه کارن هورنای (1885-1952) :

هورنای در کل درباره اهمیت سالهای اولیه کودکی در شکل دهی شخصیت بزرگسال با فروید موافق بود . هورنای معتقد بود که نیروهای اجتماعی در کودکی، نه نیروهای زیستی ، بر رشد شخصیت تاثیر دارند، نه مراحل رشد همگانی وجود دارد و نه تعارضهای اجتناب ناپذیر کودکی ، بلکه رابطه اجتماعی موجود بین کودک و والدین او عامل اصلی است. هورنای تصور می کرد که نیاز ایمنی در کودک احساس امنیت و فقدان ترس را ایجاد کند و در تعیین بهنجار بودن رشد شخصیت او با اهمیت است . امنیت کودک کاملاً بستگی دارد به اینکه چگونه والدین با او برخورد می کنند.

انواع اضطراب :

اضطراب اساسی : از نظر هورنای اضطراب اساسی را عبارت است از «احساس منزوی شدن، بیچارگی و بی پناهی در دنیایی که بالقوه خطرناک و ترسناک است». عواملی که از طرف جامعه و به خصوص خانواده در کودک ایجاد احساس نا امنی میکند، عبارتند از تسلط زیاد، بی تفاوتی، رفتار بی ثبات، عدم احترام برای احتیاجات کودک، توجه و محبت بیش از حد، عدم گرمی و صمیمیت کافی، تبعیض، محافظت شدید، واگذاری مسئولیت زیاد، و یا عدم آن، پرخاشگری و خشونت برای کسب احساس امنیت، کودک در مقابل این عوامل روشهای مختلف دفاعی را از خود نشان می دهد.

- اضطراب بنیادی: هورنای اضطراب بنیادی را «احساس فراگیر و به تدریج فزاینده تنها و درمانده بودن در دنیای خصمانه تعریف می کند». این اضطراب ، پایه ای است که روان رنجوری های بعدی از آن به وجود می آیند و به طور جدا نشدنی به احساسات خصومت پیوند خورده است. هورنای معتقد است که کودک به چهار طریق می کوشد تا از خود در برابر اضطراب بنیادی محافظت کند به دست آوردن محبت و عشق، سلطه پذیر بودن ، دست یافتن به قدرت، یا کناره گیری کردن از دیگران .

* در روش اول : در بدست آوردن محبت از دیگران یا از طریق تهدید با رشوه دادن، یا انجام خواسته های دیگران تلاش زبوانه ای صورت می گیرد.

* در طریق 2: فردی که سلطه پذیر است، اطاعت کردن از دیگران سرلوحه رفتارشان قرار دارد، منتقد نیست یعنی جرأت آن را ندارند در مقابل سکوت و گذشتی که نشان میدهد خود را فداکار و ایثارگر و با گذشت بدانند.

* در طریق 3: سلطه گر برای درماندگی خود و جبران آن به زورگویی و خشونت متوسل می شود تا خود را محافظت کند.

* در طریق 4: در کناره گیری ، جسم فرد که از جمع جدا نیست بلکه روح و روان اوست که جدایی از جمع را تجربه میکند و سعی می کند که نیازهای عاطفی خود را از دیگران به حداقل برساند.

نیازهای روان رنجور یا نابهنجار از نظر هورنای:

1- محبت و تایید 2- شریک سلطه گر 3- قدرت 4- بهره کشی 5- اعتبار 6- تحسین 7- پیشرفت یا جاه طلبی 8- خودبستگی 9- کمال 10- محدود ساختن زندگی

نکته : از نظریات فروید اصول مهمی که مورد قبول هورنای هستند عبارتند از :

1- جبر روانی 2- انگیزش ناخود آگاه 3- مکانیسم های دفاعی 4- وسایل روان درمانی فرویدی

مهمترین نکات نظریه هورنای:

1- نیازهای روان رنجور ده گانه آدمی را و می دارند به اینکه در ارتباط با افراد دیگر یکی از سه روش به سوی دیگری رفتن علیه دیگری برخاستن از دیگری دوری جستن را برگزینند

2- ارتباط آدمی با افراد اجتماعی که او در آن اجتماع نشو و نما می کند از یک سوی و فرهنگ آن اجتماع از سوی دیگر و همچنین نوع تربیتی که شخصاً پیدا کرده است و به او یک ساخت منشی خاص نسبتاً پایداری می دهند که او را از افراد دیگر ممتاز می سازد.

3- آدمی به خویشتن واقعی و استعدادهایی که دارد کمابیش آگاه است و بسیاری از مشکلات سازندگی را خود با مهارت حل می کند. اما اگر او از شناخت خود واقعی و استعدادهایی که دارد غفلت کند و دنبال خود آرمانی برود چون دسترسی به این موجود خیالی غیر مقدور است ممکن است دچار ناراحتی و اختلال روانی گردد و شکست خود را در نرسیدن به هدف بر گردن دیگران بیندازد یعنی برون پنداری کند.

4- آدمی هم مایل است و هم قادر است به اینکه بسوی کمال برود واقع این است که او تا کنون پیوسته به سوی کمال پیشرفته است و اگر چنین نکرده بود نمی توانست زنده بماند، یعنی خیلی پیش از این وجودش از صحنه روزگار محو شده بود.

گرایشهای روان رنجور در نظریه هورنای:

- 1- حرکت به سوی مردم (شخصیت مطیع) و نیاز به محبت
- 2- حرکت بر علیه مردم (شخصیت پرخاشگر) و میل به استقلال

3- حرکت به دور از مردم (شخصیت جدا) و نیاز به قدرت

- شخصیت، شخصیت مطیع، مطیع، نگرشها، و رفتارهایی را نشان می دهد که بیانگر تمایل به حرکت به سوی مردم است نیاز شدید و مداوم به محبت و تایید، میل به اینکه دوستشان بدارند، آنها را بخواهند و از آنها حفاظت کنند.

شخصیت های مطیع برای رسیدن به هدفهایشان، دیگران، مخصوصاً والدین را دستکاری می کنند. آنها اغلب به گونه ای رفتار می کنند که دیگران آن را جالب یا دلنشین می یابند.

شخصیت های مطیع، آشتی جو هستند و امیال شخصی خود را تابع امیال دیگران می کنند آنها مایل به پذیرفتن تقصیر و تسلیم شدن به دیگران هستند هرگز جسور، انتقادی یا پر توقع نیستند.

شخصیت پرخاشگر :

- شخصیت پرخاشگر، بر علیه مردم حرکت می کنند. در دنیای آنها همه متخاصم هستند فقط شایسته ترین و حيله گرترين افراد زنده می مانند. زندگی جنگلی است که در آن، برتری، قدرت و درنده خویی مزیت های بسیار مهم است شخصیت های پرخاشگر ممکن است از توانایی های خود مطمئن به نظر برسند و در نشان دادن دفاع کردن از خودشان بی پروا باشند وبا این حال آنها نیز همانند شخصیت های مطیع به وسیله نا امنی اضطراب، و خصومت برانگیخته می شوند.

شخصیت جدا :

- شخصیت جدا: افرادی که به عنوان شخصیت های جدا توصیف شده اند برای حرکت به دوری کردن از مردم و حفظ فاصله عاطفی برانگیخته می شوند آنها نباید دوست بدارند، متنفر شوند یا با دیگران همکاری کنند یا به هر شکل درگیر شوند.

شخصیت های جدا میل نسبتاً زیادی به تنهایی دارند، آنها نیاز دارند تا حد امکان بیشتر اوقات را در تنهایی بگذرانند، آنها نیاز دارند که احساس برتری کنند، اما نه به صورت شخصیت های پرخاشگر. شخصیت های جدا، جلوی تمام احساسات خود نسبت به دیگران مخصوصاً عشق و نفرت را می گیرند یا آنها را انکار می کنند.

در نظام هورنان، تعارض به صورت ناسازگاری بنیادی سه گرایش روان رنجور تعریف شده است این تعارض هسته روان رنجوری است.

خودانگاره آرمانی:

در اشخاص بهنجار خود انگاره بر اساس ارزیابی واقع بینانه از تواناییها، استعدادها و ضعف ها، هدفها، و روابط با دیگران قرار دارد. این انگاره برای شخصیت ما حس اتحاد و یکپارچگی و

چارچوبي را که در داخل آن با خودمان و ديگران برخورد مي کنيم تايمين مي کند. اگر قرار باشد که به استعداد کامل خود حالي از خود شکوفايي، تحقق بخشيم خود انگاره بايد خود واقعي ما را به وضوح نشان دهد.

اشخاص روان رنجور بر اساس خيالات و اوهامات غير واقعي و باطل، خود انگاره اي از خود ميسازند که دست نيافتني و کمال مطلق است. به ضعفها و قوت هاي خود آگاهي ندارند و همه چيز را با تحکم و بايد ميخواهند بدست آورند و به همين دليل از خود واقعي خود گريزان هستند و به جاي حل مشکل، مشکلات ديگري را نيز بوجود ميآورند. اين تعارضات فرد را وادار به دفاع ميکند و فرافکني يکي از مکانيزم هاي دفاعي فرد براي نجات از تضادهاست اين فرآيندي است که به گفته هورنای «برونی کردن» ناميده ميشوند.

- عقده اديب: هورنای درباره ماهيت عقده اديب نيز با فرويد مخالفت مي کرد. او وجود تعارضها بين کودکان و والدين را انکار نکرد، ولي اعتقاد نداشت که جنسيت از تعارضات بين والد و کودک بتواند نقشي ايفا کند. هورنای همانند آلفرد آدلر نسبت به ماهيت انسان تصويري خوشبينانه تر دارد يك دليل براي خوشبيني او اين بود که ما توسط نيروهاي زيستي محکوم به تعارض اضطرابانه روان رنجوري و عموميت در شخصيت نيستيم از نظر هورنای هر شخصي بي نظير است روابط والد-کودک نياز کودک به ايمني را برآورده مي سازد و يا آن را ناکام مي کند اگر اين نياز ناکام شده باشد پيامد آن رفتار روان رنجور است اگر کودکان با محبت پذيرش و اعتماد پرورش يافته باشند از روان رنجوريها و تعارضها مي توانند اجتناب کنند.

هر يك از ما توان فطري براي خود شکوفايي را داريم و اين هدف نهايي و ضروري در زندگي است توانايي ها و استعدادهاي دروني ما به صورت اجتناب ناپذير و طبيعي شکوفا مي شوند تنها چيزي که مي تواند رشد ما را مسدود کند جلوگيري از نياز ما به امنيت در کودگي است.

هورنای معتقد بود که ما استعداد آن را داريم که هشیارانه شخصيت خود را شکل داده و تغيير دهيم ماهيت انسان انعطاف پذير است.

نکته : روشهايي که هورنای براي ارزيابي کارکرد شخصيت انسان بکار برد اساساً همان روشهايي بودند که فرويد آن را تاييد مي کرد يعني با تداعي آزاد و تحليل روي اما با اندکي تغيير.

نکته : مهمترين تفاوتي که بين روش هورنای و فرويد وجود داشت رابطه بين تحليلگر و بيمار بود هورنای معتقد بود که فرويد نقش بسيار نافعلي را ايفا مي کرد و بسيار دور و روشنفکرانه عمل مي

کرد. او پیشنهاد نمود که تحلیل باید يك اقدام مشترك زیبا بین بیمار و درمانگر باشد. هورنای از روش «مورد پژوهشی» در نظریه اش استفاده کرده است.

نظریه اریک فروم (1900-1980) :

عنوان اولین کتاب فروم، گریز از آزادی (1941)، دیدگاه او به شرایط انسان را نشان می‌دهد: در تاریخ تمدن غرب، مردم با به دست آوردن آزادی بیشتر، احساس تنهایی، بی‌معنایی و بیگانگی بیشتری کرده‌اند برعکس، هر چه مردم آزادی کمتری داشته‌اند، احساس تعلق و امنیت آنها بیشتر بوده است. همچنین اساس نظریه مردم راجع به انسان عصر ما این است که بشر احساس تنهایی و انزوای شدید می‌کند، زیرا از طبیعت و سایر انسانها بریده شده است.

رشد شخصیت در کودکی: فروم معتقد بود که رشد فرد در کودکی به موازات رشد گونه‌های انسان انجام می‌گیرد. به عبارت دیگر، کودک هنگامی که رشد می‌کند، آزادی و استقلال روز افزون را از والدینشان کسب می‌کند. اریک فروم سه مکانیزم روانی را برای امنیت از دست رفته فرد مطرح نمود. در این سه مکانیزم جنبه‌های منفی و ناخوشایند آزادی در نظر گرفته شده است و فرد بر اساس رهایی از این جنبه‌ها یکی از این سه مکانیزم را استفاده می‌کند. این مکانیزم‌ها عبارتند از :

- 1- قدرت طلبی 2- ویرانگری 3- همنوایی بی‌اراده.
- 1- در قدرت طلبی همانطور که از نام آن برمی‌آید آزارگری و قدرت دوستی وجود دارد و فرد سعی در کنترل و مهار دیگران دارد و بدین ترتیب دیگران را استثمار می‌کند.
- 2- در این مکانیزم شخص آزار طلب است، حقیر و پوچ و زبون قلمداد می‌شود و فرد وابستگی شدید به دیگران دارد که حالت بیمارگونه دارد و بسیار درمانده و مستأصل رفتار می‌کند و فرد به این طریق امنیت را برای خود بدست می‌آورد.
- 3- در مکانیزم سوم فرد با جامعه و قوانین آن همراهی می‌کند تا منزوی و بدور از جامعه نباشد. و با هم‌نوا شدن، خود را فدا می‌کند و در عین حال تمام ارزش‌های جامعه را رعایت می‌کند و اگر بر خلاف هنجارها رفتار کند طرد می‌شود و بدین ترتیب امنیت از دست می‌رود.

سه مکانیزم وابستگی میان فردی:

- فروم سه مکانیزم وابستگی میان فردی را معرفی کرد: وابستگی همزیستی، کناره‌گیری- ویرانگری و عشق
- 1- ویژگی تعامل کناره‌گیری- ویرانگری، فاصله و جدایی از دیگران است فروم معتقد است، کناره‌گیری و ویرانگری، شکل‌های نافع و

فعال يك نوع رابطه والدوكودك است اينكه رفتار كودك كدام شكل را بگيرد، به رفتار والدين بستگي دارد.

2- عشق، مطلوب ترين شكل تعامل والد- كودك است. در اين مورد، والدين با احترام گذاشتن و ايجاد توازن بين امنيت و مسئوليت بيشترين فرصت را براي رشد مثبت شخصيت كودك فراهم مي آورد.

3- وابستگي همزيستي: كودكان در رابطه با والدين به استقلال نمي رسند و مداوم محتاج آنها هستند و والدين با جواب مثبت به درخواست هاي كودك او را قدرتمند جلوه مي دهند.

نكته : فروم با فرويد موافق بود كه پنج سال اول زندگي با اهميت است اما فروم باور نداشت كه شخصيت در 5 سالگي تثبيت مي شود.

شش نياز روان شناختي در نظريه فروم:

1- نياز به وابستگي: نياز به برقراري روابط با ديگران، دلوآپسي بودن در مورد سلامتي آنها

2- نياز به تعالي: نياز به درگير بودن در فعاليتهاي خلاق كه تخيل و عقل را به كار مي گيرد.

3- نياز به ريشه دار بودن: نياز به خويشاوندی و نزديكي با خانواده گروه يا جامعه .

4- نياز به هويت: نياز به پرورش دادن ويژگي ها و توانايي هاي منحصر به فرد.

5- نياز به چارچوب درك وضعيت: نياز به ايجاد ديدگايي با ثبات كه تجربياتمان را درون آن سازمان دهيم و هدف با معنايي بجويم كه خود را به آن متعهد سازيم.

6- برانگيختگي و تحريك: نياز به تحريك كردن محيط به طوري كه بتوانيم اوج هوشياري و انرژي خود را براي كنار آمدن با درخواستهاي زندگي روزمره حفظ كنيم.

- فروم چهار تيب را معرفي مي كند: تيب هاي مرده گرا (غير خلاق) كه به مرگ، قدرت، و تكنولوژي عشق مي ورزد، تيب هاي زنده گرا (خلاق)، عاشق زندگي، رشد و ترقي هستند ، تيب هاي مال يرست (غير خلاق) خود را در قالب دارايي هایشان توصيف مي كند، تيب هاي هستي گرا (خلاق) بر همكاري مشاركت و زيستن به صورت خلاق با ديگران تمرکز دارند.

تصوف فروم از ماهيت انسان، خوشبينانه است و مي انديشد كه ما توانايي آن را داريم كه شخصيت و جامعه خود را شكل دهيم، هدف نهايي و فطري زندگي، تحقق بخشيدن به توانايي ها و استعدادهاي ماست. فروم بر خلاف فرويد مردم را به صورتي كه توسط نيروهاي زيستي

تغییری ناپذیر به تعارض و اضطراب محکوم شده باشند نمی دید بنا به نظر فروم ما به وسیله ویژگی های اجتماعی سیاسی و اقتصادی جامعه مان شکل می گیریم با این حال این نیروها به طور کامل منش ما را تعیین نمی کنند.

فروم معتقد است که ما گرایشی فطری به رشد و نمو و تحقق بخشیدن به توانمان داریم این تکلیف اصلی ما در زندگی است. هدف نهایی و ضروری ما.

فروم معتقد بود که هر فردی بی همتا است داشتن هویت به عنوان فردی بی همتا و یگانه نیاز بنیادی انسان است. فروم یک جامعه آرمانی را معرفی کرد و آن را سوسیالیسم اشتراکی انسان گرا نامید و آنرا به صورت جامعه ای که در آن عشق برادری و اتحاد ویژگی تمام روابط انسان است توصیف کرد.

نکته : فروم از نوعی تداعی آزاد استفاده می کرد و تحلیل رویا را وسیله درمانی مهمی می دانست. فروم در کتاب هنر دوست داشتن محبت یا عشق را پنج نوع می داند:

1- محبت برادرانه که از هر عشقی اساسی تر نیرومند تر و عمیق تر است.

2- محبت مادرانه

3- محبت جنسی

4- خود دوستی که با خود پرستی فرق دارد و لازمه این است که تا کسی خودش را دوست نداشته باشد نمی تواند دیگران را دوست بدارد.

5- عشق به حق

نظریه هنری موری (1893-1988) :

در سال 1919 موری از دانشکده پزشکی کلمبیا با مقام شاگرد اولی، فارغ التحصیل شد. او همچنین از دانشگاه کلمبیا در زیست شناسی مدرک فوق لیسانس دریافت کرد، در دهه 1930 موری و مورگان آزمون اندر دریافت موضوع TAT را ساختند که هنوز یکی از گسترده ترین مقیاسهای فرافکن است.

اصول شخصیت شناسی موری:

- 1- شخصیت در مغز ریشه دارد. فیزیولوژی مغزی فرد همه جنبه های شخصیت را هدایت می کند و بر آن غالب است.
- 2- دومین اصل در نظام موری، شامل نظر کاهش و تنش است.
- 3- سومین اصل شخصیت شناسی موری این است که شخصیت فرد در طول زمان به رشد خود ادامه می دهد.
- 4- چهارمین اصل موری شامل این نظر است که شخصیت تغییر و پیشرفت می کند، شخصیت ثابت یا ایستاده نیست.
- 5- اصل پنجم این است که در حالی که موری بین همه افراد شباهت هایی را تشخیص می داد بر یگانگی هر شخص تاکید داشت.

بخش های شخصیت در نظریه موری:

نهاد- همانند فروید موری معتقد بود که نهاد مخزن همه گرایشهای تکانش فطری است. به بیان دقیق تر نهاد برای رفتار انرژی و جهت تامین می کند و به انگیزش مربوط است.

فرامن: موری فرامن را درونی کردن ارزشها و هنجارهای فرهنگ تعریف می کند که بوسیله آنها به ارزیابی و قضاوت رفتار خود و دیگران می پردازیم (خودآزمایی بیانگر آن چیزی است که در بهترین وضع می توانیم باشیم و مجموعه بلند پروازیها و آرزوهای ماست).

انواع نیازها از نظر موری :

نیازهای واکنشی، مستلزم پاسخ به چیزی خاص در محیط است و فقط زمانی برانگیخته می شود که آن چیز ظاهر می شود برای مثال، نیاز آسیب گریزی فقط زمانی نمایان می شود که تهدید وجود داشته باشد.

نیازهای خودجوش: به حضور یک شیء خاص در محیط بستگی ندارد. آنها نیازهای خودانگیخته ای هستند که هر وقت برانگیخته شوند، رفتار مناسبی را مستقل از محیط فرا می خوانند. (برای مثال افراد گرسنه برای ارضا کردن نیازشان به دنبال غذا می گردند).

مراحل رشد شخصیت در کودکی از دیدگاه موری

1- مرحله انزوا: جنین در داخل رحم، امن، آرام، و وابسته است، شرایطی که گاهی اوقات شاید همه ما آرزوی برگشتن به آن را داشته باشیم. عقده انزوای ساده به صورت میل به بودن در مکانهای کوچک گرم و تاریک که امن و پرت باشد تجربه می شود.

2- مرحله دهانی: عقده مهر طلبی دهانی، ترکیبی از فعالیت های دهانی، تمایلات پذیرا و نیاز به حمایت و محافظت شدن را نشان می دهد. نمونه های رفتاری شامل مکیدن، بوسیدن، خوردن، نوشیدن، و تشنه محبت بودن همدردی حفاظت و عشق است.

3- مرحله مقعدی: در مورد عمل دفع، شوخی مقعدی و مواد مدفوع مانند نظیر گل، کثافت، گچ، و خاک رس، مشغله ذهنی وجود دارد. پرخاشگری غالباً بخشی از این عقده است.

4- مرحله میرزایی: «عقده میرزایی» که منحصر به نظام موری است به جاه طلبی مفرط حس تحریف شده عزت نفس، خودنمایی، شب ادراری، هوسهای جنسی و خود شیفتگی مربوط می شود.

5- مرحله تناسلی یا اختگی: موری با نظر فروید درباره اینکه ترس از اختگی، شالوده اضطراب در مردان بزرگسال است مخالف بود او عقده اختگی را به شیوه محدودتر به صورت اضطرابی که به وسیله خیال پردازی درباره احتمال بریده شدن آلت فراخوانده می شود تعبیر کرد. به نظر موری هدف ما حالت بدون تنش نیست بلکه ارضایی است که از کاهش دادن تنش بدست می آید. درباره موضوع اراده آزاد در برابر جبر گرایی موری معتقد بود که شخصیت بوسیله نیازهای ما و محیط تعیین می شود او به مقداری اراده آزاد در قابلیت ما برای تغییر و رشد کردن اعتقاد داشت هر فردی بی همتاست اما شباهتهایی نیز در شخصیت همه ما وجود دارد. موری معتقد بود که ارث و ویژگیهای آن و همچنین محیط در شکل گیری شخصیت ما نقش مهمی دارند.

موری برای ارزیابی شخصیت آزمون هایی را تهیه کرد آزمون (TAT) تداعی کننده روش سنجش وی است. مطالعه موری فردنگر بود نه قانون نگر زیرا تک تک افراد را که به تعداد کم در نظر گرفته شده بودند بطور عمیق مورد بررسی قرار داد.

موری معتقد بود که مابوسیله ویژگیهای ارثی و توسط محیطمان شکل می گیریم که هر یک از آنها تاثیر تقریباً یکسانی دارند و ما نمیتوانیم شخصیت انسان را درک کنیم مگر اینکه تاثیر نیروهای فیزیولوژیکی و محرکهای موجود در محیطهای فیزیکی و اجتماعی و فرهنگی را بپذیریم.

شخصیت بوسیله رویدادهای زمان حال و آرزوهایمان برای آینده تعیین می شود ما توانایی رشد و ترقی را داریم و این رشد جز طبیعت انسان است ما می توانیم از طریق توانائیهای عقلانی و خلاق مان تغییر کنیم و قادریم جامعه خود را نیز دوباره شکل دهیم.

شیوه های موری برای ارزیابی شخصیت با شیوه های فروید و نظریه پردازان نو روانکاو و دیگر فرق داشتند چون موری با اشخاصی که از نظر هیجانی آشفته بودند کار نمیکرد و از شیوه های استاندارد روان کاوی مانند تداعی آزاد و تحلیل رویا استفاده نکرد.

رویکرد موری به پژوهش شخصیت فردنگر بود.

نکات مهم نظریه موری:

1-علاقه و توجه مخصوص او به انگیزه های رفتار آدمی و طبقه بندی آنها. او معتقد است که اولاً شماره انگیزه ها خیلی بیش از چهار یا پنج است ثانیاً پاره ای انگیزه ها چنان کلیت و عمومیت دارند که میتوان آنها را نمودار رفتار همه یا اکثریت افرادی داشت که در اجتماع معینی زندگی می کنند.

2- توجه موری به سر چشمه ناخودآگاه انگیزه ها

3- توجه و تاکید او درباره ارتباط فعالیتهای روانی با کنشهای زیستی و بخصوص درباره بستگی شخصیت با مقرر: «مقرر نباشد شخصیت نیست».

4- توجه مخصوص او به گذشته و حال.

5- پافشاری او درباره یکتایی شخصیت.

6- توجه او به تاثیر عوامل بیرونی و محیط اجتماعی.

نظریه اریکسون (1920-1994)

اریکسون که در مکتب فرویدی به وسیله دختر فروید آنا آموزش دید، رویکردی را در شخصیت به وجود آورد که حوزه کار فروید را گسترش داد و در عین حال مقدار زیادی از قسمت اصلی آن را حفظ کرد.

اریکسون نظریه فروید را در سه جهت گسترش داد:

1- او مراحل رشد فروید را بسط داد. در حالی که فروید بر کودکی تاکید داشت و می گفت که شخصیت حدوداً در 5 سالگی شکل می گیرد، اریکسون اعلام داشت که شخصیت در یک مجموعه هشت مرحله ای در طول عمر به رشد خود ادامه می دهد.

2- دومین تغییری که اریکسون در نظریه فروید ایجاد کرد تاکید بیشتر بر «من» بود تا «نهاد». از دید اریکسون «من» بخش مستقل شخصیت است، و وابسته به نهاد یا مطیع آن نیست.

3- اریکسون به عوامل زیستی و ارثی اعتقاد داشت ولی تاثیر فرهنگ و جامعه و تاریخ را بر شکل گیری شخصیت همراه با عوامل زیستی و محیطی موثر می دانست.

مراحل رشد روانی اجتماعی اریکسون:

اریکسون رشد شخصیت را در هشت مرحله تقسیم بندی کرد که تمام طول عمر فرد را در بر می گیرد. در این تقسیم بندی تاکید اریکسون بر عوامل اجتماعی و ارتباطات و همبستگی های روانی بین افراد است، در این مراحل زمینه برای پرورش و رشد نیرومندیهای بنیادی وجود دارد. و فرد باید هر مرحله را با توجه به 2 تعارضاتی که وجود دارد بگذراند تا بتواند وارد مرحله بعدی شود.

مراحل رشد اریکسون

مرحله	سن تقریبی	شیوه های کنار آمدن سازگارانه	نیروی بنیادی
1- دهانی - حسی	از تولد تا 1 سالگی	اعتماد در برابر بی اعتمادی	امید
2- عضلانی، مقعدی	از 1 تا 3 سالگی	خودمختاری در برابر تردید، شرم	اراده
3- جابه جایی حرکتی- تناسلی	از 3 تا 5 سالگی	ابتکار در برابر گناه	هدف
4- نهفتگی	6 تا 11 سالگی	سخت کوشی در برابر حقارت	شایستگی
5- نوجوانی	12 تا 18 سالگی	وحدت هویت در برابر سر درگمی نقش	وفاداری
6- اوان بزرگسالی	18 تا 35 سالگی	صمیمیت در برابر انزوا	عشق
7- بزرگسالی	35 تا 55 سالگی	خلاقیت در برابر رکود	نگرانی
8- بالیدگی و پیری	55 سالگی به بالا	انسجام من در برابر ناامیدی	خردمندی

- ضعفهای بنیادی: همان گونه که نیرومندیهای بنیادی در هر مرحله از رشد روانی اجتماعی ایجاد می شوند، ضعفهای بنیادی نیز می توانند بوجود آیند. اشاره کردیم که شیوه های سازگارانه و ناسازگارانه کنار آمدن با بحران در هر مرحله رشد روانی اجتماعی به صورت نوعی توازن سازنده در هویت من گنجانده می شوند.

در یک رشد نا متعادل «من» تنها شامل یک نگرش است یا نوع سازگارانه و یا ناسازگارانه آن. اریکسون این حالت را «رشد نادرست» خواند هنگامیکه تنها گرایش مثبت یا منفی در «من» وجود دارد، این حالت را «ناسازگاری» گویند و زمانی که فقط گرایش منفی وجود دارد به این حالت «بدخیمی» می گویند ناسازگاریها می توانند به روان رنجوریها منجر شوند و بدخیمی ها میتوانند به روان رنجوریها و روان پرشی ها منجر شوند .

اریکسون معتقد است که بحران هویت در اوان نوجوانی آغاز می شود و تقریباً در 11 سالگی به گونه ای حل می گردد. اریکسون معتقد بود که مردم در مرحله رشد روانی اجتماعی بالیدگی و پیری وقت خود را تا اندازه ای صرف یادآوری و بررسی کل زندگی خود می کنند.

- بطور مستقیم اریکسون معتقد به هویت قومی نبود به این معنی که جنبه ای از هویت من که توسط اریکسون در نظر گرفته نشد تاثیر هویت قومی است.

اریکسون معتقد بود به رغم اینکه همه افراد به کسب امید هدف خردمندی و نیرومندیهای بنیادی دیگر موفق نمی شوند ما همگی توان رسیدن به این هدفها را داریم هیچ چیزی در طبیعت ما نمی تواند مانع از انجام این کار نشود. نه اینکه باید به خاطر نیروهای زیستی غریزی به طور اجتناب ناپذیر دچار تعارض اضطراب و روان رنجوری شویم.

وی معتقد بود ما صرفاً محصول تجربیات کودکی نیستیم در مجموع اریکسون معتقد بود که شخصیت بیشتر تحت تاثیر یادگیری و تجربه قرار دارد تا وراثت. تجربه های روانی اجتماعی، و نه نیروهای زیستی غریزی عوامل تعیین کننده مهمتر رشد شخصیت هستند هدف نهایی و درجه اول ما پرورش دادن هویت من مثبتی است که تمام نیرومندیهای بنیادی را در بر می گیرد.

اریکسون در برخورد با بیمارانش کمتر از فروید بر شیوه های سنجش رسمی متکی بود گاهی از تداعی آزاد استفاده می کرد اما به ندرت می کوشید رویاها را تحلیل کند شیوه ای که آنرا بیهوده و آسیب زا می دانست.

اریکسون برای ساختن نظریه شخصیت خود بر داده ای متکی بود که عمدتاً از سه روش به دست می آمدند ، «بازی درمانی»، «بررسیهای انسان شناختی»، و «تحلیل روانی تاریخی».

اریکسون درباره مراحل رشد نوجوان پنج تیپ یا مرتبه روانی اجتماعی را برای این دوره مشخص کرد، دستیابی هویت، وقفه، ضبط، یخش هویت، و دستیابی تصرف شده. اریکسون پیشنهاد کرد که بحران هویت در اوان نوجوانی آغاز می شود و تقریباً در 18 سالگی به گونه ای حل می شود. نظریه اریکسون پیش بینی می کند خلاقیت نیازهای احساس نزدیکی کردن به دیگران و محکم بودن در رابطه با آنها را بر می انگیزد.

نکته : نظریه اریکسون به «رویکرد عمر» نیز معروف است.

تست ها :

- 1- اریک فرام نظریه خود را به کدام مورد، بنا نهاده است؟
 الف) جستجوی امنیت از طریق چیره شدن بر اضطراب ناشی از احساس گناه
 ب) احساس جداشدگی و بی پناهی دریک دنیای بالقوه خصومت آمیز
 ج) تمایلی که انسان برای پذیرش یا رد تجارب خود به عنوان جزئی از خویشتن دارد
 د) تعارمن بین نیاز فرد برای آزادی و اضطرابی که آزادی پیش می آورد
- 2- تفاوت نظریه یونگ بر نظریه فروید یکی این است که فروید بر :
 الف) خلاف یونگ شخصیت را به سه بخش تقسیم می کند
 ب) ارضای نهاد و یونگ به ارضای اجتماعی تاکید دارد
 ج) غرایز جنسی تاکیدش بیشتر است
 د) خلاف یونگ بر ناهشیار تاکید می کند
- 3- در نظریه یونگ، جنبه وحشیانه و خشن غرایز چه نام دارد؟
 الف) آنیما و آیخموس
 ب) پرسونا
 ج) خود
 د) سایه
- 4- کدام روان شناس اصل برتری جویی را اصیل ترین انگیزه زندگی می داند؟
 الف) آدلر
 ب) راجرز
 ج) ماری
 د) هورنای
- 5- در دیدگاه هورنای، اضطراب های دوران کودکی بیشتر ناشی از چیست؟
 الف) تضاد خود واقعی و آرمانی
 ب) عدم توفیق در همانند سازی ها
 ج) عدم احساس امنیت
 د) داشتن احساس حقارت
- 6- شباهت نظریه های فرام و یونگ بیشتر در توجه آنها به :
 الف) اوضاع و احوال اجتماعی
 ب) گرایش ها و ادراکات
 ج) تضادهای موجود در عالم بشر
 د) تاریخ زندگی

- 7- مطابق دیدگاه یونگ لیبیدو می تواند در گذشته فرد به کاوش
بپردازد و فرد را در دستیابی به «خود» کمک کند. این فرایند
را اصطلاحاً اصل می نامند.
- الف) تفرد ب) تعالی ج) بازگشت د) آنتروپی
- 8- مطابق دیدگاه یونگ، در شخص سالم بین کدام دو قسمت شخصیت،
ناهماهنگی زیادی نیست؟
- الف) خود - سایه
ب) شخصیت محرمانه - سایه
ج) شخصیت محرمانه - من
د) ناخودآگاه حجمی - شخصی
- 9- آدلر، ویژگی بارز فرزند دوم خانواده را چه می داند؟
- الف) جاه طلبی
ب) مهربانی
ج) باهوشی
د) پرخاشگری
- 10- کدام گروه از نظریه پردازان، نیاز به امنیت را در
کودکان بسیار با اهمیت تلقی کرده اند؟
- الف) فرام و یونگ
ب) کلی و راجرز
ج) هورنای و مزلو
د) سآلپورت و بندورا
- 11- به نظر یونگ ، جناح تاریک و جنبه های حیوانی در کدام
یک از مفاهیم کهن قرار دارد؟
- الف) آینموس ب) پرسنا ج) خویشتن د) سایه
- 12- به اعتقاد کدام نظریه پرواز، شخصیت افراد نتیجه تعامل
بین فرد و جامعه است؟
- الف) آدلر
ب) اریک فرام
ج) اسالیوان
د) هورنای
- 13- به اعتقاد آدلر، اولین خاطره فرو در زندگی به شناسایی
..... کمک می کند.
- الف) احساس حقارت
ب) عقده حقارت
ج) علاقه اجتماعی
د) سبک زندگی
- 14- مطابق نظریه یونگ، کدام اصل مربوط به ایجاد تعادل در
سطوح مختلف انرژی می شود؟
- الف) آنتروپی
ب) تعادل
ج) تعالی
د) بازگشت
- 15- از دیدگاه «هنری موری» کدام نیاز را می توان «آشکار»
تلقی کرد؟

- الف) پشتیبانی
ب) پرخاشگری
ج) درک حقایق
د) لذت جنسی
- 16- به اعتقاد هورنای، احساس تنهایی و درماندگی در دنیای متخاصم که روز افزون و فراگیر باشد، کدام اختلال را ایجاد می کند؟
- الف) نیازهای نورووتیک
ب) اضطراب اخلاقی
ج) اضطراب نورووتیک
د) اضطراب بنیادی
- 17- کدام یک از موارد زیر، از جمله باورهای هورنای می باشد؟
- الف) نیاز به ایمنی نقش اساسی در شخصیت انسان دارد
ب) انسان به طور کامل زیر نفوذ عوامل زیستی قرار دارد
ج) تفاوت‌های فرهنگی تاثیری در الگوهای روان رنجوری ندارد
د) نیازهای روان رنجوری راه حل منطقی مشکلات شخصی است
- 18- کدام یک از گزینه های زیر با تعریف آدلر از برتری جویی مطابقت دارد؟
- الف) وحدت بخشیدن به شخصیت اجتماعی
ب) کسب امتیازات
ج) توانایی ارضا و تمامی نیازها
د) تسلط بر دیگران یا ریاست طلبی
- 19- از دیدگاه اریکسون، کدام یک از مراحل رشد روانی - اجتماعی زیر فرصتی است برای بازدهی تجربیات گذشته که فرد براساس آنها اقدام به سازندگی می کند؟
- الف) آشنایی در مقابل جدایی
ب) زایشگری در مقابل رکود
ج) سعی و تلاش در مقابل حقارت
د) تمامیت فن در مقابل نومیدی
- 20- کدام یک از موارد زیر به عنوان یک تفاوت مهم بین نظریه فروید و نظریه اریکسون تلقی می شود؟
- الف) تاکید بیشتر فروید بر اهمیت نقش من
ب) تاکید بیشتر فروید بر دیدگاه تحولی در شخصیت
ج) تاکید بیشتر اریکسون بر اهمیت ناهشیاری در شخصیت
د) تاکید بیشتر اریکسون بر اهمیت نقش من
- 21- طبق نظریه اریک فروم «گریز از آزادی» به چه دلیل صورت می گیرد؟

الف) برای جبران احساس حقارتی که به فرد دست داده است
 ب) برای از بین بردن هرج و مرجی که بر جامعه حاکم شده است
 ج) برای به دست آوردن امنیتی که بر اثر استقلال فرد از دست رفته است
 د) برای رسیدن به آزادی بهتری که با آزادی فعلی قابل حصول نیست

22- محور اساسی اختلاف «فروید» و «کارن هورنای» در چیست؟
 الف) غریزه مرگ (ب) ناهشیار جمعی
 ج) ابعاد فرهنگی - اجتماعی (د) مکانیسم های دفاعی
 23- در نظریه یونگ مفهوم دوگانگی جنس یا دوجنسی بودن چیست؟
 الف) نشانه کمال شخصیت است (ب) نشانه سلامت شخصیت است
 ج) یک خصوصیت بهنجار زیست شناختی است (د) یک کهن الگوست که باید با آن مقابله شود

24- هورنای بر این باور بود که مردان دارای هستند، زیرا نمی توانند مادر شوند.
 الف) غبطه آلت (ب) عقده ادیپ
 ج) رشک رحم (د) اضطراب اختگی
 25- به اعتقاد یونگ کارکرد کدام اصل، باعث تفکر خلاق در فرد می شود؟

الف) تعالی (ب) تفرد (ج) همزمانی (د) بازگشت
 26- یونگ پایین ترین بعد حیوانی طبیعت انسان را چه می داند؟
 الف) تفرد (ب) اینما (ج) پرسونا (د) سایه
 27- آدلر و فروید بر سر کدام مورد اشتراک نظر دارند؟
 الف) علاقه اجتماعی (ب) احساس حقارت
 ج) ناخودآگاه جمعی (د) حقارت اورگانیک
 28- اصطلاح شخص شناسی را نخستین بار چه کسی به عنوان نظریه مطرح کرد؟

الف) هنری موری (ب) یونگ
 ج) آدلر (د) آنافروید
 29- کدام مورد زیر به هنری موری مربوط می شود؟
 الف) من برتر (ب) نهاد شیطانی
 ج) نهاد آرمانی (د) من برتر آرمانی

30- از دید هنری موری کدام نیاز مقدم تر از نیازهای دیگر است؟
 الف) نیاز به پشتیبانی
 ب) نیاز به بزرگداشت

ج) نیاز به رفع تشنگی
 د) نیاز به لذت جنسی

31- فرق کلی نظریه یونگ در زمینه شخصیت با نظریه های دیگر در چیست؟

الف) نظریه یونگ جنبه علمی دارد
 ب) جنبه آماری و آزمایشگاهی آن زیاد است
 ج) ساده است و قابل اثبات در آزمایشگاه
 د) اندکی پیچیده است و کمی هم جنبه فلسفی دارد

32- یونگ از مفاهیم کهن یا تجارب و معلوماتی که از نیاکان به ما ارث رسیده با چه اصطلاحاتی یاد می کند؟

الف) من برتر
 ب) من ایده آل
 ج) آرکی تایپ
 د) تایپولوژی

33- سایه از دید یونگ با چه مفهومی از دید فروید معادل است؟

الف) نهاد ب) من
 ج) من برتر د) لیبیدو

34- کدام گزینه با ویژگی افراد برون گرا جور است؟

الف) بی خبری از خویشتن
 ب) توجه به انگیزه های روانی خود

ج) توجه به مسایل فلسفی
 د) توجه به ناراحتی های بدنی

35- از نظر آدلر فرق نابهنجاری و هنجاری در چه چیزی است؟

الف) کمیت ب) کیفیت ج) کمی و کیفی د) چگونگی احساس حقارت

36- از نظر آدلر، شیوه زندگی چه افرادی در بزرگسالی زیر سلطه نیاز به انتقال جویی در می آید؟

الف) ناز پرورده

ب) لوس ونز

ج) کودکانی که مورد بی مهری و بدرفتاری قرار گرفته اند

د) کودکان آزاد

37- کارن هورنای با کدامیک از دیدگاه های فروید موافق نیست؟

الف) جبر روانی
 ب) انگیزش ناخود آگاه

ج) مکانیزم های دفاعی
و تکوینی رفتار
38- از نظر اریک فرام کدام عشق از همه نیرومندتر و عمیق تر است؟

الف) محبت برادرانه
ج) محبت خسبی
ب) محبت مادرانه
د) محبت به خود
39- کدام مورد از نظریه فروید را کارن هورنای قبول دارد؟
الف) حسادت نسبت به جنس نر
ج) جبر روانی
ب) عقده ادیپ
د) لیبیدو به عنوان انگیزه خبسی

40- کدامیک از خودهای زیر را آدلر عنوان کرده است؟
الف) خودآرمانی
ج) خود خلاق
ب) خودبرتر
د) خود ویرانگر

باسخنامه تست ها

- 1- گزینه د
- 2- گزینه الف
- 3- گزینه د
- 4- گزینه الف
- 5- گزینه ج
- 6- گزینه الف
- 7- گزینه ج
- 8- گزینه ج
- 9- گزینه الف
- 10- گزینه ج
- 11- گزینه د
- 12- گزینه ب
- 13- گزینه د
- 14- گزینه الف
- 15- گزینه ج
- 16- گزینه د
- 17- گزینه الف
- 18- گزینه الف
- 19- گزینه ب
- 20- گزینه د
- 21- گزینه ج
- 22- گزینه ج
- 23- گزینه ج
- 24- گزینه ج
- 25- گزینه د
- 26- گزینه د
- 27- گزینه د
- 28- گزینه الف
- 29- گزینه د
- 30- گزینه ج
- 31- گزینه د
- 32- گزینه ج

33- گزینه الف

34- گزینه الف

35- گزینه الف

36- گزینه ج

37- گزینه د

38- گزینه ج

رویکرد صنعت

- نظریه آلپورت
- نظریه ریکموندلتل

گوردون آلپورت (1897-1967) :

آلپورت به دو هدف در مطالعه شخصیت خدمت کرد او کمک کرد تا آن را به روند کلی روانشناسی عملی وارد کند، و او نظریه ریشه شخصیتی را تدوین کرد که صفات نقش اصلی را در آن ایفا می کنند. عقاید آلپورت در چند نکته اساسی با فروید متفاوت است. آلپورت معتقد بود که اشخاص بالغ و سالم تحت تأثیر نیروهای ناهشیار قرار ندارند و حال یا آینده فرد توسط نگرش فرد نسبت به آینده تعیین می شود و گذشته فرد تأثیر عمیق و بسزایی در زندگی فرد طبق گفته فروید ندارد و دیگر این که اطلاعات جمع آوری شده از بیماران و افراد نابهنجار نمی تواند اساس و پایه مقایسه شخصیت افراد بهنجار و نابهنجار باشد.

ویژگی برجسته نظریه آلپورت، تأکید وی بر یگانگی شخصیت به صورتی که توسط صفات فرد توصیف می شود است. آلپورت با تأکید عملی سنتی بر تشکیل مفاهیم یا قوانین کلی که به صورت همگانی به کار می روند مخالف بود.

تعریف شخصیت از دید آلپورت: از دیدگاه آلپورت شخصیت عبارت است از سازمان دهی پویای نظامهای روانی فیزیولوژیکی درون که رفتار و افکار شاخص را تعیین می کند.

وراثت و محیط: آلپورت برای حمایت از تأکید خود بر بی همتایی یا یگانگی شخصیت فرد اظهار داشت که ما هم محصول وراثت و هم محیط مان هستیم. وراثت مواد خام را برای شخصیت تامین می کند مثل هوش، خلق و خو که شرایط محیطی هر فرد آن را گسترش داده و یا محدود می کند. دو شخصیت مجزا: آلپورت شخصیت را مجزا یا ناپیوسته می دانست. و معتقد بود نه تنها فرد از همه افراد دیگر مجزا است، بلکه هر شخصی از گذشته خود نیز جداست بین کودکی و بزرگسالی پیوستار شخصیت وجود ندارد. بلکه برای هر دوره یک شخصیت جداگانه وجود دارد که شخصیت فرد در طفولیت بیشتر است ولی در بزرگسالی بیشتر جنبه روان شناختی دارد.

صفات شخصیت:

آلپورت صفات شخصیت را گرایش های پاسخ دادن به شیوه یکسان یا مشابه انواع مختلف محرك ها می دانست. بنابراین صفات ، شیوه های ثابت و پایدار واکنش نشان دادن بر جنبه های محرك محیط مان است. نکاتی درمورد صفات شخصیت :

1- صفات شخصیت واقعی هستند و در هر یک از ما وجود دارند.

2- صفات رفتار را تعیین می کنند و یا علت آن هستند.
3- صفات به هم مربوط هستند اگر چه آنها ویژگی های متفاوتی را نشان می دهند.

4- صفات را می توان به صورت تجربی اثبات کرد.
5- صفات با موقعیت تغییر می کنند.
انواع صفات از دید آلپورت: از دید آلپورت صفات همه انسانها به دو دسته تقسیم می شود.

1- صفات فردی: صفات فردی منحصر به شخص بوده و منش او را توصیف می کنند.

2- صفات مشترک: صفاتی هستند که تعدادی از افراد در آن سهم اند. مانند اعضای یک فرهنگ البته آلپورت بعداً به جای صفات فردی، گرایشهای شخصی به کار می برد.
آلپورت سه تیپ صفات فردی را معرفی کرد.
صفات همه انسانها:

- صفات فردی یا گرایشهای شخصی :

- 1- اصلی: که نشاندهنده افکار و عقاید مردم است.
- 2- مرکزی که توصیف کننده رفتارها و صفات افراد است.
- 3- ثانوی: به سلائق و علائق افراد مربوط می شود.

- صفات مشترک

عادتها و نگرشها از دیدگاه آلپورت دارای تفاوت هایی هستند:
ویژگی نگرشها: 1- مثبت و منفی میتوانند باشند 2- اشاره به هدف خاصی دارند 3- با آن قضاوت و ارزیابی میشود. و بطور کلی نگرشها دید و علاقه و نظر فرد است.

- خود مختاری کارکردی انگیزه ها:

مفهوم خود مختاری کارکردی آلپورت اعلام می دارد که انگیزه های بزرگسالی که پخته و از لحاظ هیجانی سالم هستند و به صورت کارکردی به تجربیات گذشته ای که در آغاز از طریق آنها ظاهر شدند ارتباط ندارند. نیروهایی که در اوایل زندگی ما را بر می انگیزتند خودمختار می شوند. آلپورت دو سطح خودمختاری کارکردی را معرفی کرده است که عبارتند از :

1- خودمختاری کارکردی مستمر که سطح ابتدایی تر است و به رفتارهایی چون اعمال بدنی تکراری مربوط می شود.

2- خودمختاری کارکردی شخصی که مهمتر است و برای درک انگیزش بزرگسال ضروری است و بدون انگیزش مداوم تکرار و ادامه می یابد،

مانند کارهایی که بدون تفکر خود بخود انجام داده میشوند که ویژگی خودمختاری کارکردی مستمر است.

در خودمختاری کارکردی شخصی: انگیزه ها برای انجام رفتار بسیار مهم است و فرد انگیزه هایی را که بتواند موجب بروز توانایی هایش شده و موجب نفرت میشود را حفظ کرده و تقویت میکند.

ویژگی کارکردهای شخصی:

احساس ما را نگه می دارد.

تجربیات را یادآوری میکند.

تعیین چگونگی درک جهانی که در آن زندگی می کنیم.

هدایت افکارمان را انجام میدهد.

کارکرد شخصی از میان تمام انگیزه ها و تحرکات بیرونی ، آنهایی را که با تمایلات و ارزشهای فرد مطابقت دارد انتخاب میکند و آنها را سازماندهی میکند.

سه اصل در کنترل فرآیندهای ادراکی و شناختی فرد در کارکرد شخصی موثر است:

1- سازماندهی انرژی

2- توانایی ها

3- سازماندهی شخصی و فردی

- مراحل رشد نفس از دیده آلیورت:

1- خودبینی: مراحل از 1 تا 3 سالگی. کودک در این مرحله از وجود آگاه می شود و بدن خود را از اشیای موجود در محیط تشخیص می دهد.

2- هویت خود: کودکان پی می برند که هویت آنها به رغم تغییرات بسیاری که ایجاد می شوند دست نخورده و سالم می ماند.

3- عزت نفس: کودکان یاد می گیرند که از دستاوردهایشان احساس غرور کنند.

4- گسترش خود: مراحل 4 و 5 در مدت سال چهارم و ششم شکل می گیرد. در این مرحله کودکان به این تشخیص می رسند که اشیاء مردم و بخشی از دنیای آنها هستند.

5- خودانگاره: کودکان از خود و رفتارشان انگاره های واقعی و آرمانی پرورش می دهند و از ارضاء (عدم ارضای) انتظارات مربوط به والدین آگاه می شوند.

6- خود به عنوان حریفی عاقل: در مرحله 6 در 6 تا 12 سالگی شکل می گیرد. کودکان به کارگیری عقل و منطق را برای حل مشکلات روزمره آغاز می کنند.

7- تلاش شخصی: مرحله 7 در طول مدت نوجوانی ایجاد می شود نوجوانان تعیین هدفهای برنامه های دراز مدت را آغاز می کنند.

آپورت معتقد بود که شخصیت انسان بسیار پیچیده است و بنابراین شیوه های سنجش باید متنوع و زیاد باشد تا بتواند تمامی جنبه ها را بسنجد و حدوداً 11 شیوه و روش عمده را مطرح کرد، آپورت بر شیوه مدرک شخصی و مورد پژوهشی و آزمون بررسی ارزشها تاکید داشت.

یکی از آزمون های تهیه شده به وسیله آپورت پرسشنامه ی خود سنجی عینی به نام مطالعه ارزشهاست، که در آن به شش مورد ارزش پرداخته شده است.

ارزشها:

- ارزشهای نظری
- ارزشهای اقتصادی
- ارزشهای هنری
- ارزشهای اجتماعی
- ارزشهای سیاسی
- ارزشهای مذهبی

آپورت معتقد بود که یک یا دو تای این ارزشها در فرد غالب خواهند بود.

آپورت زندگی بزرگسالان را در کنترل هشیاری آنها می داند و آنها را به صورت عقلانی متوجه حال می بینید که برای آینده برنامه می ریزند و به طور فعال هویت خود را شکل می دهند و همیشه در فرایند شدن به صورت خلاق سبک زندگی مناسبی را می سازند و به آن تحقق می بخشد که بیشتر تحت تاثیر رویدادهای زمان حال و دیدگاهها نسبت به آینده قرار دارد تا گذشته .

آپورت درباره مسئله اراده آزاد در برابر جبرگرایی موضع معتدلی را اتخاذ کرد او همچنین اعتقاد داشت که هم وراثت و هم محیط بر شخصیت تاثیر دارند.

آپورت به بی همتایی هر شخص اعتقاد داشت به نظر وی هدف نهایی و ضروری زندگی آن گونه که فروید تصور می کرد کاهش تنش نیست بلکه افزایش تنش است که ما را به یافتن رویدادها و چالشهای جدید وای می دارد.

نظریه کتل (1905) :

کتل جزء نظریه پردازان صفت است. او از مطالعه شخصیت پیش بینی کردن پاسخ و رفتار در تحریکی که در موقعیت و شرایط خاص و معین برای فرد بوجود می آید بود. نظریه شخصیت کتل از مطالعه محیط بالینی بوجود نیامده است، بلکه از بررسی و مشاهده رفتارها و گردآوری داده های بسیاری که از هر آزمودنی بدست آمده ، کسب شده است. جنبه برجسته کتل: کاری است که او بعداً با داده به دست آمده انجام می دهد. او آنها را در معرض شیوه آماری بنام «تحلیل عاملی» قرار می دهد.

کتل این عوامل را صفات می خواند و آنها را با عنوان عناصر ذهنی شخصیت توصیف می کند.

کتل صفات شخصیتی فرد را به صورت واکنش های دائمی که اساس و بنیاد شخصیت فرد را میسازند، تعریف کرد و آنها را به هفت طبقه صفت طبقه بندی کرد.

- رویکرد کتل به صفات شخصیت: شیوه های طبقه بندی صفات در نظریه کتل عبارتند از :

- 1- صفات مشترک: هر کس تا اندازه ای در صفات مشترکی سهیم است. برای مثال همه مقداری هوش یا برون گرایی دارند.
- 2- صفات یگانه: هر یک از ما صفات یگانه ای داریم که ما را به صورت یک فرد متمایز می کند برای مثال علاقه به امور سیاسی
- 3- صفات توانشی: مهارتها و توانائیهای ما تعیین می کنند که به چه خوبی می توانیم در جهت هدفهایمان تلاش کنیم.
- 4- صفات خلقی: هیجانها و احساساتی مثل (مثل اینکه آیا جور هستیم، نق نقو یا آسانگیر) به تعیین نحوه واکنش ما به مردم و موقعیت موجود در محیط مان کمک می کنند.
- 5- صفات یویشی: اینها نیروهایی هستند که شالوده انگیزشهای ما را تشکیل می دهند و رفتارمان را بر می انگیزند.
- 6- صفات سطحی: این ویژگی ها از چند صفت عمقی یا عناصر رفتاری تشکیل می شوند و از این رو ممکن است در پاسخ به شرایط مختلف ناپایدار و موقتی، تضعیف کننده یا تقویت کننده باشند...
- 7- صفات عمقی: صفات عمقی عناصر واحد پایدار و دائمی رفتار ما هستند.

صفات عمقی :

- 1- صفات سرشتی: اینها صفات عمقی هستند که منشاء زیستی دارند مثل رفتارهایی که حاصل نوشیدن مقدار زیادی الکل هستند.
- 2- صفات محیط ساخته: اینها صفات عمقی هستند که منشاء محیطی دارند مثل رفتارهایی که از تاثیر دوستانمان محیط کارمان یا محله ای که در آن زندگی می کنیم تشکیل می شوند. در نظر کتل صفات عمقی از عوامل بنیادی شخصیت محسوب می شود. درست همانگونه که اتم ها واحدهای بنیادی جهان مادی می باشند.

عوامل 16 گانه (صفات عمقی) شخصیت کتل :

عامل	نمره هاي کم	نمره هاي زياد
A	خوددار، گوشه گیر، جدا	معاشرتي، مهربان، آسانگیر
B	کم هوش	باهوش
C	نیرومندی من کم، زود ناراحت شونده، از نظر هیجانی کمتر پایدار	نیرومندی زیاد، آرام، از نظر هیجانی پایدار
E	سلطه پذیر، مطیع، سر به راه، مردد، بردبار	سلطه گر، جور، محکم
F	جدي، معقول، افسرده، نگران	بي خیال، پر حرارت و مشتاق و شادمان
G	مصلحتي	با وجدان، فرامن قوي
H	ترسو و بزدل، خجالتی، گوشه گیر، خوددار	بي باك و جسور، ماجراجو
I	واقع بین، متکی به نفس، پر توقع	احساساتي، حساس، و وابسته
L	زود باور، فهیم، پذیرا	مظنون، حسود، کناره گیر
M	معقول، واقع بین، علاقه مند به جزئیات	تخیلي، حواس پرت و گیج
N	رك، ساده لوح، بي تكلف	زيرك، مادي، با بصيرت
O	متکی به نفس مطمئن، از خو راضي	بيمناك، نامطمئن، انتقاد کننده از خود
Q1	محافظه کار، معتقد به ارزشهای سنتی، بي علاقه، بي تغيير	راديكال آزاد اندیش، پذيرايي تغيير
Q2	وابسته به گروه، علاقه مند به پیوستن به دیگران، پیروي کردن از آنها	خود بسنده، مبتکر، مستقل
Q3	کنترل نشده، بي بندوبار، تكانشي	کنترل شده، وسواسي، دقيق
Q4	آرامیده، بي دغدغه، خوددار	تنیده، برانگیخته، نق نقو

نکته : کتل از صفات پویشی به عنوان نیروهای برانگیزنده نام می برد.

کتل دو نوع صفات پویشی به نامهای ارگها و احساسات را معرفی می کند . ارگ به معنی کار و انرژی است. کتل ارگ را به نشانه مفهوم غریزه یا سابق به کار برد. ارگها منبع انرژی ذاتی یا نیروی برانگیزنده برای کل رفتار هستند. کتل 11 ارگ را شناسایی کرد:

نکته : کتل نگرشها را به صورت تمایلات ما به برخی از اشخاص، اشیاء یا رویدادها و هیجانها و رفتار ما نسبت به آنها تعریف کرد.

- کتل به تاثیرات وراثت و محیط در شکل دهی شخصیت. علاقه زیادی نشان داده است و با تحلیلی که از مقایسه آماری انجام شده بر روی دو قلوها بدست آورد به این نتیجه رسید که $\frac{1}{3}$ شخصیت ما به صورت ژنتیکی و $\frac{2}{3}$ باقیمانده توسط تاثیرات اجتماعی و محیطی تعیین میشود.

- مراحل رشد شخصیت:

- کتل شش مرحله را در رشد شخصیت انسان مطرح کرد که کل زندگی را در بر می گیرند.

1- نوباوگی ← تولد تا 6 سالگی از شیر گرفتن، آموزش توالد رفتن، شکل گیری من، فرامن و نگرشها

2- کودکی ← 6 تا 14 سالگی استقلال از والدین و همانند سازی با همسالان

3- نوجوانی ← 14 تا 23 سالگی تعارضهای همراه استقلال، ابراز وجود، مسایل جنسی

4- بالیدگی ← 23 تا 50 سالگی خشنودی از شغل، ازدواج و خانواده

5- اواخر بالیدگی ← 50 تا 65 سالگی شخصیت در پاسخ به تغییرات موجود در شرایط فیزیکی و اجتماعی تغییر می کند.

6- پیری ← 65 سالگی به بالا سازگاری با از دست دادن دوستان، شغل و مقام.

کتل از سه شیوه عمده سنجش برای بدست آوردن داده های مربوط به شخصیت استفاده کرد.

1- یادداشتهای زندگی Life

2- پرسشنامه Questionnaire

3- آزمون‌ها Tests

نکاتی درمورد نظریه کتل :

- 1- در مورد موضوع اراده آزاد در برابر جبرگرایی به نظر می‌رسد که دیدگاه کتل بیشتر در جهت جبرگرایی است کتل هم تاثیر طبیعت و هم تربیت را می‌پذیرد
- 2- کتل هم به صفات مشترک توجه دارد که در یک فرهنگ به هر کسی مربوط می‌شود و هم به صفات یگانه که ویژگی هر فرد است.
- 3- کتل برای ارزیابی شخصیت چندین آزمون ساخت که مشهورترین آنه 16pf است که بر پایه 16 صفت اصلی قرار دارد
- 4- روش پژوهش کتل «قانون نگر» است
- 5- کتل در مورد یادگیری «قانون مجاورت» یا «انعکاس شرطی» و «قانون تقویت» را قبول دارد. ولی به قانون تقویت که آنرا قانون تحریکی اثر می‌خواند بیشتر اهمیت می‌دهد و معتقد است پاسخ هایی زودتر یادگرفته
- می‌شوند که فاصله میان شخص و هدف منظور را کوتاهتر سازند
- 6- به نظر کتل خود دو نوع است یک خود واقعی یک خود خیالی یا آرمانی.

تست ها :

1- این نظر آلپورت که انگیزه در انسان بزرگسال بهنجار رشد یافته، از نظر کنشی، مربوط به تجربیات گذشته ای که ممکن است در اصل در آنها ظاهر شده باشد نمی شود. مربوط به کدام اصل است؟

- الف) وابستگی کنشی
 ب) خود مختاری کنشی
 ج) تجربه کنشی
 د) انگیزه کنشی

2- متارگ در نظریه کاتل، صنعتی است که جنبه دارد.

الف) عمقی - انگیزشی و محیطی
 ب) عمقی - سرشتی
 ج) سطحی - انگیزشی و سرشتی
 د) سطحی - سرشتی

3- در ارتباط با طبقه بندی آلپورت از صفات، کدام جمله صحیح است؟

- الف) صفات اعظم و یا اصلی فقط جنبه سرشتی دارند
 ب) صفات مرکزی فقط جنبه سرشتی دارند
 ج) صفات اعظم یا اصلی، فراگیری وسیعتری دارند
 د) صفات مرکزی، فراگیری وسیعتری دارند

4- کدام مورد زیر در نظریه آلپورت بیش از همه مورد تاکید قرار گرفته است؟

- الف) نقش تربیت در شکل گیری شخصیت
 ب) اهمیت تعادل در سلامت شخصیت
 ج) نقش گذشته در شکل گیری شخصیت
 د) اهمیت صفات در شناخت شخصیت

5- به اعتقاد آلپورت، کدام یک از صفات زیر فراگیر و نافذ هستند و بر هر جنبه از زندگی فرد اثر میگذارند؟

- الف) صفات اصلی
 ب) صفات عمومی
 ج) صفات مرکزی
 د) صفات ثانوی

6- از دید ریموند کتل، سهم عوامل ژنتیکی و محیطی در تشکیل شخصیت چقدر است؟

- الف) ژنتیکی $\frac{1}{3}$ و محیطی $\frac{2}{3}$
 ب) ژنتیکی $\frac{1}{4}$ و محیطی $\frac{3}{4}$
 ج) ژنتیکی 80 درصد و محیطی 20 درصد
 د) ژنتیکی 50% و محیطی هم 50%

7- کدام پرسشنامه شخصیتی را ریموند کتل ساخته است؟

- الف) رورشاخ
 ب) o و scl
 ج) شانزده عامل شخصیت
 د) سیاه روان
- شناختی کالیفرنیا
- 8- تاکید آلپورت روی کدام مورد در بررسی و تحقیق شخصیت افراد
 تاثیر فراوان داشته است؟
 الف) یکتایی فرد
 ب) تغییرات سرشتی
 ج) تغییرات روانی فرد
 د) تنوع و چند
- گانگی ذاتی فرد
- 9- مفاهیم صفت، ارگ، متارگ، خود و معادله تشخیص به کدام دانشمند مربوط می شود؟
 الف) کاتل ب) آیزنک ج) شلدون د) مازلو
- 10- کاتل رشد و تحول شخصیت را بیش از هر چیز مربوط به کدام مورد زیر می داند؟
 الف) تغییر یافتن ارگ ها و برقرار شدن متارگ ها و سازمان یافتن خود
 ب) تاثیر محیط اجتماعی
 ج) تاثیر خانواده
 د) تغییر متارگ ها به ارگ ها
- 11- به عقیده آلپورت با تغییر تاثیرات اجتماعی ، فرهنگی کدامیک از صفات ناگزیر تغییر خواهد کرد؟
 الف - صفات فردی
 ب - صفات رفتاری
 ج - صفات مشترک
 د - صفات شخصیت
- 12- عقیده آلپورت و فروید در (هدف نهایی و ضروری زندگی فرد) کدام است؟
 الف - آلپورت: کاهش تنش ، فروید : کاهش تنش
 ب - آلپورت : افزایش تنش ، فروید : کاهش تنش
 ج - آلپورت : افزایش تنش ، فروید : افزایش تنش
 د - آلپورت : کاهش تنش ، فروید : افزایش تنش
- 13- از دیدگاه کتل صفات یگانه هر فرد شامل چه مواردی است؟
 الف - هوش ، حافظه
 ب - استعدادها و توانایی ها

ج - تمایلات و علائق

د - تمایلات و نگرشها

14- کدامیک از جفت واژه هایی نشاندهنده ارگ و احساسات از نظر کتل است؟

الف - خشم و انتخاب همسر

ب - تسلیم و گرسنگی

ج - جاذبه و نفرت

د - ابراز وجود و محافظت

15- کاتل کدام واژه را برای رساندن انگیزه های ارثی بر می گزیند؟

الف) خود (ب) ارگ (ج) متارگ (د) وکتور

پاسخنامه تست ها

- 1- گزینه ب
- 2- گزینه ب
- 3- گزینه الف
- 4- گزینه د
- 5- گزینه الف
- 6- گزینه الف
- 7- گزینه ج
- 8- گزینه الف
- 9- گزینه الف
- 10- گزینه الف
- 11- گزینه ج
- 12- گزینه ب
- 13- گزینه د
- 14- گزینه الف
- 15- گزینه ب

رویکرد انسان گرایی

- نظریه آبراهام مازلو

- کارل راجرز

نظریه مازلو (1970-1908) :

مازلو بنیان گذار و رهبر معنوی جنبش روان شناسی انسان گرایی است. او از رویکرد رفتار گرایی و روان کاوی، به خصوص رویکرد فروید بر شخصیت انتقاد کرده است.

- رشد شخصیت از دیدگاه مازلو :

- مازلو سلسله مراتبی از پنج نیاز فطری را معرفی کرده که رفتار انسان را برانگیخته و هدایت می کند این نیازها به قرار زیر هستند :

1- نیازهای فیزیولوژیکی 2- نیازهای ایمنی 3- نیازهای تعلق پذیری و عشق 4- نیازهای احترام 5- نیازهای خود شکوفایی

- مازلو این نیازها را غریزی می دانست و منظور وی این بود که عوامل تعیین کننده آنها ارثی هستند. نیازهایی که توسط مازلو بیان شده به صورت هرم در نظر گرفته شده یعنی نیازهای فیزیولوژیکی در کف دوم قرار دارد و به ترتیب این نیازها در طبقات بالاتر قرار می گیرند تا به طبقه دوم برسند. همچنین مازلو معتقد بود که اگر شخص به رفع نیازهای اولیه یا «نیازهای کمبود» نیازمند باشد، نمی تواند به طبقات بالاتر فکر کند پس به ترتیب باید نیازها از کف هرم بر طرف شوند (البته نه کاملاً فقط درصد قابل قبول) تا فرد بتواند به ترتیب انگیزه رسیدن به قله هرم را پیدا کند.

ویژگیهای هرم نیازها :

- نیازهای پایین تر در فرد نیرومند وجود دارند.

- نیازهای پایین هرم از بدو تولد وجود دارند.

- نیازهای بالای هرم بعداً در طول زندگی به وجود می آیند.

- بالاترین نیاز در میانسالی شکل می گیرد.

- نیازهای پایین هرم برای بقای فرد لازم و ضروری است.

- نیازهای بالاتر هرم گرچه برای بقا ضروری نیست ولی در رشد و بقاء فرد موثر است و برای تأمین یک زندگی بهتر لازم است.

مازلو ویژگی های افراد خود شکوفا را چنین عنوان می کند:

1- درک واضح واقعیت 2- پذیرش خود، دیگران و طبیعت 3- خود انگیختگی، سادگی و طبیعی بودن 4- احساس تعهد نسبت به یک آرمان 5- استقلال و نیاز به خلوت 6- تازگی فهم و درک 7- تجربیات اوج 8- علاقه اجتماعی 9- روابط میان فردی عمیق 10- تحمل و پذیرش دیگران 11- خلاقیت نو آوری 12- مقاومت در برابر فشارهای اجتماعی.

نکته : مازلو تاکید کرد که محبت کافی در کودکی لازمه خود شکوفایی است بدون داشتن محبت امنیت و احترام در کودکی رسیدن به خود شکوفایی برای بزرگسال دشوار است دلیل دیگر ناکامی در خود شکوفا شدن چیزی است که مازلو آن را عقده یونس نامید این به ترسها و تردیدهای ما نسبت به تواناییهایمان اشاره دارد خود شکوفایی مستلزم جرات است این فرایند به تلاش نظم و ترتیب و خود گردانی نیاز دارد.

نکته : تمرکز مازلو به جای بیماری بر سلامتی روانی است بر رشد است نه بر رکود و بر قوت ها و استعداد های انسان است نه بر ضعف ها و محدودیت ها او احساس اطمینان و حتی اعتماد زیادی به توانایی ما در شکل دهی زندگی و جامعه مان داشت . مازلو همچنین به اراده آزاد اعتقاد داشت نیازهای موجود در سلسله مراتب های مازلو فطری هستند رفتارهایی که با آنها این نیازها را ارضا می کنیم آموخته می شوند شخصیت بوسیله تعامل طبیعت و تربیت وراثت و محیط متغیرهای شخصی و موقعیتی تعیین می شود. مازلو اهمیت تجربیات اوان کودکی در پرورش دادن یا جلوگیری کردن از رشد بعدی را تشخصی داد اما باور نداشت که ما قربانیان این تجربیات باشیم به نظر وی ما برای اداره کردن زندگی و جامعه خود بیش از آنکه فکر می کنیم توانایی داریم و اگر یاد بگیریم این کار را انجام دهیم شادتر و سازنده تر خواهیم بود عقیده خود شکوفایی به عنوان هدف نهایی و ضروری زندگی منعکس کننده اعتقاد مازلو به این است که به شرط فراهم بودن شرایط مناسب می توانیم به سطح بالای کارکرد برسیم.

- او معتقد بود که ماهیت فطری انسان اساساً خوب، شایسته و مهربان است، اما وجود شرارتها را نیز انکار نکرد. مازلو بیشتر تحت تاثیر روت بنه دیکت انسان شناس و ماکس وریتهایم روان شناس قرار گرفت.

نظریه کارل راجرز (1902-1987) :

راجرز بر هشیار حال تاکید می کند. راجرز معتقد است که شخصیت را تنها می توان از دیدگاه خود شخص، بر پایه تجربیات ذهنی او درک کرده بنابراین، راجرز با واقعیت، به گونه ای که توسط هر یک از ما به صورت هشیار درک می شود سرو کار داشت و اعلام نمود که این ادراک ممکن است همیشه با واقعیت عینی مطابقت نداشته باشد.

اهمیت خود: راجرز به اهمیت خود خودمختار به عنوان یک عامل در رشد خودش واقف شد. راجرز عواملی را که بر شخصیت کودک تاثیر می گذارد را به این ترتیب ذکر می کند: محیط خانواده، بهداشت، رشد عقلانی، شرایط اقتصادی، تاثیرات فرهنگی، تعامل های اجتماعی، و سطح تحصیلات.

گرایش شکوفایی:

راجرز معتقد است که انسان به وسیله گرایش به شکوفا کردن، نگهداری کردن و بهبود بخشیدن خود برانگیخته می شود. این گرایش فطری به خود شکوفایی، بخشی از گرایش شکوفایی بزرگتر است که تمام نیازهای فیزیولوژیکی و روان شناختی را در بر می گیرد.

گرایش شکوفایی:

- نیازهای فیزیولوژیکی: غذا و آب و دفاع در برابر حمله
- نیازهای روان شناختی: ارزیابی تجربیات و جدا سازی ارزش های مثبت قابل قبول و رد ارزشهای منفی با تجربه ناخوشایند.
که این هر دو در رشد و شکوفایی فرد تاثیر بسزایی دارند.

دنیای تجربی: راجرز به دنیای تجربی علاقه مند بود، یعنی، محیط یا موقعیتی که در آن عمل می کنیم، چارچوب دآوری یا شرایطی که بر رشد ما تاثیر می گذارد.

- این عقیده که ادراک ذهنی است، عقیده ای قدیمی است و منحصر به راجرز نیست. دیدگاهی که به پدیدار شناسی معروف است اعتقاد دارد که تنها واقعیتی که می توانیم از آن مطمئن باشیم دنیای تجربه ذهنی ما، یعنی، ادراک درونی واقعیت ماست.
این دیدگاه کاملاً فردی و شخصی است و برای خود فرد کاملاً واضح و آشکار است.

خودپنداره، تصور ما از آنچه هستیم و باید باشیم و آنچه دوست داریم باشیم است و تشکیل آن مستلزم آن است که بخشی از خود که از دیگران و تمام رخدادهای بیرونی جداست کاملاً برای فرد متمایز شده و مشخص شود.

راجرز اعتقاد داشت که به صورت ایده آل، خود الگویی همسان و یک کل سازمان یافته است. تمام جنبه های احتمالی خود برای همسانی تلاش می کنند.

توجه مثبت: زمانی که خود نمایان می شود، کودکان نیاز به آنچه را که راجرز توجه مثبت نامید پرورش می دهند. این نیاز از طریق یادگیری به وجود می آید. نیاز به توجه مثبت، همگانی و مداوم است. و شامل پذیرش، محبت و تایید شدن از جانب دیگران، مخصوصاً از جانب مادر در مدت کودکی است.

ناهمخوانی: کودکان نه تنها یاد می گیرند که برخی از رفتارهای ناپذیرفتنی را باز داری کنند بلکه ممکن است شیوه های غیر قابل قبول درک دنیای تجربی شان را انکار یا تحریف کنند. آنها در نتیجه انکار کردن ادراک دقیق تجربیاتی خاص، در خطر جدا شدن از خود قرار

می گیرند. افرادی که از لحاظ روانی سالم هستند می توانند خودشان، خودشان را با همه اشتباهات و خطاها و یا رفتارهای درست درک کنند و همینطور دیگران و اتفاقاتی را که در محیط شان به وقوع می پیوندد را نیز آنطور که هستند درک کند نه آنطور که دلش میخواد. این افراد هیچ چیزی را برای خود پنداره خود تهدید کننده نمی بینند پس از مکانیزم های دفاعی برای دفاع و یا تحریف تجربیات و افکار خود استفاده نمیکنند.

شخص کامل نتیجه مطلوب رشد روانی و تکامل اجتماعی است راجرز چندین ویژگی اشخاص کامل یا خود شکوفا را توصیف کرد:

- اشخاص کامل نسبت به تمام تجربیات آگاهی نشان می دهند.
- اشخاص کامل در هر لحظه به طور کامل و پر بار زندگی می کنند.
- اشخاص کامل به ارگانیزم خودشان اعتماد می کنند.
- اشخاص کامل احساس می کنند که بدون قید و بندها و ممانعت ها در تصمیم گیری آزادند.

- اشخاص کامل خلاق هستند و زمانی که شرایط محیطی تغییر می کنند به صورت سازنده و سازگارانه زندگی می کنند.

اشخاص کامل ممکن است با مشکلات مواجه شوند.

راجرز معتقد است که اشخاص کامل در آفرینش خودشان آزادی انتخاب دارند هیچ جنبه شخصیت برای آنها تعیین نمی شود درباره موضوع طبیعت. تربیت راجرز نقش محیط یا موقعیت را مهمتر می دانست.

اگر چه گرایش شکوفایی فطری است فرایند شکوفا شدن بیشتر تحت تاثیر نیروهای اجتماعی قرار دارد تا نیروهای زیستی.

تجربیات کودکی بر رشد شخصیت تا اندازه ای تاثیر دارند اما تجربیات بعدی در زندگی مهمتر هستند احساسات موجود در ما از آنچه در کودکی بر ما رفته است ، حیاتی تر هستند راجرز مقداری عمومیت را در شخصیت قبول داشت به طور ی که اشخاص کامل در ویژگیهای خاص مشترک هستند.

نگرش ما به سوی آینده است پیش رونده است و نه پس رونده به سوی رشد گرایش دارد و نه رکود. راجرز معتقد بود که تنها راه سنجش شخصیت در نظر گرفتن تجربیات ذهنی درمان جو است .

راجرز در شیوه درمان متمرکز بر شخص احساسها و نگرشهای مراجع را نسبت به خود و افراد دیگر کاوش می کرد.

راجرز رویکرد خود را «گروه رویارویی» نامید.

نکته : نکته مهمی که در نظریه راجرز جلب توجه می کند تاکید است که او درباره مفهوم خود دارد و آن را نقطه اصلی و مرکزی نظریه

خود به شخصیت قرار می دهد مفاهیم دیگر بر آن مفهوم اصلی تکیه دارند مانند: «ساخت خود»، تحقق خود، «حفظ خود» و...

تست ها :

- 1- برطبق نظر مازلو نيازي كه ما را واميدارد تا به آنچه لياقتش را داريم برسيم کدام است؟
 الف - نيازهاي احترام پذيري
 ب - نيازهاي تعلق
 ج - نياز خودشكوفايي
 د - نيازهاي رشد
- 2- عقده يوسن مربوط به ناكامي در کدام نياز است؟
 الف - نيازهاي ايمني
 ب - نيازهاي فيزيولوژيكي
 ج - نيازهاي خودشكوفايي
 د - نيازهاي كمبود
- 3- راه سنجش شخصيت راجرز کدام است؟
 الف - شيوه درمان متمرکز بر شخص
 ب - شيوه درمان متمرکز بر تحليل عاملي
 ج - شيوه درمان متمرکز بر گروه
 د - شيوه درمان متمرکز بر تجربه
- 4- از نظر راجرز همان عواملی كه موجب رشد می شود در نيز صادق است.
 الف) تشخيص
 ب) روان درمانی
 ج) ايجاد رابطه صحيح
 د) همه موارد
- 5- ساختار عمده نظريه شخصيت كارل راجرز، کدام است؟
 الف) اضطراب
 ب) خويشتن
 ج) انكار و تميز
 د) ناهمسانی خويشتن با تجربه
- 6- از نظر راجرز، مجموع تجاربی كه فرد به صورت آگاهانه يا آگاهانه، رمزی يا غير رمزی كسب می كند اصطلاحاً ناميده می شود.
 الف) ارگانيسم
 ب) ارگانيسم مجرب
 ج) ميدان فيزيکی
 د) ميدان پديداری
- 7- به اعتقاد مزلو، چند درصد افراد يك جامعه خود شكوفا هستند؟
 الف) يك
 ب) پنج
 ج) ده
 د) بيست و پنج
- 8- به نظر راجرز اگر تجربيات ما با خود پنداره ما ناهمخون يا ناسازگار باشد، چه پيامدی خواهد داشت؟

- الف) نشانه سلامت شخصیت است
(ب) به صورت اضطراب
نشان داده می شود
- ج) نشانه اختلال و بیماری شخصیت است
(د) در افراد سالم
منجر به دفاع می شود
- 9- کدام یک از موارد زیر از نظر مازلو درست است ؟
الف) فرانیازها، نیازهای ناشی از کمبودها و نارسائی ها
هستند
ب) رفتارهایی که برای ارضاء نیازها به کار می رود غریزی است
ج) آزادی افراطی و ناز پروردگی زیان آور است و منجر به ا
ضطراب می شود
د) فرانیازها به خودی خود هدف نیستند و وسیله ای برای نیل
به هدف هستند
- 10- از نظر راجرز، مکانیسم های دفاعی مورد استفاده فرد،
هنگام ناهمخوانی خویشتن و تجربه، کدامند؟
الف) تحریف و انکار
ب) والایش و سرکوبی
ج) خنثی سازی و فرافکنی
د) دلیل تراشی و
واکنش سازی
- 11- در نظریه راجرز «ناسازگاری» به چه دلیل به وجود می
آید؟
الف) تجارب نامساعد کودکی
ب) تقویت کننده های
نامناسب محیطی
ج) تضاد بین خود واقعی و خود ایده آل
د) ترس از
بعضی از خودهای ایده آل
- 12- برطبق گفته راجرز، بازخورد و پذیرشی که فرد از دیگران
دریافت می کند، چه ویژگی را در او ایجاد میکند؟
الف) همدلی
ب) مفهوم خود
ج) توجه مثبت
د) عزت نفس
- 13- نظریه مازلو درباره شخصیت به چه نامی مرسوم است؟
الف) تحلیلی
ب) توصیفی
ج) ارگانیسمی
د) روانی اجتماعی
- 14- منظور راجرز از تحقق یابی یا خود شکفتگی چیست ؟
الف) یافتن خود در جهان
ب) یافتن خود در
محیط اطراف
ج) رشد بدنی و روانی از کودکی تا بزرگسال
د) رشد
اجتماعی و برجسته شدن در جمع
- 15- کدام گزینه در دیدگاه راجرز وجود ندارد ؟

- الف) روان درمانی جوهر زندگی است
 ب) زندگی یک وضعیت درمانی است
 ج) فقط افراد نابهنجار در وضعیت درمانی قرار می گیرند
 د) درمان عبارت است از یک دگرگونی در زندگی
- 16- از نظر راجرز مجموع تجاربی که فرد حاصل می کند چه به صورت آگاهانه یا ناآگاهانه، رمزی یا غیر رمزی به چه نامی معروف است؟
 الف) ارگانیسم
 ب) ارگانیسم مجرب
 ج) میدان پدیداری
 د) میدان فیزیکی
- 17- از نظر مازلو برای مطالعه شخصیت آدمی باید مطالعه را در چه موردی انجام داد؟
 الف) افراد عادی و سالم
 ب) افراد نابهنجار
 ج) افراد بیمار روانی و عصبی و بزهکاران
 د) افراد بهنجار که به خودشکوفایی رسیده اند
- 18- به عقیده راجرز آدمی چه حالتی دارد ؟
 الف) قابل پیشرفت
 ب) مخاصم و ضد اجتماع
 ج) غیر قابل اعتماد
 د) غیر سازنده
- 19- از نظر راجرز بهترین وسیله برای درک علت رفتار هرکس مراجعه به چه عاملی است؟
 الف) دوران کودکی
 ب) نحوه بچه داری پدر و مادر
 ج) عوامل برونی
 د) عوامل درونی خود فرد
- 20- هسته مرکزی نظریه راجرز درباره شخصیت چیست ؟
 الف) خود (ب) سایه
 ج) ماسک
 د) فراخود
- 21- نام روش درمانی راجرز چیست ؟
 الف) خود شکوفایی
 ب) تحقق بخشیدن به بیمار
 ج) درمان پزشک محوری
 د) خود درمانی مراجع
- 22- مقدم ترین نیازها در سلسله مراتب نیازها از دید مازلو کدام است؟
 الف) نیازهای زیستی
 ب) نیازهای مربوط به ایمنی

ج) نیاز به تعلق و وابستگی
قدرگذاری به خویشتن

23- کدام گزینه با دیدگاه مازلو جوز نیست؟

- الف) انسان دارای طبیعتی است خاص خود
ب) طبیعت انسان خشن و سخت است
ج) انسان ذاتاً نیک نفس و خوش طینت است
د) آنچه باعث گرایش انسان به بدی می شود عوامل نامساعد محیط است

24- عالی ترین نیازها از دید مازلو کدام است؟

- الف) نیازهای بدنی
ب) نیازهای عشقی
ج) نیازهای مربوط به خودشکفتگی
د) نیازهای
دلبستگی

25- به عقیده چه کسی ، هیچ فلسفه و اصولی وجود ندارد که بتوان

- آنها را به دیگران قبولاند یا توصیه کرد؟
الف) فروید ب) یونگ ج) هورنای د) راجرز

پاسخ تست ها :

- 1- گزینه ج
- 2- گزینه ج
- 3- گزینه الف
- 4- گزینه ج
- 5- گزینه ب
- 6- گزینه د
- 7- گزینه الف
- 8- گزینه ب
- 9- گزینه ج
- 10- گزینه الف
- 11- گزینه ج
- 12- گزینه ب
- 13- گزینه ج
- 14- گزینه ج
- 15- گزینه ج
- 16- گزینه ج
- 17- گزینه د
- 18- گزینه الف
- 19- گزینه د
- 20- گزینه الف
- 21- گزینه د
- 22- گزینه الف
- 23- گزینه ب
- 24- گزینه ج
- 25- گزینه د

رویکرد شناختی

○ جرج کلی

نظریه جورج کلی (1966 - 1905) :

رویکرد شناختی به شخصیت ، به شیوه هایی توجه دارد که مردم توسط آنها خود و محیط شان را می شناسند، یعنی اینکه چگونه آنها را درک می کنند، ارزیابی می کنند ، یاد می گیرند، فکر می کنند، تصمیم می گیرند، و مشکلات را حل می کنند. این واقعاً یک رویکرد روان شناختی به شخصیت است.

نظر کلی این بود که ما همانند دانشمندان با ساختن فرضیه هایی درباره محیطمان و آزمودن آنها در برابر واقعیت تجربیات روزانه مان، به دنیای خود می نگریم و آن را سازمان می دهیم ما رویدادهای موجود در زندگی، یعنی، واقعیت ها یا اطلاعات تجربه خود را مشاهده می کنیم و آنها را به روش خودمان تغییر می دهیم. این تعبیر و تفسیر کردن شخصی تجربه، دیدگاه منحصر به فرد ما را نسبت به این رویدادها نشان می دهد.

در نظریه کلی، سازه، نحوه نگاه کردن فرد به رویدادهای موجود در دنیای اوست. به عبارت دیگر سازه فرضیه ای است عقلانی که برای توضیح یا تعبیر رویدادهای زندگی ساخته می شود.

هر فرد سازه های زیادی را در مواجهه با افراد و موقعیت ها در ذهن خود بوجود می آورد یا ممکن است سازه های قبلی اش را تغییر دهد یا گسترش دهد یا به کل فراموش کند.

بنابر این تجدید نظر، ضروری است و به نظر میرسد به طور مداوم باید انجام شود تا فرد بتواند هر سازه را با موقعیت جدید تطبیق داده و قادر به کنار آمدن با موقعیت باشد.

پس این فرآیند نیازمند آن است که فرد قابلیت انعطاف داشته باشد و از تجربیات گذشته استفاده کرده تا بتواند سازه های جدید در موقعیت جدید بسازد.

اصول تبعی نظریه سازه شخصی یا انواع سازه ها :

ساخت: چون رویدادهای تکراری شبیه اند، می توانیم پیش بینی کنیم چگونه چنین رویدادی را در آینده تجربه خواهیم کرد. رویدادهای تکراری دقیقاً مانند یکدیگر در فرد اثر گذار نیستند چون متعلق به زمانهای مختلف هستند البته شباهت وجود دارد ولی دیگر این همان نیست ممکن است فرد با سازه ی مشابه پاسخ دهد ولی ممکن است این سازه تغییراتی داشته باشد چون نگرش و هیجانی که در فرد در تکرار رویداد بوجود می آید، همانند هیجان و نگرشی نیست که بار اول در فرد بوجود آمده است. ولی در کل فرد رفتاری را انجام خواهد داد که بر پایه احساس ، نگرش و هیجانی است که بار اول در مورد رویداد

بدست آورده است و بدان اساس سازه خود را در تکرار رویداد تنظیم می کند.

فردیت: مردم رویدادها را به شیوه های مختلف درک می کنند. در این سازه اصل بر تفاوت های فردی بنا گذاشته شده است. بنابراین تعبیرات افراد از یک رویداد با یکدیگر متفاوت و منحصر به فرد است.

سازمان: ما سازه هایمان را طبق دیدگاهمان از شباهت ها و تفاوت های آنها در الگوهایی مرتب می کنیم. اگر سازه ای را در ذهن خود ساخته باشیم ، ممکن است که این سازه خودش در ذهن ، سازه های پیرو دیگری را در بر بگیرد مثلاً می گوئیم «آدم خوب». این آدم خوب یا بچه خوب در ذهن ما دارای رفتارها و ویژگیهایی است که ما در ذهن خود داریم که با آنچه که دیگری در ذهن خود دارد ممکن است متفاوت باشد و این تفاوت اختلاف درک از واژه را بوجود بی آورد. اگر فرد با شخص دیگری که دارای تطابق با سازه و سازه های پیرو اوست روبرو شود ولی او مخالف احساسات و نگرشهای فرد رفتار کند ، سازه پیرو دیگر ، پیرو سازه اصلی نخواهد بود.

مثلاً اگر فرد از آدم خوب فردی را در نظر دارد که دارای ویژگی تحصیل کرده گی است و این شخص رفتاری را انجام دهد که به احساسات فرد مورد نظر لطمه بزند او سازه پیرو تحصیلکرده را از سازه اصلی آدم خوب حذف می کند.

دوگانگی: سازه ها دو قطبی هستند؛ برای مثال اگر ما عقیده ای درباره درستی داریم ، این عقده باید مفهوم نادرستی را نیز شامل باشد. یعنی افراد باید دو واژه متضاد را دقیقاً برای خود معنا کنند و صفات را همیشه به صورت جفت در نظر بگیرند که بشود از یکی متضاد آن را دریافت کرد.

انتخاب: ما برای هر سازه ای که برایمان بهتر کار می کند، یک سازه دیگر را انتخاب می کنیم به طوری که امکان پیش بینی کردن پیامد رویداد های انتظار را به ما بدهد. در این انتخاب لزوماً آنچه را که به نفع ماست ممکن است انتخاب نکنیم و بیشتر انتخاب های فرد بر حسب این که چقدر امکان پیش بینی نتایج و آینده را به فرد می دهند صورت می گیرد.

دامنه: سازه های ما ممکن است برای موقعیت ها یا افراد زیادی کاربرد داشته باشد یا ممکن است به شخص یا موقعیت واحدی محدود باشد.

تحریر: ما همواره سازه هایمان را در برابر تجربیات زندگی آزمایش می کنیم تا مطمئن شویم که آنها مفید می مانند. گذشت زمان به فرد این امکان را می دهد که سازه خود را بر حسب تجربیات بدست آمده تغییر دهد و با وضع جدید زندگی خود هماهنگ کند مطمئناً سازه های فرد در سنین نوجوانی با میانسالی یکی نخواهد بود.

تعدیل: ممکن است سازه هایمان را در نتیجه تجربیات جدید تغییر دهیم. چنین سازه ای به روی تجربیات جدید باز است و می تواند اصلاح شود و یا تغییر یابد، در صورتی که سازه به روی یادگیری جدید و یا تجربیات و واقعیات جدید بسته باشد تعدیل در آن به علت نفوذ ناپذیری به وجود نمی آید و شاید کارکرد خود را از دست بدهد.

چند یارگی: گاهی اوقات ممکن است در داخل نظام سازه خود، سازه های فرعی متضاد یا ناسازگاری داشته باشیم. و لزوماً قرار نیست اصل سازمان را به علت یک یا چند سازه پیرو که متضاد سازه پیرو فکر ماست در دیگری مشاهده می کنیم، بلکه می توانیم تحمل کنیم مانند تحمل کردن و مدارا کردن زن و شوهری که دقیقاً سازه های پیرو یکسانی ندارند ولی سازه اصلی آنها می توان گفت متناسب است و تا حدود قابل قبولی منطبق است.

اشتراک: با وجود آنکه سازه های فردی ما منحصر به ما هستند، افراد گروه ها یا فرهنگ های هماهنگ می توانند سازه های مشابهی داشته باشند.

اجتماعی بودن: ما سعی داریم بفهمیم چگونه افراد درباره آنچه می خواهند انجام دهند فکر و پیش بینی می کنند و رفتارمان را مطابق با آن تغییر می دهیم، و با هر شخصی که مواجه می شویم نقش متفاوتی را به خود می گیریم یعنی در رابطه با فرزندان و همسر و یا با همکار و یا هر کس دیگر نقشی که داریم متناسب با آن شخص و افکار خودمان است که می تواند کاملاً متفاوت باشد.

- عوامل تاریخی موثر در نظریه شخصیت عبارتند از : طب بالینی اروپا، روشهای روان سنجی، روانشناسی، رفتار گرایی و روانشناسی گشتالت . جرج کلی رویدادهای گذشته را تنها عوامل تعیین کننده رفتار موجود نمی دانست و مفهوم جبرگرایی تاریخی را قبول نداشت.

نکات مهم در نظریه کلی :

جرج کلی خاطر نشان ساخت که ما به طور کامل توسط تاثیرات محیطی تعیین نمی شویم ما با سازه هایی زندگی می کنیم که بر پایه تعبیرمان از رویدادهای زندگی قرار دارند.

- درباره مسئله یگانگی در برابر عمومیت کلی موضعی میانه رو داشت.

- شیوه سنجش اصلي کلي مصاحبه بود کلي نوعي روان درماني را ابداع کرد که «درمان با نقش معين» نام داشت.

تست ها :

- 1- به اقتصاد جورج کلی ، اختلاف بین خود ایده آل و اعمال یک فرد منجر به می شود:
الف) نگاه ب) عقده ج) استرس د) اضطراب
- 2- به اعتقاد جورج کلی علت تفاوت در نگرش مردم نسبت به مسائل را باید در کدام عامل زیر جستجو کرد؟
الف) عوامل خانوادگی و محیطی که او را احاطه کرده اند
ب) تفاوت‌های زیست‌شناختی موجود میان افراد
ج) سازه های شخصی که هر فرد برای خود دارد
د) واکنش های موقتی به وجود آمده در هریک از افراد
- 3- پیش فرض اصلی «جورج کلی» در نظریه ودازی او در شخصیت چیست؟
الف) خودشکوفایی هدف اصلی رشد شخصیت است
ب) انسان در عملکرد شناختی خود به دانشمندان شبیه است
ج) عملکرد شناختی فرد منوط به دوباره سازماندهی استنباط ها است
د) تجربیات خصوصی زندگی فرد در تغییر شخصیت با اهمیت است

پاسخ نامه :

1- گزینه الف

2- گزینه ج

3- گزینه ب

نظریه تاثیر متقابل اشخاص (بین فردی) :

هری استک سالیوان (1892 - 1949)

به اعتقاد سالیوان شخصیت مفهومی است فرضی و نمی تواند به تنهایی، یعنی خارج از آنچه بین افراد می گذرد، در نظر بیاید. رفتار بین اشخاص تنها چیزی است که ممکن است به عنوان شخصیت مورد ملاحظه واقع شود.

طبق نظر سالیوان شخصیت هنگامی ظهور می کند که آدمی در ارتباط با فرد یا افراد دیگر، از خود رفتاری نشان دهد. سالیوان نظریه های مبتنی بر غریزه را قبول ندارد، منکر اهمیت وراثت و دستگاه زیستی که ارگانسیم را می سازند و به آن شکل می دهند نیت و تعرف است به این که بعضی استعدادها به ارث می رسند.

سالیوان اهمیت وراثت و رشد را در شکل گیری موجود زنده انکار نمی کند، ولی برای روابط اجتماعی اهمیت خاصی قائل است. این عامل را در زندگی انسان به قدری موثر است که تجارب بین فردی یا اجتماعی را سبب ایجاد تغییرات فعالیت های صرفاً فیزیولوژیک بدن مانند نفس، تغذیه، دفع، گردش خون و دستگاه گوارش می داند. به نظر سالیوان، شخصیت انسان از سه عنصر اساسی ساخته شده که عبارتند از پویاییها، تصویر ذهنی از خود و دیگران و فرایند شناختی.

تنیدگی و دلواسی

سالیوان معتقد است قسمت اعظم کردار و رفتار آدمی برای از میان بردن یا سبک کردن تنیدگی های او صورت می گیرد. تنیدگی ناشی از دو منبع است : نیازهای بدنی و نایمنی اجتماعی. الف- نیازهای بدنی بر دو گونه اند : یا عمومی هستند یا خصوصی. ب - نایمنی اجتماعی.

ساخت شخصیت

شخصیت مرکز زنده فعالیت های گوناگون است. سالیوان مهمترین این فعالیت ها را سه نوع می داند :

(1) عوامل انگیزشی ، (2) تصویرهای ذهنی و (3) فعالیت های ادراکی

عوامل انگیزشی - الگوی پایدار رفتار، رویه معمولی شخص در موارد معین، و احساس عاطفی نسبتاً عاطفی نسبتاً با دوام نسبت به شخص یا اشخاص دیگر ، عوامل انگیزشی خوانده می شوند. پرخاشگری، شهوت جنسی، بد اندیشی عامل انگیزشی رفتار هستند.

عوامل انگیزشی ممکن است نمایان باشند یا پنهان. نمایان مانند خنده و پنهان مانند تخیل.

بیشتر عوامل انگیزشی برای برآوردن نیازهای اصلی ارگانیسم به کار می روند، ولی ترکیب عده ای از آنها در پیرامون یک دلوایسی نیرومندی که از خردسالی به وجود می آید، عامل انگیزشی خاصی را تشکیل می دهد که سالیوان آن را عامل انگیزشی خود یا دستگاه خود می خواند.

2- تصویرهای ذهنی - هرکسی تصویری از خویشتن یا از دیگری دارد. صورتی که از دیگری در ذهن شخص پدید می آید، بر حسب ارتباطی که آن دیگری با رفع نیازها و دلوایسی های شخص دارد، واجد عواطف و احساسات و افکار مخصوص پنداشته می شود.

3- فعالیت های ادراکی - فعالیت های ادراکی از نظر سالیوان سه نوع هستند : احساس محض ، تداعی های تصادفی و علامت های رمزی. الف) احساس محض ، یعنی احساس به وجد خالص آن ، احساسی است که نوزادان در ماه های زندگی دارند، و آن محصول خام حواس است و در ذهن کودک تعبیر و تفسیری از آنها نمی شود.

ب) تداعی های تصادفی در صورتی است که مجاورت تصادفی دو امر سبب شود که میان آنها رابطه علت و معلولی فرض گردد و حال آنکه چنین رابطه همیشه موجود نباشد. این تداعی ناشی از قانون «تداعی معانی» و اصل «کل مجاورت» است.

ج) علامت های رمزی عالیتین فعالیت های ادراکی هستند که برای ارتباط میان افراد آدمی ضرورت دارند.

مراحل رشد شخصیت :

1- دوره اول کودکی - (از هنگام تولد تا 18 ماهگی) . مرحله گذراندن احساس محض.

2- دوره دوم کودکی - (از 18 ماهگی تا 6 سالگی) . ایجاد تصویرهای ذهنی و آشنایی با علائم رمزی.

3- دوره سوم کودکی - (از 6 سالگی تا 11 سالگی) تقویت جنبه اجتماعی و ایجاد مکانیسم به گرایی.

4- دوره پیش از نوجوانی - (از 11 سالگی تا 13 سالگی) . ایجاد احساس اولین عشق متقابل .

5- دوره نوجوانی - (13 تا 17 سالگی) .

6- دوره جوانی - (17 تا 20 سالگی) - پابرجا شدن «عامل انگیزشی خود» یا «دستگاه خود».

7- دنباله دوره جوانی - دوره بزرگسالی - (20 تا 30 سالگی و بعد از آن) .

نکته : سالیوان در روان درمانی روش خاصی برگزیده که بر پایه مصاحبه قرار دارد.

نکته : به اعتقاد سالیوان شخصیت در دوران کودکی تشکیل نمی گردد.

تست ها :

1- به اعتقاد سالیوان ، اولین عشق متقابل در کدام دوره رشدی شکل می گیرد ؟

- الف) پایان کودکی
ب) ماقبل نوجوانی
ج) پایان نوجوانی
د) جوانی

2- از دید سالیوان هر نوع رفتاری اعم از جسمانی و شناختی که مانند یک عادت پایدار بماند، چه نامیده میشود؟

- الف) تنش
ب) پویایی ها
ج) خوشی مفرط
د) الگوهای تجربه

3- فعالیت های ادراکی از نظر سالیوان چگونه تقسیم بندی شده اند؟

- الف) احساس محض و ادراک کل
ب) احساس محض، تداعی های تصادفی و علامت های رمزی
ج) علامتهای رمزی و ادراک کل
د) ادراک اجزاء و علامت های رمزی

4- از نظر سالیوان یکی از مهمترین و پیچیده ترین عوامل انگیزشی چیست؟

- الف) دستگاه خود
ب) لیبیدو
ج) کنش ذاتی
د) فطرت

5- روش هایی که سالیوان در درمان بیمارانش به کار می برد چه بود؟

- الف) مشاهده ساده
ب) مشاهده مجهز
ج) مصاحبه
د) پرسشنامه و تداعی آزاد

6- از نظر سالیوان ، تنیدگی از دو منبع ناشی می شود، آن دو منبع کدامند ؟

- الف) نیازهای بدنی و روانی
ب) دوست داشتن و مورد دوستی قرار گرفتن
ج) ضعف خود و قدرت دیگران
د) نیازهای بدنی و نا ایمنی اجتماعی

7- نظریه روان پزشکی تاثیر متقابل اشخاص، به کدام دانشمند منسوب است؟

- الف) مورفی
ب) آلپورت
ج) سالیوان
د) مازلو

پاسخنامه :

- 1- گزینه ب
- 2- گزینه ب
- 3- گزینه ب
- 4- گزینه الف
- 5- گزینه الف
- 6- گزینه الف
- 7- گزینه ج

نظریه یادگیری اجتماعی در شخصیت

جولین راتر (1916)

راتر، رفتار فرد را تحت تاثیر چندین عامل می دانست و روی این موضوع اصرار داشت که برای درک رفتار انسان نباید فقط به تقویت مثبت و منفی و پیامدهای آن محدود شویم بلکه باید به اثرات انتظار فرد از آن تقویت و ارزشی که فرد برای آن تقویت قائل شده نیز توجه نمود یعنی فرد به پیامد رفتار با توجه به تقویتی که شده است یک انتظار ذهنی وارد و رفتار را مطابق با آن تنظیم میکند. دو فرض اساسی نظریه راتر عبارت اند از 1- شخصیت آموخته می شود 2- شخصیت به سوی هدفهای خاصی برانگیخته می شود.

راتر برای اینکه کاربرد شخصیت را شرح دهد چهار مفهوم اساسی را معرفی کرد: توان رفتار، انتظار، ارزش تقویت، موقعیت روانی نکته: وقوع توان رفتار در هر موقعیت بخصوصی حاصل انتظار منجر شدن آن رفتار به تقویتی خاص در آن موقعیت و ارزش آن تقویت است. توان رفتار: یعنی این احتمال که از تمام رفتارهایی که می توانیم در یک معین انتخاب کنیم و آنها را نشان دهیم یک رفتار یا پاسخ خاص داده خواهد شد. رفتار فرد شامل تمام حالات و حرکات و واکنشهای فرد است و در پاسخ به یک محرک میتواند از آنها استفاده کرده و یا آنها را کنترل کند و رفتار بروز پیدا نکند. در پاسخ یک توهین راههای مختلف برای واکنش وجود دارد. انتخاب فرد از بین چاره هایی که دارد بستگی به موقعیت و ادراک ذهنی فرد دارد که توان و پتانسیل رفتار را توضیح میدهد.

انتظار: اشاره دارد به عقیده ما درباره اینکه اگر در یک موقعیت معین به شیوه خاصی رفتار کنیم می توانیم پاداشی را که به دنبال آن خواهد آورد پیش بینی نماییم و یا این که اگر در نظر بگیریم که رفتار خاصی در موقعیت های پیشین انتخاب شده و نتایج مثبتی در بر داشته است انتظار میرود در زمان قرار گرفتن در همان موقعیت بنا به پاسخ های قبلی همان رفتار انجام شود. مانند انتظاری که ما از مزه یک بستنی و یا یک انتظار داریم. تجربه ی قبلی ماست نسبت به یک میوه ای و یا نسکافه ای باعث انتخاب مجدد ما میشود.

ارزش تقویت:

فعالیت‌های مختلفی که افراد مجبور می‌شوند یکی را بر دیگری ترجیح داده و انتخاب کنند به ارزش تقویت آن فعالیت مربوط می‌شود. ارزش هر تقویت در ارتباط با سایر تقویت‌کننده‌هایی قابل دسترسی است که دارای احتمالی برابر است، مثل انتخاب چای، قهوه و نسکافه.

- ارزش تقویت به درجه ترجیح فرد برای یک تقویت دیگر اشاره دارد.

موقعیت روانی:

موقعیت‌ها روی رفتار فرد و واکنش او بسیار موثر است. یعنی ممکن است انتخاب فرد در شرایط یکسان همان انتخاب قبل باشد ولی در شرایط جدید در قرار گرفتن موقعیت روانی جدید انتخاب فرد تغییر کند. مانند حضور در جمع‌های مختلف و واکنش‌های رفتاری مختلف و اظهارات عقاید موافق با محیط جمع و هماهنگ شدن با جمع.

کمترین سطح هدف:

یعنی آن حداقل معیاری که ما برای موقعیت‌های مختلف در نظر می‌گیریم که پایین‌تر از آن برای واکنش مناسب از طرف فرد کافی نیست و تقویت‌کننده به حساب نمی‌آید. مانند حداقل حقوق و دستمزد برای انجام یک کار.

اعتماد میان فردی:

راتر شکل دیگری از انتظار تصمیم یافته را به نام اعتماد میان فردی معرفی کرد. تصور فرد این است که دیگران قابل اعتمادند و از این نظر در موقعیت‌های اجتماعی-اقتصادی بهتری قرار می‌گیرند و در تحقیقات انجام شده نشان داده شده که قول‌های پدران و مادران و عمل کردن به آنها در ایجاد اعتماد اجتماعی و میان فردی بسیار موثر بوده است.

مفاهیم گسترده‌تر:

- آزادی حرکت همانند انتظار است و انتظار فرد را درباره اینکه رفتارهای خاصی در ارضای یک نیاز به موفقیت خواهند انجامید شامل می‌گردد.

- کمترین سطح هدف پایین‌ترین سطح تقویت بالقوه در یک موقعیت خاص است که ما آن را رضایتبخش می‌دانیم.

- نیازهای روانی: انگیزش عمده ما در زندگی به حداکثر رساندن تقویت مثبت و به حداقل رساندن تنبیه در تمام موقعیتها است. راتر در این جا دوباره بر تعامل بین عوامل تعیین‌کننده درونی و بیرونی رفتار تمرکز می‌کند. زمانی که ما شرایط بیرونی را توصیف می‌کنیم با تقویت‌کننده‌ها سروکار داریم وقتی که او شرایط شناختی درونی

حرف مي زنيم به نيازها اشاره مي كنيم طبق نظر نيازهاي رواني ما آموخته مي شوند.

طبقات نيازها:

- 1- نيازهاي شهرت / مقام
- 2- نيازهاي محافظت/وابستگي
- 3- نيازهاي تسلط
- 4- نيازهاي استقلال
- 5- نيازهاي عشق و محبت
- 6- نيازهاي آسايش جسماني

نکته : مفهوم منبع کنترل را راتر مطرح کرده است. در مورد مسئله اراده آزاد در برابر جبرگرایی به نظر می رسد که راتر طرفدار انتخاب آزاد است خصوصاً در مورد افرادی که دارای منبع کنترل درونی هستند.

از نظر راتر قسمت اعظم رفتار آموخته می شود بنابراین او به عوامل ژنتیکی توجه کمی داشت موضع راتر درباره مسئله یگانگی در برابر عمومیت در مفهوم موقعیت روانی او منعکس شده است. راتر هدف زندگی نهایی یا لازمی چون خودشکوفایی را معرفی نکرد ولی اعلام داشت که رفتار هدف گراست. راتر از انواع شیوه های سنجش مانند مصاحبه، آزمون های فرافکنی، مشاهدات رفتار و پرسشنامه خود سنجی استفاده کرد.

تست ها :

- 1- دانش جویی که در درس زبان خارجی همیشه نمره مردودی می گیرد، شکست خود را به «نداشتن استعداد زبان» نسبت می دهد. اسناد این دانشجو به کدام دسته از عوامل زیر است؟
- الف) درونی ، پایدار، قابل کنترل
پایدار، قابل کنترل
ج) درونی ، پایدار، غیر قابل کنترل
ناپایدار، غیر قابل کنترل
د) بیرونی ،
ناپایدار، غیر قابل کنترل
- 2- مفهوم «منبع کنترل» نخستین بار در کدام نظریه مطرح شد؟
- الف) راتد ب) بندورا ج) سلیگمن د) مک لند
- 3- در نظریه راتد تصمیم گیری فرد مربوط به کدام نیاز طبقه بندی می شود؟
- الف) نیازهای شهرت
ج) نیازهای استقلال
ب) نیازهای تسلط
د) نیازهای آسایش

پاسخنامه :

- 1- گزینه ج
- 2- گزینه الف
- 3- گزینه ج

نظریه میدانی لوین (1980)

اصول اساسی نظریه میدانی لوین:

- 1- رفتار، تابع میدانی است که هنگام بروز آن وجود دارد.
- 2- تجزیه و تحلیل شخصیت از کل شروع و سپس به عناصر اجزایی آن تقسیم می شود.
- 3- رابطه فرد خاصی را با یک محیط خاص می توان با معادلات ریاضی نشان داد.
- لوین همچنین بر نیروهای روانی (احتیاجات) به عنوان تعیین کننده های رفتار تأکید نمود.
- ساخت شخصیت: لوین معتقد بود که اولین قدم هر فرد برای توصیف ساخت شخصیت خود این است که بتواند به وسیله ای موجودیت خود را از بقیه جهان جدا ساخت.
- فضای روانی: مجموعه تمام پدیده هایی که رفتار فرد را تعیین می کنند فضای روانی را تشکیل می دهند. $L=E+P$ پویایی های شخصیت (L فضای روانی ، E = محیط ، P = شخص محیط): لوین مفاهیم ریاضی را از یک سیستم هندسه فضایی که به آن توپولوژی می گویند، قرض گرفت. مفاهیم اساسی که او در این رابطه به کار برد عبارتند از : انرژی ، تنش، احتیاج، ارزش و فشار یا نیرو
- 1- انرژی- لوین هم مانند اغلب نظریه پردازان شخصیت معتقد است که فرد انسان یک سیستم پیچیده انرژی است.
- 2- تنش: عبارت است از تنیدگی روانی در یک قسمت از ناحیه درونی- شخصی به نسبت قسمتهای دیگر.
- 3- احتیاج: عبارت است از یک وضع فیزیولوژیک یا روانی که خواسته ای را نشان می دهد، احتیاج، سبب افزایش تنش و یا انرژی در ناحیه درونی- شخص می شود.
- 4- ارزش عبارت است از درجه ارزشمندی هر یک از ناحیه های محیط روانی: دو نوع ارزش وجود دارد. ارزش مثبت و ارزش منفی.
- 5- فشار یا نیرو: عبارت است از مقدار انرژی که روی فرد وارد می آید و حرکتی را ایجاد می کند فشار یا نیرو با تنش فرق دارد.
- فعالیت : فعالیت مغزی کودک (فعالیت پنج قسمت قبلی را شامل می شود) رشد و تکامل شخصیت در نظریه لوین:
- 1- تنوع: به تدریج و همراه با رشد انسان در فعالیت ها، عواطف، احتیاجات، اطلاعات و روابط اجتماعی او تنوع بیشتری پدید می آید.

- 2- نظام دهی: انسان به تدریج که رشد می کند نه تنها فعالیت هایش متنوع تر می شوند بلکه نظم پیچیده تری به خود می گیرند.
 - 3- گسترش فعالیت: فعالیت های انسان همراه با رشد گسترش می یابد.
 - 4- ارتباط متقابل رفتارها: رفتار کودک در اوان زندگی بسیار کلی است. با افزایش رشد رفتارهایش تفکیک می شوند.
 - 5- درجه واقع گرایی: بر اثر رشد انسان با واقعیت های بیشتری روبرو می شود.
- حرکت و ارتباط یعنی رفتار آدمی یا رویدادهای زندگی او که نتیجه عمل متقابل امور هستند تابع سه اصل می باشند. ارتباط ، واقعیت و همزمانی.

تست هـ — :

- 1- کدام دو تئوریسین «مفهوم فضای زندگی» را با معنای تقریباً مشابه مطرح کرده اند؟
 (الف) لوین و مورفی
 (ب) مورفی و مورو
 (ج) مورنر و هوزی
 (د) هوزی و مورفی
- 2- در دیدگاه لوین، رفتار تابعی است از :
 (الف) انگیزه و ارگانیسم
 (ب) انگیزه و پاداش
 (ج) شخص و محیط روانی
 (د) فضای زندگی و محیط روانی
- 3- کدام دانشمند برای توصیف انسان و شناخت آن از شکل های هندسی استفاده کرده است؟
 (الف) شلدون
 (ب) مورفی
 (ج) لوین
 (د) ورتایم
- 4- در فرمولی که لوین ارائه می دهد فضای زندگی چیست؟
 (الف) شخص بعلاوه محیط روانی
 (ب) شخص بعلاوه امکانات رفاهی
 (ج) محیط ذهنی بعلاوه محیط اجتماعی
 (د) محیط اجتماعی
- 5- از نظر کرت لوین رفتار تابعی از چه چیزی می باشد؟
 (الف) محیط زندگی
 (ب) محیط روانی
 (ج) فضای زیستی
 (د) فضای زندگی
- 6- کدام گزینه با دیدگاه لوین تطبیق نمی کند ؟
 (الف) دراز کردن دست و برداشتن چیزی، حرکت نمی شود
 (ب) خیال برداشتن یک چیز نیز حرکت است
 (ج) خیال برداشتن یک چیز، حرکت محسوب نمی شود
 (د) حرکت در امور خیالی خیلی آسانتر صورت می گیرد
- 7- کرت لوین رشد رفتار آدمی را تابع چه چیزی می داند؟
 (الف) اراده شخص
 (ب) دوایر بسته و نازک
 (ج) شخص و فضای زندگی
 (د) شخص و محیط روانی
- 8- از دید لوین هر نیرویی که با شدت کافی به شخص فشار بیاورد حرکت به وقوع می پیوندد. این نیرو دارای چه خصوصیتی است؟
 (الف) جهت و پتانسیل
 (ب) پتانسیل و مسیر
 (ج) جهت، شدت و هدف
 (د) جهت، پتانسیل و فضا
- 9- نظریه کرت لوین تحت چه عنوانی شهرت یافته است؟

- الف) آماری
ج) ترسیمی
10- نظریه کرت لوین به کدام دیدگاه نزدیکتر است؟
الف) گشتالت
ج) ذره گرایی
ب) تحلیلی
د) میدانی
ب) رفتار نگری
د) شناخت گرایی

پاسخنامه :

- 1- گزینه الف
- 2- گزینه ج
- 3- گزینه ج
- 4- گزینه الف
- 5- گزینه د
- 6- گزینه ج
- 7- گزینه د
- 8- گزینه ج
- 9- گزینه د
- 10- گزینه الف

رویکرد زمینه محدود

- دیوید مک کله لند

- سیگلن

- زاكرمن

نظریه دیوید مک کله لند:

مک کله لند و همکاران او در زمینه نیاز به پیشرفت تحقیقات گسترده ای انجام دادند. به نظر مک لند نیاز به پیشرفت است که میتواند رفتار فرد را تقریباً در تمامی شرایط و موقعیت ها هدفمند کرده و نیرومند سازد.

مک لند برای اندازه گیری های تجربی خود از آزمون اندریافت موضوع (TAT) استفاده کرد. در این تحقیق وی متوجه شد نیاز به پیشرفت در طبقات متوسط و بالای اجتماعی بیشتر دیده می شود، که از رقابت و انجام تکالیف لذت می برند. و در محیط کار نیز سخت کوش تر و دارای مشاغل مهمتری هستند.

یکی از عوامل مهم و تاثیر گذار در نیاز به پیشرفت جوانان تاثیر عوامل فرهنگی جامعه است که در تحقیقات به چشم می خورد. مک لند همچنین دریافت که رفتارهای والدین در طول دو سال اول زندگی برای شکل گیری نیاز به پیشرفت فرزندان نقشی حیاتی را ایفا میکند.

نظریه ماروین زاکرمن :

زاکرمن در مورد صفت هیجان خواهی پژوهش هایی را انجام داد و آن را این طور تعریف کرد : هیجان خواهی صفتی است که دارای این ویژگی است که فرد به جستجوی هیجانها و تجربیات متنوع، نو و تازه و پیچیده همراه با خطر ریسک جسمانی، اجتماعی و مالی می پردازد که فقط به خاطر انجام دادن یک تجربه و یا رسیدن به هیجان است که انجام می شود.

زاکرمن از پرسشنامه ای نوشتاری با 40 ماده استفاده می کرد که آن را «مقیاس هیجان خواهی» نامید. زاکرمن از روش «تحلیل عاملی» در پژوهش هایش استفاده کرد و در این روش چهار مؤلفه هیجان خواهی را مشخص کرد.

- 1- تجربه جویی
- 2- هیجان زدگی و ماجراجویی
- 3- بازداري زدایی
- 4- حساسیت نسبت به یکنواختی

ویژگی افراد هیجان خواه در تحقیقات زاکرمن:

- تفاوتهای فردی: رفتارهای خطر پذیر، علاقمند به تنوع و تجربیات جدید
- تفاوتهای شخصیتی: خود محوري ، برون گرایی، مستقل، جور ، ناهم رنگ با جمع
- تفاوتهای شناختی: پردازش سریعتر اطلاعات، قدرت تمرکز ، دارای خلاقیت
- تفاوتهای شغلی: علاقمند به مشاغل هیجان انگیز و خطرناک
- تفاوتهای نگرشی: آزاد اندیشی بیشتری نسبت به مذهب و سیاست
- تفاوتهای فیزیولوژیکی: دارای آستانه تحمل بیشتری نسبت به درد، صدای بلند و محرکات استرس زا هستند.
- تفاوتهای وراثتی: هیجان خواهی غالباً صفتی ارثی است. و همچنین به نوع طرز فکر و رفتار والدین نیز بستگی دارد.

نظریه سیگلمن :

سیگلمن پژوهشی درباره یک جنبه محدود از شخصیت انجام داد که آن را «درماندگی آموخته شده» نامید. در این پژوهش نشان داده شد که اگر فرصت هایی مناسب را به افراد بدهیم تا بتوانند با تصمیم گیری مجدد واکنش جدیدی در مقابل تحریکات از خود نشان دهند از درجه افسردگی و درماندگی آنان کاسته خواهد شد. یعنی کنترل داشتن بر جنبه های مختلف زندگی و تجربه کردن مجدد اتفاقاتی که در گذشته تحت کنترل نبوده می تواند در ایجاد روحیه در فرد بسیار موثر باشد. در نتیجه این پژوهش ها سلیگمن دو سبک نگرش را مشخص کرد این دو سبک عبارتند از : سبک تبیینی بدبینی و خوش بینی که سبک بدبینی نگر منفی را به تمامی جنبه های زندگی سرایت خواهد داد و سبک خوش بینی از درماندگی و افسردگی جلوگیری خواهد کرد. در پژوهش های انجام شده علامات و شباهت های زیادی بین علامات درماندگی و افسردگی دیده شد. در هر دو با کاهش کارآیی دستگاه ایمنی فرد در معرض خطر جسمانی قرار می گیرد. وقتی فرد شکست می خورد اگر این شکست را به علت های بیرونی انتساب دهیم برای خودمان دنبال توجیه گشته ایم تا بتوانیم انرژی مجدد کسب کرده و ادامه دهیم. در افراد بدین شکست ها به علت های درونی، پایدار در خود فرد نسبت داده می شود در نتیجه درماندگی به وجود آمده و الگوی انتساب منفی خواهد بود. سیگلمن معتقد است که ریشه این نگرش منفی در نوباوگی و آوان کودکی حدوداً 8 سالگی به وجود می آید که ما آسیب پذیرتر هستیم.

عوامل ایجاد کننده درماندگی آموخته شده:

- 1- والدین بدبین
- 2- محیط مدرسه خشن و سخت گیر
- 3- دوستان خشن
- 4- نژاد
- 5- فقر

نظریه آیزنک:

آیزنک مانند کتل معتقد بود که شخصیت فرد از صفات و یا عواملی تشکیل شده است که می توان آنها را با روش تحلیل عاملی بدست آورد. آیزنک از آزمون های شخصیت و مطالعات آزمایشگاهی که بر روی حیوان و انسان انجام می داد، نظریه ای را ارائه داد که در آن 3 بعد صفتی وجود دارد.

ابعاد شخصیت آنزیک:

- برون گرایی در برابر درون گرایی
 - روان رنجور خویی در برابر پایداری هیجانی
 - روان پویش خویی در برابر کنترل تکانه
- صفات که آنزیک معرفی کرد در سراسر عمر ثابت باقی می ماند و علیرغم تفاوت های محیطی و تاثیراتی که اجتماع و زمان بر فرد می گذارد این صفات در فرد حفظ می شود. مثلاً فردی اجتماعی در کودکی نیز تمایل به بازی های گروهی و رفتارهای برون گرایانه داشته است. آنزیک معتقد بود که 80 درصد هوش افراد ارثی و 20 درصد باقیمانده در نتیجه اجتماع و محیط و زمان است. پس می توان گفت که وی معتقد بود که صفات و ابعاد شخصیتی فرد به وراثت بیشتر وابسته است تا به محیط.

نظریه ارگانیسمی گلدشتاین :

- اصول کلی نظریه ارگانیسمی که در ارتباط با روانشناسی فرد است.
- 1- نظریه ارگانیسمی بر وحدت، هماهنگی، تداوم و متعادل بودن شخصیت سالم انسان تاکید می کند. در واقع طبیعت سالم موجود زنده را مستلزم هماهنگ بودن تشکیلات سیستم بدن او می داند.
 - 2- نظریه ارگانیسمی موجود را در اصل، به صورت یک واحد متشکل و هماهنگ می بیند و بعد آن را به اجزاء مختلف تقسیم می کند.
 - 3- از دیدگاه نظریه ارگانیسمی، انگیزه اساسی فرد یک انگیزه کلی و حاکم است که گلدشتاین آن را بر «تحقق خود» یا «خودیابی» می نامد.
 - 4- نظریه ارگانیسمی به فرد به عنوان یک سیستم باز انرژی می نگرد که برای فعالیت باید از منابعی انرژی کسب کند. اما محیط بیرون را به عنوان یک منبع اصلی اولیه و مستقیم در تکامل فرد موثر نمی داند.
 - 5- نظریه ارگانیسمی غالباً از اصول مکتب گشتالت استفاده می کند و از این جهت که نظریه کرت لوین روانشناس بزرگ گشتالتی شباهت های زیادی دارد.
 - 6- به نظر طرفداران نظریه ارگانیسمی با مطالعه یک فرد می توان اطلاعات وسیع نسبتاً جامع تری از او به دست آورد. گلدشتاین رفتار را سه نوع می داند:
 - 1- فعالیت های خود آگاه و ارادی
 - 2- حرکت ناشی از احساسات عاطفی و خلق و خو
 - 3- فعالیت های بدنی

تست هـ ا :

- 1- نظر آیزنک در مورد تاثیر وراثت و محیط بر فرد کدام است؟
 الف) 80% محیط، 20% وراثت (ب) 60% وراثت، 40% محیط
 ج) 50% وراثت، 50% محیط (د) 80% وراثت، 20% محیط
- 2- در چه دورانی فرد به درماندگی آموخته شده از نظر سیگمن، آسیب پذیرتر است؟
 الف) نوجوانی (ب) بزرگسالی (ج) میانسالی (د) نوباوگی
- 3- به عقیده زاکرمن هیجان خواهی صفتی اکتسابی است یا ارثی؟
 الف) عمدتاً ارثی است (ب) عمدتاً اکتسابی است
 ج) کمتر ارثی و بیشتر اکتسابی است (د) کمتر اکتسابی و بیشتر ارثی است
- 4- مک لند رفتارهای والدین را در چه سنینی برای پیشرفت فرد مؤثرتر می داند؟
 الف) دوسال اول زندگی کودک (ب) دوران ابتدایی
 ج) نوجوانی (د) شش سال اول زندگی کودک
- 5- بنابه نظر آیزنک، افرادی که از یک سو به «روان ثرندی» و از سوی دیگر به «درون گرایی» نزدیک باشند، آمادگی ابتلا به کدام اختلال را بیشتر دارند؟
 الف) هراس (ب) مردم ستیزی
 ج) هیستری (د) پارانوئیا
- 6- به اعتقاد سیگل من کدام یک از موارد زیر، عمده ترین نشانه افسردگی به شمار می رود؟
 الف) ازدست دادن انگیزه تلاش (ب) کاهش کارایی دستگاه ایمنی
 ج) ناکام شدن در یک فعالیت بیرونی (د) احساس ناتوانی در کنترل کردن رویدادهای زندگی
- 7- نقش و زمینه در نظریه کدامیک از دانشمندان زیر دیده می شود؟
 الف) راجرز (ب) مازلو (ج) گلدشتاین (د) آدلر
- 8- تقسیم بندی گلدشتاین از رفتار به کدام صورت است؟
 الف) رفتار عملی و نظری (ب) رفتار ذاتی و اکتسابی

ج) رفتار فردی و اجتماعی
رفتار بد

9- از نظر گلدشتاین عواملی که ارگانیسم را به حرکت در می آورند
که کدام ها هستند؟

الف) گرایش به برابری و عدم برابری
برابری، خودشکفتگی و سازگاری

ج) تمایل به نابرابری و عدم سازگاری
شکوفاکردن دیگری

10- تحقیقات و مطالعات گلدشتاین بیشتر در کدام زمینه زیر
بوده است؟

الف) دانش آموزان تیزهوش
بیمارستانهای دولتی

ج) سربازان صدمه مغزی دیده از جنگ
نوروتیک به ویژه وسواسی ها

پاسخنامه :

- 1- گزینه د
- 2- گزینه د
- 3- گزینه الف
- 4- گزینه الف
- 5- گزینه الف
- 6- گزینه د
- 7- گزینه ج
- 8- گزینه الف
- 9- گزینه ب
- 10- گزینه ج

رویکرد یادگیری مشاهده ای :

نظریه آلبرت بندورا (1925)

نظر بندورا این است که یادگیری می توان از طریق مشاهده یا سرمشق رخ دهد نه صرفاً بوسیله تقویت مستقیم بندورا اهمیت تقویت مستقیم را به عنوان راهی برای تاثیر گذاشتن بر رفتار انکار نمی کند اما او با این موضوع که رفتار می تواند تنها از طریق تقویت مستقیم آموخته شود یا تغییر کند به چالش برخاسته است.

از طریق سرمشق گیری یعنی مشاهده رفتار يك الگو و تکرار کردن آن رفتار فراگیری پاسخهایی که هرگز قبلاً انجام یا آشکار نمی شدند و تقویت کردن یا تضعیف پاسخهای موجود امکان پذیر است.

بازداری زدایی به ضعیف کردن يك بازداري یا قید و بند از طریق روبرو شدن با يك الگو اشاره دارد.

سه عاملی که بر سرمشق گیری تاثیر می گذارند:

1- ویژگیهای الگو

2- ویژگیهای مشاهده کننده ها

3- پیامدهای پاداش مربوط به رفتارها

چهار مکانیزم بر یادگیری مشاهده ای تاثیر می گذارند: فرایندهای توجه، فرایندهای یادداری، فرایندهای تولید و فرایندهای مشوق و انگیزش.

خود مجموعه ای از فرایندها و ساختارهای شناختی است که به فکر و ادراک مربوط می شود دو جنبه مهم خود «تقویت خود» و «کارایی شخصیت» هستند.

منابع اطلاعاتی درباره کارایی شخصی عبارتند از موفقیت عملکرد، تجربه های جانشینی، قانع سازی کلامی و انگیزتگی فیزیولوژیکی و هیجانی مراحل رشد سرمشق گیری و کارایی شخصی.

تقویت در کودکی: در نوباوگی سرمشق گیری به تقلید فوری و بی واسطه محدود است. در نوباوگان توانایی های شناختی پرورش نیافته است و کودکان نیازمند آنند که از رفتار الگو مدت کوتاهی بعد از مشاهده آن تقلید کنند و لازم است رفتار الگو برداری شده بارها تکرار شود تا کودک بتواند آن را انجام دهد.

تقویت در نوجوانی: در هر موقعیتی که مستلزم سازگاری است نوجوانان

باید ارزیابی های جدیدی از

توانایی هایشان را انجام دهند.

تقویت در بزرگسالی: بندورا بزرگسالی را به اوان بزرگسالی و سال های میانی تقسیم می کند کارایی شخصی زیاد برای عملکرد موفق در تکالیف ضروری است.

تقویت در پیری: ارزشیابی های کارایی شخصی در پیری دشوار است. توانایی های ذهنی و جسمی کاهش می یابد و کارایی محدود جسمی می تواند زود به خستگی فرد منجر شود. به نظر بندورا کارایی شخصی فرد عامل مهمی در تعیین موفقیت یا شکست ما در سراسر عمر ماست.

انواع سرمش ها:

- 1- نگاه کردن مستقیم به الگوی زنده و همراه شدن با الگو
 - 2- نگاه کردن به الگوی زنده به طور غیر مستقیم
 - 3- سرمشق گیری نهفته: یعنی استفاده از تجسم
 - 4- سرمشق گیری درمانی: دیدن فیلم
- در پژوهشی که در نظریه بندورا صورت گرفته است عوامل موثر در کارایی شخصی عبارتند از :
- تفاوت های سنی و جنسی
 - عملکرد شغلی و تحصیلی
 - سلامت جسمانی
 - کنار آمدن با استرس

بالا بردن کارایی شخصی و احساس کنترل بر رویدادهای موجود زندگی شخص به صورت مثبت به توانایی کنار آمدن با استرس و به حداقل رساندن اثرات زیانبخش آن بر کارکرد زیستی مربوط است. رویکرد بندورا بر جنبه های بیرونی رفتارهای نامناسب مخرب تمرکز دارد موضع بندورا در مورد مسئله اراده آزاد در برابر جبرگرایی روشن است رفتار هم توسط شخص از طریق عملکرد فرایندهای شناختی و هم توسط محیط از طریق رویدادهای محرک اجتماعی بیرونی کنترل می شود او این دیدگاه را «جبر متقابل» می نامد بندورا مفهوم متقابل سه عنصری را معرفی کرد که در آن رفتار عوامل شناختی و متغیرهای محیطی یا موقعیتی با یکدیگر تعادل می کنند.

در مورد موضوع طبیعت- تربیت بندورا معتقد است که اغلب رفتارها آموخته می شوند عوامل ژنتیکی نقش جزئی ایفا می کنند با این حال بندورا قبول دارد که عوامل وراثتی چون تیپ بدن، میزان پختگی و بلوغ جسمانی و قیافه می توانند بر تقویت کننده هایی که افراد دریافت می کنند مخصوصاً در کودکی تاثیر بگذارند بندورا یگانگی شخصیت را می پذیرد.

همانند اسکینز بندورا به جای هر گونه متغیرهای برانگیزنده درونی که ممکن است شخصیت را تشکیل دهند، بر رفتار تمرکز می کند او از شیوه های سنجشی چون تداعی آزاد تحلیل رویا یا شیوه های فرافکن استفاده نمی کند با این حال برخلاف اسکینز بندورا عملکرد متغیرهای شناختی را قبول دارد.

بندورا با توجه به تحقیقات و مطالعات خود رفتار و متغیرهای شناختی را از طریق مشاهده مستقیم، پرسشنامه خود سنجی و اندازه های فیزیولوژیکی ارزیابی میکند.

تست ها :

- 1- نظریه آلبرت بندورا، مبتنی بر است.

الف) صفات - فرد - شناخت	ب) فرد - موقعیت - رفتار
ج) فرد - صفات - موقعیت	د) صفات - موقعیت - شناخت
- 2- از نظر بندورا، کدام تعریف مفهوم «خود» را منعکس می سازد؟

الف) درواقع چنین مفهومی وجود ندارد	ب) مجموعه ای از فرآیندها و ساختارهای شناختی
ج) واسطه روانی شخصیت که رفتار را تعیین می کند	د) واسطه اجتماعی شخصیت که رفتار را تعیین می کند
- 3- از نظر بندورا چه عاملی موجب بازداري کارکردهای شناخي و رفتاري می شود؟

الف) فرآیندهای توجه	ب) تجربه های جانشینی
ج) خودکارآمدی پایین	د) فرآیندهای نگهداری
- 4- نظریه یادگیری مشاهده ای با کدام نام ارتباط دارد؟

الف) بندورا	ب) گیچ
ج) واتسون	د) ورتایم
- 5- بندورا یادگیری خود را در چند مرحله توضیح داده است؟

الف) دو مرحله	ب) سه مرحله
ج) چهار مرحله	د) شش مرحله

پاسخنامه :

- 1- گزینه ب
- 2- گزینه ب
- 3- گزینه ج
- 4- گزینه الف
- 5- گزینه ج

نظریه سرشتی شلدن :

نظریه شلدون درباره شخصیت بر خلاف بسیاری از نظریه های دیگر، که دارای نقطه های مبهم و قابل تعبیر و تفسیر هستند، بسیار ساده و روشن است.

افراد از نظر شلدون در سه تیپ بدنی قرار می گیرند: اندومورفی، مزومورفی و اکتومورفی.

1- اندومورفی - کسی که زیر این عنوان قرار می گیرد دارای بدنی نرم و اندامی مروراست، رشدش افقی است، استخوانها و عضلاتش نمو کافی نکرده اند و استحکامی ندارند، اندازه سطح بدنش نسبت به حجم آن کم است، دستگاه گوارش او برجستگی خاص دارد.

2- مزومورفی - رشد استخوانها و عضلات در افراد این دسته چشمگیر است. این افراد به طور کلی سخت پیکرند، ضربه ها و جراحات ها را به آسانی تحمل می کنند.

3- اکتومورفی - افراد این گروه بلند و باریک هستند، یعنی رشد آنها عمودی است، سینه ای صاف دارند، دنده هایشان از زیر پوست نمایان و عضلاتشان ضعیف است. در این افراد رشد سلسله اعصاب مرکزی و بزرگی مغز نسبت به حجم بدن، که در افراد این تیپ خیلی بیشتر از دو تیپ دیگر است، و بهمین جهت افراد این تیپ بیش از افراد و تیپ دیگر در معرض تحریکات خارجی قرار دارند و زودتر از آنها برانگیخته می شوند.

رشد شخصیت :

شلدون قبول دارد که رویدادهای دوران کودکی و خردسالی می توانند تا حدی معلوم دارند که کودک در بزرگسالی چه «تیپ» آدمی خواهد شد. ولی در توجیه این مطلب می گوید: کودک از نظر تکوینی و زیستی استعدادهایی دارد که بالقوه هستند، ولی این دلیل نمی شود که او در ضمن رشد اسید آنها باشد، بلکه چگونگی بالفعل شدن یا نشدن آن ویژگی های تکوینی و زیستی بستگی به نوع زندگی او و به تاثیر عوامل تربیتی و فرهنگی خواهد داشت.

عوامل ناخود آگاه :

شلدون تاثیر ناخود آگاه را در رفتار قبول دارد، ولی آن را مبتنی بر عوامل زیستی می داند و معتقد است که اگر آدمی اطلاعات بیشتری از بدن خود و از عوامل زیستی آن می داشت، خود آگاهی بیشتری از نیروهائی که سبب رفتار او هستند پیدا می کرد.

ساختمان بدن و بزهکاری :

شeldon درباره بزهکاری جوانان و ساختمان بدن ارتباطاتی را بدست آورده است. و در این رابطه معتقد است بزهکاران بیشتر در میان افراد فرو مورف و افراد مزومورف متمایل به اندومورف دیده می شود.

پاسخنامه :

- 1- گزینه ج
- 2- گزینه ب
- 3- گزینه ب
- 4- گزینه الف
- 5- گزینه ج

سؤالات آزمون سراسری کارشناسی ارشد 1384

- 1- وقتی به گفته فروید فردی که در عشق شکست خورده است یک داستان عشقی زیبا می نویسد. این عمل او نشانه ای است از مکانیسم دفاعی :
 (الف) تبدیل یا هیستری
 (ب) برون فکنی یا فرافکنی
 (ج) والایش یا تصعید
 (د) سرکوب یا واپس زنی
- 2- به اعتقاد اریک فروم بهترین شکل گریز از آزادی عبارت است از :
 (الف) پیوستن به دیگران و ایجاد جامعه ای سالم و انسان گرا
 (ب) اقتدار طلبی و به دست آوردن قدرت کنترل دیگران
 (ج) همنوایی بلا اراده و بدون قید و شرط با مردمان دیگر
 (د) انکار و صرف نظر کردن کامل از فردیت خود و حل شدن در دیگران
- 3- کارن هورنای، کدامین مفهوم زیر را این طور تعریف کرده است.
 «احساس تنهایی و درماندگی در دنیایی متخاصم که روز افزون و فراگیر می باشد» ؟
 (الف) افسردگی
 (ب) تصویر خود
 (ج) روان پریشی
 (د) اضطراب بنیادی
- 4- شکست در ازاء نیاز به وابستگی، از نظر اریک فرام، منجر به چه اختلالی می شود؟
 (الف) ناامنی
 (ب) فاشیسم
 (ج) خودشیفتگی
 (د) دیگر آزاری
- 5- مفهوم سازه های شخصی جورج کلی را می توان معادل کدامین مورد زیر دانست؟
 (الف) احساس حقارت آدلر
 (ب) طرحواره شناختی بک
 (ج) کهن الگوهای یونگ
 (د) خود مختاری کنشی آلپورت
- 6- از نظر بندورا، پرنفوذ ترین منبع قضاوت شخص درباره میزان خودکفایی اش کدامست؟
 (الف) تجربیات جانشینی
 (ب) قانع سازی کلامی
 (ج) موفقیت در عملکرد
 (د) برانگیختگی فیزیولوژیکی

7- از نظر اریکسون، اگر مادر نوزاد خود را طرد کند و نسبت به او بی توجه باشد و یا ثبات رفتاری نداشته باشد، باعث ایجاد کدام ویژگی در نوزاد می شود؟

- الف) وابستگی
ب) بی اعتمادی
ج) نا امیدی
د) بحران هویت

8- فروید اصطلاح «آسیب تولد» را برای کدامین مورد زیر بکار برده است؟

- الف) اولین الگوی خود
ب) اولین ضربه
ج) اولین الگوی افسردگی
د) اولین الگوی اضطرابی

9- از دید یونگ، خاطرات و امیال سرکوب شده در کدامین واحد شخصیت قرار دارند؟

- الف) پرسونا
ب) کهن الگو
ج) ناخودآگاه جمعی
د) ناخودآگاه شخصی

10- تفاوت نظریه «کلی» با دیگر نظریه های شخصیت این است که او :

- الف) به وجود مؤلفه های غیر شناختی در شخصیت قایل نیست
ب) کل شخصیت را در چارچوب فرایندهای شناختی توضیح می دهد
ج) براهمیت عوامل شناختی در شکل گیری شخصیت تاکید می کند
د) یک مؤلفه یا جنبه شناختی را در شخصیت در نظر می گیرد

11- وجود آنیما در مردان و آنیموس در زنان به اعتقاد یونگ از کجا پیدا شده است؟

- الف) قرن ها زندگی کردن زن و مرد باهم سبب آن شده است
ب) ترشح هورمون های مردانه در زنان و هورمون های زنانه در مردان
ج) شیوه های تربیتی والدین که پسران را زنانه و دختران را مردانه بار می آورد
د) اهمیتی که بعضی جامعه ها به تربیت مردانه و بعضی دیگر به تربیت زنانه می دهد

12- اسطوره «روئین تن بودن» انسان طبق نظر یونگ عبارت است از:

- الف) کهن الگوی ارزوی جاودانگی انسان

- (ب) نوعی ناهشیار جمعی و تاریخی در نوع بشر
(ج) جنبه ای است از بعد حیوانی انسان امروزی
(د) معرفی است از کوشش های بشر برای رسیدن به تعامل
- 13- شعر «که رستم یلی بود در سیستان منش کرده ام رستم داستان» طبق نظر فروید نشان دهنده کدام مکانیسم دفاعی زیر است؟

- (الف) انکار
(ب) جا به جایی
(ج) درون فکنی
(د) دلیل تراشی
- 14- اگر نظریه پردازی اعتقاد داشته باشد که «رشد فرد از برنامه زیستی مشخصی پیروی می کند»، نظریه او در زمره کدام یک از نظریه های زیر است؟

- (الف) صفات
(ب) مرحله ای
(ج) محیط گرایانه
(د) انسان گرایانه
- 15- کدام یک از دیدگاه ها در شخصیت از کار بالینی شروع کرده و به نظریه پردازی رسیده است؟

- (الف) انسان گرایی
(ب) روان کاوی
(ج) رفتار گرایی
(د) شناختی - اجتماعی
- 16- مهم ترین نیروی انگیزشی در نظریه «مازلو» چیست؟

- (الف) خود - پنداره
(ب) هویت فردی
(ج) خود - شکوفایی
(د) سلسله مراتب نیازها
- 17- براساس نظریه جورج کلی «خصومت» و «خودکشی» تلاشی است در جهت اعتباربخشی به:

- (الف) خود پنداره
(ب) نظام استنباطی
(ج) تکانه های ناهشیار
(د) نظام «من» یا «خود»

- 18- «آدلر» ، «یونگ» و «فروید» در کدام یک از موارد زیر با یکدیگر اشتراک نظر دارند؟

- (الف) ناهشیار
(ب) تثبیت
(ج) ناهشیار جمعی
(د) گزینه جنسی
- 19- کدامیک از عبارتهای زیر نشان دهنده مفهوم «اضطراب» در نظریه «روان کاوی» است؟

- (الف) تعارض بین نظام خود و تجربه
(ب) علامتی از تهدید نظام شخصیتی فرد به ویژه نظام خود

(ج) تجربه ای که در آن احساسات تهدید شده فرد اجازه ورود به آگاهی نمی یابند

(د) تجربه ای دردناک به عنوان علامتی از یک خطر قریب الوقوع عمل می کند

20- نظری های سنخ شناسی (تیپ شناسی) از این لحاظ مورد انتقاد قرار گرفته اند که :

(الف) در صورت ایجاد تغییر در وضع بدنی شخصیت نیز باید عوض شود

(ب) مسائل فیزیولوژیکی به گونه ای نیستند که بتوان آنها را سنخ بندی کرد

(ج) این نظریه ها نقش عوامل اجتماعی را در شکل دادن به شخصیت نادیده می گیرند

(د) سنخ های مشخص شده اغلب عکس ویژگی هایی را که گفته شده است نشان داده اند.

21- اگر هر فرد شخصیتی منحصر به فرد و یگانه دارد، در این صورت وجود نظریه های شخصیت چه توجیهی دارد؟

(الف) افراد آدمی با وجود منحصر به فرد بودن شباهت هایی نیز باهم دارند

(ب) اصولاً نظریه های شخصیت منکر وجود تفاوت ها در افراد آدمی هستند

(ج) نظریه ها وضع می شوند بدون اینکه توجهی به شباهت های انسان ها داشته باشند

(د) نظریه های شخصیت مدعی اند که برای هر سوالی در مورد افراد آدمی جوابی دارند.

22- طبق توضیح نظریه روان کاوی «نهاد» آن بخش از شخصیت ما است که :

(الف) سعی دارد در مقابل هر نوع ارضای تمایلات مقاومت کند

(ب) تلاش می کند ما را وادار کند تا طبق اصل واقعیت عمل کنیم

(ج) می کوشد موازنه ای بین خواسته های ما و واقعیت برقرار کند

(د) ما را به ارضای بدون قید و شرط تمایلات ترغیب می کند

23- طبق نظر آدلر تلاش و کوشش ما در زندگی برای تحقق هدف زیر انجام می گیرد؟

الف) پاسخگویی به نیازهای فیزیولوژیکی که برای ما حیاتی هستند

ب) جبران عقده حقارتی که در وجود همه ما نهفته است

ج) همراه شدن با افراد جامعه برای رسیدن به اهداف جمعی

د) گذراندن زندگی به شیوه ای که برای ما منحصر به فرد باشد

24- به نظر اریک فروم، انسان قرن حاضر به چه دلیل از آزادی می گریزد؟

الف) به خاطر ویژگی های قرن اخیر که هر نوع آزادی را شدیداً سرکوب می کند

ب) به دلیل اینکه آزادی به دست آمده بشر را بیشتر از قبل محدود و مقید کرده است

ج) برای به دست آوردن امنیتی که بر اثر آزادی آن را از دست داده است

د) به منظور تحقق اهدافی که در یک زندگی جمعی مورد نظر قرار گرفته اند

25- یکی از انتقادهایی که به «سلسله مراتب نیازهای مازلو» وارد کرده اند این است که :

الف) نیاز به امنیت در تحقیقات انجام شده نتوانسته است به اثبات برسد

ب) نمونه های مورد مطالعه مزلو به هیچ عنوان یک نمونه نماینده نبوده است

ج) بیشتر اوقات ثابت شده است که نیاز به شناخت از همه نیازها قوی تر است

د) نیاز به خود شکوفایی الزاماً وابسته به برآورده شدن نیازهای سطوح پایین تر نیست

پاسخنامه سوالات روان شناسی شخصیت (1384) :

- 1- گزینه ج
2- گزینه الف
3- گزینه د
4- گزینه ج
5- گزینه ب
6- گزینه ج
7- گزینه ب
8- گزینه د
9- گزینه د
10- گزینه ب
11- گزینه الف
12- گزینه الف
13- گزینه ج
14- گزینه ب
15- گزینه الف
16- گزینه ج
17- گزینه ب
18- گزینه الف
19- گزینه د
20- گزینه الف
21- گزینه الف
22- گزینه د
23- گزینه ج
24- گزینه د

سوالات آزمون کارشناسی ارشد 1385

- 1- به نظر آدلر، انسان در درجه نخست چه نوع موجودی است ؟
(الف) جنسی
(ب) اجتماعی
(ج) سلطه جو
(د) پرخاشگر
- 2- آدمی برای دست یافتن به هویت خود از چه مکانیزمی استفاده می کند؟
(الف) خودسنجی
(ب) گروه جویی
(ج) مردم آمیزی
(د) خود میان بینی

3- بحران هویت در نوجوانی ، به نظر اریکسون به طور عمده ناشی از کدام وضعیت است؟

الف) فشار تجربه های ناهشیار دوران کودکی

ب) تاثیر عوامل ژنتیک در شکل دهی شخصیت

ج) سر در گمی نوجوان در مورد نقش خود در زندگی

د) فشارهای گوناگون از سوی خانواده و جامعه

4- براساس کدام نظام روان شناختی، شکل گیری و تحول شخصیت تحت تاثیر ترتیب تولد فرد در خانواده است؟

الف) روان شناسی تحلیلی

ب) روان تحلیل گری

ج) روان شناسی مبتنی بر من

د) روان شناسی

فردی مقایسه ای

5- به اعتقاد مازلو، کدامین نیاز در کودکان و بزرگسالان روان گسسته کاملاً مشهود است؟

الف) عشق ب) حرمت ج) امنیت د) خودشکوفایی

6- در شکل گیری شخصیت فرامن براساس چه مکانیزمی بوجود می آید؟

الف) فرافکنی

ب) همسان سازی

ج) والائی گرایی

د) شکل گیری واکنشی

7- فرافکنی اساس کدام یک از تست هایی که در پی می آیند قلمداد می شود؟

الف) بینه ب) وکسلر ج) پرتئوس د) رورشاخ

8- از نظر ریموند کتل، شخصیت در کدام مرحله از تحول از ثبات بیشتری برخوردار است و اندک تغییراتی در تمایلات و بازخوردهای فرد مشاهده می شود؟

الف) از 6 تا 14 سالگی

ب) از 23 تا 50

سالگی

ج) از 55 سالگی به بعد

د) از 40 تا 60

سالگی

9- ریخت های تنه گسترده و تنه کشیده مربوط به کدام یک از ریخت شناسی ها هستند؟

الف) کرچمر ب) یونگ ج) رورشاخ د) شلدون

10- نظر سالیوان در زمینه رابطه کودک و بزرگسال با کدام یک

از نظریه پردازان که در پی می آیند قابل مقایسه هستند؟

الف) آدلر ب) فروید ج) اریکسون د) هورنای

- 11- کدام روان شناس به جمع آوری بیش از پنجاه تعریف متفاوت درباره شخصیت پرداخته است؟
 الف) کرچمر (ب) شلدون (ج) پیه رون (د) آلپورت
- 12- وقتی به جنبه نیرو دهی، پویایی، سرعت و نظم و شدت عملی که از فرد سر می زند توجه داشته باشیم، چه جنبه ای از شخصیت او به معنای وسیع کلمه پرداخته ایم؟
 الف) مزاج (ب) خوی (ج) استعداد (د) انگیزش
- 13- در کدام یک از روش های بررسی شخصیت با پدیده پنهان کاری مواجه می شویم؟
 الف) پرسشنامه (ب) آزمایش گری (ج) مشاهده طبیعی (د) مصاحبه بالینی
- 14- کدام یک از ریخت شناسی هایی که در پی می آیند دارای پایه های بدنی نیستند؟
 الف) ریخت شناسی کرچمر (ب) ریخت شناسی یونگ (ج) ریخت شناسی پاولف (د) ریخت شناسی شلدون
- 15- در کدام نظام روان شناختی رگه نخستین به منزله ادراک مستقیمی از جنبه ای از شخصیت در نظر گرفته می شود؟
 الف) نظام گشتالتی (ب) نظام درون سازی (ج) نظام بازتاب شناسی (د) نظام رفتار نگری
- 16- در نظام رفتار نگری رگه شخصیت بر چه اساسی شکل گرفته است؟
 الف) متغیر ویژگی ها (ب) منظومه ویژگی ها (ج) واکنش تعمیم یافته نخستین (د) پهنه ادراکی
- 17- پژوهش های «هیمانس و ویرسما» بر چه پایه هایی متکی هستند؟
 الف) عوامل (ب) رگه ها (ج) متغیرها (د) ریخت ها
- 18- در کدام نظام علمی روان شناسی شخصیت از سه لایه بن «نهاد»، «من «خود»، و فرامن «فراخود» تشکیل یافته است؟
 الف) شناخت نگری (ب) رفتار نگری

- (ج) یادگیری اجتماعی
 (د) روان تحلیل گری
- 19- شخصیت گرایی چندمین مرحله تحول نظام هانری والن را تشکیل می دهد؟
- الف) دومین (ب) سومین (ج) چهارمین (د) پنجمین
- 20- در نظام گزل، شخصیت فرد در هر مرحله با چه اصطلاحی مشخص شده است؟
- الف) خودسنجی (ب) هماد بینی
 (ج) خود میان بینی (د) نیمرخ رفتار
- 21- وقتی برای بررسی شخصیت یک فرد از وی می خواهند لوازمی سازمان نیافته را سازماندهی کند از چه آزمونی استفاده می کنند؟
- الف) آزمون ساختمانی (ب) آزمون تشکیلی
 (ج) آزمون پالایشی (د) آزمون تعبیری
- 22- از کدام مرحله تحول، کودک به بناکردن فردیت خود می پردازد؟
- الف) پیش تولدی (ب) پس تولدی
 (ج) تحول اجتماعی (د) درونی کردن
- 23- وقتی شخصیت کودک از تعادل جویی های پی در پی یک فرایند سازشی مداوم نشأت می گیرد، تغییر و تحول وی از قدرت فزاینده چه مکانیزمی تبعیت می کنند؟
- الف) برونسازی (ب) ساخته پنداری
 (ج) میان واگرایی (د) خودمیان بینی
- 24- مفهوم دیالکتیکی شخصیت در قالب یک جریان پویای متشکل از بحران ها و گشایش ها، مربوط به کدام نظام تحولی است؟
- الف) نظام گزل (ب) نظام پیاژه
 (ج) نظام فروید (د) نظام والن
- 25- بنابر نظام اریکسون فرد از چه مرحله ای در جستجوی نقش یا هویت خویش است؟
- الف) مرحله اول (ب) مرحله سوم
 (ج) مرحله پنجم (د) مرحله هفتم

پاسخنامه سوالات روان شناسی شخصیت (1385) :

- 1- گزینه ب
- 2- گزینه الف
- 3- گزینه ج
- 4- گزینه د
- 5- گزینه ج
- 6- گزینه ب
- 7- گزینه د
- 8- گزینه ب
- 9- گزینه الف
- 10- گزینه ج
- 11- گزینه د
- 12- گزینه الف
- 13- گزینه الف
- 14- گزینه ب
- 15- گزینه الف
- 16- گزینه ج
- 17- گزینه ب
- 18- گزینه د
- 19- گزینه ج
- 20- گزینه د
- 21- گزینه ب
- 22- گزینه الف
- 23- گزینه ج
- 24- گزینه د
- 25- گزینه ج

منابع :

- نظریه های شخصیت : دوان و سیدنی شولتز، ترجمه سیدیحیی محمدی
 - روان شناسی شخصیت : آلن . ا . راس، ترجمه جمالفر
 - نظریه های شخصیت : دکتر علی اکبر سیالی
 - روان شناسی شخصیت : لارنس ای . پروین، ترجمه محمدجعفر جوادی
- ، پروین کدیور