

درآمدی تصویری بر



روان شناسی

نایجل بنسون

ترجمه الهه شهابی

روان‌شناسی چیست؟

اصطلاح انگلیسی PSYCHOLOGY به معنی «روان‌شناسی» از دو واژه PSYCHE و LOGOS ساخته شده است. PSYCHE (با تلفظ /SAIKI/) از کلمه یونانی ΨΥΧΗ به معنای «دم حیات» می‌آید که همان روح یا روان است و تسامحاً به «ذهن» ترجمه می‌شود.



حرف Ψ یونانی (با املاي psi و تلفظ /sar/) در حال حاضر نماد بین‌المللی روان‌شناسی است.

بدین ترتیب، psychology در اصل به معنی «مطالعه ذهن» بوده است. اما امروزه بیش‌تر روان‌شناسان تعریف دیگری از روان‌شناسی دارند.

تلاش برای ارائه تعریف

بسیاری از روان‌شناسان سخت می‌کوشند تا آنچه را به معنی واقعی کلمه روان‌شناسی محسوب می‌شود از غیر آن به روشنی متمایز کنند.

حال ببینیم روان‌شناسان روان‌شناسی را چطور تعریف می‌کنند. برای یافتن تعریفی که برای همه پذیرفتنی باشد با مشکلات متعددی روبرو هستیم. اگرچه بیشتر روان‌شناسان بر این عقیده‌اند که مسئله مهم ارائه یک تعریف علمی — به منظور اجتناب از آشفتگی فکری — است، روشن نیست که این علمی بودن دقیقاً به چه معناست.

دشواری دیگری که در عمل وجود دارد، به قول برخی، ناممکن بودن مطالعه ذهن به طور مستقیم است. در واقع حتی تلاشی برای تعریف ذهن هم کار بسیار دشواری است. برخی روان‌شناسان کاملاً از این کار اجتناب کرده‌اند، به ویژه رفتارگرایانی چون بی. اف. اسکینر^۱ و جی. بی. واتسون^۲.



1. B. F. Skinner (1904-1990)
2. J. B. Watson (1878-1958)

بیش‌تر روان‌شناسان عملاً در رفتار یک فرد بر آنچه قابل مشاهده و اندازه‌گیری است و فرایندهای زیستی را شامل می‌شود، متمرکز می‌شوند. در عین حال با وجود دیدگاه‌های افراطی برخی رفتارگرایان هنوز هم عموماً ذهن به عنوان موضوع اصلی در نظر گرفته می‌شود. بنابراین تعریف عمومی پذیرفته‌شده چنین است:

روان‌شناسی مطالعه علمی ذهن و رفتار انسان‌ها و حیوانات است.

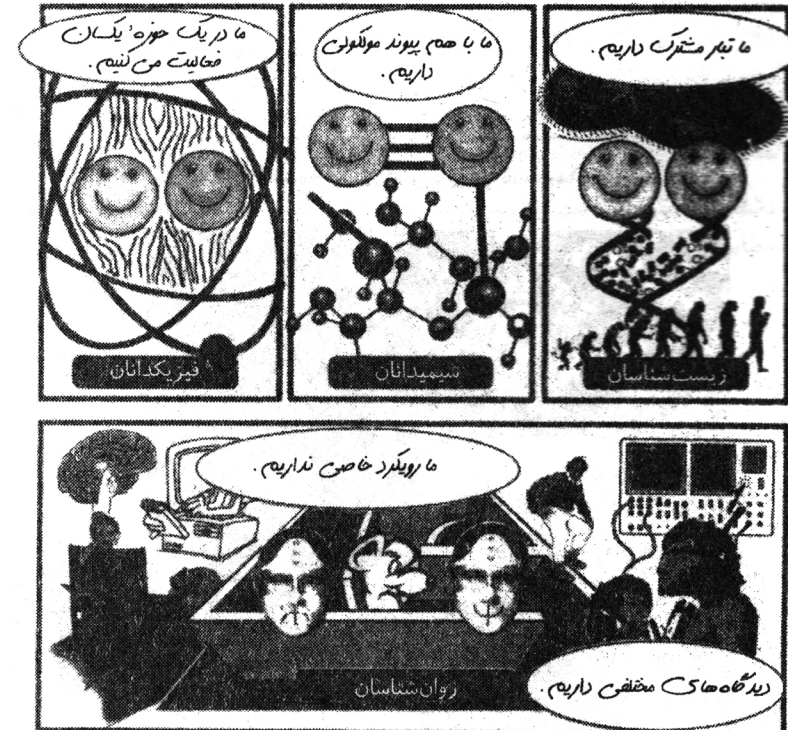


شیه هم هستند، اما جامعه‌شناسی معمولاً در باره مطالعه گروه‌های بزرگ مردم در جوامع یا خرده‌فرهنگ‌ها به کار می‌رود.

افزون بر این، روان‌شناسی عمدتاً در باره افراد یا همان‌طور که در روان‌شناسی اجتماعی گفته می‌شود—گروه‌های کوچکی از مردم است. همین‌طور در روش‌هایی که به کار می‌برند نیز با یکدیگر متفاوتند. در روان‌شناسی تأکید بر آزمایش و تجربه است، اما در جامعه‌شناسی این شیوه معمولاً به دلایل عملی و اخلاقی امکان‌پذیر نیست؛ بنابراین مشاهده و بررسی بیش‌تر کاربرد دارد.

روان‌شناسی شامل چه چیزهایی است؟

بر خلاف علوم طبیعی، روان‌شناسی یک نظریه واحد یا رویکرد خاص ندارد...



نگاهی بیندازیم به شش رویکرد یا دیدگاه اصلی روان‌شناسی:

روان‌پوشی^۱؛ رفتارگرایی^۲؛ شناختی (شامل گشتالت)^۳؛ انسان‌گرا^۴؛ روان‌شناسی زیستی^۵؛ فرهنگی-اجتماعی^۶.

1. Psychodynamic
2. Behaviorism
3. Cognitive (including Gestalt)
4. Humanistic
5. Bio-Psychological
6. Social-Cultural

زیرشاخه‌های روان‌شناسی

علاوه بر دیدگاه‌های مختلف، موضوع را می‌توان به حوزه‌های متنوع مطالعاتی در بخش‌های دانشگاهی هم تقسیم کرد. مثلاً تقسیم‌بندی معمول آن چنین است:



برای آن‌که به عنوان روان‌شناس به رسمیت شناخته شوید به مدرک تحصیلی معتبر نیاز دارید (مثلاً مدرک کارشناسی) و عضویت در یک انجمن تخصصی حرفه‌ای. برای نمونه یکی از موارد زیر:

BPS — انجمن روان‌شناسی بریتانیا. (تأسیس ۱۹۰۱)؛
 APA — انجمن روان‌شناسی آمریکا. (تأسیس ۱۸۹۳)؛
 APS — مجمع روان‌شناسی آمریکا. (تأسیس ۱۹۸۸)؛

روان‌شناسی و روان‌پزشکی؟

معمولاً این دو را با هم اشتباه می‌گیرند. تفاوت روان‌شناسی و روان‌پزشکی به زبان ساده چنین است:



روان‌پزشک‌ها علاوه بر صلاحیت روان‌پزشکی و عضویت در جامعه پزشکی، مدرک پزشکی دارند. (فقط آن‌ها اجازه تجویز دارو دارند) با این حال، برخی روان‌شناسان که آموزش‌های ویژه دیده‌اند نیز در کمک کردن به افراد دچار اختلالات روانی تخصص دارند؛ آن‌ها را با نام روان‌شناسان بالینی می‌شناسیم.

برای این‌که کسی به عنوان روان‌شناس بالینی پذیرفته شود به رتبه خوبی در روان‌شناسی (دست کم ۲/۱) نیاز دارد به اضافه تجربه کاری مرتبط (مثلاً پرستاری، کار اجتماعی یا مراقبتی) و صلاحیت بالینی مورد تأیید (مثلاً دیپلم یا کارشناسی ارشد تأییدشده انجمن روان‌شناسی بریتانیا).

بعضی از روان‌شناسان بالینی مانند روان‌پزشکان سنتی درمان‌های خود را بر روان‌کاوی^۱ پایه‌گذاری می‌کنند (مثلاً کلینیک تاویستاک^۲) در حالی که عده‌ای دیگر شیوه رفتاردرمانی و اصلاح را به کار می‌برند (برای نمونه کلینیک مادزلی^۳). (این شیوه‌های درمانی بعداً شرح داده می‌شوند.)

1. Psychoanalysis
2. Tavistock
3. Maudsley

آیا روان‌شناسی علم محسوب می‌شود؟

از آن‌جا که در تعریف روان‌شناسی آمده است «مطالعه علمی» این پرسش مطرح می‌شود که: «علم چیست؟». در نظر بیشتر مردم واژه «علم» تصاویری از آزمایشگاه‌ها با لوله‌های آزمایش، تجهیزات پیچیده اندازه‌گیری و چیزهایی از این دست را تداعی می‌کند. این تصویر درست است، زیرا بر اهمیت آزمایش تأکید می‌کند؛ آزمایش‌هایی که ما تنها در شرایط تحت کنترل قادر به انجام صحیح آن هستیم. دلیل انجام آزمایش‌ها یافتن علل معلول‌ها در همه موضوعات علمی است.

روان‌شناسان هم به انجام آزمایش تمایل دارند. اما گاهی این کار به دلایل عملی و اخلاقی ممکن نیست.



به طور کلی روان‌شناسان نمی‌توانند انسان‌ها را به شکلی بررسی کنند که مثلاً شیمیدان‌ها مواد شیمیایی را بررسی می‌کنند.

بنابراین روان‌شناس ناچار است روش‌های تحقیقاتی گوناگون را به غیر از آزمایش‌های عادی به کار گیرد.