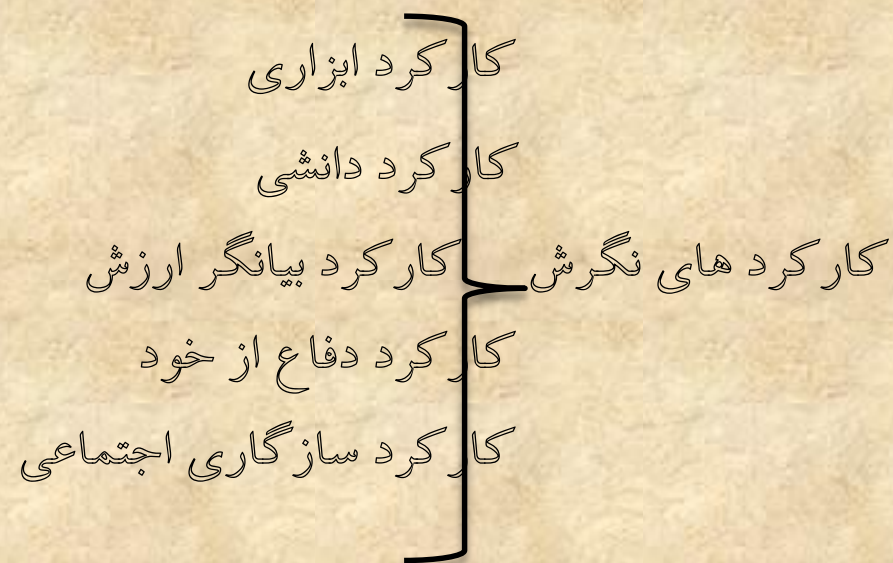


«بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»

روانشناسی عمومی

نگرش های شخصی دارای چند کارکرد روان شناختی هستند. افراد مختلف ممکن است به دلایل گوناگون، نگرش خاصی را دارا باشند. هر نگرش، علاوه بر کارکردهایی که برای شخص دارد، بر چگونگی همساز بودن آن با بقیه ی نگرش های شخص و سهولت امکان تغییر آن موثر است.



۱- **کارکرد ابزاری:** مبتنی بر دلایل عملی یا سودجویانه است. این قبیل نگرش ها صرفاً بیانگر موارد ویژه ای از تمایل کلی ما به کسب منافع یا پاداش و اجتناب از تنبیه هستند.

۲- **کارکرد دانشی:** ویژگی های نگرش های داراری کارکرد دانشی ~~معنا~~ بخشیدن به جهان برای ما. ۲- نظم بخشیدن به اطلاعات گوناگون زندگی روزمره ی ما. ۳- وجود امکان سازماندهی و پردازش اطلاعات.

این قبیل نگرش ها همانند دیگر طرحواره ها، غالباً ساده پنداری واقعیت است و ادراک ما را از رویدادها سودار می سازد.

۳- **کارکرد بیانگر ارزش:** شامل نگرش هایی است که نمودار ارزش ها یا بازتاب دهنده ی خودپنداره ی ما هستند. مثال: ممکن است شخصی به دلیل اعتقاد به گونه گونی، آزادی فردی و... نگرش مثبتی نسبت به افراد همجنس باز داشته باشد، اما شخص دیگری به دلیل اعتقادات دینی اش، همجنس گرایی را حرام بداند. از آن جا که نگرش های بیانگر ارزش برخاسته از ارزش های زیربنایی فرد هستند، معمولاً با هم همسازاند. این گونه نگرش ها بر خلاف نگرش های کارکرد ابزاری، به آسانی تغییر نمی کنند.

۴= **کارکرد دفاع از خود:** نگرش هایی را شامل می شود که ما را از اضطراب یا تهدید عزت نفسمان حفظ می کنند. مفهوم دفاع از خود از نظریه ی فروید گرفته شده است. یکی از مکانیسم هایی که فروید برای دفاع از خود توصیف کرده، مکانیسم فرافکنی (جابجایی پرخاشگری) است. فرافکنی یعنی این که فرد تکانه های غیر قابل قبول خود را سرکوب می کند آن گاه نسبت به کسانی که تصور می کنند همان تکانه ها را داشته باشند، خشونت نشان می دهد.

نظریه ی سپر بلا در پیشداوری: این نظریه که در اواخر دهه ی ۱۹۴۰ گروهی از روان شناسان دانشگاه کالیفرنیا انجام دادند، بیان می کند که نگرش های منفی به گروه های اقلیت می تواند کارکرد دفاع از خود داشته باشد. زیرا خصومت شخص اغلب به شکل سرزنش این گروه ها به خاطر هردو دسته مسائل شخصی و اجتماعی در می آید.

۵= **کارکرد سازگاری اجتماعی:** نگرش هایی که به ما کمک می کنند تا احساس کنیم بخشی از اجتماع هستیم، در خدمت کارکرد سازگاری اجتماعی شناخته می شوند. نمونه ای از این نگرش ها مولکول های عقیده هستند.

هر اندازه که نقش نگرش ها به عنوان کارکردهای سازگاری اجتماعی بنیادی تر باشد، تغییر آن ها بیشتر وابسته به تغییر هنجارهای اجتماعی می شود.

غالباً گفته می‌شود که نمی‌توان نگرش‌ها را قانونی کرد. این مطلب در معنای لغوی درست است، اما قانون و احکام قضایی اعمال عمومی را تغییر می‌دهند که این باعث تغییر در هنجارهای اجتماعی می‌شود. اگر نگرش‌های هر شهروند دارای کارکرد سازگاری اجتماعی باشند، آن‌ها نیز تغییر خواهند کرد. در این شرایط، بهترین را برای تغییر قلب‌ها و ذهن‌ها این است که ابتدا رفتار را از طریق تغییر هنجارهای اجتماعی تغییر دهند.

نگرش و رفتار

از دلایل اصلی برای بررسی نگرش‌ها این است که بتوانیم رفتار شخص را پیش‌بینی کنیم. این فرض که نگرش‌های شخص، تعیین‌کننده‌ی رفتارهای اوست، در فرهنگ غربی استقرار دارد و در موارد بسیاری صادق است. اما تحقیقات نشان داد که گاهی اوقات این گونه نیست.

نگرش‌ها در صورتی بهترین پیش‌بینی‌کننده‌ی رفتارند که:

۱- نیرومند و همساز باشند. این نگرش‌ها رفتار را بهتر از نگرش‌های ضد و نقیض پیش‌بینی می‌کنند. بسیاری از رأی‌دهندگان به این خاطر که تحت فشارهای دوستان و بستگانی هستند که با یکدیگر توافق ندارند، گرفتار دوسوگرایی می‌شوند.

۲- رابطه‌ی ویژه‌ای با رفتار مورد پیش بینی داشته باشند. نگرش‌هایی که با رفتار مورد ارزیابی ارتباط خاصی دارند، آن رفتار را بهتر از نگرش‌هایی پیش بینی می‌کنند که تنها ارتباط کلی با آن رفتار داشته باشند.

۳- مبتنی بر تجربه‌ی مستقیم شخص باشد. این نگرش‌ها رفتار را بهتر پیش بینی می‌کنند تا نگرش‌هایی که از راه خواندن یا شنیدن درباره‌ی موضوعی شکل گرفته باشند. (مثال خوابگاه دانشگاه)

۴- فرد از نگرش‌های خود آگاه باشد. کسانی که آگاهی بیشتری از نگرش‌های خود دارند، بیشتر احتمال دارد که همسازس نگرش = رفتار نشان دهند.

نکته‌ی جالب توجه این است که وقتی از مردم خواسته شود در مورد دلایل نگرش‌های خود تعمق کنند، در این صورت نگرش‌های آنان کمتر رفتارشان را پیش بینی می‌کند. نگرش‌های برآمده از منطق، غالباً با احساس‌های واقعی ما فرق دارند.

نظریه‌ی ناهماهنگی شناختی

همان طور که نگرش‌ها ممکن است به رفتار منجر شوند، این احتمال نیز وجود دارد که رفتار منجر به نگرش شود. در این مورد، لئون فستینگر با نفوذترین تبیین را در قالب نظریه‌ی ناهماهنگی شناختی مطرح می‌کند.

نظریه ی ناهماهنگی شناختی (ناراحتی ناشی از شناخت های ناهمسان) فرض می کند که در انسان کشش و ساقی به سوی همسازی شناختی وجود دارد؛ دو شناخت که با هم ناهمسان باشند، ایجاد ناراحتی می کنند که این ناراحتی شخص را به رفع ناهمسازی و ایجاد هماهنگی بین آن دو شناخت برمی انگیزد.

نظریه ی ادراک خویشتن بر آن است که آدمی در قضاوت درباره ی خودش، مرتکب همان گونه خطاها می شود که در قضاوت در مورد دیگران گرفتار آن ها می شود.

جاذبه ی میان فردی

هیچ حوزه ای از رفتار آدمی وجود ندارد که در آن به اندازه ی جاذبه ی متقابل = دوست داشتن، عاشق شدن و تمایل جنسی = شناخت ها و هیجان ها به شکلی پیچیده در هم تنیده شده باشند.

جذابیت جسمانی

مؤلفه های جاذبه ی میان فردی

مجاورت

آشنایی

شباهت

۱) جذابیت جسمانی: استفاده از ظاهر جسمانی به عنوان معیاری برای دوست داشتن کسی منصفانه نیست و تحقیقات نشان می دهد که مردم در دوست داشتن دیگران برای جذابیت جسمانی رتبه ی مهمی قایل نمی شوند؛ زیرا بر خلاف منش و شخصیت، روی این عامل کنترل کم تری داریم.

علت اهمیت جذابیت جسمانی این است که موقعیت اجتماعی و عزت نفس ما هنگامی که همراه شخص جذابی هستیم، افزایش می یابد. هم مردان و هم زنان وقتی با شخص جذاب و خیال انگیزی همراه باشند، دیگران آنان را خواستنی تر رتبه بندی می کنند تا وقتی که با شخصی غیر جذاب همراه باشند.

۲) مجاورت: بهترین راه برای پیش بینی دوستی هر دو آدم این است که معلوم کنیم محل زندگی آن ها چقدر از هم فاصله دارد؟ بررسی ۵۰۰۰ جواز ازدواج در فیلادلفیا در دهه ی ۱۹۳۰ نشان داد که یک سوم از این زوج ها در فاصله ی حداکثر پنج خیابان از یکدیگر زندگی می کرده اند.

کسانی که در موضوع های عاشقانه معتقد به معجزه هستند، ممکن است عقیده داشته باشند که برای هر کس جفتی کامل انتخاب شده که در جایی از جهان منتظر اوست. اگر این باور درست باشد، معجزه ی بزرگتر آن است که دست سرنوشت این جفت را در فاصله ی چند قدمی قرار داده است.

۳) مجاورت: مجاورت سبب افزایش آشنایی می شود و آشنایی سبب دوست داشتن می شود.

مثلاً موش هایی که مکرراً در معرض آهنگ های موتزارت یا شوئنبرگ قرار می گیرند، به کارهای آهنگسازی که آهنگ های وی را شنیده اند، بیشتر علاقه نشان می دهند.

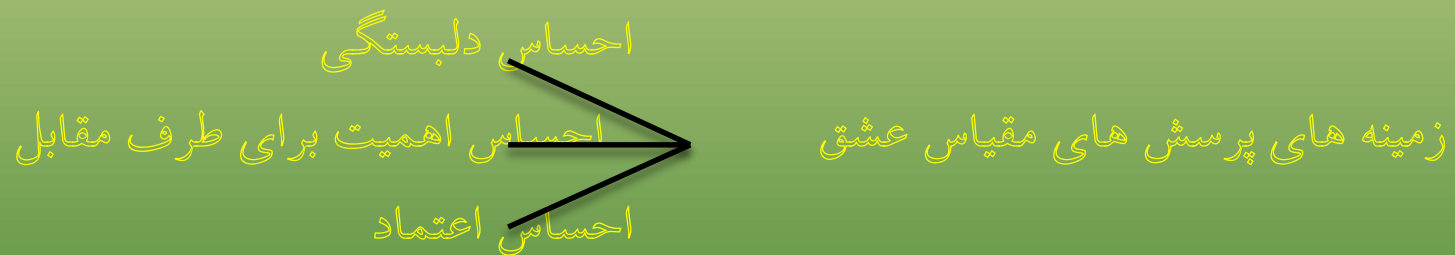
۴) شباهت: یک ضرب المثل قدیمی می گوید: «ضدتها جذب یکدیگر می شوند.» این ضرب المثل را یافته های تحقیقات به اثبات رسانده است. در پژوهشی داوران، جذابیت جسمانی هر عضو از ۹۹ زوج را از روی عکس درجه بندی کردند. بدون آن که بدانند چه کسی با چه کسی زوج است. درجه بندی جذابیت جسمانی زوج ها به شکل معنادارتری همتاتر بودند تا درجه بندی عکس هایی که به طور تصادفی زوج شده بودند. بنابراین، افرادی برخورداری از جذابیت کمتر به دنبال جفتی با جذابیت کمتر می گردند؛ زیرا انتظار دارند کسانی که از خودشان جذاب ترند طرفداران کمتری داشته باشند.

یکی از دلایل احتمالی این که شباهت سبب دوست داشتن می شود، این است که مردم برای سلیقه های خود ارزش قایل اند و از بودن با کسانی که انتخاب های آنان را تأکید کنند، خوشحال می شوند. دلیل اصلی منجر شدن شباهت به دوست داشتن، مجاورت و آشنایی است.

علی رغم همه ی این ها، اغلب گفته می شود که ضرب المثل «ضد ها همدیگر را جذب می کنند.» ممکن است در برخی موارد صادق باشد. مثلا زن یا مردی ممکن است کاملا سلطه جو باشد و به همین دلیل به دنبال جفتی برآید که نسبتا منفعل باشد. شخصی که رجحان های بسیار نیرومندی دارد، ممکن است با کسی خوشبخت باشد که بسیار انعطاف پذیر باشد.

جاذبه ی عشقی/جنسی و عشق

عشق چیزی بیش از فقط دوست داشتن شدید است. بیشتر ما مردم کسانی را می شناسیم که خیلی دوستشان داریم ولی عاشق آن ها نیستیم.



عشق و ازدواج

مفهوم عشق رمانتیک یک مفهوم قدیمی است، اما این باور که عشق رمانتیک ربط زیادی به ازدواج دارد، جدیدتر و همگانی تر شده است. در برخی فرهنگ ها به جز غرب، هنوز به ازدواج به عنوان قرار و مداری کنتراتی نگاه می کنند که هیچ سروکاری با عشق ندارد.

انواع عشق

عشق شهوانی: حالت هیجانی تندی است که در آن، رقت و احساسات جنسی، وجد و رنج، اضطراب و آرامش، نوع دوستی و حسادت، در مجموعه ای از احساسات سردرگم همزیستی دارند.

عشق مشفقانه: احساس محبت به کسانی است که زندگی ما عمیقاً با آن‌ها آمیخته شده است.

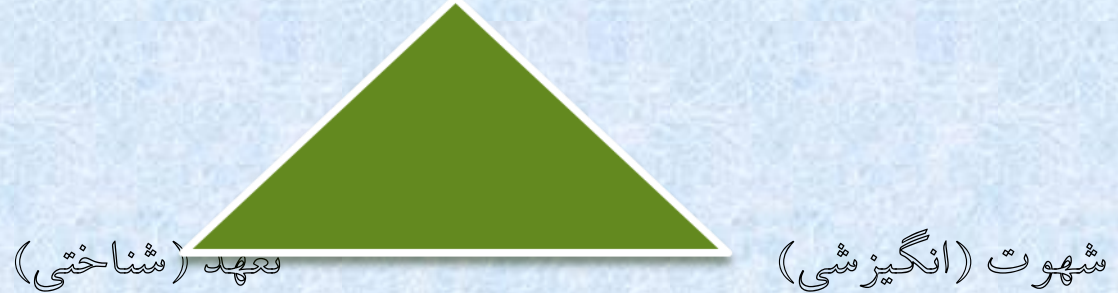
ویژگی های عشق مشفقانه: اعتماد، مراقبت، تحمل عیب های طرف مقابل، داشتن هیجانی که بیشتر با محبت و عطف همراه است تا شور سرکش شهوانی.

غالب زوج های موفق و بادوام بر عناصر مشفقانه ی رابطه ی خود تأکید می ورزند. و پژوهش ها نشان داده احساسات شدید که مشخص کننده ی عشق شهوانی است، کم تر دوام می آورند.

بنابراین، عشق شهوانی برای شروع ممکن است بسیار مفید باشد، اما نیروهایی که رابطه ی درازمدت را ایجاد می کنند، از همان آغاز کم تر وجود دارد. حتی ممکن است بین عشق شهوانی و عشق مشفقانه نوعی ناهمسازی ذاتی وجود داشته باشد.

نظریه ی مثلثی عشق

صمیمیت (هیجانی و عاطفی)



ترکیب این سه جزء به طرق مختلف منجر به هشت نوع رابطه می شود.

عشق شیدایی
عشق شهوانی
عشق رمانتیک

نوع عشق	صمیمیت	شهوت	تعهد
عشق شیدایی	ضعیف	قوی	ضعیف
عشق رمانتیک	قوی	قوی	ضعیف

راهبرد های پیوندجویی و جفت یابی

نظریه ی تکاملی داروین یکی از جدیدترین رویکردها به جاذبه ی رماتیگ و جنسی، و در عین حال قدیمی ترین آن هاست. روان شناسی تکاملی به اصل و خاستگاه سازوکارهای روان شناختی توجه دارد. اندیشه ی مرکزی در روان شناسی تکاملی این است که سازوکارهای روان شناختی مانند سازوکارهای زیست شناختی بایستی در طول میلیون ها سال از طریق فرایند انتخاب طبیعی تکامل یافته باشند.

کاربرد اصول تکاملی برای رفتار اجتماعی، بخشی از دانش نسبتاً جدیدی است که جامعه شناسی زیستی نام دارد.

علت زوج شدن مرد و زن از دیدگاه تکامل، به وجود آوردن فرزندان است که ژن های آنان را به نسل های بعدی انتقال دهند. به همین دلیل، آدمیان باید این مسائل را حل کنند: الف) غلبه بر رقبا در دست یافتن به عضوی بارور از جنس مخالف؛ ب) انتخاب جفتی که بیشترین توان بالقوه ی تولید مثل را داشته باشد؛ ج) رفتارهای اجتماعی و جنسی ضروری برای رسیدن به بارداری؛

د) ممانعت از گریز یا ترک کردن جفت؛ ه) حصول اطمینان از بقا و موفقیت تولید مثل فرزندان

نظریه پردازی جامعه شناسی زیستی معتقد است که انسان ها تحول یافته اند تا پیوند های درازمدتی با یک شریک یا جفت برقرار کنند؛ زیرا از نظر تاریخی چنین پیوندهایی بقای فرزندان را تا رسیدن به سن تولید مثل تضمین می کنند.

علاوه بر این، جامعه شناسان زیستی معتقدند که چون مرد و زن در تولید مثل نقش های متفاوتی دارند، راهبردهای جفت جویی در هر دو جنس ممکن است تحول یافته تا متفاوت شود.

نظریه ی جامعه شناسی زیستی پیش بینی می کند که مرد ترجیح دهد با بارورترین زنان جوان شریک جنسی شود. زیرا احتمال فرزندآوری این زنان بیشتر است. زن هم باید ترجیح بدهد با مردی پرخوردار از پایگاه اجتماعی مناسب و منابع مادی جفت شود، یعنی کسی که بیشترین احتمال بقا را برای کودکان و تولید مثل آنان تضمین کند.

انتقادی که به این نظریه شده است، این است که نظریه پردازی جامعه شناسی زیستی را می توان هم برای تبیین بی بند و باری مردان و هم برای تبیین وفاداری جنسی آنان به کار برد.

موفق و پروز باشید.