

:: به نام بی نام او ::

مقدمه

درس "روان‌شناسی شخصیت" یکی از محبوب‌ترین و اساسی‌ترین دروس در مجموعه دروس رشته‌های روان‌شناسی و مشاوره است. این درس در کنکور کارشناسی ارشد و دکتری روان‌شناسی بالینی وزارت بهداشت، کارشناسی ارشد و دکتری رشته مشاوره و دکتری تخصصی مجموعه روان‌شناسی وزارت علوم مورد سوال قرار می‌گیرد و همین نشان دهنده اهمیت بالای تسلط بر مطالب آن برای روان‌شناسان است. درصد رتبه‌های برتر هر سه کنکور ذکر شده در این درس غالباً بالای ۶۵ درصد است و برای رسیدن به این حد از تسلط، نیازمند مطالعه‌ی چندباره‌ی بیش از ۲۰ نظریه‌ی شخصیت است که غالباً توسط دو کتاب روان‌شناسی شخصیت فیست و همچنین شولتس پوشش داده می‌شود.

جزوه روان‌شناسی شخصیت کهان، از کنکور ۹۵ و با پوشش‌دهی عجیب ۱۰۰٪ سوالات این درس در کنکور کارشناسی ارشد روان‌شناسی وزارت بهداشت ۹۶، اعتماد ویژه‌ی بسیاری از داوطلبان را جلب کرد و با ورود به کنکور دکتری نیز با پوشش دهی ۹۰ درصد سوالات کنکور دکتری نشان داد برای این کنکور نیز کاملاً قابل اعتماد است. این جزوه در کنکورهای رشته‌ی مشاوره نیز نشان داد می‌تواند در حد رتبه‌ی یک کنکور، به سوالات پاسخ دهد.

تغییرات ویرایش هفتم و هشتم

پاسخدهی کاملاً قابل اطمینان این مجموعه به سوالات کنکورهای ۹۶ و ۹۷ کارشناسی ارشد و دکتری، ما را از ایجاد تغییرات چشمگیر در جزوه بی‌نیاز کرد اما با این حال، تغییراتی در ویرایش هفتم اعمال شد: بهینه‌سازی حجم جزوه با حذف مطالب و تست‌های کم‌تر ضروری، روان‌سازی متن و جمله‌بندی‌ها و بهبود وضعیت نگارشی و صفحه‌بندی جزوه. چرا که در کنار جامعیت و مانعیت، «قابل فهم بودن مطالب برای داوطلب» سومین ویژگی مهم و اساسی یک جزوه‌ی درجه یک است. در ویرایش هفتم همچنین، سوالات کنکور ۹۷ کارشناسی ارشد مشاوره به همراه پاسخ تشریحی به مجموعه افزوده شده است. در ویرایش هشتم، پس از بررسی‌های انجام شده توسط مشاوران گروه روی سوالات کنکورهای دکتری وزارت علوم، نظریه ارگانیسمی گلدشتاین به مجموعه نظریه‌های این جزوه افزوده شد.

با اطمینان مطالعه کنید

برای آنکه این مجموعه را با اطمینان مطالعه کنید، به موارد زیر توجه نمایید:

✓ این مجموعه توسط رتبه‌های برتر کارشناسی ارشد و دکتری روان‌شناسی و مشاوره (از جمله مریم بی طرفان رتبه ۱۴ بالینی وزارت بهداشت، نیکو قاضی نژاد دانشجوی ارشد مشاوره دانشگاه تهران، آقای فلاح رتبه ۱۷ کنکور دکتری روان‌شناسی، پریسا رفیعی، دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه تربیت مدرس و ...) تهیه شده است.

✓ این مجموعه ابزار اصلی کهان برای رساندن دانشجویان خود (از جمله شما) به رتبه‌ی تکررچی در کنکور ۹۸ است.

✓ کیفیت‌سنجی این مجموعه در ۳ کنکور اخیر کاملاً رضایت بخش و قابل اطمینان بوده است.

✓ این مجموعه در کنار دیگر مجموعه‌های کهان، با دقت زیادی برای کنکور ارشد ۹۸ به روز رسانی شده است.

✓ در پایان هر فصل این مجموعه، سوالات طبقه‌بندی شده با پاسخ تشریحی وجود دارد که به خودسنجی‌تان کمک می‌کند.

✓ این مجموعه در کنار دیگر مجموعه‌های کهان، هر ساله مورد بازبینی و ویرایش قرار می‌گیرد.

در پایان ضمن دعوت از همه شما دوستان به استفاده از روش مطالعه علمی و دقیق و همچنین به کارگیری یک برنامه‌ریزی صحیح و قابل اطمینان برای رسیدن به هدف شایسته، آمادگی خود را برای شنیدن نظرات و پیشنهادات ارزشمند شما عزیزان برای هرچه بهتر کردن مجموعه‌هایی که متعلق به همه شماست، اعلام می‌کنیم.

با آرزوی توفیق برای همه شما عزیزان

گروه مشاوران کهان

تحت نظارت مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره کهان

به ما عطا کن

توانی؛

برای تغییر دادن آنچه که می‌توانیم تغییر دهیم

ظرفیتی؛

برای پذیرفتن آنچه که از کنترل ما خارج است

و

بینشی؛

برای درک تمایز میان این دو

:. آشنایی با مجموعه کیهان .:

درباره مجموعه‌ی آموزشی کیهان

- گروه آموزشی کیهان متشکل از تعدادی از رتبه های برتر روان شناسی و مشاوره ارشد و دکتری دانشگاه های تهران، شهید بهشتی، علامه و ... است که صرفاً در زمینه کنکور ارشد و دکتری مجموعه روان شناسی و مشاوره فعالیت دارد.
- فعالیت های کیهان شامل ارائه خدمات مشاوره و برنامه ریزی، مجموعه جزوات قابل اطمینان، فیلم های آموزشی با اساتید برتر روان شناسی، ارائه خدمات روان شناختی به دانشجویان و برگزاری کلاس های آموزشی با کیفیت است.
- گروه آموزشی کیهان تحت نظارت مستقیم مرکز خدمات روانشناسی و مشاوره کیهان فعالیت می کند.
- کیهان در هیچ کجای کشور شعبه ای ندارد و تمام خدمات و محصولات آن فقط از خود مرکز کیهان به شیوه اینترنتی، تلفنی و حضوری قابل دریافت است.
- به لطف به کارگیری از روش های علمی مشاوره و برنامه ریزی و همچنین جزوات قابل اطمینان، هر ساله تعداد قابل توجهی از رتبه های زیر ۱۰۰ کنکور ارشد روان شناسی از میان کیهانی ها بوده اند. به طور مثال ۳ نفر از ورودی های ۹۴ بالینی دانشگاه تهران به طور کامل کیهانی بوده اند و امسال هم امیر همایون حلاجیان رتبه ۲ بالینی و عمومی و همچنین سمانه ابراهیم نژاد رتبه ۶ و ۷ عمومی و بالینی، تنها برخی از رتبه های تکریمی کنکور کارشناسی ارشد و دکتری روان شناسی و مشاوره هستند که به طور کامل کیهانی بوده اند.

درباره جلسات مشاوره کیهان

- جلسات به دو شکل رایگان (فقط یک بار در سال) و تخصصی (با یک مشاور به انتخاب فرد) برگزار می شود.
- جلسات به دو شکل تلفنی و حضوری و صرفاً اختصاصی (یک مشاور و یک دانشجو در هر جلسه) برگزار می شود.
- جلسات به شکل نیم ساعته و یک ساعته (به انتخاب دانشجو) برگزار می شود.
- هر دانشجوی کیهانی یک پرونده مربوط به اطلاعات خود نزد مشاور اختصاصی اش دارد.
- در سال ۹۶ بیش از ۳۰۰۰ جلسه مشاوره تخصصی کنکور ارشد و دکتری در گروه آموزشی کیهان برگزار شد.
- از سال ۹۲ تا کنون حدود ۱۴۰۰۰ جلسه مشاوره تخصصی در گروه آموزشی کیهان برگزار شده است.
- در کیهان، مشاور هر رشته (روانشناسی-مشاوره)، الزاماً رتبه برتر همان رشته است و بر آن آزمون کاملاً مسلط است.
- روش های برنامه ریزی و مشاوره کیهان، از یافته های علمی و تجربی استخراج می شود و سپس در دپارتمان مشاوران تصویب می شود. اینجا از آزمون و خطا خبری نیست.
- کیهان از حضور چندین مشاور تخصصی (رتبه های برتر) بهره می برد که این قدرت انتخاب دانشجو را بالا می برد.
- کیهان برای داوطلبان کنکور ۹۸، سه طرح ویژه متفاوت با شرایط متفاوت ارائه کرده است.
- تمام جلسات مشاوره کیهان تحت نظارت مشاوران ارشد (آقایان فلاح و نیک منش) کیهان برگزار می شود.
- امکان داشتن ماهانه یک جلسه مشاوره (و یا بیشتر، در طرح VIP) در زمینه مدیریت فردی، انگیزه، استرس و ... با مشاوران ارشد کیهان فراهم است.
- هزینه جلسات مشاوره در کیهان مطابق نرخ مصوب عمومی است.

:. کیهان متعلق به شماست، پس برای ارتقاء روز به روز خدمات آن به ما بازخورد دهید .:

مروری کلی بر عوامل موفقیت در کنکور ارشد و دکتری روان‌شناسی

از نگاه رتبه‌های برتر کنکور، مشاوران کیهان

(۱) **درست هدف‌گذاری کنید** تجربه‌ی ما نشان داده داوطلبانی که هدف مشخص و محکی برای کنکور ندارند، معمولاً در دنبال کردن اهداف خود دچار مشکل می‌شوند و گاهی حتی به خط پایان هم نمی‌رسند. پس پیشنهاد می‌کنیم اول از همه هدف‌تان را روشن کنید. چرا می‌خواهید در این کنکور شرکت کنید؟ چه رتبه‌ای را در این کنکور دنبال می‌کنید و چرا؟ حتماً می‌دانید که هدف باید SMART باشد. پس برای ۵ سال و یک سال آینده تان هدف‌گذاری smart کنید. هدف‌گذاری SMART یعنی هدف‌گذاری‌ای که مشخص (Specific)، قابل اندازه‌گیری (Measurable)، قابل دستیابی (Attainable)، واقع بینانه (Realistic) و دارای محدوده زمانی مشخص (Time-bounded) باشد. در این زمینه با مشاور تخصصی‌تان در کیهان گفت و گو کنید تا به شما در روشن‌تر و محکم‌تر کردن اهداف‌تان کمک کند.

(۲) **درست برنامه‌ریزی کنید** برنامه‌ریزی یعنی دو چیز را برای رسیدن به هدف‌تان مشخص کنید: منابع مورد استفاده‌تان (کلاس، جزوه و ...) و نقشه‌ی راه استفاده از این منابع برای رسیدن به هدف مطلوب‌تان! یک برنامه‌ریزی صحیح نه شروع چندان سنگینی دارد که زود خسته‌تان کند و نه خیلی سبک است که با هدر رفتن زمان، شما را به هدف‌تان نرساند. بدانید از کجا باید شروع کنید. بسیاری از داوطلبان برنامه‌ریزی را جدی نمی‌گیرند و با برنامه‌های شخصی و بر اساس میل و علاقه‌ی خودشان کار را پیش می‌برند. اما شما با توجه به اینکه یک جلسه‌ی برنامه‌ریزی رایگان برای تهیه خرید یک کامل جزوات دارید، حتماً اطلاعات لازم را از رتبه‌ی برتر کنکور‌تان در زمینه‌ی برنامه‌ریزی دریافت کنید. توصیه‌ی ما ادامه دادن جلسات مشاوره به شکل دوهفتگی یا ماهانه است تا یک نظارت کافی برا عملکردتان از سوی یک مرجع متخصص بیرونی دریافت کنید.

(۳) **آمادگی ذهنی کامل داشته باشید**: حالا که وقت عمل کردن فرا رسیده، ذهنتان را کاملاً بر هدف‌تان متمرکز کنید. وقتی به جلسات مشاوره کیهان می‌آیید باید بدانید که هدف‌گذاری‌های بلندمدت و چند ماهه کار مشاور شما است و شما فقط لازم است که برنامه‌های دوهفتگی-ماهانه‌تان را با بهترین کیفیت اجرا کنید. پس کاملاً متمرکز بر برنامه‌ی جاری‌تان باشید و هر سوالی دارید در جلسات مشاوره‌تان مطرح کنید.

(۴) **از ابزارهای کارآمد استفاده کنید**: منظور، داشتن یک سری ابزار برای مقابله با خستگی، ناامیدی، و سایر موانع بیرونی و درونی برای رسیدن به هدف‌تان است. روش مطالعه صحیح را بدانید (در انتهای جزوات هست و در صورت نیاز مشاورتان هم به شما آموزش می‌دهد). با روش‌های مدیریت استرس و تمرکز آشنا باشید. بدانید کی باید مرور کنید تا مطالب از ذهنتان نرود. همه‌ی اینها را مشاورتان به شما خواهد گفت ☺

(۵) **مطالعات منسجم داشته باشید**: از مطالعه منابع پراکنده پرهیز کنید. مطالعه منسجم یکی دو منبع خیلی بهتر از مطالعه‌ی پراکنده‌ی ۶-۷ منبع مختلف است. با توجه به کیفیت‌سنجی‌های اطمینان‌بخش جزوه‌ی پیش رو و موفقیت داوطلبانی که پیشتر از این مجموعه استفاده کرده‌اند، از شما مصرانه دعوت می‌کنیم که به سیرتان اعتماد کنید.

(۶) **نظارت و ارزیابی**: مدام خودتان، منابع‌تان و دانشی را که اندوخته‌اید، بررسی و ارزیابی کنید. ببینید در جهت درستی حرکت می‌کنید؟ یا نیاز به تغییر روش کار در برخی موارد دارید؟ استفاده از دفتر برنامه‌ریزی کیهان در کنار جلسات مشاوره تخصصی کیهان با رتبه‌ی برتر کنکور‌تان به شما در این زمینه کمک می‌کند.

(۷) **اعتماد به خود و توکل به نیروی برتر**: سخت تلاش کنید و نتیجه را به گرداننده‌ی روزگار واگذار کنید. ما در کیهان باور داریم که در این عالم بزرگ، طرحی عادلانه جریان دارد و هیچ تلاش صادقانه‌ی در راه رسیدن به هدفی ارزشمند، گم نمی‌شود و بهبود نیست. از شما دعوت می‌کنیم با اعتماد به این نیروی کیهانی، مطالعات‌تان را پیش ببرید.

برای شما زیباترین و شایسته‌ترین فرداها را آرزو داریم

گروه مشاوران کیهان

فهرست

عنوان	صفحه
فصل اول: درآمدی بر نظریه شخصیت	۳
فصل دوم: فروید - نظریه روان کاوی	۹
فصل سوم: آلفرد آدلر - روان شناسی فردنگر	۲۴
فصل چهارم: کارل گوستاو یونگ - روان شناسی تحلیلی	۳۳
فصل پنجم: ملانی کلاین - نظریه روابط شیء	۴۲
فصل ششم: کارن هورنای - نظریه روان کاوی اجتماعی	۵۱
فصل هفتم: اریک فروم - روان کاوی انسان گرا	۵۸
فصل هشتم: سالیوان - نظریه میان فردی	۶۵
فصل نهم: اریکسون - نظریه پسا فرویدی	۷۲
فصل دهم: اسکینر - تحلیل رفتاری	۷۸
فصل یازدهم: بندورا - نظریه اجتماعی-شناختی	۸۶
فصل دوازدهم: راتر و میشل - نظریه یادگیری شناختی-اجتماعی	۹۵
فصل سیزدهم: کتل و آیزنک - نظریه های صفت و عاملی	۱۰۳
فصل چهاردهم: آلپورت - روان شناسی فردی	۱۱۳
فصل پانزدهم: کلی - روان شناسی سازه های شخصی	۱۲۱
فصل شانزدهم: کارل راجرز - نظریه فردمدار	۱۲۹
فصل هفدهم: مزلو - نظریه کل نگر-پویشی	۱۳۶
فصل هجدهم: رولو می - روان شناسی وجودی	۱۴۴
فصل نوزدهم: نظریه صفت مک کری و کاستا	۱۵۱
فصل بیستم: نظریه تکامل شخصیت باس	۱۵۷
فصل بیست و یکم: نظریه هنری موری	۱۶۲
فصل بیست و دوم: نظریه نیاز به پیشرفت دیوید مک کلند	۱۶۹
فصل بیست و سوم: نظریه هیجان خواهی زاگرمین	۱۷۲
فصل بیست و چهارم: نظریه درماندگی آموخته شده سلیگمن	۱۷۵
فصل بیست و پنجم: نظریه ارگانیکسمی گلدشتاین	۱۷۶

- ۱۷۶..... ساخت ارگانیزم
- ۱۷۸..... سوالات درس «روانشناسی شخصیت» کنکور کارشناسی ارشد بهداشت ۹۸
- ۱۸۰..... پاسخنامه تشریحی درس «روانشناسی شخصیت» کنکور کارشناسی ارشد بهداشت ۹۸
- ۱۸۳..... سوالات درس «روانشناسی شخصیت» کنکور دکتری ۹۸
- ۱۸۴..... پاسخنامه تشریحی درس «روانشناسی شخصیت» کنکور دکتری ۹۸
- ۱۸۵..... منابع
- ۱۸۶..... مطالعات بیشتر برای رسیدن به حداکثر تسلط

فصل هجدهم: رولو می - روانشناسی وجودی

روان‌شناسی وجودی در فلسفه سورن کی‌یرکگارد، فردریش نیچه، مارتین هایدگر، ژان پل سارتر، و سایر فیلسوفان اروپایی ریشه دارد. اولین روان‌شناسان و روان‌پزشکان وجودی نیز اروپایی بودند و لودویک بیزوانگر، مدارد باس، ویکتور فرانکل و چند تن دیگر را شامل می‌شدند. برای مدت بیش از ۴۰ سال، مهمترین سخنگوی روان‌شناسی وجودی در ایالات متحده، رولو می بود.

می باور داشت که خیلی از آدم‌ها، جرأت ندارند با سرنوشت خودشان مواجه شوند، و در جریان گریختن از آن، بیشتر آزادی خود را از دست می‌دهند. آنها با نفی کردن آزادی خودشان، از مسئولیت نیز می‌گریزند. آنها که تمایلی به انتخاب کردن ندارند، آگاهی خود را نسبت به اینکه کیستند از دست می‌دهند و دچار احساس بی‌معنایی و بیگانگی می‌شوند.

پیشینه وجودگرایی

روان‌شناسی وجودی نوین در نوشته‌های سورن کی‌یرکگارد فیلسوف و عالم الهیات دانمارکی ریشه دارد. کی‌یرکگارد مانند وجودگرایان بعدی، بر توازن بین آزادی و مسئولیت تأکید کرد. افراد از طریق گسترش دادن خودآگاهی و بعد با پذیرفتن مسئولیت اعمالشان، آزادی عمل کسب می‌کنند. با این حالت کسب آزادی و مسئولیت، به بهای اضطراب به دست می‌آید. وقتی افراد درمی‌یابند که در نهایت مسئول سرنوشت خودشان هستند، سنگینی آزادی و عذاب مسئولیت را تجربه می‌کنند. اما کار دو تن از فیلسوفان آلمان، فردریش نیچه و مارتین هایدگر به ترویج فلسفه وجودی در قرن بیستم کمک کرد.

وجودگرایی چیست؟

گرچه فیلسوفان و روان‌شناسان، وجود گرایی را به شیوه‌های مختلف تعبیر می‌کنند، اما در بین اغلب متفکران وجودی عناصر مشترکی یافت می‌شود. اول اینکه وجود مقدم بر جوهر است. وجود به معنی پایدار شدن یا شدن است؛ جوهر بر ماده بی‌تغییر دلالت دارد. دوم اینکه، وجودگرایی با جداکردن ذهن از عین مخالف است. کی‌یرکگارد با کسانی که انسان را فقط به صورت موجود متفکر ذهنی در نظر می‌گیرند، مخالف بود. از سوی دیگر او از کسانی که دوست داشتند انسان‌ها را به دستگاه‌ها یا اشیاء تبدیل کنند، انتقاد میکرد. سوم اینکه، انسان‌ها در جستجوی معنی برای زندگی‌شان هستند. چهارم اینکه، وجودگرایان معتقدند در نهایت هر یک از ما در قبال آنچه هستیم و آنچه که خواهیم شد مسئولیم. پنجم اینکه، وجودگرایان اصولاً ضد نظری هستند.

مفاهیم اساسی

دو مفهوم اساسی وجودگرایی، هستی-در-دنیا و نیستی است:

• هستی - در - دنیا

وجودگرایان برای شناختن انسان رویکرد پدیدار شناختی اختیار می‌کنند. از نظر آنها، انسان در دنیایی وجود دارد که از دیدگاه خود فرد بهتر می‌توان آن را شناخت. وحدت اساسی فرد و محیط با واژه آلمانی Dasein به معنی وجود داشتن در دنیا بیان می‌شود که معمولاً به صورت هستی - در - دنیا نوشته می‌شود. افراد زیادی به خاطر بیگانگی از خود یا از دنیای خودشان دچار اضطراب و ناامیدی می‌شوند. آنها یا تصور روشنی از خودشان ندارند یا اینکه احساس می‌کنند از دنیای که به نظر بیگانه می‌رسد، منزوی شده‌اند.

بیگانگی بیماری عصر مدرن است و در سه زمینه آشکار می‌شود: جدایی از طبیعت، فقدان روابط میان‌فردی معنی‌دار و بیگانگی با خود اصیل. انسان‌ها سه شکل همزمان هستی - در - دنیا را تجربه می‌کنند:

✓ Umwelt یا محیط

✓ mitwelt یا روابطمان با دیگران

✓ Eigenwelt یا روابط با خودمان.

ارتباط با محیط (Umwelt) دنیای اشیاء و اوضاع و احوال است، و حتی اگر آگاهی نداشته باشیم باز هم وجود دارند. نظریه فروید، با تأکید آن بر زیست‌شناسی و غرایز؛ عمدتاً به Umwelt می‌پردازد.

ارتباط با دیگران: اما انسان‌ها فقط در Umwelt زندگی نمی‌کنند. آنها در دنیایی که دیگران نیز در آن هستند، یعنی mitwelt زندگی می‌کنند. انسان‌ها باید با مردم به عنوان مردم، نه اشیاء، رابطه برقرار کنند.

ارتباط با خودمان (Eigenwelt): به رابطه فرد با خودش اشاره دارد. زندگی کردن در Eigenwelt به معنی آگاه بودن از خودمان به عنوان انسان و پی بردن به این موضوع است که وقتی با دنیای اوضاع و احوال و دنیای افراد رابطه برقرار می‌کنیم، کیستیم. افراد سالم، به طور همزمان در mitwelt, umwelt و Eigenwelt زندگی می‌کنند. آنها با دنیای طبیعی سازگار می‌شوند، با دیگران به عنوان انسان رابطه برقرار می‌کنند و از معنی تمام این تجربیات آگاهی عمیق دارند.

• نیستی

هستی - در - دنیا آگاهی از خود به عنوان موجود زنده و پدیدار شونده را ایجاب می‌کند. این آگاهی به نوبه خود به وحشت از نیستی می‌انجامد. مرگ تنها مسیر به نابودی نیست، بلکه بدیهی‌ترین مسیر است. زندگی زمانی پرشورتر و معنی‌دارتر می‌شود که افراد با احتمال مرگ خود روبرو شوند. ترس از مرگ یا نیستی معمولاً افراد را تحریک می‌کند تا به صورت دفاعی زندگی کنند و در مقایسه با زمانی که با مسئله نیستی خودشان مواجه شوند، از زندگی برداشت کمتری کنند. به قول می «ما از نیستی می‌ترسیم و بنابراین، هستی خودمان را چروکیده می‌کنیم». بنابراین انسان‌ها به بهای وجود محدود، از وحشت نیستی می‌گریزند. گزینه سالم این است که با اجتناب ناپذیری مرگ مواجه شویم و دریابیم که نیستی جزء جدانشدنی هستی است. نظریه وجودی به تلاش فرد برای آگاه شدن از تجربیات زندگی و رسیدن به انسان کامل مربوط می‌شود.

اضطراب

افراد زمانی دستخوش اضطراب می‌شوند که بدانند وجودشان و ارزش‌هایی را که به آن مرتبط کرده‌اند ممکن است نابود شوند. می اضطراب را به صورت «حالت ذهنی آگاه شدن فرد از اینکه وجودش می‌تواند نابود شود و او می‌تواند تبدیل به نیستی شود» تعریف کرد. کسب آزادی ناگزیر به اضطراب می‌انجامد. آزادی بدون اضطراب نمی‌تواند وجود داشته باشد، اضطراب نیز نمی‌تواند بدون آگاهی از امکان آزادی وجود داشته باشد. اضطراب می‌تواند بهنجار یا روان‌رنجور باشد.

اضطراب بهنجار

هیچکس نمی‌تواند از تأثیرات اضطراب در امان باشد. اضطراب بهنجار اضطرابی است که «متناسب با تهدید است، سرکوبی را شامل نمی‌شود و می‌توان در سطح هوشیار به صورت سازنده با آن روبه‌رو شد.» زمانی که افراد از نوباوگی به بزرگسالی می‌رسند ارزش‌هایشان تغییر می‌کند و در هر مرحله دستخوش اضطراب بهنجار می‌شود.

اضطراب روان‌رنجور

اضطراب بهنجار، نوعی که در دوره‌های رشد یا تهدید شدن ارزش‌های فرد تجربه می‌شود، به هر کسی دست می‌دهد. **اضطراب روان‌رنجور** «واکنشی که با تهدید نامناسب است سرکوبی یا سایر شکل‌های تعارض درون روانی را شامل می‌شود و با انواع ممانعت از فعالیت و آگاهی کنترل می‌شود». درحالی‌که اضطراب بهنجار زمانی احساس می‌شود که ارزش‌ها تهدید شده باشند، اضطراب روان‌رنجور زمانی تجربه می‌شود که ارزش‌ها به عقاید تبدیل شده باشند.

گناه

- ✓ می سه نوع گناه وجودی را مشخص کرد که هر یک با سه شکل هستی - در - دنیا، یعنی Umwelt, Mitwelt, و Eigenwelt مطابقت دارد.
- ✓ گناهی که با Umwelt ارتباط دارد از ناآگاهی فرد از هستی - در - دنیا ناشی می‌شود. با پیشرفت تکنولوژی تمدن انسان‌ها به طور فرآیندهای از طبیعت، یعنی از Umwelt دور می‌شوند. این بیگانگی به نوعی گناه وجودی منجر می‌شود که در جوامع پیشرفته شایع است. از آنجایی که این نوع گناه نتیجه جدایی فرد از طبیعت است، می با عنوان **گناه جدایی** نیز به آن اشاره کرد؛ مفهومی که به مفهوم تنگنای انسان اریک فروم شباهت دارد.
- ✓ دومین نوع گناه از ناتوانی ما در درک کردن دقیق دنیای دیگران یا Mitwelt ناشی می‌شود. ما فقط می‌توانیم دیگران را از دید خودمان درک کنیم و هرگز نمی‌توانیم درباره نیازهای آنها قضاوت درستی داشته باشیم. بنابراین برخلاف هویت واقعی آنها رفتار می‌کنیم. چون نمی‌توانیم بدون خطا نیازهای دیگران را پیش‌بینی کنیم، در روابطمان با آنها **احساس بی‌کفایتی** می‌کنیم. بنابراین این احساس بی‌کفایتی به گناهی منجر می‌شود که همگی تا اندازه‌ای دستخوش آن می‌شویم.
- ✓ سومین نوع گناه وجودی به انکار استعدادهایمان یا به ناکامی ما در تحقق بخشیدن به آنها مربوط می‌شود. به عبارت دیگر، این گناه به رابطه ما با خود Eigenwelt مربوط می‌شود. این گناه نیز همگانی است، زیرا هیچ کدام نمی‌توانیم تمام استعدادهایمان را تحقق بخشیم. این نوع گناه یادآور مفهوم **عقدۀ یونس** مزلو، یا ترس از بهترین بودن است.

قصدمندی

توانایی انتخاب کردن یا تصمیم‌گیری به ساختارهای زیربنایی‌ای اشاره دارد که، انتخاب براساس آنها صورت می‌گیرد. ساختاری که به تجربه معنی می‌دهد و امکان تصمیم‌گیری درباره آینده را به افراد می‌دهد **قصدمندی** نامیده می‌شود. می‌توان برای پر کردن شکاف بین ذهن و عین از اصطلاح «قصدمندی» استفاده کرد. قصدمندی عبارت است از «ساختار معنی که به ما یعنی ذهن ما امکان می‌دهد دنیای بیرونی، یعنی، عینی را ببینیم و درک کنیم.» گاهی قصدمندی ناهوشیار است.

مراقبت، عشق، خواست

مراقبت کردن از کسی به معنی پذیرفتن آن فرد به عنوان هم‌نوع، همدلی کردن با رنج یا شادی، گناه یا شفقت اوست. مراقبت فرآیندی فعال و ضد بی‌تفاوتی است. مراقبت «حالتی است که به موجب آن، چیزی اهمیت دارد». مراقبت با عشق برابر نیست، اما منبع عشق است. عشق، «خوشحالی از حضور دیگری و تأیید کردن ارزش و رشد آن فرد به اندازه ارزش و رشد خود شخص است». بدون مراقبت، عشق نمی‌تواند وجود داشته باشد. خواست «قابلیت سازمان دادن خود به طوری که حرکت در جهتی خاص یا به سمت هدفی خاص صورت گیرد».

وحدت عشق و خواست

می‌معتقد بود که جامعه مدرن از تقسیم‌بندی ناسالم عشق و خواست رنج می‌برد. برای جدایی عشق و خواست دلایل زیستی وجود ندارد. وقتی که کودکان به دنیا می‌آیند، با جهان Umwelt، مادرشان Mitwelt، و خودشان Eigenwelt یکی هستند. «نیازهای ما بدون تلاش هوشیار، به صورت زیستی از طریق تغذیه شده با پستان مادر، ارضا می‌شوند. این اولین آزادی، اولین «آری» است. بعداً زمانی که خواست شروع به رشد می‌کند، خودش را به صورت مخالفت یا اولین «نه» آشکار می‌سازد. این نه را نباید به صورت اظهاریه علیه والدین در نظر گرفت بلکه باید آن را به صورت مطالبه خود قلمداد کرد. می‌معتقد بود، تکلیف ما این است که عشق و خواست را متحد کنیم. برای یک آدم پخته، عشق و خواست به معنی به فکر کسی بودن است. هر دو مراقبت را در بردارند، هر دو انتخاب را ایجاب می‌کنند، هر دو بر عمل دلالت دارند و هر دو نیازمند مسئولیت هستند.

انواع عشق

عشق چیزی بیش از میل جنسی است، اما میل جنسی نوعی از عشق است. می‌توان چهار نوع عشق را در سنت غرب مشخص کرد: میل جنسی، اروس، فیلیا، و مهرورزی.

۱- میل جنسی

میل جنسی نوعی کارکرد زیستی است که می‌توان آن را از طریق آمیزش جنسی یا روش‌های دیگر آزاد کردن تنش جنسی ارضا کرد. میل جنسی نیروی تولید مثل است، ساقی که به نژاد تداوم می‌بخشد و منبع شدیدترین لذت و فراگیرترین اضطراب انسان است. می‌معتقد بود که در دوران باستان میل جنسی درست مثل خوردن و خوابیدن، مسلم انگاشته می‌شد. در عنصر نوین، میل جنسی مشکل‌ساز شده است. می‌خاطر نشان ساخت که جامعه از دوره‌ای که میل جنسی آکنده از گناه و اضطراب بود به سمت دوره‌ای پیش رفت که گناه و اضطرابی به همراه ندارد.

۲- اروس

میل جنسی نیازی فیزیولوژیکی است که از طریق آزاد شدن تنش ارضا می‌شود. اروس میل روانی است که از طریق پیوند بادوام با فردی عزیز آفریده می‌شود. اروس عشق ورزیدن است؛ میل جنسی تحریک کردن اندامهاست. اروس میل به برقراری وحدت بادوام است؛ میل جنسی میل به تجربه کردن لذت است. اروس بر مراقبت و عطوفت استوار است.

۳- فیلیا

یعنی، دوستی صمیمانه غیرجنسی بین دو نفر. پرورش عشق تدریجی بین خواهر-برادر یا بین دوستان همیشگی، نمونه‌ای از فیلیاست. فیلیا، دوستی در ساده‌ترین حالت است.

۴- مهرورزی

همان‌گونه که اروس به فیلیا وابسته است، فیلیا به مهرورزی نیاز دارد. «محترم شمردن دیگری، علاقه به رفاه او بدون هرگونه نفعی که بتوان از آن به دست آورد؛ عشق بی‌طرفانه، مانند عشق خدا به انسان». مهرورزی عشق نودوستانه است. نوعی عشق معنوی است که به رفتارها یا ویژگی‌های طرف مقابل وابسته نیست بلکه نامشروط است.

آزادی و سرنوشت

ترکیب چهار نوع عشق، به ابراز وجود و تأیید طرف مقابل نیاز دارد. این ترکیب مستلزم دفاع از آزادی فرد و روبرو شدن با سرنوشت نیز هست.

تعریف آزادی

آزادی قابلیت انسان برای دانستن این موضوع است که او موجودی تعیین شده است. کلمه «تعیین شده» در این تعریف با آنچه می‌بعدها سرنوشت نامید، مترادف است. بنابراین، آزادی از آگاهی سرنوشت فرد حاصل می‌شود. آزادی امکان تغییر کردن است، گو اینکه امکان دارد فرد نداند که این تغییرات چه می‌توانند باشند. آزادی «مستلزم قادر بودن در پرورش دادن احتمالات مختلف در ذهن است، هر چند فعلاً معلوم نباشد که فرد به چه صورتی باید عمل کند.»

انواع آزادی

می‌توان نوع آزادی را مشخص کرد: آزادی عمل و آزادی بودن. اولی آزادی وجودی، و دومی آزادی اساسی نامیده می‌شود.

۱. **آزادی وجودی:** می‌تأکید کرد که آزادی وجودی را نباید با فلسفه وجودی یا روان‌شناسی وجودی یکی دانست. آزادی وجودی، آزادی عمل کردن طبق انتخاب‌هایی است که فرد می‌کند.

۲. **آزادی اساسی:** آزادی عمل، آزادی بودن را تضمین نمی‌کند. در واقع، گاهی به نظر می‌رسد که آزادی وجودی، آزادی اساسی را مشکل‌تر می‌کند. می‌تواند از زندانیان اردوگاه اسرا را نقل کرد که با اشتیاق از «آزادی دورنی» خود سخن می‌گفتند. شاید حبس انفرادی یا محرومیت از آزادی به افراد امکان می‌دهد تا با سرنوشتشان روبه‌رو شوند و آزادی بودن کسب کنند. آزادی اساسی، یعنی آزادی بودن.

تعریف سرنوشت

«الگوی محدودیت‌ها و توانایی‌هایی که داده شده‌های زندگی را تشکیل می‌دهد». سرنوشت به معنی از پیش مقدر شده یا محکوم شده نیست. این مقصد ما، پایانه ما، هدف ماست. ما درون مرزهای سرنوشتمان، قدرت انتخاب کردن داریم، و این آزادی به ما امکان می‌دهد با سرنوشتمان مواجه شویم و به چالش با آن برخیزیم. ما نمی‌توانیم سرنوشتمان را باطل کنیم؛ قادر نیستیم آن را پاک کنیم یا چیز دیگری را جایگزین آن نماییم. اما می‌توانیم تصمیم بگیریم چگونه پاسخ دهیم، و چگونه با توانایی‌هایمان زندگی را سپری کنیم. «می‌عتقد بود که آزادی و سرنوشت، مانند عشق و نفرت، یا مرگ و زندگی، ضد و نقیض نیستند، بلکه تناقض طبیعی زندگی هستند. تناقض این است که آزادی نیروی حیات خود را به سرنوشت، و سرنوشت اهمیت خود را به آزادی می‌یون است.»

قدرت اساطیر

می‌چندین سال به تأثیرات قدرتمند اسطوره‌ها بر افراد و فرهنگ‌ها دلمشغول بود و دلبستگی او به اسطوره‌ها در کتاب او با عنوان **فریاد اساطیر** به اوج خود رسید. اساطیر باورهای غلط نیستند، بلکه آنها نظام‌های عقیدتی و هوشیار و ناهوشیاری هستند که توجیهاتی را برای مشکلات شخصی و اجتماعی تأمین می‌کنند. انسانها از دوران باستان و در تمدن‌های گوناگون به وسیله اساطیر به زندگی‌شان معنی داده‌اند. اساطیر داستان‌هایی هستند که جامعه را متحد می‌سازد؛ «آنها برای سرزنده نگهداشتن روحمان و معنی تازه دادن به ما در دنیای پر دردسر و اغلب بی‌معنی، ضروری هستند.»

می‌عتقد بود افراد در دو سطح با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند. سطح اول، زبان واقع‌گرایانه است، و در این سطح، واقعیت بر افرادی که ارتباط برقرار می‌کنند حاکم است. ارتباط در سطح دوم از طریق اساطیر صورت می‌گیرد و در این سطح، کل تجربه انسان از ارتباط مبتنی بر تجربه مهم‌تر است. مفهوم اساطیر می‌تواند از این نظر شبیه نظر یونگ درباره ناهوشیار جمعی است که: اساطیر الگوهای کهن الگویی در تجربه انسان هستند؛ آنها راه‌هایی به تصاویر ذهنی همگانی هستند که خارج از تجربه فرد قرار دارند. در ضمن، اساطیر مانند کهن الگوها، به رشد روانی فرد کمک می‌کنند.

آسیب روانی

به عقیده می، بی‌تفاوتی و پوچی - نه اضطراب و گناه - ناخوشی عصر نوین است. چنانچه افراد سرنوشت خود را انکار کنند یا اساطیر خود را کنار بگذارند، هدف از بودن خود را از دست می‌دهند و بی‌مقصد می‌شوند. خیلی از افراد در جوامع مدرن غربی، احساس می‌کند با دنیا (Umwelt)، با دیگران (Mitwelt) و مخصوصاً با خودشان (Eigenwelt) بیگانه هستند. این احساس بی‌معنایی به بی‌تفاوتی و به حالت کاهش هوشیاری منجر می‌شود.

می‌آسیب‌روانی را به صورت فقدان ارتباط، یعنی، ناتوانی در شناختن دیگران و شریک کردن خود با آنها در نظر داشت. افرادی که به پریشانی روانی مبتلا هستند، سرنوشت خود را انکار می‌کنند و از این رو، آزادی خود را از دست می‌دهند. آنها انواع نشانه‌های روان‌رنجوری را پرورش می‌دهند نه برای اینکه آزادی خود را بازیابند، بلکه برای اینکه از آن چشم‌پوشی کنند. نشانه‌ها می‌توانند موقتی باشند، مثل زمانی که استرس موجب سردرد می‌شود، یا امکان دارد نسبتاً دایمی باشند و از تجربیات اوایل کودکی ناشی شوند. بنابراین، نشانه‌های روان‌رنجوری بیانگر ناکامی در سازگاری نیستند، بلکه سازگاری مناسب و ضروری‌ای هستند که Dasein (هستی - در دنیا) فرد بتواند به کمک آن محافظت شود.

روان‌درمانی

می اضطراب و گناه را اجزای اصلی آسیب روانی در نظر نداشت، و معتقد نبود که هدف درمان باید برطرف کردن آنها باشد. او معتقد بود که هدف درمان این است که افراد را انسان‌تر کند، و به آنها کمک نماید آگاهی خود را آنقدر بالا ببرند که در وضعیت بهتری برای انتخاب کردن قرار بگیرند. از آن پس، این انتخاب‌ها، به رشد همزمان آزادی و مسئولیت منجر می‌شوند. او معتقد بود درمانگری که روی نشانه‌های بیمار تمرکز می‌کند از موضوع مهمتری غافل می‌شود. نشانه‌های روان رنجوری صرفاً روشهایی برای گریختن از آزادی هستند و خبر از آن می‌دهند که بیماران از امکانات درونی خود استفاده نمی‌کنند. وقتی بیماران آزادتر و انسان‌تر شوند، نشانه‌های روان‌رنجوری آنها معمولاً از بین می‌روند. درمانگر چگونه می‌تواند به بیماران کمک کند که انسان‌های آزاد و مسئولی شوند؟ درمانگران وجودی فنون یا روش‌های خاصی ندارند که بتوان آنها را در مورد همه بیماران اجرا کرد. در عوض، آنها فقط خودشان، انسانیت خودشان را برای ارایه دارند. آنها باید رابطه تک به تک (Mitwelt) برقرار کنند که بیماران را قادر سازد از خودشان آگاه‌تر شوند و در دنیای خوشان (Eigenmwelt) کامل‌تر زندگی کنند. می‌باید داشت که این رابطه به خودی خود شفاف‌بخش است و تأثیر تغییر دهنده آن از هر چیزی که ممکن است درمانگر بگوید، یا هر گرایش نظری‌ای که ممکن است داشته باشد، مستقل است. از لحاظ فلسفی، می با کارل راجرز عقاید مشترکی داشت، مهمترین ویژگی مشترک آنها این عقیده بود که درمان نوعی رویارویی انسانی است، بدین معنی که رابطه من- تو از پتانسیل تسهیل کردن رشد در درمانگر و بیمار برخوردار است.

ارزیابی نظریه می

ایا دیدگاه‌های می پژوهش علمی به بار آورده است؟ روان‌شناسی وجودی می در رابطه با اولین ملاک نظریه مفید، نمره بسیار پایینی می‌گیرد. آیا می‌توان عقاید می را تأیید یا باطل کرد؟ این نظریه به قدری درهم و نامنظم است که نمی‌تواند فرضیه‌های روشنی را بیان کند که بتوان مفاهیم اصلی آن را تأیید یا رد کرد. آیا روان‌شناسی فلسفه‌گرایی می به سازمان دادن آنچه در حال حاضر درباره ماهیت انسان شناخته شده است، کمک می‌کند؟ نظریه می در رابطه با این ملاک، متوسط ارزیابی می‌شود. نظریه می از نظر راهنمای عملی برای عمل کردن، بسیار ضعیف است. در رابطه با ملاک همسانی درونی، روان‌شناسی وجودی می باز هم ضعیف است. **ایجاز** روان‌شناسی می در رابطه با این ملاک متوسط ارزیابی می‌شود.

برداشت از انسان

می مانند اریک فروم، روشی تازه برای در نظر گرفتن اوضاع و احوال ارایه داد. برداشت او از انسان از برداشت سایر نظریه‌پردازان شخصیت گسترده‌تر و عمیق‌تر است. اگرچه می گاهی تصویر غم‌انگیزی از انسان ترسیم کرده است، اما بدبین نبود. می طرفدار **غایت‌شناسی** بود تا **علیت**. می در رابطه با موضوع نیروهای **هوشیار** در برابر **ناهوشیار** در رشد شخصیت، موضعی میانه داشت. در مورد عوامل تأثیرگذار **اجتماعی در برابر زیستی** هم موضعی میانه داشت. برداشت می از انسان در بُعد **بی‌همتایی** در برابر **شباهت‌ها** به سمت بی‌همتایی تمایل دارد.

سوالات طبقه‌بندی شده فصل هجدهم

- ۱- هدف اصلی درمانهای مبتنی بر فلسفه وجودی دستیابی مراجع به کدام مورد است؟ (سراسری ۸۹)
- (۱) آزادی (۲) خویشتن داری (۳) خودکارآمدی (۴) معنویت
- ۲- روانشناسان وجودی، با الهام از اندیشه‌های کی‌یرکگارد، بر ایجاد توازن بین کدام مورد تأکید دارند؟ (سراسری ۹۴)
- (۱) آزادی و مسئولیت (۲) طبیعت و تربیت (۳) عشق و نفرت (۴) ریش و تجزیه

پاسخنامه سوالات طبقه‌بندی شده فصل هجدهم

۱- گزینه «۲» صحیح است.

در نظریه‌های انسان‌گرا که برخاسته از فلسفه وجودی است رسیدن به خویش‌ن‌داری هدف درمان است. درک صحیح از خود هدف برخاسته از فلسفه وجودی است.

۲- گزینه «۱» صحیح است.

آزادی و مسئولیت که از محوری‌ترین مفاهیم وجودگرایی است، در اندیشه‌های کی‌یرک‌گارد، پدر وجود گرایی، مورد توجه قرار گرفته است. روان‌شناسان وجودی همچون می، یالوم، ون دورزن نیز بر ایجاد توازن بین آزادی و مسئولیت تاکید کرده‌اند.



شما در حال مطالعه بخشی از این محصول به عنوان نمونه هستید.
برای دریافت این مجموعه به صورت اینترنتی و با تخفیف‌های ویژه روی عکس زیر کلیک کنید:



جهت خرید تلفنی نیز عدد ۱ را به سامانه پیامکی ۰۲۱۶۶۴۷۵۶۲۰ ارسال نمایید.

فصل بیست و سوم: نظریه هیجان خواهی زاکرمن

به نظر زاکرمن، هیجان خواهی یک صفت ارثی است که با نیاز به احساسات و تجربه های تازه و پیچیده و میل به خطر رابطه دارد که آن را با مقیاس (SSS) می گیرند. او از روش تحلیل عاملی استفاده می کند.

چهار مولفه ی هیجان خواهی عبارتند از: **حادثه جویی و هیجان زدگی، تجربه جویی، بازداری زدایی، ملال پذیری یا حساسیت به یکنواختی.** زنان در مولفه ی تجربه جویی نمره ی بالاتری نسبت به مردان می گیرند.

هیجان خواهی از حدود ۲۰ سالگی آغاز می شود و با افزایش سن رابطه ی معکوس دارد. کسانی که هیجان خواهی بالایی دارند به احتمال زیاد بیشتر مواد مخدر، الکل و سیگار مصرف می کنند، با سرعت رانندگی می کنند، خطر جویی جسمانی دارند و بیشتر خود محور، جسور، ناهماهنگ با جامعه و بی پروا در ابراز هیجان هستند، از نظر کارکرد شناختی اشکال پیچیده و نماد ها را بسیار سریع تر از افراد کم هیجان تشخیص می دهند و توانایی بیشتری در کنار آمدن و استرس دارند. از نظر مذهبی آزاد اندیش و علاقه مند به مشاغل و حرفه های کمک رسانی هستند .

افرادی که هیجان خواهی پایین تری دارند انعطاف ناپذیرند و نگرش های متعصبانه دارند .

آیزنک معتقد است ۵۸٪ هیجان خواهی ارثی است اما عوامل محیطی یا موقعیتی مانند سطح هیجان خواهی والدین نیز تاثیر دارند. فرزندان اول و تک فرزند در مقایسه با دیگر فرزندان در آزمون SSS نمرات بالاتری به دست آوردند.

سوالات طبقه‌بندی شده فصل بیست و سوم

۱- موسیقی، هنر، سبک زندگی ناهم‌رنگ با جماعت، جزء کدام یک از مؤلفه‌های هیجان‌خواهی زاكرمن است؟ (دکتری ۹۱)

(۱) بازداري‌زدایی

(۲) تجربه جویی

(۳) حساسیت نسبت به یکنواختی

(۴) هیجان زندگی و ماجراجویی

پاسخنامه سوالات طبقه‌بندی شده فصل بیست و سوم

- ۱- گزینه «۲» صحیح است. زاکرمن چهار مولفه‌ی مختلف را در هیجان خواهی مشخص کرد:
- ۱- هیجان زندگی و ماجراجویی: میل پرداختن به فعالیت‌های بدنی که سرعت، خطر و تازگی برخلاف نیروی جاذبه در آنها باشد. (مثل چتربازی، غواصی، سقوط آزاد)
- ۲- تجربه جویی: جستجوی تجربه‌های جدید از طریق مسافرت، موسیقی، هنر یا سبک زندگی ناهم‌رنگ با جماعت.
- ۳- بازداری زدایی: نیاز به جستجوی رهایی و فعالیت‌های اجتماعی بازداری نشده.
- ۴- حساسیت به یکنواختی، بیزاری از تجربه‌های تکراری، کارهای عادی، افراد قابل پیش‌بینی و واکنش ناراحتی و بیقراری هنگام مواجه شدن با این گونه موقعیتها.

گروه آموزشی کیهان برای کنکور ارشد و دکتری روانشناسی چه خدماتی را ارائه می دهد؟



سلام دوستان ☺

میدونیم یکی از مهمترین و البته گاهاً سردرگم کننده ترین قدم ها برای شروع مطالعات برای شرکت در کنکور کارشناسی ارشد روان شناسی، قدم اوله، یعنی انتخاب درست منابع مطالعاتی! که ممکنه با دیدن فهرست های مختلف و بعضاً متناقض از منابع کنکور ارشد روان شناسی در سایت های مختلف دچار سردرگمی بشید. که این هم طبیعیه.

ما به چند دلیل از شما میخوایم با آسودگی و آرامش منابع پیشنهاد شده ی کیهان رو مطالعه کنید:

- دانشجویان خوب زیادی مثل شما همین منابع مطالعاتی معرفی شده از طرف کیهان رو مطالعه کرده ند و به رتبه های تک رقمی رسیده ند (مصاحبه هاشون رو در سایت بخونید و فیلم هاشون رو ببینید).
- همه مشاوران کیهان در مقطع ارشد و دکتری روان شناسی دانشگاه شهید بهشتی و تهران و علامه تحصیل کرده اند.
- منابع معرفی شده ی کیهان رو یک نفر به شکل انفرادی معرفی نمی کنه (بر خلاف سایت های دیگه) بلکه اینجا یک تیم از رتبه های برتر کنکور امسال هستند که منابع رو بررسی کرده اند.
- به نظر ما منابع باید درست و حسابی باشند و جامع و مانع! نه کتاب اضافی توی لیست باشه و نه کتاب مهمی از قلم بیفته. از این جهت که چند بار بررسی کردیم.
- حتماً حتماً توصیه می کنیم از مشاوره رایگان تلفنی یا حضوری کیهان (هیچ هزینه اضافی برای خط شما نداره) استفاده کنید. کافیه همین الان عدد ۱ رو به شماره ۰۲۱۶۶۴۷۵۶۲۰ اس ام اس کنید تا در اسرع وقت باهاتون تماس بگیریم و یک وقت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه ای کاملاً رایگان مشاوره با یکی از رتبه های تک رقمی کنکور ۹۶ یا ۹۷ براتون بذاریم.
- دوستتون داریم. با آرامش بخونید (:

فرصت



برای همه!

یک جلسه مشاوره **رایگان** برای همه داوطلبان کنکور ارشد و دکتری روان شناسی و مشاوره

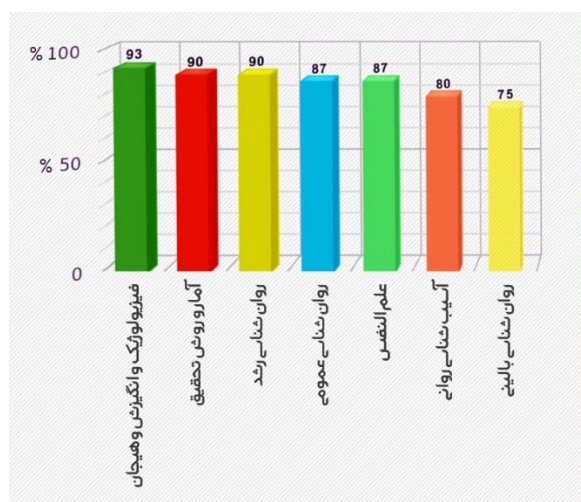
Kayhanravan.ir

کیهان برای هر یک از دروس کنکور چه کتاب‌ها و جزوات و خدماتی ارائه می‌دهد؟

نام درس	منابع	خدمات کیهان
زبان تخصصی ضریب ۲	کتاب متون تخصصی روان-شناسی به زبان انگلیسی (تألیف یحیی سیدمحمدی)	کتاب متون تخصصی روان‌شناسی یحیی سیدمحمدی (جلد ۲) فیلم آموزشی زبان مقدماتی (ویژه افرادی که باید از پایه شروع کنند - تأکید بر فهم متون تخصصی) - با تدریس دکتر صادق فلاح فیلم آموزشی زبان پیشرفته (ویژه افراد با سطح زبان متوسط - تأکید بر موفقیت در تست‌زنی) - با تدریس دکتر صادق فلاح کپسول زبان (ویژه کنکور وزارت علوم) کپسول زبان (ویژه کنکور وزارت بهداشت) کپسول زبان (ویژه رشته مشاوره)
روان‌شناسی رشد ضریب ۲	نظریه‌های رشد و لیام کرین روان‌شناسی رشد لورا برک روان‌شناسی ژنتیک دکتر منصور و دکتر دادستان	جزوه روان‌شناسی رشد کیهان (خلاصه مهم‌ترین نکات منابع - تهیه شده توسط دانشجویان دانشگاه تهران و شهیدبهبشتی) فیلم آموزشی درس روان‌شناسی رشد - با تدریس اساتید گروه کتاب تست طبقه‌بندی شده ویژه درس روان‌شناسی رشد کپسول درس روان‌شناسی رشد (شامل نکات کلیدی و کوتاه)
روان‌شناسی بالینی ضریب ۳	روان‌شناسی بالینی فیرس و ترال روان‌شناسی بالینی دکتر سعید شاملو نظریه‌های روان‌درمانی پروچاسکا و نورکراس نظریه و کاربرست مشاوره و روان‌درمانی جerald کری راهنمای سنجش روانی گراث و مارنات اصول مصاحبه بالینی اتمر و اتمر روان‌شناسی بالینی کرامر	کتاب روان‌شناسی بالینی فیرس و ترال جزوه روان‌شناسی بالینی کیهان (خلاصه مهم‌ترین نکات منابع - تهیه شده توسط دانشجویان دانشگاه تهران و شهیدبهبشتی) فیلم آموزشی درس روان‌شناسی بالینی - با تدریس دکتر نیک‌منش کتاب تست طبقه‌بندی شده ویژه درس روان‌شناسی بالینی کپسول درس روان‌شناسی بالینی (شامل نکات کلیدی و کوتاه)

نام درس	منابع	خدمات کیهان
روان شناسی مرضی و کودکان استثنایی ضریب ۲	<p>مرضی (آسیب شناسی روانی):</p> <ul style="list-style-type: none"> • آسیب شناسی روانی هالجین (یا سلیگمن) • خلاصه روان پزشکی کاپلان و سادوک • روان شناسی مرضی پریرخ دادستان • آسیب شناسی روانی ساراسون <p>استثنایی:</p> <ul style="list-style-type: none"> • کودکان استثنایی بهروز میلانی فر • آموزش کودکان استثنایی سیف نراقی و نادری • روان شناسی و آموزش و پرورش کودکان استثنایی دکتر افروز 	<p>کتاب آسیب شناسی روانی هالجین</p> <p>جزوه آسیب شناسی روانی کیهان (۲ جلد) - (خلاصه مهم ترین نکات منابع - تهیه شده توسط دانشجویان دانشگاه تهران و شهید بهشتی)</p> <p>جزوه کودکان استثنایی (و اختلالات کودکی) کیهان</p> <p>فیلم آموزشی درس آسیب شناسی روانی و کودکان استثنایی - با تدریس دکتر نیک منش</p> <p>کتاب تست طبقه بندی شده ویژه درس آسیب شناسی روانی و کودکان استثنایی</p> <p>کپسول درس آسیب شناسی روانی و کودکان استثنایی (شامل نکات کلیدی و کوتاه)</p>
آمار و روش تحقیق ضریب ۱	<p>روش تحقیق:</p> <ul style="list-style-type: none"> • روش تحقیق در روان شناسی و علوم تربیتی علی دلاور • روش تحقیق در علوم رفتاری حسن زاده <p>آمار:</p> <ul style="list-style-type: none"> • آمار و احتمالات کاربردی در علوم تربیتی و روان شناسی علی دلاور • روش های آماری در علوم رفتاری رمضان حسن زاده 	<p>کتاب آمار دکتر دلاور</p> <p>کتاب روش تحقیق دکتر دلاور</p> <p>جزوه آمار و روش تحقیق کیهان - (خلاصه مهم ترین نکات منابع - تهیه شده توسط دانشجویان دانشگاه تهران و شهید بهشتی)</p> <p>فیلم آموزشی درس آمار - با تدریس دکتر بسطامی</p> <p>فیلم آموزشی درس روش تحقیق - با تدریس دکتر بسطامی</p> <p>کتاب تست طبقه بندی شده ویژه درس آمار و روش تحقیق</p> <p>کپسول درس آمار و روش تحقیق (شامل نکات کلیدی و کوتاه)</p>

نام درس	منابع	خدمات کیهان
علم النفس ضریب ۱	علم النفس از دیدگاه دانشمندان اسلامی احدی و بنی جمالی روان شناسی شخصیت از دیدگاه اسلام علی اصغر احمدی	جزوه علم النفس کیهان - (خلاصه مهم ترین نکات منابع - تهیه شده توسط دانشجویان دانشگاه تهران و شهیدبهبشتی) فیلم آموزشی درس علم النفس - با تدریس خانم احسانی (رتبه ۷ کنکور ارشد) کتاب تست طبقه بندی شده ویژه درس علم النفس کپسول درس علم النفس (شامل نکات کلیدی و کوتاه)
روان شناسی فیزیولوژیک و انگیزش و هیجان ضریب ۱	فیزیولوژیک: • روان شناسی فیزیولوژیک کریم خداپناهی • روان شناسی اعصاب و عدد حائری روحانی انگیزش و هیجان: • روان شناسی انگیزش و هیجان کریم خداپناهی • روان شناسی انگیزش و هیجان جان مارشال ریو	جزوه روان شناسی فیزیولوژیک و انگیزش و هیجان کیهان - (خلاصه مهم ترین نکات منابع - تهیه شده توسط دانشجویان دانشگاه تهران و شهیدبهبشتی) فیلم آموزشی درس روان شناسی فیزیولوژیک (نوروسایکولوژی) - با تدریس آقای فتح الهی (رتبه ۱ کنکور ارشد) فیلم آموزشی درس انگیزش و هیجان - با تدریس آقای فتح- الهی (رتبه ۱ کنکور ارشد) کتاب تست طبقه بندی شده ویژه درس روان شناسی فیزیولوژیک و انگیزش و هیجان کپسول درس روان شناسی فیزیولوژیک و انگیزش و هیجان (شامل نکات کلیدی و کوتاه)



کیفیت سنج

جزوات ویژه کنکور کارشناسی ارشد

**جزوات گروه آموزش کیهان را
با اطمینان بخوانید!**



جزوات ویژه ارشد روانشناسی

www.Kayhanravan.ir

90% 85% 90% 70%



راه‌های ارتباطی با گروه آموزشی کیهان

آدرس مرکز

- تهران - خیابان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - پایین تر از نظری - کوچه نوروز - پلاک ۴ - واحد ۳

- مرکز خدمات روانشناسی و مشاوره کیهان

- کد پستی: ۱۳۱۴۶۹۳۹۵۴

☎ تلفن

- 02166475618

- 02166475619

- 02166475620

- همیشه سعی کنید با هر سه خط تماس بگیرید .

- ما همیشه در ساعات کاری در کیهان هستیم، اگر پاسخ تلفن تان داده نشد این به معنای این است که

پشت خط هستید .

- در صورت شلوغ بودن خطوط، کافی است یک پیامک (حتی خالی) به سامانه پیامک ما بدهید تا در اولی

فرصت با شما تماس بگیریم .

➔پیامک

• 02166475620

○ این یک سامانه متعلق به کیهان است که پیامک های شما را دریافت می کند .

✉ایمیل

• info@kayhanravan.ir

• kayhanravan@gmail.com

IDتلگرام

• شماره: +۹۱۹۰+۹۵۸۷۰

• آیدی: <https://t.me/kayhanravan>

📠کانال های تلگرام

• کنکور کارشناسی ارشد: https://t.me/kayhanravan_ir

• کنکور دکتری: <https://t.me/kayhanravanPhD>

