

## خودپنداری و پیشرفت تحصیل

# راه موفقیت، از سرک خود می‌گذرد!

هایده ارسطوی ایرانی

درآمد

معلمان با تجربه، طی سال‌ها کار و تلاش آموزشی، به وجود ارتباط مثبت و قابل توجهی بین درک دانش‌آموز از خود و عملکرد او در مدرسه پی برده‌اند. آن‌ها باور دارند، دانش‌آموزان که از خود و توانایی‌هایشان خشنود هستند، به احتمال بسیار زیاد راه موفقیت را در پیش خواهند گرفت. بر عکس، به نظر می‌رسد آن دسته از دانش‌آموزانی که درباره‌ی خود و توانایی‌هایشان با نوعی نگرش منفی مواجه‌اند، از دستیابی به مدارج عالی باز می‌مانند. به نظر می‌رسد که موفقیت و شکست تحصیلی از عمق تصورات فردی شخص ریشه می‌گیرد و هرچند سطحی، اما از راه سنجش توانایی‌های ذهنی قابل ارزیابی است.

در حقیقت، با توجه به بررسی‌های وسیعی که روی رابطه‌ی «خودپنداری»<sup>۱</sup> و موفقیت انجام شده است، به نظر می‌رسد، به فرضیه‌ای که در آن توانایی آدمی به‌عنوان مهم‌ترین عامل در راه کسب موفقیت شناخته می‌شود، باید به دیدی تردید نگریست. زیرا مدارک تحقیقاتی به وضوح وجود ارتباط قابل توجه بین خودپنداری و «موفقیت تحصیلی»<sup>۲</sup> را نشان می‌دهند. این ارتباط به‌خصوص در مورد پسران و کمتر در مورد دختران واضح و روشن است.

می‌توان این طور اظهار نظر کرد که دانش‌آموزان موفق عموماً صاحب این ویژگی اصلی، یعنی داشتن خودپنداری مثبت و ارزش بخشیدن به خود به‌عنوان یک عضو جامعه‌ی انسانی، هستند. این خصوصیات درست بر عکس خودپنداری بسیاری از دانش‌آموزان ناموفق

### خلاصه‌ای از تاریخچه‌ی تئوری‌های «خود»

در طول تاریخ، آدمی به اندیشه‌های جدی در جنبه‌های غیرمادی و جسمی پرداخته و با ظهور صنعت چاپ، این خودآگاهی خود را بطور جدی تری به روح، روان یا عاطفه نسبت داده است. در طول قرون وسطا مفهوم روح به‌وسیله‌ی علمای الهی که بر فناپذیری و زندگی بعد از مرگ تأکید داشته‌اند، رشد بیشتری کرد.

در سال ۱۶۴۴، وقتی که رنه دکارت<sup>۳</sup> کتاب «اصول فلسفه» را نوشت، نقطه‌ی برگشت‌ناپذیری و نقطه‌ی عطفی در فکر انسان در مورد غیرمادی بودن به وجود آمد. دکارت تأکید داشت، شک ابزار اصلی و پایه‌ای در بررسی نظم و آیین رفتار است. فیلسوفان دیگر این دوره نیز، اسپینوزا<sup>۴</sup> و لایب‌نیتز<sup>۵</sup> افکارشان را در مورد جنبه‌ی غیرمادی بودن انسان مطرح کردند و استفاده از اصطلاحاتی مانند ذهن<sup>۶</sup>، روح<sup>۷</sup>، روان<sup>۸</sup> و خود<sup>۹</sup>، در متون علمی رواج پیدا کرد. در قرن گذشته (قرن ۲۰)، یک حالت گم‌گشتگی عمومی در نگاه به مفهوم «خود» مشاهده می‌شود.

فقط مطالعاتشان را در سطح خودآگاهی محدود می‌کنند و تأکید بر این که برای بررسی علمی فقط یک رفتار قابل مشاهده و ملموس کافی است، نظام‌های معین و سازمان‌یافته‌ای را در عرصه‌ی علم گسترش دادند. [پیشین]

وقتی این تعارض‌ها تا حدودی رفع شدند، رفتارگرایی و واتسون<sup>۱۰</sup> (۱۹۲۵) جای خود را در روان‌شناسی باز کرده بود. روان‌شناسی توجه خود را به «محرک و پاسخ قابل مشاهده» محدود کرد و زندگی درونی فرد در آن سوی حوزه‌ی روان‌شناسی قرار گرفت. «خود» به‌عنوان ساختاری روان‌شناختی، در لیبدو و همراه با ساختارهای درونی مانند ذهن، هوشیاری و آگاهی جا گرفته شد. وایلی<sup>۱۱</sup> (۱۹۶۱) خاطر نشان می‌کند که در طول سال‌های ۱۹۴۰-۱۹۲۰، «خود» توجه کمی را در روان‌شناسی رفتارگرا که بر روان‌شناسان آمریکایی نفوذ داشت، جلب کرد.

در یک بررسی اجمالی می‌بینیم که همه‌ی تئوری‌های روان‌شناسی دارای نفوذ قابل بحثی در آموزش و پرورش هستند. در این سال‌ها، معلمان از نقطه نظرات روان‌شناسان پیروی می‌کنند؛ از ویلیام جیمز با تأکیدش

در نوشته‌های پر حجم زیگموند فروید<sup>۱۲</sup> (۱۹۰۰، ۱۹۱۱، ۱۹۲۳، ۱۹۳۳ و ۱۹۳۸)، توجه به مفهوم رشد «تهاد» را می‌توان دید. مفهوم نهاد به وسیله‌ی دخترش آنا<sup>۱۳</sup> (۱۹۴۶) مورد توجه قرار گرفت و جایگاه قابل ملاحظه‌ای در درمان به‌وسیله‌ی او پیدا کرد [واتسون، ۱۹۷۰]. در عصر حاضر، در روان‌شناسی آمریکایی که جایگاهی خاص در میان رشته‌های علمی برای خویش باز کرده است، توجه و علاقه به «خود» دیده می‌شود. برای مثال، در کتاب «اصول روان‌شناسی» (۱۹۸۰) اثر ویلیام جیمز<sup>۱۴</sup>، بخش «خودآگاهی» طولانی‌ترین فصل کتاب است. در طول این دوره، روان‌شناسی آمریکایی هنوز در شرف تغییری اساسی قرار داشت.

در طول دوره‌ی بعد، ارائه‌ی تئوری‌های گوناگون روان‌شناسانه با نظرات متضاد و انتقادات شدید، رونق گرفت. طرف‌داران فروید با تأکید بر انگیزه‌ی ناخودآگاه، خویش‌نظران با دفاع از فرایندهای خویش‌نگری به عنوان یک روش کشف خودآگاهی، طرف‌داران گشتالت با توجه به ارزش بصیرت و بینش و تأکید بر ادراک انتخابی، و رفتارگرایان با مردود و باطل دانستن نظام‌های آموزشی که





انگیزه‌های انسان باشد، دفاع کرد. **گوردون آلپرت**<sup>۲۵</sup> (۱۹۳۷، ۱۹۴۳، ۱۹۵۵ و ۱۹۶۱) بر اهمیت «خود» در روان‌شناسی معاصر تأکید داشت، در مورد انسان معقول، با اراده و آگاه از خویش، و انسانی که آینده‌اش را از میان آرزوهایش کنترل می‌کند، بحث کرد. از معروف‌ترین معترضان به رفتارگرایی می‌توان روان‌شناسان بالینی را نام برد که اصول رفتارگرایی را در ارتباط با بیشتر رفتارهای انسان مجهول می‌دانستند. **کارل راجرز**<sup>۲۶</sup>، یکی از مشهورترین نویسندگان بود که در مجموعه‌ای از کتاب‌هایش (۱۹۴۷، ۱۹۵۱، ۱۹۵۴، ۱۹۵۶، ۱۹۵۹ و ۱۹۶۹) نظامی از روان‌درمانی را که براساس مراجع محوری در راستای اصلاح انسان طرح‌ریزی شده بود، به جامعه‌ی روان‌شناسان معرفی کرد.

اشخاص برجسته‌ی دیگری که نفوذشان بر «مفهوم خود» در روان‌شناسی و تعلیم و تربیت محرز است، **کمپز**<sup>۲۷</sup> و **اسنیگ**<sup>۲۸</sup> هستند. آن‌ها در کتاب «رفتار فردی»<sup>۲۹</sup> (۱۹۴۹)، گزینه‌ی اصلی هر فرد را حمایت و ترقی «خود» ذکر کردند. آن‌ها پیش‌تر اظهار داشته بودند، همه‌ی رفتارها بدون استثنا به قالب شخصی افراد وابسته است. به معنای

«خود» به عنوان یک سازمان نسبتاً دائمی و درونی، به شخصیت قوام و پایداری می‌بخشد. **گلداشتاین**<sup>۳۰</sup>، فرایندهای خودشکوفایی را به‌مقابله با اندام‌های مریض که باید دائماً جسم فرد بیمار را محافظت کند، تشبیه می‌کند. یکی از دلایل جامع بودن کار **مزلو**<sup>۳۱</sup> (۱۹۵۴-۱۹۵۶)، تأکید بسیار زیاد وی بر خودشکوفایی بود. **لکی**<sup>۳۲</sup> (۱۹۴۵)، تصور قائم به ذات را، یک نیروی انگیزه‌ای ابتدایی رفتار در انسان می‌داند [پیشین].

**پرتوسی**<sup>۳۳</sup> (۱۹۴۵)، بر دو جنبه‌ی «خود»، و تمایز بین «خود» به عنوان مفعول، و «خود» به‌عنوان فاعل تأکید دارد. **مورفی**<sup>۳۴</sup> (۱۹۴۷)، خاستگاه و شیوه‌های خودافزایی و نحوه‌ی وابستگی خود به گروه اجتماعی را مطرح می‌کند.

**ریمی**<sup>۳۵</sup> (۱۹۴۸)، اندازه‌های «خودپنداره» را در دیدگاه‌های مشاوره معرفی می‌کند و توضیح می‌دهد که روان‌درمانی فرایند تغییر «خودپنداره» است. **هیگارد**<sup>۳۶</sup> در **پست ریاست** «انجمن روان‌شناسی آمریکا» (۱۹۴۹)، از رساله‌ای که به «خودمحوری ساز و کارهای دفاعی» اشاره داشت و این که «خود» می‌تواند مفهوم واحدی در مشکلات

روی «خود» و فروید با حساسیتش روی انگیزه‌های ناخودآگاه، تا واتسون با تأکیدش روی رفتار قابل مشاهده و قابل اندازه‌گیری. هم‌چنین، وقتی روان‌شناسی از موضوع «خود» کناره‌گیری می‌کند، در وظایف آموزش و پرورش هم مسامحه دیده می‌شود.

اگرچه کاهش علاقه به «خود» به‌وسیله‌ی رفتارگرایان تشویق شده است، اما این موضوع نباید ما را به اشتباه بیندازد. همان‌طور که **دیگوری**<sup>۳۵</sup> (۱۹۶۶) در مرور جامع تئوری‌های روان‌شناسی توضیح می‌دهد، در طول این سال‌ها، ادبیات حجم کمی را به منابع روان‌شناسی تجربی اختصاص داده است.

به هر علت، در طول نیم قرن اخیر، در تعلیم و تربیت و روان‌شناسی آمریکایی بر کاهش توجه به «مفهوم خود» تأکید شده است. البته در این غفلت همگانی، استثنا هم دیده می‌شود. **جرج مید**<sup>۳۶</sup> (۱۹۳۴) قسمت مهمی از نوشته‌های نظری خود را در فلسفه‌ی جامعه‌شناختی به «مفهوم خود» اختصاص داده است و توضیح می‌دهد که چه‌طور «خود» با تعامل در محیط رشد می‌کند. **لویین**<sup>۳۷</sup> (۱۹۳۵) اشاره می‌کند که

دیگر، رفتار به‌وسیله‌ی تمامیت تجربه‌ای که فرد در هر لحظه از عملش به دست می‌آورد، به محدوده‌ی خارق‌العاده‌ای منتهی می‌شود. تأکید کمبز و اسنیک بر اهمیت روش‌هایی است که مردم به خودشان و دنیایشان می‌نگرند؛ موضوع مهمی که در روان‌شناسی و تعلیم و تربیت مدنظر است.

در چند سال اخیر، تولدی دوباره در نیروهای انگیزشی ذاتی و درون‌شناختی و فرایندهای علامت‌دار، مخصوصاً با مرجع بودن اهمیت پویایی «خود» مشاهده شده است. تحقیقات و نوشته‌های پروک‌اور (۱۹۵۹، ۱۹۶۲، ۱۹۶۴، ۱۹۶۵ و ۱۹۶۷)، هایدر<sup>۳۱</sup> (۱۹۵۸)، پاترسون<sup>۳۱</sup> (۱۹۶۱، ۱۹۵۹) کمبز (۱۹۶۹، ۱۹۶۵)، دیگوری (۱۹۶۶)، کوپر اسمیت (۱۹۶۷) و دیگران، فهمی عمیق و پویا از «خود» در رفتار اختیاری، به ما داده است. نقطه‌ی قوت ما، آگاهی‌های جدید در محدوده‌ی نوشته‌ها و تحقیقات است [پیشین].

### خودپنداری چیست

مفهوم یا پنداشت «خود»، مجموعه‌ی پیچیده‌ای از احساسات، نگرش‌ها، و ادراکات آگاهانه و ناآگاهانه است که فرد در مورد ارزش، نقش و حالات جسمانی خود دارد. «مفهوم خود» منعکس‌کننده‌ی تفاسیر فرد از تجربیات گذشته، تعامل‌های اجتماعی و احساسات اوست [پاتریشیا، ۱۹۹۸]. «خود» شامل کلیه‌ی کیفیت‌های ذهنی و عینی است که شخص از خود و دیگران از او دارند. برای مثال، خود شامل ظاهر واقعی فرد، ارزش‌ها، ایده‌ها، دانش‌ها، معلومات و هم‌چنین ادراکاتی است که سایرین از او دارند. مفهوم خود، تصویر ذهنی از «خویش»، درک از جسم، عواطف، هیجانات، طرز تلقی و یا کیفیت‌های اوست [پیشین].

«مفهوم خود»، چارچوبی ارجاعی برای فرد است که بر چگونگی برخورد او با موقعیت‌ها و ارتباط او با دیگران تأثیر می‌گذارد. تصویر فرد از خود ممکن است، تصویر دقیق و صحیحی باشد یا نباشد، در حالی که «خود» بی‌وسه در حال تغییر است. «مفهوم خود» فرد، تغییری بطئی دارد [یاماموتا<sup>۳۳</sup> ۱۹۷۲]. اختلالات بین

«مفهوم خود» و «خود» ممکن است سبب استرس<sup>۳۳</sup>، کشمکش<sup>۳۳</sup> و تضاد شود [پاتریشیا، ۱۹۹۸].

زیربنای رشد خود ابتدا با ایجاد خودپنداری میسر است. کوپر اسمیت، «خود» را به این صورت تعریف می‌کند: «رشد ذهنی فرد»، در مورد ظرفیت‌ها، پدیده‌ها و فعالیت‌ها در فرایندی مستمر. این رشد ذهنی «خود»، با نماد «من» بیان می‌شود و به نگرش‌های شخص مربوط است. رشد ذهنی همواره از تولد تا پیری، در حال تغییر و تحول است. یعنی نظر فرد درباره‌ی خودش، از فرایند زردی تبعیت می‌کند [کوپر، ۱۹۶۷].

«نظام خود» کل وجود شخص را شامل می‌شود و تابع رشد ذهنی و رشد عملی است [پاپ و هال، ۱۹۸۸]. هارتر<sup>۳۵</sup> می‌گوید: خودپنداری و توانایی «کنترل خود»<sup>۳۳</sup> و ترکیب این احساسات با عزت نفس «سیستم خود» را در شخص ایجاد می‌کند [پاپ، ۱۹۸۸].

### تکامل مفهوم خود

تشکیل، تکامل و حفظ «مفهوم خود»، فرایند پیچیده‌ای است که به متغیرهای فراوانی مربوط است. نظریه‌های گوناگونی درباره‌ی چگونگی تکامل «مفهوم خود» موجود است. اریکسون<sup>۳۷</sup>، هشت مرحله‌ی «تکامل روانی- اجتماعی»<sup>۳۸</sup> را که در هر مرحله در تکامل تدریجی، «مفهوم خود» نقش مهمی را ایفا می‌کند، توصیف کرده است [اریکسون، ۱۹۶۹]. پیازه چهار مرحله‌ی تکامل‌شناختی را شرح داده است [پیاژه و این هلدر، ۱۹۶۹]. این دو نظریه متضاد هم نیستند، بلکه راه‌های متفاوتی را برای پی بردن به تکامل «مفهوم خود» ارائه می‌دهند [پاتریشیا، ۱۹۹۸].

تکامل‌شناختی فرایندی است که نشان می‌دهد، چگونه فرد محرکات را الگو و سازمان قرار می‌دهد. کودک از طریق شناخت شماتیک<sup>۳۳</sup> محرک، از نوزادی انعکاسی، به جوانی با تفکر انتزاعی، رشد و پیشرفت می‌کند. پیازه، «شما» را رفتاری سازمان‌یافته که دارای هدفی خاص همراه با نمایش ذهنی از تجارب، حوادث و پدیده‌هاست

می‌داند. کودک وقایع متفاوت را به‌درون خود می‌برد و با شباهت‌سازی با طرح‌های قدیمی، در حل مسائل جدید از آن‌ها استفاده می‌کند. طبق نظر پیازه، تشکیل فرایندشناختی با روشی قابل پیش‌بینی صورت می‌گیرد و هر فردی از نظر شناختی با الگویی متشابه رشد می‌کند [پیشین].

در هر یک از مراحل تکامل روانی- اجتماعی، فرد با وظایف خاصی روبه‌رو می‌شود و در صورتی که آن وظایف به‌طور کامل انجام نگیرند، به مسائل و مشکلات روانی- اجتماعی می‌انجامند. از طریق فشارهای فرهنگی اجتماعی، فرد مفاهیم متناسب، اشارات ضمنی فرهنگی را نسبت به مفاهیم، و اهمیت عاطفی مفاهیم را می‌آموزد. نظریه‌ی اریکسون، تأثیر اجتماع را در تکامل «مفهوم خود» نشان می‌دهد. برای مثال، چنان‌چه قرار باشد کودکی از نظر روانی- اجتماعی سالم باشد، لازم است حس اعتماد در او ایجاد شده باشد. کودکی که از طریق حمایت‌های صحیح والدین یاد می‌گیرد که به دنیا اعتماد داشته باشد، در بزرگسالی احساس امنیت می‌کند. «عدم اعتماد»<sup>۴۰</sup>، ناشی از تردید<sup>۴۱</sup>، سرخوردگی<sup>۴۲</sup>، ناراحتی<sup>۴۳</sup> و صدمات جسمی است. اگر فردی در دوران طفولیت خود حس اعتماد را کسب نکرده باشد، در تکامل روانی- اجتماعی سال‌های بعد زندگی دچار مشکل خواهد شد. برای مثال، چنان‌چه در بزرگسالی بیمار شود، احساس آسیب‌پذیری جسمی و روانی- اجتماعی و هم‌چنین بی‌اعتمادی به محیط، در او شکل می‌گیرد [پیشین].

### اجزای مفهوم خود

مفهوم خود دارای چهار جزء است: تصویر ذهنی از جسم خویش، اعتماد به نفس، نقش‌ها و هویت. تکامل هر جزء، از هنگام تولد آغاز می‌شود و تغییراتی را که در تمام طول عمر رخ می‌دهند، منعکس می‌کند. گرچه هر جزء از مفهوم خود را می‌توان به عنوان جزئی جدا از «مفهوم خود» در نظر گرفت، ولی کلیه‌ی اجزا با هم مرتبط هستند، روی هم قرار می‌گیرند و همدیگر را می‌پوشانند. در نتیجه مفهوم خود را می‌توان قوی یا ضعیف، و مثبت

یا منفی، بر حسب چگونگی این چهار جزء در فرد دانست [پیشین].

در ادامه‌ی بحث، به بررسی اجزای چهارگانه‌ی مفهوم خود و تنش‌زاهایی که بر این اجزا مؤثرند، می‌پردازیم.

### الف) تصویر ذهنی از جسم خویش

تصویر ذهنی از جسم، تجربه‌ی روانی-اجتماعی فرد از بدنش است که شامل احساسات و نگرش‌های فرد نسبت به بدن خود می‌شود. «مفهوم خود» تحت تأثیر و

دید فرد از ویژگی‌ها و توانایی‌های جسمی او قرار می‌گیرد و تصویر ذهنی از جسم، تحت تأثیر رشد شناختی و تکامل جسمی قرار دارد. هرگونه تحریک جسمی، خواه از درون یا بیرون فرد نشئت گرفته باشد، بر هر تصویر ذهنی یا پنداشتی که فرد از بدن خود دارد، اثر می‌گذارد.

تغییرات ناشی از تکامل طبیعی، مانند رشد و سالمندی، تأثیر بارزتری بر تصویر ذهنی از جسم فرد دارد، تا سایر اجزای «مفهوم خود». برای مثال، «تصویر ذهنی

از جسم» یک کودک دو ساله‌ی به دلیل قدرت صحبت کردن، با یک نوزاد بسیار متفاوت است. محرک‌ها نیز در تکامل و پختگی تصویر ذهنی از جسم نقش دارند. «محرک‌های جسمانی»<sup>۳۳</sup> شامل عوامل عصبی هورمونی و متابولیکی هستند. تغییرات هورمونی در زمان بلوغ و مراحل بعدی زندگی به‌وقوع می‌پیوندند و بر تصویر ذهنی از جسم اثر می‌گذارند. عناصر رفتاری، شامل تجربیاتی در رابطه با شناخت حرکات، ادراک و تکامل فرد هستند.

نگرش‌های فرهنگی-اجتماعی و ارزش‌ها، بر تصویر ذهنی از جسم فرد تأثیر دارند. در جامعه‌ای که به جوانی، زیبایی، و کامل و بی‌عیب بودن اهمیت داده شود، این نگرش‌ها و ارزش‌ها بر این امر که فرد بدن خود را چگونه می‌پندارد، تأثیر می‌گذارند. زیرا که تصویر ذهنی از جسم، ترکیبی از واقعیت ایده‌آل است [پیشین].

چون تصویر ذهنی از بدن تا حدودی به واقعیت بدن بستگی دارد، افراد غالباً به سرعت با تغییرات بدنی سازگار نمی‌شوند. همانند کل «مفهوم خود»، تغییر جسمی ممکن است در تصویر فرد از بدن خود ترکیب نشده باشد. برای مثال، مطالعات نشان داده‌اند، افرادی که وزن زیادی را از دست داده‌اند، به سهولت خود را لاغر نمی‌پندارند و در چنین مواردی، هم چنان به شدت رژیم غذایی خود را ادامه می‌دهند تا لاغر شوند. مثال دیگر پیری طبیعی است. اغلب مردم می‌گویند که تغییری در خود حس نمی‌کنند، ولی وقتی در آینه به خود می‌نگرند، از موهای خاکستری و یا صورت چروکیده‌ی خود متعجب می‌شوند.

### ب) اعتماد به نفس

همانند تصویر ذهنی از جسم خویش، اعتماد به نفس تحت تأثیر عوامل درونی و بیرونی متعددی قرار می‌گیرد. «اعتماد به نفس احساس ارزشمند بودن است». طبق نظر اریکسون، کودکان احساس مفید و ارزشمند بودن را از طریق ابتکار و یادگیری اعمال متفاوت به‌دست می‌آورند و تکامل می‌یابند. «اعتماد به نفس» در ارتباط با ارزش‌یابی فرد از موقعیت خود در مدرسه،





محیط کار و خانواده و سایر موقعیت‌ها حاصل می‌شود.

خانواده و جامعه کلاً استانداردهایی را برقرار می‌سازند که افراد براساس آن‌ها خود را ارزیابی می‌کنند. ارزیابی خود، فرایندی روانی و مستمر است. «ارزش خود»<sup>۳۵</sup> و یا اعتماد به‌نفس، طبق سلسله مراتب نیازهای مزلو، از جمله نیازهای اساسی انسان است. انسان نیاز دارد که احساس کند، شایسته، لایق، مفید و باارزش است. در نتیجه، اعتمادبه‌نفس به توسعه و حفظ مفهوم خود بستگی دارد. ارزشی که هر فردی احساس می‌کند، عامل مهمی در تکامل روانی - اجتماعی و شکل‌گیری انگیزه‌های او دارد [گیسون<sup>۳۶</sup>، ۱۹۸۰].

هرچند که «اعتماد به نفس» به عوامل متعددی بستگی دارد، ولی از نظر «مفهوم خود»، فرد یا «خود ایده‌آل» او بهتر قابل درک است. «خود ایده‌آل» آمال، هدف‌ها، ارزش‌ها، استانداردهای رفتاری که از نظر فرد ایده‌آل محسوب می‌شوند و در جهت کسب آن‌ها فعالیت می‌کند، را شامل می‌شود. خود ایده‌آل تحت تأثیر فرم‌های اجتماعی، و انتظارات و خواست‌های والدین و افراد حائز اهمیت قرار دارد. در کل، هر قدر «مفهوم خود» به «خود ایده‌آل» نزدیک‌تر باشد، فرد از اعتماد به نفس بالاتری برخوردار است. در صورتی که تفاوت «مفهوم خود» با «خود ایده‌آل» زیاد باشد، شخص از اعتماد به نفس کمتری برخوردار است [پاتریشیا، ۱۹۹۸].

### ج) نقش‌ها

«نقش» یک سلسله رفتار است که با ایفای آن، فرد در گروه اجتماعی مشارکت

می‌کند. هر فردی ممکن است دارای نقش‌های متعددی باشد. یک خانم ممکن است نقش‌های مادری، همسری و دختری را داشته باشد. نقش شامل انتظارات و یا استانداردهای رفتاری است که توسط اجتماع و یا گروه اجتماعی، مانند خانواده و جامعه‌ای که فرد در آن مشارکت می‌کند، مورد قبول واقع شده است. رفتار فرد براساس الگوهای ایجاد شده از طریق «فرایند اجتماعی شدن»<sup>۳۷</sup> پایه‌گذاری می‌شود. اجتماعی شدن شرط لازم برای عملکرد رضایت‌آمیز یک نقش است [پارسونز، ۱۹۵۱].

فرایند اجتماعی شدن بلافاصله پس از تولد آغاز می‌شود؛ زمانی که نوزاد به افراد بزرگسال و افراد بزرگسال به او واکنش نشان می‌دهند. پارسون<sup>۳۸</sup> (۱۹۷۲-۱۹۵۱) چنین تصور می‌کند که تشکیل الگوهای ارزشی در کودک، پایه‌ی اساسی ساخت شخصیت وی است. الگوها ثابت هستند و به میزان اندکی در دوران بزرگسالی تغییر می‌یابند. از طریق پنج شیوه و روش، کودک رفتاری را که مورد تأیید اجتماع است، می‌آموزد:

۱. **تقویت خاموشی**<sup>۳۹</sup>: فرایندی که به‌واسطه‌ی آن رفتارهای خاصی به دلیل تقویت یا تشویق نشدن، منع یا معمول می‌شوند.
۲. **تضعیف**<sup>۴۰</sup>: فرایندی که به‌واسطه‌ی آن فرد می‌آموزد، حتی با تشویق به انجام عملی از آن روی برگرداند.
۳. **جانشینی**<sup>۴۱</sup>: جانشین کردن رفتاری با رفتار دیگری که همان لذت و رضایت را در فرد ایجاد می‌کند.

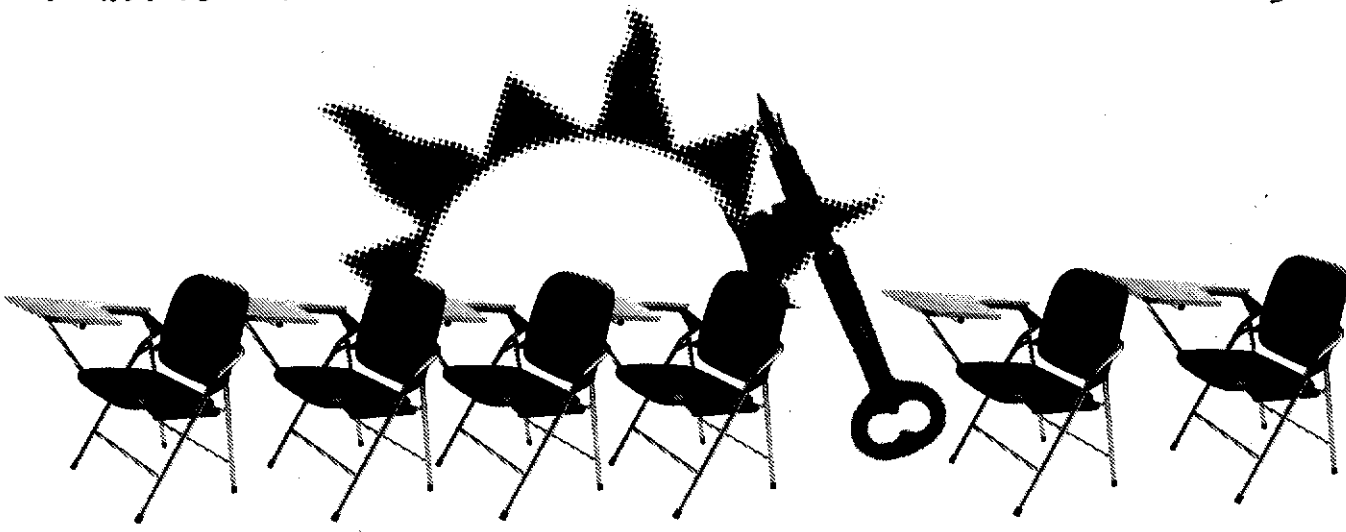
۴. **تقلید**<sup>۴۲</sup>: فرایندی که طی آن، فرد دانش، مهارت و رفتار را از اعضای یک گروه اجتماعی و یا فرهنگی کسب می‌کند.

۵. **هماندسازی**<sup>۴۳</sup>: درونی ساختن ارزش‌های یک الگوی نقشی.

طی مرحله‌ی اجتماعی شدن، فرد مهارت‌های لازم را برای انجام اعمال رضایت‌آمیز در نقش‌های متفاوت تشکیل می‌دهد. اجتماعی شدن ناموفق به ناتوانی در انجام اعمالی که مورد قبول ارزش‌های اجتماعی است، می‌انجامد [پاتریشیا، ۱۹۸۹].

### بریم و ویلر<sup>۴۴</sup> در سال ۱۹۶۶ تفاوتی

بین اجتماعی شدن کودک با بزرگسالان تفاوت قائل شدند. افراد بزرگسال بیشتر برای رفتار واقعی و متناسب با نقش اهمیت قائل‌اند، تا یادگیری ارزش اساسی نقش‌ها. از افراد بالغ انتظار می‌رود، انتظارات ایده‌آل و واقعی نقش را از همدیگر تمیز دهند. در ضمن، افراد بزرگسال نقش‌ها و انتظارات نقش متعددی را دارند. برای بالغان، رابطه با دیگران از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به کلامی دیگر، افراد بزرگسال به رابطه‌ی خود با دیگران اهمیت می‌دهند و از برقراری رابطه‌ی خوب و موفقیت‌آمیز با دیگران، احساس خوب بودن می‌کنند. هر فردی متناسب بودن رفتارش را در ارتباط با یک نقش، از طریق مواجه شدن با افرادی که اعتقادی درباره‌ی آن رفتار دارند و براساس این اعتقادات دیگران را تشویق و تنبیه می‌کنند، می‌آموزد. برای ایفای یک نقش، فرد باید از رفتار و ارزش‌های مورد قبول برای آن نقش آگاه و علاقه‌مند به انجام آن رفتار باشد. ضمناً، الزامات نقش را نیز برآورده سازد



[پیشین].

نقش دارای سه جزء است: فرد یا مجری، رفتار یا عمل، رابطه‌ی بین فرد و رفتار [ایدل و توماس، ۱۹۶۶]. معمولاً افراد مجری نقش‌های متفاوتی هستند. از جمله نقش‌های معمول، نقش مادر، پدر، همسر، دختر، پسر، کارمند، دوست، رئیس است. افراد از مجریان این نقش‌ها انتظاراتی دارند که انجام آن‌ها به پاداش و مورد تأکید قرار گرفتن و عدم انجام آن‌ها، به تنبیه و تأیید نشدن منتهی می‌شود.

### مدرسه و کسب نقش

یادگیری نقش‌های اجتماعی، یکی از جنبه‌های اساسی اجتماعی شدن کودک است. مدرسه به یادگیری بعضی نقش‌ها کمک می‌کند، زیرا معلمان و شاگردان، همراه با اولیا و سایر اعضای خانواده و اجتماع، انتظارات کلی اجتماعی را در مورد نقش به هر فرد می‌فهمانند. به‌علاوه، مدرسه آن دسته از اطلاعات نقشی را که معمولاً به دست آوردن آن‌ها از منابع دیگر میسر نیست، فراهم می‌کند.

گاهی انتظارات نقشی آن طوری که در مدرسه عرضه می‌شود، ممکن است بیش از اندازه آرمانی، غیرواقعی و یا با تصویری که جامعه‌ی وسیع‌تر از این نقش دارد، ناسازگار باشد. در مطالعه‌ای که روی منابع خواندنی مدرسه صورت گرفت، در تجسم نقش‌های مرد و زن «قالبی‌ساز»های قابل ملاحظه‌ای کشف شدند. میزان تأثیر این‌گونه مفاهیم قالبی روی انتظارات نقشی و سازگاری نقشی شناخته نشده است. اگر این‌ها با شخص عجیب شوند، احتمال دارد از بعضی جهات روی سازگاری نقشی به نحوی نامطلوب اثر بگذارند. در هر حال لازم است، عواقب احتمالی کسب اطلاعات خاص درباره‌ی سازگاری نقشی، و تناسب این اطلاعات با تصور جامعه از این نقش را تعیین کنیم [سرمد، ۱۳۶۶].

### د) هویت

«هویت» از کلمه‌ی لاتین «Idem» به معنای «یکسان» گرفته شده است. «هویت» شامل فردیت مستمر و مطابقت و یکسانی

آن در طول زمان و شرایط گوناگون است. پس هویت دارای سطوح متفاوتی از ثبات و دوام است. هویت اشاره‌ی ضمنی دارد به «خود بودن»<sup>۵۵</sup>، «تمایز بودن»<sup>۵۶</sup> و «جدا بودن»<sup>۵۷</sup> آگاهانه از دیگران. بلوغ، پنجمین مرحله‌ی تکامل اریکسون، زمانی حیاتی برای تکامل هویت است. جوانی و بلوغ، زمانی است که با تغییرات جسمی و فشار گروه هم‌تایان، آمادگی‌های لازم برای استقلال آینده به وقوع می‌پیوندد. چنان‌چه فرد نتواند انتظارات اجتماعی را برآورده سازد و خود را بشناسد، دچار «گیجی نقش»<sup>۵۸</sup> می‌شود که ناشی از نامشخص بودن نقش‌هاست. «هویت» حالتی پویا و سنجیده است و شامل آگاه بودن از حس فردیت و تلاش در جهت ثبات خصوصیات شخصی و حفظ وحدت با ایده‌آل‌های گروه اجتماعی است که فرد خود را در آن می‌بیند. هر مرد جوان نیازی آشکار به متعلق بودن به یک گروه و پذیرفته شدن توسط آن را دارد. قدرت تشکیل هویت نیز به تکامل شناختی بستگی دارد، زیرا که فرد باید برجستگی بر خود بزند و دیگران او را با آن برجسب بشناسند. فرد با داشتن حس هویت احساس کامل بودن می‌کند.

در طول اجتماعی شدن، کودکان فرایند «همانندسازی»<sup>۵۹</sup> را تجربه می‌کنند و در نتیجه، رفتارها و تنش‌هایی را که از نظر اجتماع مورد قبول هستند، می‌آموزند. کودکان با والدین خود، دوستان، معلمان، قهرمانان فرهنگی و نظایر آن همانندسازی می‌کنند. برای شناخت هویت، کودک باید قدرت ترکیب این رفتارهای آموخته شده را به صورت یک واحد با ثبات و واضح داشته باشد. این فرایند، ترکیبی از ویژگی‌های دوران بلوغ است. به هر حال، حس هویت فرد به‌طور مستمر در حال رشد است و تحت تأثیر شرایط زندگی قرار می‌گیرد. داشتن هویت برای روابط نزدیک ضروری است، زیرا که هویت افراد از طریق روابط آن‌ها با دیگران ابراز می‌شود.

هویت جنسی جزئی از هویت کلی فرد است. هویت جنسی تصویری است که فرد به‌عنوان مرد یا زن از خود دارد و هم‌چنین معنی که این عناوین برای او دارند. این تصویر و معنای آن، به استانداردهای آموخته

شده از طریق فرایند اجتماعی شدن بستگی دارد. چنان‌چه رفتار فرد «مفهوم خود» او را تأیید کند، او حس هویت خود را تقویت می‌بخشد و برعکس، چنان‌چه رفتار فرد هویت او را تأیید نکند و متضاد مفهوم خود او باشد، او دچار اضطراب و تشویق می‌شود [پاتریشیا، ۱۹۹۸].

زیرنویس



1. self concept
2. Academic Achievement
3. Descartes
4. Spinoza
5. Leibnitz
6. Mind
7. Soul
8. Psyche
9. Self
10. Freud
11. Anna
12. William James
13. Watson
14. Wylle
15. Diggory
16. George Mead
17. Lewin
18. Goldstein
19. Maslow
20. Lecky
21. Bertocci
22. Murphy
23. Raimy
24. Hilgard
25. Allport
26. Carl Rogers
27. Combs
28. Snygg
29. Individual Behavior
30. Hyder
31. Paterson
32. Yamamoto
33. Stress
34. Conflict
35. Harter
36. Self Control
37. Erikson
38. Psycho Social Development
39. Schematic
40. Mistrust
41. Uncertainly
42. Frustration
43. Discomfort
44. Somatic Stimull
45. Self Worth
46. Gibson
47. Socialization
48. Parson
49. Reinforcement - Extinction
50. Inhibition
51. Substitution
52. Imitation
53. Identification
54. Brim & Wheeler
55. Behavior Actlon
56. Biddle & Thomus
57. Being Oneself
58. Distinct
59. Separat

