

تنهایی در پیچیدگی‌ها نعمت است

سوسک‌ها و آدم‌ها



اگر خانهای قدیمی داشته باشید که درونش سوسک داشته باشد، دیده‌اید که سوسک را در توالث راحت‌تر از حمام می‌توان کشت اما اگر سوسک‌ها بیش از یکی باشند در حمام موفق‌تر در توالث هستید. بیشترمان مشغله‌های ذهنی‌مان آنقدر زیاد است که به این مسائل توجه چندانی نمی‌کنیم. جالب است که بدانید این داستان یکی از مهم‌ترین موضوعات روانشناسی اجتماعی است که در رابطه با انسان نیز صادق است.

میحت تسهیل اجتماعی توسط فلوید آلپورت در سال ۱۹۲۰ وضع شد. آلپورت عقیده داشت اگر افراد در یک موقعیت گروهی قرار بگیرند بازدهی‌شان بیشتر از زمانی است که به تنهایی عمل می‌کنند. در این باره آزمایش‌های بسیاری انجام گرفته است. نخستین

• دکتر سیدوحید شریعت

دیده نشدن عملکرد را پایین می‌آورد

اگر شما هم کمی به فوتبال علاقه داشته یا با قوانین آن آشنایی داشته باشید، حتماً می‌دانید که موقع گل‌شماری هر گل در خانه حریف به اندازه دو گل محاسبه می‌شود، یا یکی از تنبیه‌هایی که می‌شود برای یک تیم در نظر گرفت محروم کردن آن از حضور تماشاگران در بازی خانگی است. اما آیا واقعاً حضور تماشاگر تا این حد اهمیت دارد یا این یک خرافه همه‌گیر شده است؟ روانشناسان اجتماعی سعی کرده‌اند با انجام طراحی و انجام چندین آزمایش به پرسش‌هایی از این دست پاسخ دهند. یکی از اولین آزمایش‌ها بیش از صد سال قبل توسط نورمن تربیلت روی دوچرخه‌سواران انجام شد و نشان داد حضور رقیب می‌تواند باعث بهبود عملکرد شود. همین مساله در مورد تماشاگر هم دیده می‌شود و عملکرد در حضور دیگران نسبت به هنگامی که فرد تنهاست بهبود می‌یابد. به هر دو این حالات «تسهیل اجتماعی» گفته می‌شود. اما مساله اینجاست که حضور رقیب یا تماشاگر همیشه هم باعث بهتر شدن عملکرد نمی‌شود، بلکه گاهی دقیقاً برعکس به بدرتر شدن و افزایش میزان خطا می‌انجامد. در واقع موقعی که فرد بخواهد کاری ساده یا کاری را که در آن متبحر است انجام دهد، با حضور رقیب یا تماشاگر توانش بیشتر می‌شود ولی وقتی کار پیچیده است یا فرد هنوز در آن تبحر کافی نداشته باشد، نه‌تنها از حضور داشتن دیگران سودی نمی‌برد بلکه نتیجه بدتری هم می‌گیرد. این مساله سال‌ها باعث سر در گمی پژوهنگران شده بود و توجه مناسبی برای آن

• دکتر سیدایمان ایرانمنش/ Dr_liranmanesh@yahoo.com

کار، جایگزین زندگی

معتادان کار، بیماران پنهان

زندگی ما را انتخاب‌های ما به وجود می‌آورد و سرنوشت‌مان را خودمان با همین انتخاب‌ها رقم می‌زنیم. یکی از این موارد، انتخاب از زندگی لذت بردن یا بدون لذت زندگی کردن است و مهم‌ترین عامل اینکه انسانی بتواند از زندگی لذت ببرد این است که احساس کند آزاد است. حس آزادی خارج از مساله لذت، از عوامل موفقیت و پیشرفت در زندگی است. طبق تحقیقات آماری بدست‌آمده در روانشناسی اجتماعی، افرادی که احساس می‌کنند خودشان عامل رخدادهای زندگی‌شان هستند به نسبت افرادی که زندگی‌شان را در جبر می‌بینند از موقعیت اجتماعی، تحصیلی، شغلی و مالی و حتی سلامتی مشاهده می‌کنند. اما برخوردارند و در نهایت این حس آزادی ما را به آنجا می‌برد که مولانا این گونه توصیف می‌کند: مرده بدم زنده شدم/ گریه بدم خنده شدم/ دولت عشق آمد/ من/ دولت پاینده شدم.

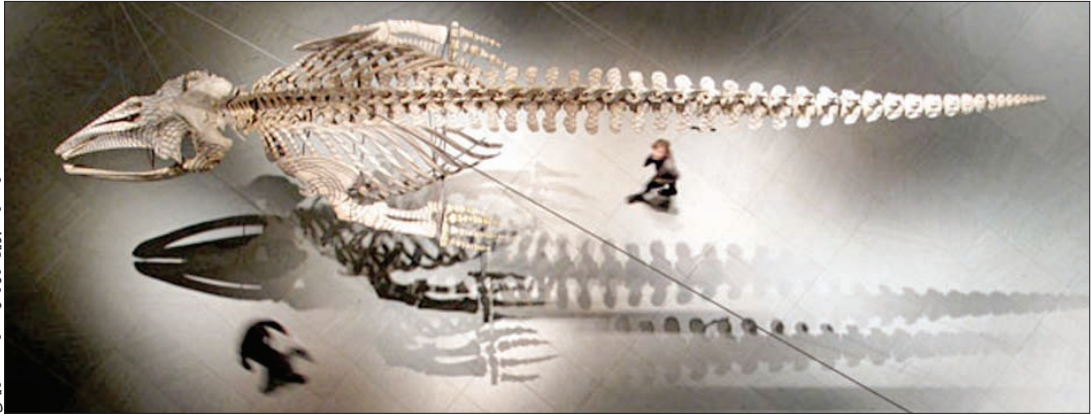
نکته جالب در اینجاست که معمولاً انسان‌ها فکر می‌کنند آزادی‌شان توسط دیگران سلب شده اما غالباً ما خودمان اکثر آزادی‌هایمان را از خود می‌گیریم. خودمانی که خود را در زندان عادت‌ها، وابستگی و قید و بند و قوانین بیش از حد محبوس کرده‌ایم. در نهایت حس می‌کنیم که دنیا زندانبان است و ما اسیر وی شده‌ایم. به قول توریئو شاعر مشهور ایتالیایی: پرنده‌ها در قفس آزاد نمی‌خوانند. اکثر مردم جامعه اعتیاد را در وابستگی به مواد مخدر و روانگردان‌ها می‌دانند و ضررهای آن را در ضایعات جسمی و فیزیکی سلامتی مشاهده می‌کنند. اما یکی از مهم‌ترین ضررهای اعتیاد وابستگی و عادت روحی و روانی آن است که ما را اسیر و زندانی آن می‌کند و در ضمن اعتیادهای بسیاری در علم روانشناسی وجود دارد که معمولاً از آنها بی‌خبریم و یکی از آنها اعتیاد کاری یا Work addiction است.

کار، از علامت‌های مهم این بیماری در افراد افراط آنها در است. و سرمایه‌گذاری و تمرکز دائمی فکری آنها در مورد کار است؛ افرادی که به صورت مداوم در حال سرمایه‌گذاری‌های پشت سر هم و خرید و فروش‌های افراطی هستند یا بدون نیاز صد درصد مالی دوشیفته یا سه‌شیفته کار می‌کنند و بعد از هر پروژه یا سرمایه‌گذاری و کسب نتیجه و درآمد آن به جای آنکه کمی استراحت کنند یا سراغ تفریحات زندگی ببرند، سریعاً سرمایه‌گذاری بعدی را شروع می‌کنند. حتی اگر به اصرار دوستان و خانواده به میهمانی یا مسافرت بروند باز هم با دیگران



سال پنجم ■ شماره ۱۰۸۳ ■ دوشنبه ۱۹ مهر ۱۳۸۹

روانشناسی خودمانی (۱۵)



از نقاد کلاسیک ادبی و ادبیات

تکالیف را بهتر انجام می‌دهند او تکالیف را پیچیده‌تر کرد و بار دیگر آزمایش را تکرار کرد. در مورد تکالیف پیچیده‌تر جواب کمی متفاوت بود. آلپورت به این نتیجه رسید که کار کردن در جمع و با حضور تماشاچی می‌تواند در مواردی «کمک‌کننده» و بعضی وقت‌ها «آزارنده» باشد. در سال ۱۹۶۵رابرت زایونک به بررسی دقیق نتایج این مطالعات پرداخت و نظریه «کشاننده در تسهیل اجتماعی» را ارائه داد. او به این نتیجه رسید که معمولاً در مورد پاسخ‌های غریزی و پاسخ‌هایی که خوب تمرین شده است، حضور تماشاچی موجب بهبود عملکرد

• دکتر عبدالله مروارید•

افزایش یا کاهش عملکرد در حضور دیگران

طبق نظر نورمن تربیلت همه افراد وقتی در حضور دیگران واقع شوند افزایش عملکرد پیدا می‌کنند اما آیا واقعاً چنین است؟ پژوهش‌های بسیاری در زمینه تسهیل اجتماعی یا آسان‌سازی اجتماعی انجام شد. از جمله پژوهش‌های انجام‌شده توسط فلوید آلپورت و زایونک، نظر تربیلت را تایید نکرد. همان طور که در موقعیت‌های یکسان و مشابه افراد واکنش‌ها و رفتارهای متفاوت و مختلفی از خود نشان می‌دهند، در این زمینه نیز چنین به نظر می‌رسد. در پژوهش‌های نورمن تربیلت فاکتورها و عوامل بسیاری مغفول مانده است.

آیا عملکرد یک فرد برونگرا و یک فرد درونگرا در حضور دیگران افزایش می‌یابد؟ یا کاهش؟ یا یکی افزایش می‌یابد و دیگری کاهش؟ آیا می‌توان گفت عملکرد فردی که از سطوحی از اضطراب اجتماعی رنج می‌برد و یک فرد ضداجتماعی و یک فرد نمایشی همگی در حضور دیگران افزایش می‌یابد؟ آیا می‌توان انتظار داشت عملکرد فردی که از کمبود اعتمادبه‌نفس و خودباوری رنج می‌برد و فردی که نیاز شدید به قدرت یا توجه‌طلبی افراطی دارد همگی در حضور دیگران افزایش یابد؟

• مینو گنابادی / minoo.gonabadi@gmail.com

زنبور درمانی؛ طب حاشیه‌ای

نیش زنبور نه از ره کین است

زنبوردرمانی و استفاده از نیش زنبور یکی از درمان‌های طبیعی است که از دیرباز مورد استقبال بخشی از مردم بوده است. اجرای این شیوه به عنوان یک درمان طبیعی در شکل سنتی خود قدمت بسیار زیادی دارد.

ایرانیان، یونانیان، مصری‌ها، و چند تمدن دیگر از جمله اقوامی بودند که همواره از این شیوه برای درمان بیماران خود بهره می‌بردند. امروزه نیز برخی از دانشمندان بر این باورند که زنبورها هنگام درست کردن عسل، آنچنان دقیق و ماهرانه عمل می‌کنند که خواص درمانی و دارویی گیاهان از بین نمی‌رود و به سبب منتقل شدن عسل و در همین خاطر عسل برای درمان بسیاری از امراض مفید تلقی می‌شود.

گروهی تصور می‌کنند درمان بسیاری از بیماری‌ها می‌تواند با نیش زنبور صورت گیرد. بیماری‌هایی از قبیل بیماری‌های عصبی، گرفتگی عضلات، دردهای مزمن، کمردرد، افسردگی، اختلال اعصاب، زونا، نقرس، روماتیسم، ناتوانی‌های جنسی، اماس و... گروهی از پزشکان این اتفاق را به خاطر آنزیم‌ها پروتئین‌ها و اسیدآمینو‌های می‌دانند که درون نیش زنبور وجود دارد. ایران کمتر از یک دهه است که به این موضوع روی آورده است. گرچه این روش هنوز به اثبات علمی نرسیده است اما مدارکی وجود دارد که نشان می‌دهد این روش برای درمان بیماری‌ها به کار می‌رود. به طوری که در حاشیه جشنواره میراث ماندگار، غرفه‌ای با عنوان آپیت‌تراپی (زنبوردرمانی) در مجموعه فرهنگی تاریخی سعدآباد دایر شد.

ما در این ستون پیش از آنکه به درمان بیماری‌های جسمی نیش زنبور بپردازیم به درمان بیماری‌های روانی و عصبی می‌پردازیم.

در دنیای اینترنت بیشتر افرادی که به درمان بیماری توسط نیش زنبور پرداخته‌اند به آن نگاهی مثبت داشته‌اند اما بسیاری از پزشکان با این نگاه مخالفند.

■ مخالفان زنبوردرمانی

– بیشتر مردم بعد از نیش زدن زنبور، درد و قرمزی محل نیش را تجربه می‌کنند. دیده شده است که حدود ۲۰ درصد از افراد بعد از درمان دچار خارش، کهیر، خستگی و عصبانیت می‌شوند.
– تعداد کمی از افراد به علت نیش زدن زنبور می‌میزند. تحقیقات نشان داده است این تعداد به کمتر از ۱۰۰ نفر در سال می‌رسد. مرگ به سبب وجود آلرژی شدید یا شوک قلبی رخ می‌دهد.
– آسبب به اعصاب بینایی در افرادی بروز می‌کند که نیش زنبور در اطراف چشم و ابروی آنها وارد شده باشد.
– آنسفالومیلیت یا التهاب مغز و نخاع در صورتی به وجود می‌آید که نیش زنبور وارد سیستم عصبی شود.
(مریم سجادیپور کارشناس علوم تغذیه)
درمان بیماری‌های روانی و اعصاب با نیش زنبور خرافه‌درمانی است.

(دکتر محمد صنعتی روان‌درمانگر)

روانشناسی خودمانی (۱۵)

دکتر سامان توکی

نسبیت فرهنگی در جهان امروز

هر کسی از ظن خودش دیار من

آیا افرادی که از فرهنگ‌های مختلف هستند، دنیا را مانند هم درک می‌کنند و شبیه هم درباره آن فکر می‌کنند یا مثل هم استدلال می‌کنند؟ آیا وقتی یک چینی و یک امریکایی، برای مثال، در یک محیط و در شرایط یکسان قرار می‌گیرند، هر دو یک چیز را در محیط می‌بینند و یک برداشت درباره آن دارند؟

پاسخی که روانشناسان و فلاسفه از دیرباز به این سوالات می‌دادند، این بود که فرآیندهای بنیادین شناخت و ادراک در انسان‌ها مشترک و عمومی است یعنی مثلاً توجه و ادراک بینایی پدیده‌هایی هستند که از اصول و فرآیندهایی جهانشمول و عمومی تبعیت می‌کنند. به این ترتیب اگر من و شما و هر کسی از هر فرهنگی در مقابل یک منظره را تصویر قرار بگیریم، همنی را خواهیم دید که دیگری دیده‌است یا اینکه استدلال و استنتاج، طبقه‌بندی و تحلیل علی‌روش‌هایی هستند که از اصولی یکسان و عمومی تبعیت می‌کند.

اما مورخان و فلاسفه علم احتمال دیگری را نیز مطرح می‌کردند. بر اساس دیدگاه این افراد، دست‌کم در چین و یونان باستان، دانشمندان و فیلسوفان مفاهیمی متفاوت از هم درباره جهان داشته‌اند و از روش‌هایی متفاوت برای درک جهان و ارتباط خود با جهان استفاده می‌کرده‌اند. مثلاً یونانی‌ها به خود اشیاء و ایزدها توجه می‌کردند و سعی می‌کردند ویژگی‌های خود این ایزدها را بشناسند و بر اساس این ویژگی‌ها آنها را در طبقات مختلفی قرار دهند تا به این ترتیب بتوانند با توجه به این ویژگی‌ها رفتار آن شیء یا ایزه را پیش‌بینی کنند. مثلاً علت اینکه سنگ در آب فرو می‌رود و چوب روی آب می‌ماند، این است که سنگ سنگین است و چوب سبک. اما نگاه چینی‌ها متفاوت بوده است. چینی‌ها بیش از آنکه به خود شیء و خواص آن توجه داشته باشند، به محیط و بافتی که شیء در آن قرار دارد توجه می‌کردند. آنان معتقد بودند هر کنشی در میدانی از نیروهای مختلف روی می‌دهد و در واقع رفتار شیء یا ایزه متأثر از اشیاء و نیروهای مختلفی است که شیء مورد نظر در آن قرار دارد. به بیان دیگر، توجه اصلی یونانی‌ها بر خود شیء قرار می‌گرفت و توجه اصلی چینی‌ها بر بافتی که شیء در آن قرار دارد. یونانی‌ها به این طرز فکر گرایش داشتند که ماده را متشکل از اجزایی جدا از هم (اتم) ببینند و برعکس، چینی‌ها ماده را متشکل از جوهرهایی پیوسته به هم می‌دانستند. یونانی‌ها جهان را دارای ثبات می‌دانستند (مانند آنچه در مفهوم صور مثالی افلاطون مستتر است)، در حالی که چینی‌ها دنیا را دائماً در حال تغییر و هر لحظه در حال تبدیل شدن به قطب مخالف آنچه الان هست، می‌دیدند. بعضی صاحب‌نظران طرز فکر یونان باستان را تفکر تحلیلی و طرز فکر چینی‌های باستان را تفکر کل‌نگر نامیده‌اند. یکی از ویژگی‌های طرز تفکر تحلیلی یونانی‌ها آن بود که قواعدی انتزاعی را برای پیش‌بینی شرایط و رفتارها به کار می‌بردند و به همین دلیل در چارچوب اندیشگی آنان، منطق جابجایی خاص داشته است. وجود این قواعد و طبقه‌بندی‌ها به یونانیان باستان احساس کنترل و تسلط بر محیط و دنیا را می‌داد. بر عکس، چینیان که قائل به قواعد مشخصی برای پیش‌بینی رفتار ایزدها نبودند، احساس کنترل و تسلط و عاملیت کمتری هم داشتند.

آیا این تفاوت‌ها هنوز هم در فرهنگ‌های مختلف وجود دارند؟ در سال‌های اخیر توجه به تفاوت‌های فرهنگی در روان انسان بیشتر شده است و چندین گروه پژوهشی تمرکز اصلی کار خود را بر بررسی این موضوع گذاشته‌اند. در مجموع، یافته‌های این محققان حاکی از آن است که این تفاوت‌های فرهنگی، فقط مربوط به دوران باستان نبوده و در عصر کنونی هم کارکردها و فرآیندهای ذهن در فرهنگ‌های مختلف متفاوت است. بنابراین برای درک شکل‌های مختلف افکار، احساسات و رفتارها و تعاملات بین‌فردی و اجتماعی انسان‌ها باید این عناصر فرهنگی را در نظر گرفت. تحقیقاتی که در سال‌های اخیر درباره این تفاوت‌های فرهنگی انجام می‌شوند عمدتاً دو گروه را بررسی و مقایسه می‌کنند: آسیای شرقی‌ها (چین و فرهنگ‌های متأثر از آن مثل ژاپن و کره) و غربی‌ها (اروپایی‌ها و امریکایی شمالی‌ها). در این دو گروه همان الگوهای فرهنگی را می‌جویند که به ترتیب در چین باستان و یونان باستان بوده‌است. نتیجه این تحقیقات نشان‌دهنده غلبه تفکر تحلیلی در فرهنگ‌های غرب و تفکر کل‌نگر در فرهنگ‌های شرق بوده است.

گرچه اغلب تحقیقات انجام‌شده دو قطب آسیای شرقی و امریکای شمالی و اروپا را برای مقایسه برگزیده‌اند، اما این یافته‌ها می‌تواند اهمیت بررسی و مطالعات فرهنگی بین‌فرهنگی را برای درک ویژگی‌های رفتاری جامعه خودمان هم نشان دهد. برای مثال یکی از این تفاوت‌های فرهنگی مربوط به درک فرد از خود است. در فرهنگ فردگرا و در چارچوب تفکر تحلیلی، فرد برای تعریف خود، بیشتر به ویژگی‌های شخصی خود، توانایی، سلیاق و علایق خود، و آرزوها و انتظاراتی که از خود دارد، تکیه می‌کند در حالی که در فرهنگ جمع‌گرا بیشتر به تعلقات گروهی و خانوادگی، و نقشی که برای او تعریف می‌کنند متکی است. در فرهنگ فردگرا شخص خود را با تأکید بر ویژگی‌های خود می‌شناسد و در فرهنگ جمع‌گرا با تأکید بر بستگی‌ها و تعلقات گروهی خود. اینکه ما در کجای این طیف فردگرای– جمع‌گرایی یا تفکر تحلیلی– کل‌نگر هستیم، نیاز به پژوهش‌های جدی و روشمند دارد و گاهی اوقات پدیده‌هایی اجتماعی را می‌بینیم که به نظر متضاد با هم هستند و نمی‌توان به راحتی آنها را با یکی از این مدل‌ها توصیف کرد؛ و شاید بتوان فرض کرد که در حال گذار بین آن دو یا بیش از آن در حال گذار از این دو هستیم.

برای مثال، یکی از پدیده‌هایی را در نظر بگیریم که در فرهنگ ما بسیاری اوقات به عنوان پدیده‌ای شایع از آن یاد می‌شود: چشم و هم‌چشمی؛ و یکی از مصادیق آن چشم و هم‌چشمی در تحصیل. به نظر می‌رسد در یکی دو نسل اخیر توجه زیادی به تحصیلات و ادامه تحصیل دانشگاهی شده است؛ طوری که در بسیاری خانواده‌ها (به‌ویژه در خانواده‌های طبقات اجتماعی– اقتصادی متوسط و بالا) به نوعی تقسیم کار انجام شده و وظایف فرزندان خانواده تنها در تحصیل خلاصه شده است. خانواده‌ها همه سروس‌ها و خدمات را به فرزند خود می‌دهند و آنچه در ازایش می‌خواهند فقط یک چیز است و آن هم اینکه او به دروس‌اش برسد. در نظر اکثر کنکور که قرار است خانواده به طور عینی و عملی دستمزد زحمات خود را بگیرد، این انتظار خانواده بیشتر می‌شود و باعث اضطرابی شدید در فرزندان می‌شود. بسیاری از خانواده‌ها که می‌دانند اضطراب کنکور می‌تواند در موقعیت فرزندان‌شان تأثیر سوء بگذارد، ممکن است در کلام و گفتارشان حتی مرتب به فرزند خود دلداری بدهند و بگویند نتیجه کنکور مهم نیست اما با رفتار خود عکس آن را به فرزندشان منتقل می‌کنند. مثلاً کل خانواده در آن یکی دو سال شبیه تیمی عمل می‌کند که هر کدام وظیفه خود را در این مجموعه دارند؛ نقش خانواده پشتیبانی و نقش والدین و همسر کردن شرایطی آرام در خانه است، و نقش فرزند مطالعه و درس یاد گرفتن. فرزند این احساس را دارد که در یک مسابقه تیمی شرکت کرده که او نماینده خانواده‌اش برای آن مسابقه است و نتیجه مسابقه فقط مربوط به خودش نیست. اگر در فامیل هم کسی در سال‌های اخیر موفقیتی در کنکور و کسب کار شده باشد، او می‌شود رقیب اصلی. اگر هم کسی در فامیل نباشد، بالاخره در دوستان و هم‌کلاسی‌ها افرادی به نظر می‌آید که بیشتر حاضر و عینی وجود دارند یعنی نفس تحصیل و علم آموزی در حاشیه می‌ماند و مسابقه و رقابتی خانوادگی اصل داستان می‌شود. رشته‌ای که فرد می‌خواهد در آن ادامه تحصیل بدهد هم کمتر به علایق و استعدادهای فردی او وابسته است و بسیاری اوقات از بدو تولد یا در دوران کودکی‌اش توسط خانواده آرزو و تعیین شده است.

در همین که حرف زدیم از شروع می‌کنند، یکی از چیزهایی که به زودی یاد می‌گیرد و تکرار می‌کند این است که می‌خواهد چه کاره شود یعنی بی‌آنکه هیچ تنوری از استعداد و علاقه خود داشته باشد، با بداند آن شغل و رشته چیست، از قبل نقش اجتماعی و شغلی او تعیین شده و به او ابلاغ می‌شود. آنچنان مرز بین خواسته‌های خود و خانواده، و وظایف و مسؤولیت‌های هر یک گم و نابودا می‌شود که حتی خود فرد هم ممکن است نتواند آنها را از هم متمایز کند. یعنی علایق خانواده از قبل قالبی را برای او می‌سازد که حالا باید خود را در آن قرار دهد و آن نقش را بپذیرد. اگر از این مسابقه سرلبند بیرون نیاید، در برابر خانواده‌ای که نقش خود را به طور کامل بازی کرده‌اند سرافکند و شرمسار می‌شود. احساس می‌کند در حق آن‌ها کوتاهی کرده و نتوانسته زحمات آنان را جبران کند. در بسیاری اوقات آنها هم که از این سد می‌گذرند تازه با مشکلی دیگر روبرو می‌شوند؛ ناهمخوانی بین توانایی‌ها، استعدادها و علایق‌شان با رشته‌ای که در آن وارد شده‌اند، و در نتیجه آن احساس سرخوردگی و ناکامی و افت تحصیلی و بی‌انگیزگی. اما در چارچوب فرهنگی دیگر این اتفاق چگونه می‌توانست رخ دهد، در فرهنگی که هویت مستقل فردی شکل می‌گیرد و فرد را ویژگی‌های شخصی او تعریف می‌کنند نه انتظارات گروهی و نقشی که گروه به فرد می‌دهد؟ در آنجا علایق و خواسته‌های خود فرد است که ملاک تعیین می‌کند می‌خواهد ادامه تحصیل بدهد یا نه؛ یا چه رشته‌ای را می‌خواهد ادامه دهد.

آنجا مسؤولیت اصلی این کار هم برعهده خود اوست، و خانواده می‌توانند در کنار او کمک‌ش کنند اما تبدیل به تیمی نمی‌شوند که برد و باخت آن به حساب همه گذاشته شود و احساس وظیفه‌ای فراتر از توان فرد در برابر دیگران ایجاد کند. به این ترتیب احتمالاً کل فرایند به شکلی دیگر و با نشتی کمتر پیش خواهد رفت. ذکر این مثال می‌تواند نمونه‌ای باشد برای کاربرد این دو مدل تفکر برای تبیین روانشناختی و آسیب‌شناسی برخی مشکلات اجتماعی. طبیعتاً با تعریف چارچوب‌های نظری روشن‌تر برای آن مشکلات امکان شناخت و چاره‌یابی برای آنها بیشتر خواهد شد.

samantavakoli@gmail.com

*روانپزشک و روان‌درمانگر