

مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شناختی کاربردی

ویراست دوم

فهرست

- ۱۰-۲ مشکل درون ذهن من: تعامل هیجان و شناخت..... ۴۴
۱۱-۲ ادراک و توجه در هوانوردی..... ۴۶
۱۲-۲ آیا روان‌شناسی می‌تواند کمک کند؟..... ۴۸
منابعی برای مطالعه بیشتر..... ۴۹

۳

- ۵۱ شناسایی چهره..... ۵۱**
۱-۳ مقدمه..... ۵۱
۲-۳ تشخیص هویت توسط شاهدان عینی..... ۵۳
۳-۳ چهره‌نگاری: نظام‌های ترکیبی تشخیص چهره..... ۶۲
۴-۳ تطابق چهره‌های ناآشنا..... ۶۴
۵-۳ شناسایی چهره در جوامع پیشرفته..... ۷۵
منابعی برای مطالعه بیشتر..... ۷۷
نکات مؤلف..... ۷۷

۴

- ۷۹ ادراک شنیداری..... ۷۹**
۱-۴ مقدمه..... ۷۹
۲-۴ صدا، شنیدن و ادراک شنیداری..... ۷۹
۳-۴ رویکردهای مطالعه ادراک شنیداری..... ۸۳
۴-۴ حیطه‌های پژوهش..... ۸۸
۵-۴ کاربرد پژوهش‌های مرتبط با ادراک شنیداری..... ۹۳
منابعی برای مطالعه بیشتر..... ۱۰۱

۵

- ۱۰۳ حافظه کاری و محدودیت‌های عملکرد..... ۱۰۳**
۵-۱ مقدمه..... ۱۰۳

۱

- سخن مترجم..... ۱۱
معرفی نویسندگان..... ۱۵
مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شناختی کاربردی..... ۱۷
پیش‌گفتار..... ۱۹

۲۱ مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شناختی کاربردی..... ۲۱

- ۱-۱ روان‌شناسی شناختی کاربردی..... ۲۱
۱-۲ اولین پژوهش‌های شناختی..... ۲۱
۱-۳ پیشرفت‌های روان‌شناسی شناختی کاربردی پس از جنگ جهانی دوم..... ۲۳
۱-۴ پژوهش‌های آزمایشگاهی در مقابل پژوهش‌های میدانی..... ۲۳
۱-۵ هدف‌های روان‌شناسی شناختی کاربردی..... ۲۵
۱-۶ درباره این کتاب..... ۲۵
منابعی برای مطالعه بیشتر..... ۲۶

۲

۲۷ ادراک و توجه: خطاها و سوانح..... ۲۷

- ۱-۲ مقدمه: احساس، ادراک و توجه..... ۲۷
۲-۲ رانندگی، یک کار پرخطر..... ۲۸
۳-۲ از چشم به مغز..... ۲۹
۴-۲ رویکرد بوم‌شناختی گیسون به ادراک..... ۳۳
۵-۲ ترمز زدن یا ترمز نزدن: عدم ادراک مستقیم..... ۳۵
۶-۲ رویکرد سازنده‌گرا به ادراک..... ۳۷
۷-۲ دو رویکرد، دو مسیر..... ۳۸
۸-۲ توجه کردن..... ۴۰
۹-۲ انگیزه داشتن برای پرت شدن حواس: تخصیص توجه به دور از تکلیف اصلی..... ۴۲

۱۸۳ ۸-۷ نتیجه‌گیری

۱۸۴ منابعی برای مطالعه بیشتر

۹

تصمیم‌گیری ۱۸۵

۱۸۵ ۹-۱ تصمیم‌گیری

۱۸۹ ۹-۲ تصمیم‌گیری طبیعت‌گرا

۱۹۲ ۹-۳ قوانین اکتشافی و سوگیری‌های شناختی

۱۹۶ ۹-۴ یادگیری خوب تصمیم‌گرفتن

۲۰۰ ۹-۵ عقلانیت تحت ریسک

۲۰۴ ۹-۶ نتیجه‌گیری

۲۰۵ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱۰

تأثیر مواد مخدر روی شناخت ۲۰۷

۲۰۷ ۱۰-۱ مقدمه

۲۰۸ ۱۰-۲ کافئین

۲۱۴ ۱۰-۳ الکل

۲۲۲ ۱۰-۴ نیکوتین

۲۲۵ ۱۰-۵ تأثیرات تعاملی مواد مخدر اجتماعی روی شناخت

۲۲۶ ۱۰-۶ تأثیرات مواد مخدر اجتماعی بر شناخت: خلاصه

۲۲۶ ۱۰-۷ حشیش

۲۲۹ ۱۰-۸ کوکائین

۲۳۰ ۱۰-۹ اکستازی

۲۳۳ ۱۰-۱۰ مواد مخدر غیرقانونی و شناخت: خلاصه

۲۳۳ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱۱

چرخه‌های زیستی و شناخت ۲۳۵

۲۳۵ ۱۱-۱ مقدمه

۲۳۵ ۱۱-۲ ریتم‌های زیستی - شبانه‌روزی

۲۴۰ ۱۱-۳ ریتم زیستی - شبانه‌روزی و عملکرد

۲۴۳ ۱۱-۴ پرواززدگی

۲۴۵ ۱۱-۵ کار شیفتی

۲۴۸ ۱۱-۶ خستگی و عملکرد

۱۰۵ ۵-۲ حافظه کاری و سالخوردگی

۱۱۰ ۵-۳ تفاوت‌های فردی در ظرفیت حافظه کاری

۱۱۱ ۵-۴ حافظه کاری و طراحی و توسعه نرم‌افزار

۱۱۳ ۵-۵ حافظه کاری در کنترل ترافیک هوایی

۱۱۶ ۵-۶ حافظه کاری و محاسبه ذهنی

۱۲۰ ۵-۷ حافظه کاری و تعامل انسان با کامپیوتر (HCI)

۱۲۳ منابعی برای مطالعه بیشتر

۶

بهبود حافظه ۱۲۵

۱۲۵ ۶-۱ مقدمه

۱۲۵ ۶-۲ یادگیری و پردازش ورودی

۱۲۹ ۶-۳ یادیارها

۱۳۷ ۶-۴ بازیابی و سرخ‌های بازیابی

۱۳۹ ۶-۵ تمرین بازیابی و آزمون

۱۴۲ ۶-۶ فاصله انداختن بین جلسات یادگیری

۱۴۵ ۶-۷ خواب و تحکیم حافظه

۱۴۸ منابعی برای مطالعه بیشتر

۷

حافظه روزمره ۱۴۹

۱۴۹ ۷-۱ مقدمه: حافظه در آزمایشگاه و زندگی واقعی

۱۴۹ ۷-۲ حافظه خودشرح‌حالی

۱۵۵ ۷-۳ حافظه رویدادهای برجسته یا فلاش بالب

۱۵۸ ۷-۴ شهادت شاهدان عینی

۱۶۵ منابعی برای مطالعه بیشتر

۸

مصاحبه با شهود و بررسی جرم ۱۶۷

۱۶۷ ۸-۱ مقدمه

۱۶۸ ۸-۲ تماس حیاتی

۱۷۰ ۸-۳ در صحنه جرم: شرح‌ها و مصاحبه‌های اولیه

۱۷۴ ۸-۴ مصاحبه شناختی

۱۷۸ ۸-۵ مصاحبه‌شونده‌های آسیب‌پذیر

۱۸۱ ۸-۶ رویکردهای شناختی به مصاحبه برای ردیابی فریب

۲۷۹ ۱۳-۱ مقدمه

۲۷۹ ۱۳-۲ درک موسیقی

۲۸۶ ۱۳-۳ تکامل مهارت موسیقایی

۲۹۱ ۱۳-۴ موسیقی و زبان

۲۹۲ ۱۳-۵ موسیقی و حافظه بلندمدت

۲۹۶ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱۴

عملکرد ورزشی، فشار و شناخت ۲۹۷

۲۹۷ ۱۴-۱ مقدمه

۲۹۸ ۱۴-۲ فرض‌های معمول در مورد عملکرد ورزشی

۳۰۱ ۱۴-۳ نظریه کنترل توجه

۳۰۳ ۱۴-۴ نظریه کنترل توجه: ورزشی (ACTS)

۳۰۷ ۱۴-۵ ACT ورزشی: تفاوت با ACT

۳۱۴ منابعی برای مطالعه بیشتر

منابع ۳۱۵

واژه‌نامه انگلیسی به فارسی ۳۵۳

واژه‌نامه فارسی به انگلیسی ۳۶۱

نمایه ۳۶۹

۲۴۹ ۱۱-۷ ریتم زیستی - شبانه‌روزی: نتیجه‌گیری

۲۴۹ ۱۱-۸ چرخه قاعدگی

۲۵۲ ۱۱-۹ مطالعه چرخه قاعدگی

۲۵۵ ۱۱-۱۰ چرخه قاعدگی و عملکرد

۲۵۶ ۱۱-۱۱ هورمون‌های جنسی و عملکرد شناختی

۲۵۹ ۱۱-۱۲ عملکرد مهارتی در دنیای واقعی

۲۶۱ ۱۱-۱۳ چرخه قاعدگی: نتیجه‌گیری

۲۶۲ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱۲

هیجان و شناخت ۲۶۳

۲۶۳ ۱۲-۱ مقدمه‌ای بر رابطه بین تفکر و احساس

۲۶۴ ۱۲-۲ چگونه هیجان‌ها بر شناخت اثرگذار هستند

۲۶۶ ۱۲-۳ حافظه و هیجان

۲۶۸ ۱۲-۴ توجه و هیجان

۲۷۱ ۱۲-۵ تفسیر و هیجان

۳۷۲ ۱۲-۶ مداخلات سوگیری شناختی برای اختلالات روانی

۳۷۷ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱۳

موسیقی و شناخت ۲۷۹

سخن مترجم

در این حوزه دانشی تأثیر فرآیندهای شناختی بر رفتار و عملکرد ما در بافت زندگی واقعی تبیین می‌شود. محتوای یک کتاب روان‌شناسی شناختی کاربردی می‌تواند متفاوت باشد. در اکثر منابع درسی فایده‌مندی این دانش در دو حوزه بالینی و آموزشی به‌خوبی پرداخته شد لیکن سایر حوزه‌ها بحث نشد. به همین دلیل نویسندگان کتاب در چیدمان فصول به‌طور مستقیم به جنبه‌های بالینی شناخت، روان‌شناسی سلامت، روان‌شناسی تربیتی و روان‌شناسی سازمانی پرداختند. آن‌ها به یک شیوه نوگرایانه مباحثی را مطرح کردند که کمتر به آن‌ها پرداخته شد. فصول کتاب به یکدیگر وابستگی ندارند در نتیجه این مزیت را دارد که خواننده کتاب می‌تواند هر فصلی را که تمایل دارد، به صورت جداگانه مطالعه کند.

نگاهی کاربردی به دانش روان‌شناسی شناختی از دو جهت مفید است: اول اینکه برای مشکلات و مسایل واقعی زندگی راه‌حلی ارائه می‌شود. فایده دیگر این است که پژوهش‌های کاربردی می‌تواند به بهبود رویکردهای نظری منتهی شود، در نتیجه درک واقع‌بینانه‌تری از فرآیندهای شناختی فراهم می‌کند. مطالب فصول این کتاب هر دو مزیت فوق را دارا هستند. ترتیب فصول کتاب منعکس‌کننده ترتیب جنبه‌های گوناگون شناخت است که رخ می‌دهد؛ به همین دلیل ابتدا فصول مربوط به شناخت پایه و بعد به شناختی عالی (همچون تصمیم‌گیری) و دیگر حوزه‌های بین رشته‌ای مطرح گردید.

این کتاب ۱۴ فصل دارد. در فصل یک تاریخچه روان‌شناسی شناختی مطرح شد. در این فصل برخی از مهم‌ترین چهره‌های تأثیرگذار این حوزه همچون گالتن، اینگهوس، برودبنت، نیسر و دیگر

روان‌شناسی شناختی دانش نحوه پردازش اطلاعات به‌وسیله مغز است. روان‌شناسی شناختی با فرآیندهایی همچون احساس، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسأله، تصمیم‌گیری و... سروکار دارد. تاکنون به زبان فارسی کتاب‌های مختلفی در معرفی روان‌شناسی شناختی ترجمه شده است؛ یکی از این کتاب‌ها، کتاب روان‌شناسی شناختی استرن‌برگ ترجمه آقای دکتر خرازی و خانم دکتر حجازی است. کتاب ارزشمند دیگری، روان‌شناسی شناختی آیزنک و کین است که ویرایش هفتم آن به‌وسیله مترجم اول کتاب حاضر در دو جلد به فارسی برگردان شده است. اولین کتاب تألیفی روان‌شناسی شناختی به زبان فارسی به‌وسیله زارع و شریفی نوشته شد و انتشارات دانشگاه پیام‌نور آن را به‌عنوان یک کتاب درسی به چاپ رسانده است. یافته‌های روان‌شناسی شناختی محصول فضای آزمایشگاهی است، همانند سایر علوم، در این دانش هم انتظار می‌رود با بهره‌گیری از نتایج آزمایشگاهی، برای مشکلات زندگی واقعی راه‌حلی ارائه گردد. در این راستا مترجمین با بررسی منابع موجود کتاب حاضر را جهت ترجمه انتخاب کردند. اولین نسخه این کتاب در سال ۲۰۰۵ به چاپ رسید. به باور نویسندگان اثر حاضر، در این زمینه تعداد کتاب‌ها محدود و یا حتی می‌توانیم بگوییم که اثر جامعی وجود ندارد. به همین دلیل نویسندگان که از صاحب‌نظران و اساتید برجسته روان‌شناسی شناختی هستند با بهره‌گیری از آخرین یافته‌های علمی به نگارش ویرایش دوم کتاب تحت عنوان «مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شناختی کاربردی» پرداخته‌اند.

روان‌شناسی شناختی کاربردی به به‌کارگیری روان‌شناسی شناختی در زندگی واقعی می‌پردازد.

محققین پیشرو اشاره شد. همچنین در این فصل به ضرورت‌های مطالعه روان‌شناسی شناختی کاربردی و برخی از چالش‌های پیش رو پرداخته شد.

در فصل دوم، ادراک و تصادفات جاده‌ای بحث شد. در حال حاضر تصادفات جاده‌ای نهمین علت مرگ‌ومیر است اگر به همین صورت ادامه یابد تا سال ۲۰۳۰ به پنجمین علت مرگ‌ومیر تبدیل می‌شود. عامل اصلی تصادفات جاده‌ای، عامل انسانی است. در این فصل با استفاده از یافته‌های دقیق آزمایشگاهی برای کاهش تصادفات راهکارهای ارزشمندی ارائه گردید.

در فصل سوم موضوع شناسایی چهره مطرح گردید. مباحث این فصل با معرفی پژوهش‌هایی در زمینه تشخیص هویت مجرمان توسط شاهدان عینی شروع گردید. شناسایی متغیرهای روان‌شناختی مؤثر بر شناسایی چهره و طرح مسایل جدیدی همچون شناسایی چهره‌های آشنا و ناآشنا، مباحث پزشکی قانونی و مسئله گذرنامه، نمونه‌ای از مباحثی هستند که در این فصل مطرح گردید.

در فصل چهارم، ادراک شنیداری به بحث گذاشته شده است. در این فصل بعد از بیان تئوری‌های مربوطه، به تحلیل صحنه شنیداری پرداخته شد. بخش عمده این فصل به کاربرد یافته‌های پژوهشی در زمینه ادراک شنیداری اختصاص دارد. موضوع گوش - شاهدان از جمله موضوع بدیعی است که در این فصل مطرح شده است.

در فصل پنجم موضوع حافظه‌کاری و محدودیت‌های عملکرد مطرح شد. در این فصل دیدگاه‌های نظری ارزشمندی توضیح داده شد که از جمله آن‌ها مدل نظری بدلی و کوآن هست. بسیاری از تکالیف شناختی در زندگی روزمره مستلزم حفظ موقت و پردازش هم‌زمان مطلب است. روان‌شناسان از اصطلاح حافظه‌کاری برای اشاره به نظام مسؤل این کارکردها استفاده می‌کنند. طرح مباحثی همچون

سالخوردگی و حافظه‌کاری و نقش حافظه‌کاری در تکالیفی همچون کنترل ترافیک هوایی، مطالب این فصل را منحصربه‌فرد کرده است.

فصول ۶ و ۷ به حافظه مربوط می‌شود. در فصل ۶ با ارایه مبانی نظری و پژوهشی جدید راهکارهای بهبود حافظه معرفی گردید. فنون مطرح شده در این فصل علاوه بر رمزگردانی حافظه شامل بازیابی هم می‌شود. در فصل ۷ موضوع حافظه روزمره مطرح گردید. حافظه روزمره در مقابل حافظه آزمایشگاهی قرار دارد. در این فصل مباحثی همچون حافظه شرح‌حالی، حافظه فلاش بالب و شهادت شاهدان عینی به تفصیل به بحث گذاشته شد.

در فصل ۸ موضوع مصاحبه با شهود و بررسی جرم تشریح شد. در این فصل ضمن بیان چگونگی انجام مصاحبه، جهت پیشگیری از خطاهای احتمالی و دسترسی به یافته‌های دقیق مدل‌های کاربردی مصاحبه با شهود مطرح شده است. در فصل ۹ تصمیم‌گیری مطرح شد. مدل‌های نظری تصمیم‌گیری، تأثیر سوگیری‌های مختلف در تصمیم‌گیری و پیشنهادها کاربردی جهت اتخاذ تصمیم با خطای کمتر، مهم‌ترین مباحث این فصل است.

شاید مهم‌ترین مزیت کتاب حاضر نگارش فصول ۱۰ تا ۱۴ است. در این چند فصل مباحث ارزشمندی درخصوص تأثیر مواد مخدر روی کارکردهای شناختی، چرخه‌های زیستی و کارکردهای شناختی، هیجان و شناخت، موسیقی و شناخت و عملکرد ورزشی، فشار و شناخت مطرح شده است. با توجه به خلاء دانشی موجود، مباحث فصول انتهایی کتاب بسیار ارزشمند است.

مباحث کتاب حاضر علاوه بر دانشجویان و اساتید رشته روان‌شناسی و حوزه‌ها نزدیک به آن، در رشته‌هایی همچون علوم ورزشی، هنر، مدیریت، حقوق و سایر رشته‌های مرتبط قابل استفاده است.

نگارندگان این سطور امیدوارند با استفاده از مطالب کتاب حاضر دانش روان‌شناسی شناختی در هر دو حوزه نظری و کاربردی اعتلا خواهد یافت. انجام پژوهش‌های مختلف بومی و دستیابی به پیشنهادهای کاربردی برای حل مشکلات بومی از ضرورت‌های کشور ماست. امید است در آینده نزدیک شاهد

حسین زارع

استاد گروه روان‌شناسی (شناختی)

دانشگاه پیام‌نور

h-zare@pnu.ac.ir

دستاوردهای ارزشمندی باشیم.

چاپ کتاب حاضر به وسیله انتشارات ارجمند صورت گرفته است. شایسته است از دغدغه مدیریت محترم آن انتشارات و همکاران پرتلاش آن‌ها جهت چاپ این اثر علمی روزآمد و اثربخش تشکر شود.

سید مرتضی نظری

smnazari1390@gmail.com

معرفی نویسندگان

ریچارد کمپ^۸ استادیار دانشکده روان‌شناسی در دانشگاه نیو ساوت ویلز در سیدنی (استرالیا) است.

رابین لاول^۹ در دپارتمان روان‌شناسی دانشگاه وست‌مینستر در لندن (انگلستان) مشغول به کار است.

کترین لاودی^{۱۰} مدرس دپارتمان روان‌شناسی دانشگاه وست‌مینستر در لندن (انگلستان) است.

مویرا ماگور^{۱۱} رئیس بخش یادگیری و تدریس مؤسسه فناوری داندالک در داندالک (ایرلند) است.

ربکا میلن^{۱۲} استاد روان‌شناسی قانونی^{۱۳} مؤسسه مطالعات حقوقی جنایی در دانشگاه پورسماوت در انگلستان است.

بن آر. نیوول^{۱۴} استاد روان‌شناسی شناختی دانشگاه نیو ساوت ویلز در سیدنی (استرالیا) است.

دیوید وایت^{۱۵} پژوهشگر دانشکده روان‌شناسی دانشگاه نیو ساوت ویلز در سیدنی (استرالیا) است.

مارک آر. ویلسون^{۱۶} استادیار دپارتمان علوم ورزشی و سلامت دانشگاه اگزتر در انگلستان است.

دیوید گروم^۱ استاد ارشد روان‌شناسی در دانشگاه وست‌مینستر بود. او در سال ۲۰۱۱ بازنشسته شد، اما با انجام کارهای روان‌شناسی هنوز با دپارتمان روان‌شناسی ارتباط دارد.

مایکل دابلیو آیزنک^۲ استاد دانشگاه روهامپتون و استاد اسبق و عضو افتخاری رویال هالووی دانشگاه لندن است.

کوین بیکر^۳ روان‌شناس بالینی در دپارتمان معلولیت‌های ذهنی و رشدی در بیمارستان هایبری در ناتینگهام است.

ری بول^۴ استاد جرم‌شناسی به‌صورت پاره‌وقت در دانشگاه دربی است.

گراهام ادگار^۵ استاد مشاور در زمینه روان‌شناسی در دانشگاه گلوسترشیر است.

هلن ادگار^۶ پژوهشگر اصلی در سیستم‌های BAE است، اما هم‌اکنون به‌عنوان مشاور تصادفات جاده‌ای مشغول به کار است.

دیوید هیتکات^۷ به‌تازگی بعد از ۲۵ سال تدریس روان‌شناسی شناختی بازنشسته شده است.

8. Richard Kemp

9. Robin Law

10. Catherine Loveday

11. Moira Maguire

12. Rebecca Milne

13. Forensic Psychology

14. Ben R. Newell

15. David White

16. Mark R. Wilson

1. David Groome

2. Michael W. Eysenck

3. Kevin Baker

4. Ray Bull

5. Graham Edgar

6. Helen Edgar

7. David Heathcote

در مؤسسه روانپزشکی، روان‌شناسی و علوم اعصاب،
لندن (انگلستان) است.

جنی ییندا^۱ مدرس باسابقه و رئیس مطالعات
تحصیلات تکمیلی در دپارتمان مطالعات روان‌پریشی

مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شناختی کاربردی

همچنین اساتید و دست‌اندرکارانی که در زمینه‌های پوشش داده شده در این کتاب کار می‌کنند (همچون تعلیم و تربیت، نیروی انتظامی، ورزش و موسیقی) قابل استفاده و مفید خواهد بود.

دیوید گروم^۱ پیش از این مدرس اصلی و استاد باسابقه روان‌شناسی دانشگاه وست‌مینستر^۲ بود که از سال ۱۹۷۰ تا ۲۰۱۱ در آنجا کار می‌کرد. او در آگوست ۲۰۱۱ از تدریس بازنشسته شد اما همچنان به پژوهش و نگارش کتاب ادامه می‌دهد. علاقه‌مندی‌های پژوهشی او عبارتند از: شناخت و حافظه و رابطه آن‌ها با اختلالات بالینی. او مقالات و پژوهش‌های بسیاری در این زمینه‌ها به چاپ رسانده است، و قبل از این نویسنده مشترک ۶ کتاب دیگر بوده است.

مایکل دابلو آیزنک^۳ استاد سابق دانشگاه روهامپتون^۴ و عضو افتخاری رویال هالووی دانشگاه لندن است. او به‌خصوص به روان‌شناسی شناختی علاقه‌مند است و بیشتر پژوهش‌های اخیر او روی نقش عوامل شناختی در اضطراب در جمعیت‌های عادی و بالینی متمرکز است. او تقریباً ۵۰ کتاب نوشته و در مجموع ۱۶۰ فصل از کتاب‌های مختلف یا مقالاتی در مجله‌های تخصصی به چاپ رسانده است.

کتاب «مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شناختی کاربردی» یک بررسی اجمالی و قابل درک از پژوهش‌های اخیر در به‌کارگیری روش‌ها، نظریه‌ها و مدل‌های شناختی را ارائه می‌دهد. این کتاب با استفاده از سناریوهای دنیای واقعی و مثال‌های روزمره جذاب، توضیحات واضحی درباره‌ی طریقی که یافته‌های روان‌شناسان شناختی به کار گرفته می‌شوند، عرضه می‌کند. در این کتاب تمام حیطه‌های اصلی روان‌شناسی شناختی از جمله توجه، ادراک، حافظه، تفکر و تصمیم‌گیری، و همچنین برخی از عواملی که روی فرآیندهای شناختی تأثیر می‌گذارند (همچون مواد مخدر و چرخه‌های زیست‌شناختی) بررسی می‌شود.

این ویرایش کتاب که اکنون به‌صورت تمام‌رنگی و همراه یک وب‌سایت ارائه شده کاملاً به‌روزرسانی شده است تا دربرگیرنده‌ی آخرین پژوهش‌ها و نظریه‌ها باشد. فصل‌های جدیدی نیز در زمینه‌ی خطاهای ادراکی و تصادفات، و همچنین تأثیر هیجان بر شناخت و نقش عوامل شناختی در موسیقی و ورزش وجود دارد.

این کتاب که با مشارکت کارشناسان شاخص مرتبط با روان‌شناسی شناختی نوشته شده است برای تمام دانشجویان کارشناسی روان‌شناسی شناختی و

1. David Groome
2. Westminster
3. Michael W. Eysenck
4. Roehampton

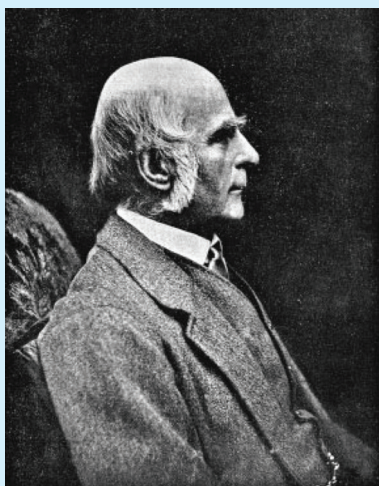
اولین نسخهٔ این کتاب در سال ۲۰۰۵ به چاپ رسید. ما به این دلیل تصمیم گرفتیم این کتاب را بنویسیم که نتوانستیم هیچ کتاب دیگری در زمینهٔ روان‌شناسی شناختی کاربردی پیدا کنیم، و این وضعیت به‌طور عمده امروزه نیز همچنان به همان منوال است. کتاب‌های زیادی در زمینهٔ روان‌شناسی شناختی وجود دارد، اما تعداد معدودی از آن‌ها به‌خصوص با کاربرد روان‌شناسی شناختی در موقعیت‌های زندگی واقعی سروکار دارند. این وضعیت به‌نسبت تعجب‌آور است، اما احتمالاً انعکاس‌دهندهٔ این واقعیت است که روان‌شناسی شناختی کاربردی یک علم به‌نسبت جدید است که صرفاً در ۲۰ یا ۳۰ سال گذشته تبدیل به یک حیطهٔ پژوهشی اصلی شده است. با این حال، این واقعیت کم‌کم پذیرفته شده است که روان‌شناسان شناختی در زمینهٔ عملکرد شناختی در موقعیت‌های زندگی واقعی حرف‌های مفیدی برای گفتن دارند.

یکی از پیامدهای فقدان کتاب‌های روان‌شناسی شناختی کاربردی این است که توافق روشنی دربارهٔ این‌که کدام موضوعات باید در یک چنین کتابی آورده شوند، وجود ندارد، بنابراین، مجبور شدیم خودمان این کار را انجام دهیم. در ویرایش نخست کتاب، تلاش کردیم مهم‌ترین مثال‌های کاربرد پژوهش‌ها در زمینهٔ روان‌شناسی شناختی کاربردی که می‌توانستیم تصور کنیم گرد هم آوریم. فصل‌هایی دربارهٔ بهبود اثربخشی یادگیری و مرور برای آزمون، بهبود دقت شاهدان عینی، شناسایی چهره و مجموعه عکس‌های پلیس، و بهینه‌سازی عملکرد افرادی که تحت فشار استرس یا با ورودی‌های چندگانه کار می‌کنند (همچون افرادی که در برج‌های مراقبت، ترافیک هوایی را کنترل می‌کنند) وجود داشت. همچنین فصل‌هایی دربارهٔ تأثیر مواد مخدر و چرخه‌های زیست‌شناختی بر عملکرد شناختی و همچنین در زمینهٔ عواملی که می‌توانند باعث خطا در تصمیم‌گیری شوند، وجود داشتند. این موارد همگی حیطه‌هایی هستند که یافته‌های روان‌شناسان شناختی در آن در عمل در دنیای واقعی به کار رفته است، و شما متوجه خواهید شد که همهٔ این موضوعات را در این ویرایش جدید حفظ کرده‌ایم. با این حال، چندین موضوع جدید را به‌خصوص در پاسخ به بازخوردهایی که از خوانندگان و افرادی که در چند سال گذشته، کتاب ما را مرور کرده‌اند اضافه کرده‌ایم. چندین فصل جدید در زمینهٔ

عمداً تصمیم گرفتیم که جنبه‌های بالینی شناخت (همچون اختلالات شناختی و درمان شناختی رفتاری) را در اینجا نگنجانیم، چراکه آن‌ها هر یک به‌خودی‌خود شاخهٔ کاملی از روان‌شناسی را تشکیل می‌دهند و پیش از این در کتاب‌های بالینی تخصصی به‌خوبی پوشش داده شده‌اند. به همین دلیل، فصل‌هایی در زمینهٔ روان‌شناسی سلامت، روان‌شناسی تربیتی و روان‌شناسی سازمانی را نیز نگنجانده‌ایم، که همگی در جای دیگر به‌خوبی پوشش داده شده‌اند.

روان‌شناسی شناختی کاربردی به‌عنوان یک حیطهٔ جدید و در حال رشد تاحدودی ناقص و تکه‌تکه است، بنابراین به‌طرزی اجتناب‌ناپذیر فصل‌های این کتاب اغلب با حیطه‌های جداگانه و در برخی موارد به‌نسبت نامرتب سروکار دارند. یکی از مزایای داشتن فصل‌های به‌نسبت مستقل این است که شما می‌توانید با هر تربیتی که دوست دارید آن‌ها را بخوانید؛ بنابراین، شما می‌توانید بدون این‌که مجبور شوید ابتدا فصل‌های قبلی را بخوانید، در هر فصلی که برای شما جالب است غوطه‌ور شوید.

تلاش کرده‌ایم مواردی را انتخاب کنیم که از نظر ما مهم‌ترین موضوعات برای گنجانده شدن در این کتاب هستند، هرچند به‌خوبی می‌دانیم که همه با ما موافق نیستند. بی‌تردید موضوعات دیگری نیز وجود دارد که برخی از شما فکر می‌کنید می‌توانست در این کتاب گنجانده شود، اما این اتفاق نیفتاده است. بنابراین، شاید بهتر آن است که با ما مکاتبه کنید و به ما بگویید از نظر شما کدام موضوعات باید گنجانده می‌شد تا ما در ویرایش بعدی تلاش کنیم آن‌ها را بگنجانیم.



شکل ۱-۱ تصویر فرانسس گالتن، ۱۹۰۸.

بود که اولین تلاش‌ها برای بررسی فرآیندهای شناختی به روش علمی آغاز شد. اولین روان‌شناسان شناختی به کشف‌های مهمی در حیطه‌هایی همچون ادراک^۲ (برای مثال، وونت، ۱۸۷۴)، تصویرسازی ذهنی^۳ (گالتن، ۱۸۷۹)، حافظه^۴ (ابینگهاوس، ۱۸۸۵) و یادگیری^۵ (تورندایک، ۱۹۱۴) دست یافتند. این کارهای اولیه به‌طور عمده با هدف کشف فرآیندهای شناختی پایه انجام می‌شدند که به نوبه خود منجر به خلق نظریاتی برای تبیین کشفیات به‌دست‌آمده شدند. روش‌های جدید پژوهش و طرح‌های تجربی جدید در همان سال‌های آغازین توسعه یافتند، مواردی که برای روان‌شناسان شناختی بعدی ارزش ماندگار داشته است. در واقع، برخی از اولین پژوهشگران تجربی تلاش زیادی کردند تا پدیده‌های شناختی را در بافت‌های زندگی واقعی بررسی

2. Perception
3. Imagery
4. Memory
5. Learning

۱-۱ روان‌شناسی شناختی کاربردی

روان‌شناسی شناختی مطالعه روشی است که مغز اطلاعات را پردازش می‌کند. به خصوص، روان‌شناسی شناختی با فرآیندهای ذهنی درگیر در دستیابی و استفاده کردن از دانش و تجربه‌ای که از طریق حس‌هایمان به دست آورده‌ایم و همچنین فرآیندهای ذهنی درگیر در برنامه‌ریزی اقدام ارتباط دارد. فرآیندهای اصلی در شناخت عبارتند از: ادراک، یادگیری، اندوزش حافظه، بازیابی و تفکر که همگی اصطلاحاتی هستند که ما در گفتار روزمره استفاده می‌کنیم بنابراین برای اکثر افراد آشنا هستند. انواع مختلف اطلاعات در معرض پردازش شناختی هستند (از جمله اطلاعات دیداری، شنیداری، لامسه، چشایی و بویایی) و این بستگی به نظام حسی‌ای دارد که آن اطلاعات را ردیابی می‌کند. با این حال، انسان‌ها همچنین استفاده از زبان نمادین^۱ را توسعه داده‌اند که می‌تواند بازنمایی شکل دیگر اطلاعات باشد. بنابراین، زبان نوع مهم دیگری از اطلاعات را تشکیل می‌دهد که می‌تواند توسط نظام شناختی مورد پردازش قرار بگیرد.

همه این قبیل از جنبه‌های مختلف شناخت به طرز گسترده در آزمایشگاه مورد مطالعه قرار گرفته‌اند، اما در سال‌های اخیر علاقه‌مندی روزافزونی در به‌کارگیری روان‌شناسی شناختی در موقعیت‌های زندگی واقعی به وجود آمده است. این رویکرد را روان‌شناسی شناختی کاربردی می‌نامند، که به بررسی نحوه تأثیرگذاری فرآیندهای شناختی روی رفتار و عملکرد ما در بافت‌های زندگی واقعی می‌پردازد. همین حیطه پژوهشی موضوع اصلی کتاب حاضر است.

۱-۲ اولین پژوهش‌های شناختی

اولین پژوهش‌ها در زمینه روان‌شناسی شناختی حدوداً بیش از یک قرن پیش انجام شد. فرآیندهای شناختی مدت‌ها مورد مطالعه فلاسفه بوده است، اما صرفاً در اواخر قرن ۱۹ میلادی

1. Symbolic language



شکل ۲-۱ سر فردریک بارتلت در حال نشان دادن یک مدل به بچه‌ها در مؤسسه رویال در سال ۱۹۴۹.

اولین پژوهشگران شناختی بیشتر با پژوهش‌های محض^۴ سروکار داشتند، و هرگونه کاربرد عملی یافته‌های آن‌ها به‌طور عمده تصادفی بود.

هیوگو مانستربرگ^۵ (۱۹۰۸) احتمالاً اولین نفری بود که پیشنهاد داد روان‌شناسان شناختی باید کاربرد یافته‌هایشان در زندگی واقعی را در نظر بگیرند، اما سال‌ها طول کشید تا این رویکرد فراگیر شد. فردریک بارتلت (۱۹۳۳) نیز مطرح کرد که پژوهش شناختی باید با زندگی واقعی مرتبط باشد؛ او نسبت به پژوهشگران قبلی در زمینه حافظه (همچون ایبنگهاوس) که آزمایش‌هایی را در مورد یادگیری طوطی‌وار^۶ ماده‌های آزمون بی‌معنا انجام داده بودند، انتقاد داشت. بارتلت به این نکته اشاره کرد که این روش‌ها و مطالب آزمون شباهت زیادی به تکالیف حافظه در زندگی واقعی نداشتند و اظهار داشت که پژوهشگران شناختی باید از طرح‌های پژوهشی تجربی و محتوای آزمون طبیعی‌تری استفاده کنند.

پژوهش‌های بارتلت شامل حافظه مربوط به داستان‌ها و تصاویر بود، که ارتباط واضح‌تری با عملکرد حافظه در زندگی واقعی داشت (مواردی همچون شهادت شهود در دادگاه)، (به فصل ۷ مراجعه شود). تأکید بر استفاده از رویه‌ها و مطالب آزمون

کنند. برای مثال، فرانسیس گالتن (۱۸۷۹) با استفاده از سرخ‌های بازیابی^۱ برای کمک به افراد جهت یادآوری موقعیت، حافظه افراد در مورد رویدادهایی که در گذشته تجربه کرده بودند را آزمون. این مورد احتمالاً اولین مطالعه علمی در زمینه چیزی است که امروزه به «حافظه خودسرگذشتی^۲» معروف است (به فصل ۷ مراجعه شود)، و در واقع یکی از اولین مطالعات شناختی است که در بافت جهان واقعی انجام شد.

هرمن ایبنگهاوس (۱۸۸۵) برخی از اولین آزمایش‌های علمی مرتبط با حافظه را انجام داد؛ آزمایش‌هایی که به‌طور عمده با بررسی قوانین و اصول پایه حافظه مرتبط بودند. با این حال، ایبنگهاوس همچنین دریافت که یادگیری زمانی اثربخش‌تر خواهد بود که فاصله زمانی مناسبی بین جلسات تمرین وجود داشته باشد نه این که جلسات به صورت فشرده برگزار شوند. در نتیجه، یادگیری بافاصله^۳ به‌عنوان یک راهبرد مفید برای بهبود اثربخشی یادگیری به طرز گسترده مورد پذیرش قرار گرفت، راهبردی که می‌توان از آن در محیط‌های یادگیری زندگی واقعی استفاده کرد (برای اطلاعات بیشتر به فصل ۶ مراجعه شود). با این حال، و با وجود مثال‌های معدودی از این دست که در آن پژوهش به کاربست‌هایی از زندگی واقعی منجر می‌شد،

4. Pure research
5. Hugo Munsterberg
6. Rote learning

1. Retrieval cues
2. Autobiographical memory
3. Spaced learning



شکل ۱-۳ دونالد برودبنت

دو گوشی^۴ می‌نامند). برودبنت این‌گونه توانست برخی از محدودیت‌های اساسی توجه انسان را ثابت کند، و توانست یافته‌هایش را در کمک به عملکرد خلبان‌ها و کنترل‌کننده‌های ترافیک هوایی (که اغلب مجبورند هم‌زمان با دو یا چند اطلاعات ورودی سروکار داشته باشند) به کار گیرد. برودبنت (۱۹۸۰) عنوان کرد که مشکلات زندگی واقعی باید به‌طور ایده‌آل نقطه آغازینی برای پژوهش‌های شناختی باشد، چراکه این حالت باعث اطمینان می‌شود که یافته‌های پژوهش‌ها در زندگی واقعی، معتبر (و احتمالاً مفید) خواهد بود.

۱-۴ پژوهش‌های آزمایشگاهی در مقابل پژوهش‌های میدانی

اگرچه هدف از پژوهش‌های شناختی کاربردی این است که در جهان واقعی کاربرد داشته باشد، این هدف لزوماً بدین معنا نیست که باید همیشه در بافت دنیای واقعی انجام شود. گاهی اوقات این امکان وجود دارد که بافت‌های دنیای واقعی را در آزمایشگاه بازآفرینی کرد (همان‌گونه که پیشتر در مورد پژوهش برودبنت در زمینه توجه تقسیم‌شده^۵ توصیف شد). با این حال، در سال‌های اخیر مناقشات درباره این‌که آیا روان‌شناسی شناختی باید در میدان

طبیعی‌تر تأثیر به‌سزایی در آینده روان‌شناسی شناختی داشت.

۱-۳ پیشرفت‌های روان‌شناسی شناختی کاربردی پس از جنگ جهانی دوم

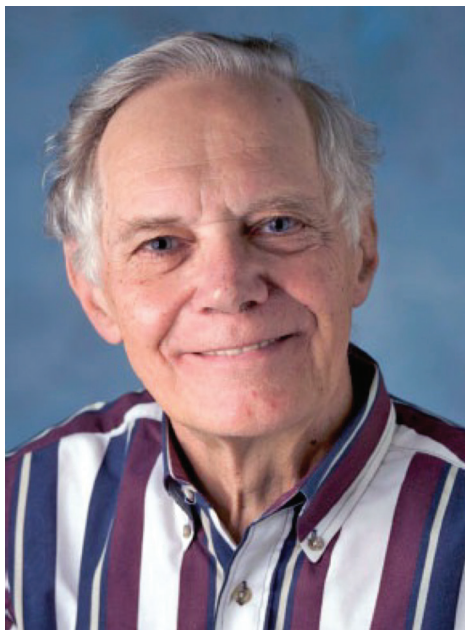
جنگ جهانی دوم عامل تسریع‌کننده عمده‌ای برای توسعه روان‌شناسی شناختی کاربردی بوده است. جنگ، باعث پیشرفت‌های چشمگیر زیادی در تکنولوژی شد، و همین مورد باعث مطالبات بی‌سابقه افرادی گردید که با آن‌ها کار می‌کردند. با توسعه تجهیزات پیچیده جدید، همچون رادار و هواپیماهای جنگی سرعت‌بالا، نیاز به درک توانمندی‌های شناختی و محدودیت‌های شناختی کاربران انسانی ضرورت جدیدی پیدا کرد. در نتیجه، با هدف کلی بهبود عملکرد کاربران و شناسایی محدودیت‌های اجرایی که باید در طراحی تجهیزات در نظر گرفته می‌شد، عملکرد شناختی خلبان‌ها، کاربران رادار و کنترل‌کنندگان ترافیک هوایی در برج مراقبت، به‌شکل یک حیطه مطالعاتی مهم ظاهر شد.

یکی از اولین روان‌شناسانی که در طول جنگ جهانی دوم روی کاربرد پژوهش‌های شناختی کار کرد، نورمن مکورث^۱ (روان‌شناس بریتانیایی) بود که توانایی کاربران رادار برای هوشیار ماندن در بازه‌های زمانی طولانی‌مدت را بررسی کرد. او متوجه شد که با گذشت زمان یک کاهش تدریجی در توانایی ردیابی علایم یا سیگنال‌ها وجود داشت، با نرخ میانگین کاهش ۱۰ تا ۱۵ درصدی ردیابی تنها پس از ۳۰ دقیقه نظارت بر صفحه رادار (مکورث، ۱۹۴۸).

یک روان‌شناس بریتانیایی دیگر که در خط مقدم این موج جدید پژوهش‌های کاربردی حضور داشت، دونالد برودبنت^۲ بود، که به‌عنوان یک خلبان در طول جنگ آموزش دیده بود بنابراین تجربه عملی یا دست‌اولی از مشکلات شناختی که خلبان‌ها با آن روبه‌رو بودند در دست داشت. برودبنت علاقه‌مند شد تا توانایی‌های انسان‌ها در پردازش اطلاعات و به‌طور مشخص‌تر توانایی آن‌ها در رسیدگی به دو یا چند درون‌داد ادراکی رقیب^۳ را بررسی کند (برودبنت، ۱۹۵۸). او برای بررسی این مطلب، با استفاده از هدفون، به هر یک از دو گوش شرکت‌کنندگان اطلاعات درون‌داد متفاوتی ارائه کرد (تکنیکی که آن را «شنود

1. Norman Mackworth
2. Donald Broadbent
3. Competing perceptual inputs

4. Dichotic listening
5. Divided attention



شکل ۴-۱ آلریک نیسر.

نتیجه‌گیری می‌کنند که یافته‌های پژوهشی به‌دست‌آمده از بافت‌های دنیای واقعی را نمی‌توان به سایر بافت‌ها تعمیم داد، چراکه نمی‌توان فرض کرد متغیرهای یکسانی، درگیر باشند. اگرچه باناجی و کراودر در اساس به پژوهش‌های در زمینه حافظه را مورد حمله قرار دادند، انتقادهای اساسی یکسانی در مورد سایر جنبه‌های شناخت که در این حیطه مورد پژوهش قرار گرفته‌اند، صادق است. گرونبرگ و همکاران (۱۹۹۱) در پاسخ به این انتقاد در مورد پژوهش‌های روان‌شناختی کاربردی به این نکته اشاره کردند که پژوهش‌های کاربردی را می‌توان اغلب تحت شرایط آزمایشگاهی کنترل‌شده انجام داد (برای مثال، بسیاری از مطالعات آزمایشگاهی شهادت شاهدان عینی^۶). یک روش احتمالی دیگر برای پرداختن به مشکلات مربوط به متغیرهای کنترل‌نشده در بافت‌های زندگی واقعی این است که پژوهش‌های میدانی آزمایشگاهی را که به یک پدیده یکسان می‌پردازند با یکدیگر تلفیق کنیم (بدلی، ۱۹۹۳). این امر در مورد موضوعاتی همچون شهادت شاهدان عینی و مصاحبه‌های شناختی^۷ محقق شده است که هم در پژوهش‌های آزمایشگاهی کنترل‌شده و هم در عمل

(یعنی در بافت دنیای واقعی) یا در آزمایشگاه انجام شود وجود داشته است. نیسر^۱ (۱۹۷۶) مطرح کرد که پژوهش شناختی باید حتی‌المقدور در بافت‌های دنیای واقعی انجام شود، تا از چیزی که او «اعتبار بوم‌شناختی»^۲ می‌نامید، اطمینان حاصل شود. منظور نیسر این بود که یافته‌های پژوهشی باید به وضوح در دنیای واقعی صحت داشته باشد و نه صرفاً در شرایط آزمایشگاهی. نیسر به محدودیت‌های تکیه کردن بر متن دانشی که کاملاً مبتنی بر پژوهش‌هایی است که در شرایط آزمایشگاهی مصنوعی انجام شده، اشاره کرد. برای مثال، ما از پژوهش‌های آزمایشگاهی می‌دانیم که افراد در معرض خطاهای حسی دیداری^۳ متعددی هستند، اما نمی‌توانیم به‌صورت خودکار فرض کنیم که دقیقاً همین خطاها در زندگی روزمره نیز رخ خواهند داد، جایی که در آن به ندرت با چنین شکل‌های ساده هندسی به‌صورت مجزا برخورد می‌شود اما اغلب، بخشی از مجموعه دیداری سه‌بعدی پیچیده را شکل می‌دهد.

نیسر فقط دغدغه پژوهش شناختی کاربردی را نداشت، چراکه احساس می‌کرد حتی لازم است پژوهش‌های نظری آزمون اعتبار بوم‌شناختی را پشت سر بگذارند، تا اطمینان حاصل شود که یافته‌های پژوهشی صرفاً توسط محیط آزمایشگاهی مصنوعی ایجاد نشده‌اند.

در طول ۳۵ سال گذشته دعوت نیسر به اعتبار بوم‌شناختی توسط بسیاری از پژوهشگران شناختی مشتاقانه مورد استقبال قرار گرفته است. باین‌حال، همان‌گونه که پارکین و هانکین (۲۰۰۱) عنوان کردند نهضت اعتبار بوم‌شناختی هنوز به «تغییر الگو»^۴ چشمگیری که برخی انتظار داشتند دست پیدا نکرده است. یکی از دلایل این مدعا این واقعیت است که مطالعات میدانی نمی‌توانند با استانداردهای سخت‌گیرانه علمی که در مطالعات آزمایشگاهی امکان‌پذیر است انطباق داشته باشند. برای مثال، باناجی و کراودر (۱۹۸۹) مطرح کردند که مطالعات میدانی حافظه، یافته‌های قابل اتکای معدودی را فراهم کرده است چراکه متغیرهای بیرونی^۵ فراوانی وجود دارند که خارج از کنترل آزمایشگر هستند. در واقع، احتمالاً متغیرهای مهمی وجود دارند که در بافت‌های زندگی واقعی روی رفتار تأثیر می‌گذارند. متغیرهایی که آزمایشگر حتی از آن‌ها آگاه نیست. باناجی و کراودر این‌گونه

1. Neisser
2. Ecological validity
3. Visual illusions
4. Paradigm shift
5. Extraneous

6. Eyewitness testimony

7. Cognitive interview

به صدای یک فرد خاص یا یک گفتگوی به‌خصوص (حتی در میان یک میهمانی شلوغ) در حالی که با گفتگوهای بلند دیگری محاصره شده‌ایم، شگفت زده شده بود. چری می‌خواست بداند چگونه ما قادریم روی یک اطلاعات ورودی خاص تمرکز کنیم و بقیه اطلاعات ورودی را متوقف کنیم. چری (۱۹۵۳) این موقعیت را «مسئله مجلس مهمانی»^۱ نامید، و در ادامه با استفاده از روش‌های آزمایشگاهی که در آن هدفون مورد استفاده قرار می‌گرفت تا ورودی‌های متفاوت را به هر یک از دو گوش ارائه دهد، به بررسی موضوع پرداخت.

در برخی موارد، پژوهش‌های شناختی کاربردی و نظری دوشادوش یکدیگر انجام شده و منافع متقابلی را دربرداشته‌اند. برای مثال، پژوهش‌های آزمایشگاهی مربوط به بازگماری بافت^۲ منجر به توسعه مصاحبه شناختی^۳ شده است (به فصل ۸ مراجعه شود)، تکنیکی که بعدها در کار پلیس مورد استفاده قرار گرفت. بازگماری بافت زمانی اتفاق می‌افتد که بافت و محیط پیرامونی که در آن رویدادی رخ داده است بازآفرینی می‌شوند (یا با برگرداندن فرد به موقعیت اولیه یا با تلاش برای تصور کردن موقعیت اولیه) تا به بازیابی خاطرات کمک کنند. به‌کارگیری این تکنیک‌ها توسط بازجویان پلیس باعث پژوهش‌های بیشتری شده است، که به نوبه خود به روان‌شناسی شناختی نظری بازخوردهایی را ارائه داده است. بنابراین سیر اطلاعات در هر دو مسیر وجود داشته است، و پژوهش‌های کاربردی و نظری دوشادوش یکدیگر پیش رفته و هر دو رویکرد منافع متقابلی را به دنبال داشته‌اند. درک ما از شناخت انسان صرفاً با سیر دوطرفه ایده‌ها و الهام این‌چنینی گسترش خواهد یافت.

۱-۶ دربارهٔ این کتاب

این کتاب مروری اجمالی از پژوهش‌های اخیر مرتبط با روان‌شناسی شناختی کاربردی ارائه می‌دهد؛ ما تلاش کرده‌ایم که تمام حیطه‌های اصلی شناخت که در آن‌ها پژوهش در بافت‌های زندگی واقعی به کار گرفته شده است را بگنجانیم. باین‌حال، فصل‌هایی را که در زمینهٔ کاربردهای بالینی روان‌شناسی شناختی بوده است نگنجانده‌ایم، چراکه این موارد پیشاپیش به‌طور کامل در کتاب‌های بالینی و عصب‌روان‌شناختی پوشش داده شده‌اند. ترتیب ارائه فصول در این کتاب بازتابی از ترتیب وقوع

در کارهای پلیس مورد بررسی قرار گرفته‌اند. این رویکرد دوجانبه احتمال مقایسه کردن یافته‌های مطالعات میدانی با مطالعات آزمایشگاهی را فراهم می‌آورد؛ و در جایی که بتوانیم مطابقتی بین مطالعات آزمایشگاهی و میدانی پیدا کنیم دلایل بیشتری خواهیم داشت تا نتایج را متقاعد کننده ببابیم.

از آن زمان به بعد، دعوت نیسر به اعتبار بوم‌شناختی به‌طور عمده به‌عنوان نقطه آغازینی برای افزایش سریع مطالعات کاربردی در نظر گرفته شده است. باین‌حال، کواوبلاشولای و الیس (۲۰۰۴) به این نکته اشاره کردند که اعتبار بوم‌شناختی و پژوهش کاربردی دو مقوله یکسان نبوده و همواره با هم هماهنگ نیستند. از نظر آن‌ها اعتبار بوم‌شناختی مستلزم یافته‌های پژوهشی است که نمایندهٔ کارکرد در بافت‌های زندگی واقعی بوده و در طیف مختلفی از بافت‌های این‌چنینی قابل تعمیم است. با این وجود، این تعمیم لزوماً بدین معنا نیست که چنین پژوهش‌هایی را باید به‌صورت میدانی انجام داد و این امکان کاملاً وجود دارد که بتوان با پژوهش‌های آزمایشگاهی به اعتبار بوم‌شناختی دست پیدا کرد. در مورد مطالعات انجام‌شده در بافت‌های زندگی واقعی نیز این امر بسیار محتمل است که اعتبار بوم‌شناختی نداشته باشند. برای مثال، مطالعه صورت‌گرفته روی یک گروه بسیار کوچک از شرکت‌کنندگان که نمایندهٔ خوبی نیستند، یا در یک بافت بسیار غیرمعمول و خاص را احتمالاً نمی‌توان به طیف گوناگونی از بافت‌های جهان واقعی تعمیم داد.

۱-۵ هدف‌های روان‌شناسی شناختی کاربردی

برای مطالعه روان‌شناسی شناختی کاربردی دو دلیل اصلی مطرح شده است:

اول اینکه، امید است پژوهش‌های روان‌شناسی کاربردی بتوانند برای مشکلات و مسائل واقعی راه‌حلهایی ارائه دهند، و دانش و بینشی را در اختیار ما قرار دهند که بتواند در عمل در جهان واقعی مورد استفاده قرار گیرد. فایده دیگر این است که پژوهش‌های کاربردی می‌توانند به بهبود رویکردهای نظری مرتبط با شناخت کمک کرده و آگاهی‌بخش آن‌ها باشند، بدین ترتیب پایه و اساس گسترده‌تر و واقع‌بینانه‌تری را برای درک ما از فرایندهای شناختی فراهم آورند.

گاهی اوقات یک پدیده که در زندگی واقعی مشاهده می‌شود در عمل می‌تواند الهام‌بخش یک اقدام پژوهشی جدید باشد. برای مثال، کالین چری از روش تمرکز نسبی توجه‌مان

1. Cocktail party problem

2. Context reinstatement

3. Cognitive interview

در فعالیت‌هایی که در جهان واقعی انجام می‌شود (موسیقی و ورزش) فصل‌هایی ارائه می‌گردند. البته موضوعاتی همچون حافظه و ادراک را می‌توان در سایر کتاب‌های روان‌شناسی شناختی یافت، اما کتاب ما کاملاً متفاوت از سایر کتاب‌های شناختی است از این جهت که با به‌کارگیری این موضوعات شناختی در بافت‌های جهان واقعی سروکار دارد. کتاب ما با شناخت در زندگی واقعی ارتباط دارد، و بسیار امیدواریم که محتوای این کتاب را مرتبط با زندگی شخصی‌تان بیابید.

جنبه‌های گوناگون شناخت است که اغلب رخ می‌دهد، بنابراین فصل‌های اولیه با دریافت اولیه اطلاعات (توجه و ادراک) سروکار دارند و پس از آن فصل‌هایی ارائه می‌شوند که با ذخیره اطلاعات سروکار دارند (حافظه و بازیابی)، و سپس فصل‌هایی درباره استفاده از اطلاعات ذخیره‌شده (شهادت شهود عینی و تصمیم‌گیری) ارائه می‌گردند. بعد فصل‌هایی ارائه می‌شوند که با عوامل مؤثر بر شناخت (مواد مخدر، ریتم‌های ساعت بیولوژیک و هیجانات) سروکار دارند، و در نهایت در رابطه با نقش شناخت

منابعی برای مطالعه بیشتر

- Eysenck, M.W. and Keane, M.T. (2015). *Cognitive psychology: A student's handbook (7th edn)*. Hove: Psychology Press. Eysenck and Keane is widely regarded as the 'bible' of cognitive psychology, because it offers a comprehensive review of cognitive research with greater detail than you will find in any other text.
- Groome, D.H., with Brace, N., Edgar, G., Edgar, H., Eysenck, M.W., Manly, T., Ness, H., Pike, G., Scott, S. and Styles, E. (2014). *An introduction to cognitive psychology: Processes and disorders*. Hove: Psychology Press. This book covers research on all of the main areas of cognition, including both normal and clinical aspects. As it focuses mainly on laboratory studies, it offers a good basic foundation for proceeding to the applied approach of the present book.
- Hermann, D.J., Yoder, C.Y., Gruneberg, M. and Payne, D.G. (2006). *Applied cognitive psychology*. New York: Psychology Press. This is one of the very few books, apart from the present one, that deal with applied cognitive psychology, and it offers some interesting discussion about the nature of applied research and its problems. However, it does not provide a detailed review of research on the topics included in the present book.