

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روانشناسی کار

تألیف:

حمید قربانی

بهرام روحانی علیرضا اخوان

سرشناسه	: قربانی، حمید، ۱۳۴۹
عنوان و نام پدید آور	: روانشناسی کار/ تالیف حمید قربانی، بهرام روحانی، علیرضا اخوان؛ [به سفارش] مرکز آموزش علمی - کاربردی بازرگانی خراسان رضوی.
مشخصات نشر	: تهران: مبنای خرد، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۸ص: جدول، نمودار.
شابک	: 978-600-5939-66-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: کار و اشتغال - جنبه‌های روان‌شناسی - راهنمای آموزشی (عالی)
شناسه اثر رده	: روحانی، بهرام، ۱۳۶۵ - اخوان، علیرضا، ۱۳۶۵ -
رده بندی کنفره	: ۱۳۹۸۴۸۱BF ۹۴ر/ق/
رده بندی دیویی	: ۷/۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۵۶۸۵

نام کتاب:	روانشناسی کار
تألیف:	حمید قربانی، بهرام روحانی، علیرضا اخوان
ناشر:	انتشارات مبنای خرد
نام مرکز:	مرکز آموزش علمی- کاربردی بازرگانی خراسان رضوی
تایپ و صفحه‌آرایی:	انتشارات مبنای خرد
طراح جلد:	فانژ
لیتوگرافی، چاپ و صحافی:	ترانه
نوبت چاپ:	اوّل - ۱۳۹۸
تیراژ:	۱۰۰۰
قیمت:	۱۸۰۰۰۰ ریال



شابک: ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۵۹۳۹ - ۶۶ - ۸

ISBN: 978 - 600 - 5939 - 66 - 8

«کلیه حقوق محفوظ است. هرگونه بهره‌برداری از این اثر با مجوز کتبی ناشر و با ذکر منبع بلامانع است.»

آدرس: تهران - خیابان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - نبش خیابان شهید وحید نظری - پلاک ۱۰۴

نمایر: ۶۶۴۸۰۶۶۶

تلفن: ۶۶۴۹۲۱۳۴

www.mabna.blogfa.com

فهرست مطالب

مقدمه ناشر.....	۹
مقدمه مؤلفان.....	۱۱
فصل اول تعاریف، کلیات و مفاهیم روانشناسی.....	۱۳
۱-۱-۱ تعاریف روانشناسی و ماهیت آن.....	۱۳
۱-۱-۱-۱ تعریف روانشناسی.....	۱۳
۱-۱-۲ علم جدید.....	۱۴
۱-۱-۳ مبارزه «مکتب» آغاز می شود: ساخت گرایی در برابر کارکردگرایی.....	۱۴
۱-۱-۴ واتسون، روانشناسی را به صورت رفتارگرایی در می آورد.....	۱۶
۱-۱-۵ فروید، ناهشیار را مطرح می سازد.....	۱۷
۱-۱-۶ با شکوفا شدن رفتارگرایی، اسکناس اراده آزاد را زیر سؤال می برد.....	۱۹
۱-۱-۷ انسان گرایان، اعتراض می کنند.....	۲۰
۱-۱-۸ روانشناسی به عنوان یک حرفه، بالغ می شود.....	۲۱
۱-۱-۹ روانشناسی، به سرچشمه خود برمی شود: تجدید حیات، شناخت و فیزیولوژی.....	۲۲
۱-۱-۱۰ روانشناسی امروز: قوی و متنوع.....	۲۳
۲-۱ حوزه های روانشناسی و کاربرد آن ها.....	۲۴
۲-۱-۱ شاخه های روانشناسی.....	۲۴
۲-۲-۱ زمینه های پژوهش در روانشناسی.....	۲۷
۲-۲-۳ هفت موضوع مهم.....	۲۸
۳-۱ مفهوم روانشناسی کار، مبانی و موضوعات اصلی آن.....	۳۱
۳-۱-۱ تعریف کار.....	۳۱
۳-۲-۱ تعریف روانشناسی کار.....	۳۱
۳-۳-۱ کاربردهای کنونی روانشناسی در محیط کار.....	۳۳
۳-۴-۱ زمینه های کاربرد روانشناسی در محیط کار.....	۳۳

۴-۱- تاریخچه روانشناسی کار در جهان و ایران.....	۳۷
۴-۱-۱- تاریخچه روانشناسی کار در غرب.....	۳۷
۴-۱-۲- تاریخچه روانشناسی کار در ایران.....	۴۲
فصل دوم: تفاوت‌های فردی.....	۴۹
۲-۱- مفهوم تفاوت‌های فردی.....	۴۹
۲-۱-۱- تفاوت‌های فردی در کار.....	۴۹
۲-۱-۲- سوانح تاریخی مطالعه تفاوت‌های فردی.....	۵۰
۲-۲- عوامل مؤثر در تفاوت‌های فردی.....	۵۱
۲-۲-۱- افراد از چه جهاتی با یکدیگر تفاوت دارند؟.....	۵۱
۲-۳- تفاوت‌های فردی در حین کار.....	۵۳
۲-۳-۱- اندازه‌گیری تفاوت‌های فردی.....	۵۳
۲-۳-۲- منشأ تفاوت‌های فردی.....	۵۴
۲-۴- کاربرد مفاهیم مربوط به تفاوت‌های فردی.....	۵۴
۲-۴-۱- کاربرد یافته‌های مربوط به تفاوت‌های فردی در سازمان.....	۵۴
فصل سوم: کار و شخصیت.....	۵۷
۳-۱- تعریف و مفهوم شخصیت.....	۵۷
۳-۱-۱- تعریف شخصیت.....	۵۷
۳-۲- نظریه‌های مربوط به شخصیت.....	۵۸
۳-۲-۱- نظریه انسان بالغ یا الگوی پیشنهادی آلپورت.....	۵۸
۳-۲-۲- نظریه انسان با کنش کامل یا الگوی پیشنهادی راجرز.....	۵۸
۳-۲-۳- انسان بارور یا مولد یا الگوی پیشنهادی فروم.....	۵۹
۳-۲-۴- انسان خواستار تحقق خویشتن یا الگوی پیشنهادی مزلو.....	۵۹
۳-۲-۵- انسان فردیت‌یافته یا الگوی پیشنهادی یونگ.....	۵۹
۳-۲-۶- انسان از خودفرارونده یا الگوی پیشنهادی فرانکل.....	۶۰
۳-۲-۷- انسان این مکانی و این زمانی، الگوی پیشنهادی پرلز.....	۶۰
۳-۳- رابطه شخصیت، با کار و شغل.....	۶۰
۳-۳-۱- سنج شخصیتی و انتخاب شغل.....	۶۰
۳-۴- تفاوت‌های شخصیتی در محیط کار.....	۶۲

۶۲	۱-۴-۳- تفاوت‌های فردی و شخصیت
۶۴	۲-۴-۳- صفات و نیازهای شخصیتی
۶۴	۳-۴-۳- پنج صفت شخصیتی مهم
۶۵	۴-۴-۳- صفات شخصیتی کلیدی دیگر
۶۹	فصل چهارم: انگیزش و پیشرفت شغلی
۶۹	۱-۴- تعریف و مفهوم انگیزه
۶۹	۱-۱-۴- تعریف انگیزش
۷۰	۲-۴- دارا، رد انگیزه در محیط کار
۷۰	۱-۲-۴- چرا مرده کار می‌کنند؟
۷۳	۲-۲-۴- پاداش و انگیزش تشویقی
۷۳	۳-۴- تقویت‌کننده و پیشرفت شغلی
۷۳	۱-۳-۴- نقطه شروع: فرد
۷۵	۴-۴- انگیزه و تعلق سازمانی
۷۵	۱-۴-۴- انگیزش درونی و انگیزش بیرونی
۷۶	۵-۴- مدیریت انگیزه در محیط‌های کاری
۷۶	۱-۵-۴- انگیزش و عملکرد
۷۷	۲-۵-۴- نظریه‌های انگیزش
۸۳	فصل پنجم: یادگیری و آموزش کارکنان
۸۳	۱-۵- مفهوم یادگیری و انواع آن
۸۳	۱-۱-۵- یادگیری
۸۴	۲-۱-۵- فرآیند یادگیری
۸۵	۲-۵- آموزش در محیط کار و اهمیت آن
۸۵	۱-۲-۵- ملاک‌های یادگیری
۸۵	۲-۲-۵- نظریه‌های یادگیری
۸۶	۳-۲-۵- قوانین شرطی شدن
۸۷	۴-۲-۵- برنامه‌های تقویت
۸۸	۵-۲-۵- نظریه‌های شناختی
۸۹	۳-۵- تکنیک‌های ایجاد و ترغیب رضایت حرفه‌ای از طریق آموزش

- ۳-۵-۱- پیشنهادات عملی برای اثربخش کردن دوره‌های آموزشی ۹۰
- ۴-۵-۲- شناخت استعدادها و توانمندی‌های افراد ۹۳
- ۴-۵-۳- آموزش کارکنان ۹۳
- فصل ششم: استرس‌های شغلی و تکنیک‌های کنترل آن ۹۵
- ۱-۶-۱- مفهوم استرس و منابع آن ۹۵
- ۱-۶-۱-۱- ماهیت استرس ۹۵
- ۱-۶-۲-۱- استرس به عنوان رویدادی روزمره ۹۵
- ۱-۶-۳-۱- ارزیابی ۹۶
- ۲-۶-۱- علائم استرس و عوامل محیطی استرس‌زا ۹۶
- ۱-۶-۲-۱- علائم و عوامل طبیعی ۹۶
- ۳-۶-۱- فرسودگی شغلی ۱۰۰
- ۱-۶-۳-۱- علائم و نشانه‌های فرسودگی شغلی ۱۰۱
- ۲-۶-۳-۱- درمان فرسودگی شغلی ۱۰۲
- ۴-۶-۱- نقش سازمان، در مدیریت استرس ۱۰۲
- ۵-۶-۱- چند روش برای کنار آمدن با استرس و تنش‌های محیط کار ۱۰۳
- ۱-۶-۵-۱- محیط فیزیکی و رفتار کار ۱۰۳
- ۲-۶-۵-۱- پویایی گروه و عوامل انسجام ۱۰۴
- ۳-۶-۵-۱- همگنی ۱۰۴
- ۴-۶-۵-۱- توافق در مورد هدف‌ها ۱۰۵
- ۵-۶-۵-۱- تعداد اعضا ۱۰۶
- ۶-۶-۵-۱- ارتباط ۱۰۶
- ۷-۶-۵-۱- تهدید خارجی ۱۰۶
- ۸-۶-۵-۱- رقابت میان گروهی ۱۰۶
- ۹-۶-۵-۱- موفقیت گروه ۱۰۷
- ۱۰-۶-۵-۱- درصد جابه‌جایی ۱۰۷
- فصل هفتم: رضایت شغلی ۱۰۹
- ۱-۷-۱- مفهوم رضایت شغلی در مشاوره شغلی ۱۰۹
- ۱-۷-۱-۱- چرا باید نسبت به مشاوره در سازمان، تأکید شود؟ ۱۰۹

۱۱۰	۲-۱-۷- مقدمات مشاوره.....
۱۱۱	۲-۷- نقش هوش هیجانی در موفقیت شغلی.....
۱۱۱	۱-۲-۷- رابطه هوش با عملکرد شغلی.....
۱۱۳	۲-۲-۷- گروه‌های هوشی و عملکرد.....
۱۱۴	۳-۲-۷- آزمون‌های سنجش هوش.....
۱۱۵	۳-۷- شادکامی و موفقیت شغلی.....
۱۱۷	۱-۳-۷- خوشبختی یا شادکامی از دیدگاه روانشناسی.....
۱۱۹	۴-۷- مؤلفه‌های نشاط در سازمان‌ها.....
۱۱۹	۱-۴-۷- چه کسی خه‌ش‌بخت است؟.....
۱۲۲	۵-۷- رضایت شغلی و موفقیت شغلی.....
۱۲۲	۱-۵-۷- ملاک‌های موفقیت شغلی.....
۱۲۸	۲-۵-۷- تجزیه و تحلیل شغل.....
۱۳۰	۳-۵-۷- ایجاد فرضیه.....
۱۳۱	۴-۵-۷- تعیین معیارها.....
۱۳۱	۵-۵-۷- تهیه تست‌ها و آزمون‌ها.....
۱۳۳	۶-۵-۷- اجرای آزمون.....
۱۳۳	۷-۵-۷- بررسی نتایج آزمون و تصمیم‌گیری.....
۱۳۴	۸-۵-۷- مسائل آزمون‌های استخدامی و مدیریت نگهداری آن‌ها.....
۱۳۵	۶-۷- عوامل مؤثر در رضایت شغلی.....
۱۳۵	۱-۶-۷- تقویت‌کننده‌های مادی.....
۱۳۶	۲-۶-۷- تقویت‌کننده‌های غیرمادی.....
۱۳۷	۷-۷- جمع‌بندی و نتیجه‌گیری با ذکر مصادیق.....
۱۳۹	۱-۷-۷- کدام کارکنان بیشتر از مشاوره بهره می‌گیرند؟.....
۱۴۰	۲-۷-۷- کدام کارکنان کمتر از مشاوره با سرپرست خود بهره می‌گیرند؟.....
۱۴۱	۳-۷-۷- مراحل چهارگانه مشاوره با کارکنان.....
۱۴۵	فهرست منابع.....

مقدمه مؤلفان

با عنایت به اینکه یکی از ارکان اساسی «دانشگاه جامع علمی- کاربردی»، رشد و توسعه مرزهای فناوری است، دوره‌های آموزشی این دانشگاه نیز در جهت تحقق نیازمندی‌ها و خاسته‌های سرمایه‌های انسانی واحدهای بازرگانی، اجرایی و صنعتی طرح‌ریزی شده و بسیار متنوع، مهارتی، کاربردی و با بهره‌گیری از دانش روز دنیا پایه‌گذاری شده‌اند. بدیهی است که تأکید بر جوانب کاربردی این دوره‌های آموزشی بدین معنی نیست که این دانشگاه، پیوندی با مفاهیم علوم نظری و پایه ندارد، بلکه دانشجویان دانشگاه جامع علمی- کاربردی، چگونگی پیشرفت در امور کاربردی را همراه با پشتوانه علمی می‌آموزند.

در اجتماع امروزی، «کار» سیرر پیش اهمیت یافته است. از سال‌ها قبل، سازمان‌های صنعتی به این فکر افتاده‌اند که کمیت تولیدات خود را ارتقا دهند، بر کیفیت آن‌ها بیفزایند، و بدین وسیله بقای خود را در دنیای رقابت، تضمین کنند. در واقع، رقابت صنعتی، لزوم سازگاری با شرایط کار و اشکار عوامل انسانی و محیط فیزیکی بر تولید، صاحبان کارخانه‌ها و روان‌شناسان را وادار کرده است که «کار» را به‌طور عمیق و با دید علمی، مورد مطالعه قرار دهند. در این راستا، کتاب شورای به‌صورت کامل مطابق با سرفصل‌های درس «روانشناسی کار»، صوب شورای برنامه‌ریزی آموزشی و درسی علمی- کاربردی «دانشگاه جامع علمی- کاربردی» و با هدف آشنایی با مفاهیم روانشناسی در حوزه‌های شغلی، به‌منظور ایجاد انگیزه، پیشرفت و رضایت شغلی شاغلان و کاهش استرس‌های شغلی، تدوین شده است. امید است تألیف این کتاب، گامی اثربخش در جهت اعتلای علم روانشناسی و مناسبات کار در میهن عزیزمان باشد.

در انتها لازم می‌دانیم مراتب سپاس و نهایت امتنان خود را از انتشارات محترم مبنای خرد و کلیه سرورانی که در روند تهیه و تألیف این اثر، ما را یاری رساندند ابراز داریم. امید است خوانندگان ارجمند با نظرات، پیشنهادات و انتقادات سازنده خود، بستر

ارزشمندی در مسیر رفع و رجوع کاستی‌های احتمالی و نیز هرچه کاربردی‌تر کردن محتوای علمی این اثر برای مؤلفان آن مهیا سازند.

حمید قربانی

بهرام روحانی علیرضا اخوان

www.ketab.ir