**شاهده:**

مشاهده نوعی توجه آگاهانه و دقت در رفتار براساس هدف مشخص است. وقتی تمامی حواس خود را بر موضوع متمرکز کنیم و از این عمل هدف روشن و تعریف شده ای داشته باشیم در واقع در فرایند مشاهده قرار گرفته ایم مشاهده، علمی ترین روش برای آزمودن فرضیه های ارائه شده در مورد رفتار و عملکرد دیگران توسط مشاوران و روانشناسان به حساب می آید و پایه بسیاری از روشهای ارزیابی روانشناختی را تشکیل می دهد.

مشاهده یک عمل علمی، ارادی و فعال است که از روی طرح و نقشه قبلی به منظور دستیابی به اطلاعات یا بررسی و تعیین درستی و نادرستی فرضیه های مطرح شده در مورد فرد انجام می گیرد (آخوندیف 1389). در این روش می توان به نمونه هایی از رفتار طبیعی و واقعی که نشان دهنده صفات شخصیتی است، پی برد. چون در مشاهده وسیله و ابزاری لازم نیست لذا آن را می توان در همه مواقع انجام داد. روش مشاهده کم هزینه ترین و سهل الوصول ترین روش مطالعه رفتار در حوزه روانشناسی و مشاوره محسوب می شود. وقتی از مشاهده بحث می شود فوراً حواس ما به موقعیت هایی مثل کلاس درس، حیاط مدرسه، آزمایشگاه، کارگاه، خانه، خیابان، گروه دوستان، بازی و... جلب می شود در حالی که علاوه بر موقعیت های مذکور در خود جلسه مشاوره نیز بخشی از وقت مشاور و روانشناس به مشاهده رفتار، وضع ظاهر، حالات و خلق، گفتار و زبان، کارکردهای عقلانی و فرایندهای تفکر و... صرف می شود که نتایج مشاهدات عینی می تواند در تشخیص مشکل مراجع و درمان آن مفید باشد.

**انواع و حالت های مشاهده:**

مشاهده در چهار حالت ممکن است انجام گیرد که هریک از آنها دارای معایب و مزایایی است در برخی مواقع مشاوران و روانشناسان ناگزیر به استفاده از حالت های ممکن در مشاهده هستند. در زیر به آنها اشاره می شود:

الف) مشاهده گر و مشاهده شونده در جلسه حضور دارند. این حالت در جلسه مشاوره و درمان رخ می دهد.

ب) مشاهده گر در جلسه حضور دارد اما خود را به عنوان جزئی از موقعیتی که مشاهده شونده در آن قرار دارد، معرفی می کند به طوری که مشاهده شونده نمی داند مورد مطالعه قرار گرفته است. این حالت در برگزاری اردوها و یا مشارکت مشاهده گر در فعالیت هایی مثل بازی و کار صورت می گیرد.

ج) مشاهده گر در جریان و موقعیت مشاهده مشارکت ندارد امّا مشاهده شونده می داند که به هر حال مورد مشاهده قرار دارد. این حالت زمانی اتفاق می افتد که فرد رفتار غیرعادی و ناهنجاری انجام دهد و مورد مصاحبه واقع شود. ممکن است این حالت مشاهده در مدارس، کانون های اصلاح و تربیت، بیمارستان های روانی و یا زندان ها انجام گیرد.

د) مشاهده گر به طور رسمی در جلسه و موقعیت مشاهده شونده شرکت نمی کند و مشاهده شونده هم نمی داند مورد مطالعه قرار گرفته است این حالت بهترین نتیجه و فایده را خواهد داشت. یکی از موارد استفاده این حالت، بکارگیری آیینه یک طرفه در اتاق های بازی درمانی است (حسین نژاد، 1380).

**اصول و نکات مهم در مشاهده:**

یافته های روش مشاهده وقتی قابل استفاده است که شرایط و مقتضیات خاصی در هنگام استفاده از آن رعایت شده باشد بدون توجه به موقعیت و شرایط مشاهده رفتار چه بسا تعبیر و تفسیر نادرستی از رفتار به عمل آید و مشاوران و روانشناسان و در کل مشاهده گران را دچار انحراف نماید. برای اینکه از روش مشاهده بررسی استفاده شود لازمه اش رعایت اصول و نکات زیر است:

1- مشاهده و نتایج آن وقتی مناسب است که فرد در موقعیت طبیعی و عادی مورد مشاهده قرار گیرد و از حضور مشاهده گر یا از اهداف آن باخبر نباشد. آگاهی از حضور مشاهده گر و اینکه رفتارهای فرد مورد مشاهده قرار گرفته است باعث می شود رفتارها تصنعی و کاذب جلوه کند و رفتار اصیل و واقعی سر نزد و پیامد آن انحراف مشاهده گر در تعبیر و تفسیر رفتارهای مشاهده شده است.

2- مشاهده بایستی به دفعات مختلف در زمانها و مکان های متفاوت و متناسب با اهداف مشاهده انجام گیرد. استمرار در مشاهده و تکرار آن در موقعیت های مختلف می تواند شناخت درستی از رفتار در اختیار مشاهده گر قرار دهد.

3- در یک موقعیت خاص بایستی رفتار یک فرد مورد مشاهده قرار گیرد. مشاهده رفتار چندین فرد در یک زمان از دقت و صحت مشاهده می کاهد و باعث می شود رفتارهای بارز و برجسته و اساسی فرد در حین انجام مشاهده رفتار دیگران مغفول بماند و فرصت های اساسی از دست برود.

4- در حین مشاهده بایستی از ثبت و یادداشت برداری خودداری شود. یادداشت برداری و ثبت مشاهدات در حین مشاهده موجب می شود بسیاری از نکات اساسی مورد غفلت قرار گیرد بنابراین لازم است بلافاصله بعد از مشاهده در وقت مناسب مشاهدات ثبت شود.

5- در تعبیر و تفسیر رفتارهای مشاهده شده بایستی از روش ها و ابزارهای دیگری نیز استفاده شود تا تعبیر و تفسیر به درستی و با دقت براساس اطلاعات کامل صورت گیرد چون در مشاهده، صرفاً نمونه ای از رفتار مطالعه می گردد و با یک نمونه محدود و ناقص نمی توان تفسیر مفصل و کاملی از رفتار و شخصیت فرد ارائه داد.

6- مشاهده گر بایستی قبل از انجام مشاهده، طرح مشاهداتی خود را براساس اهداف مشخص و دقیق تعیین کند. مشاهده را برای چه هدف و منظوری؟ در چه موقعیتی؟ برای چه نوع رفتارهایی؟ رفتار چه کسی؟ در چه شرایطی؟ انجام می دهد از قبل آماده نماید (صافی، 1379).

7- در حین مشاهده و همچنین در تعبیر و تفسیر، مشاهده گر نباید عقاید و احساسات شخصی خود را دخالت دهد کنترل نگرش ها و باورها و اعتقادات مشاهده گر در مشاهده و تفسیر رفتارها می تواند نتایج و پیامدهای درستی به دنبال داشته باشد. دخالت دادن احساسات و هیجانها و افکار چه منفی و چه مثبت می تواند در ثبت مشاهده و تعبیر و تفسیر آن تأثیر نامطلوبی بگذارد و نتایج آن را مخدوش نماید.

8- در هنگام مشاهده و تعبیر و تفسیر آن باید به شرایط و موقعیتی که فرد در آن قرار دارد، توجه شود زیرا رفتار فرد قطعاً تحت تأثیر آن موقعیت است. رفتار فرد در خانه و مدرسه و محیط کار و یا خیابان باهم متفاوت است (نوابی نژاد، 1373).

9- برای کاهش و رفع تأثیر پیش داوری ها و احساسات و افکار مشاهده گر در مشاهده و تعبیر و تفسیر آن می توان از چندین مشاهده گر مشاهده رفتار یک فرد استفاده کرد و با مقایسه و یا تلفیق نتایج، اطلاعات درستی بدست آورد.

10- در برخی مواقع، مشاهده رفتار بصورت اتفاقی رخ می دهد. مشاهده گر در ادامه و پیگیری مشاهدات خود بایستی اهداف و طرح مشاهداتی خود را تعیین نماید.

11- در ثبت مشاهدات بایستی نحوه و چگونگی رفتار شرح داده شود و از تعبیر و تفسیر اجتناب گردد.

12- در مشاهده رفتار و نیز در تعبیر و تفسیر بایستی به جنبه های رشدی و تحولی فرد توجه شود (حسین نژاد، 1380).

**فواید مشاهده:**

1- مشاهده می تواند مکمل اطلاعاتی باشد که از طرق دیگر بدست آمده اند.

2- مشاهده اطلاعاتی را بدست می دهد که با فنون دیگر نمی توان آنها را گردآوری کرد.

3- مشاهده، رفتار واقعی و طبیعی را جلوه گر می سازد به خصوص زمانی که مشاهده شونده از اینکه رفتارش مورد مشاهده است، اطلاعی نداشته باشد. در حالی که در بسیاری از روشها و فنون فرد رفتارهای واقعی خود را بروز نمی دهد.

4- مشاهده با اعمال و رفتاری که در واقع انتخابی و برگزیده هستند، سروکار دارد یعنی مشاهده گر رفتارهای خاص، بارز و استثنایی را که نشانگر شخصیت فرد است را مورد انتخاب و مشاهده قرار می دهد.

5- مشاهده رشد مشاهده گر را در استفاده از این مهارت و نیز رشد و پیشرفت او در حوزه رفتار مورد مشاهده، موجب می شود (اردبیلی، 1375).

6- از مشاهده هم برای شناخت ویژگی های دانش آموزان و هم برای تصمیم گیری های آموزشی ، تربیتی و درمانی برای آنان استفاده می شود

**تعبیر و تفسیر مشاهدات:**

تعبیر و تفیسر مشاهدات عبارتست از صراحت بخشیدن، با معنی ساختن، کشف روابط و علل رفتارها و نتیجه گیری (حسینی ، 1369). تعبیر و تفسیر بیانگر تشخیص دقیق و علمی رفتار و ویژگیهای شخصیتی است که دارای پشتوانه نظری باشد. تعبیر و تفسیر بایستی براساس اطلاعات و داده های کافی، کامل و دقیق انجام یابد و در آن محدودیت ها، موقعیت ها و اصول لازم در نظر گرفته شود. سعی شود در تعبیر و تفسیر مشاهدات از دخالت انگیزه های شخصی، احساسات و نگرش های فردی اجتناب گردد و صرفاً با یک روحیه علمی و فنی این کار صورت گیرد.

**محدودیت ها و معایب روش مشاهده:**

هر روش و ابزاری در تشخیص و شناسایی ویژگیها و رفتارها و شخصیت افراد با محدودیت و نواقصی همراه است. به همین جهت توصیه می شود مشاوران و روانشناسان از فنون و روشهای متنوع در تشخیص استفاده نمایند. مشاهده نیز مانند سایر روشها و فنون تشخیص و شناسایی دارای محدودیت هایی زیر است:

1- در مشاهده فقط نمونه محدودی از رفتارهای فرد مورد نظر قرار می گیرد و همه موارد قابل مشاهده نیست.

2- مشاهده ممکن است تحت تأثیر خطا و اشتباه مشاهده گر قرار گیرد و مشاهده گر احساسات افکار، پیش داوری های خود را در امر مشاهده دخالت دهد به عبارت دیگر دچار خطای هاله ای شود و رفتار افراد را در هاله ای از افکار، اندیشه ها و پندارهای خویش ببیند.

3- مشاهده ممکن است دقیق نباشد. مشاهده گر در حین مشاهده تمامی زوایا و جوانب را نتواند تحت کنترل قرار دهد.

4- یادداشت برداری و ثبت مشاهده کار آسانی نیست. گاهاً ثبت مشاهدات و بکاربردن مفاهیم مبهم برداشت متفاوتی به دیگران ارائه می دهد.

5- مشاهده شونده با آگاهی از تحت مشاهده بودن، رفتار خود را کنترل می کند. واکنش پذیری مشاهده شونده از حضور مشاهده گر می تواند اطلاعات بدست آمده را مخدوش سازد ( ، 1375).

6- ممکن است مشاهده شونده محل مشاهده را ترک و ادامه مشاهده را غیرممکن سازد.