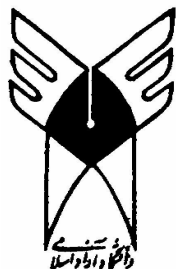


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی
واحد تهران مرکزی
دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی ، گروه روانشناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش تربیتی

عنوان :

مقایسه هیجانات آموزشی نابینایان آموزشگاههای نابینایان با شیوه تلفیقی

استاد راهنما :

دکتر شیرین کوشکی

استاد مشاور :

دکتر مهدیه صالحی

پژوهشگر :

امیرحسین حاجی شاهوردی

تابستان ۱۳۹۰

راهم را هموار کن آنگاه همه چیز را خواهم دید و تو را نیز
(استاد زنده یاد دکتر محمدرضا نامنی)

تقدیم به :

مادر فداکار و پدر بزرگوارم و خانواده عزیزم که مرا در تمامی مراحل زندگی یاری نمودند.

تقدیم به :

مؤسسه عصای سفید و هیئت امناء، هیئت مدیره و پرسنل تلاشگر
و همچنین همدلان صبور و بامهر

تشکر و قدردانی

اساتید ارجمندم به ویژه استاد گرامی، سرکار خانم دکتر شیرین کوشکی که با راهنمایی های ارزشمند و تجربیات گرانبها و وقت و حوصله فراوان مرا در تمامی مراحل این پژوهش یاری نموده اند و راهنمایی بی دریغ ایشان راهگشای این پژوهش بود. امیدوارم سایه پرمهرش همچنان گسترده باشد. و نیز سرکار خانم دکتر صالحی به عنوان استاد مشاور و سرکار خانم دکتر باغدارساریانس به عنوان استاد داور که در ارائه این پایان نامه مرا یاری نمودند.

بسمه تعالی

تعهد نامه اصالت پایان نامه کارشناسی ارشد

اینجانب امیرحسین حاجی شاهوردی دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته به شماره دانشجویی ۸۷۰۸۴۹۵۷۳۰۰ در رشته روانشناسی تربیتی که در تاریخ ۱۳۹۰/۵/۴ از پایان نامه خود تحت عنوان: مقایسه هیجانات آموزشی ناینایان آموزشگاههای ناینایان با شیوه تلفیقی با کسب نمره ۱۸/۷۵ و درجه عالی دفاع نموده ام بدین وسیله متعهد می شوم:

۱. این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران (اعم از پایان نامه، کتاب، مقاله و ...) استفاده نموده ام، مطابق ضوابط و رویه های موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست ذکر و درج کرده ام.
۲. این پایان نامه قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاهها و مؤسسات آموزش عالی ارائه نشده است.
۳. چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هر گونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از این پایان نامه داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.
۴. چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را بپذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچ گونه ادعایی نخواهم داشت.

نام و نام خانوادگی:

تاریخ و امضاء:

حاجی شاهوردی

بسمه تعالی

در تاریخ ۱۳۹۰/۵/۴

دانشجوی کارشناسی ارشد آقای امیرحسین حاجی شاهوردی از پایان نامه
خود دفاع نموده و با نمره ۱۸/۷۵ بحروف هجده و هفتاد و پنج صدم
و با درجه عالی مورد تصویب قرار گرفت.



امضاء استاد راهنما

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	چکیده
	فصل یکم (معرفی پژوهش)
۲ مقدمه
۴ بیان مسأله
۵ اهمیت و ضرورت تحقیق
۵ اهداف پژوهش
۶ سوالات و فرضیه‌های پژوهش
۶ تعریف متغیرها و اصطلاحات پژوهش
	فصل دوم (بررسی پیشینه پژوهش)
۹ هیجان
۱۰ تعریف هیجان
۱۳ ماهیت همگانی هیجان
۱۴ نقش ارزشیابی هیجان
۱۴ تأثیر هیجان در حافظه
۱۵ تأثیر هیجان در ادراک
۱۵ تأثیر هیجان در تصمیم و اراده
۱۶ اثر هیجان در شور و احساس
۱۶ نظریه‌های هیجان
۱۸ - نظریه ایزاد
۱۹ - نظریه سولومن (فرایند متضاد)
۲۰ - نظریه روان تحلیل‌گری راپاپورت
۲۰ - نظریه شناختی - فیزیولوژیکی آرنولد
۲۱ - نظریه رفتاری
۲۳ - نظریه‌های شناختی
۲۳ - نظریه شاختر - سینگر
۲۳ - نظریه مندلر (نظریه شناختی)
۴۴ تاریخچه آموزش و پرورش کودکان نابینا در جهان
۴۷ تاریخچه آموزش و پرورش کودکان نابینا در ایران
۴۹ آموزش و پرورش تلفیقی دانش‌آموزان نابینا در ایران
۵۰ تعاریف نابینایی
۵۰ - نابینای آموزشی
۵۱ - نابینای قانونی
۵۱ ضرورت آموزش و پرورش استثنایی
۵۲ سازمان آموزشی
۵۴ آموزش و پرورش تلفیقی
۵۵ یکپارچه‌سازی آموزش در جهان
۵۸ مفهوم یکپارچه‌سازی یا ادغام
۵۸ - بهنجاری‌سازی

۵۸ عادي سازي
۵۹ اصل محيط با حداقل محدوديت
۵۹ يکپارچه سازي
۶۰ اطلاع از وضعيت بينايي و نقش آن در يادگيري و تحول
۶۲ مسائل تحصيلي نابينايان
	فصل سوم (روش شناسی پژوهش)
۶۸ روش پژوهش
۶۸ جامعه آماری
۶۹ نمونه و روش نمونه‌گیری
۶۹ ابزار پژوهش
۷۰ روش اجرای پژوهش
۷۰ روش تجزیه و تحلیل اطلاعات
	فصل چهارم (تجزیه و تحلیل داده‌ها)
۷۲ مقدمه
۷۲ بخش توصیف داده‌ها
۷۷ بخش استنباطی داده
	فصل پنجم (بحث و تفسیر)
۸۷ نتیجه‌گیری
۹۳ محدودیت‌های پژوهشی
۹۴ پیشنهادهای پژوهشی
۹۶ منابع و ماخذ
	چکیده انگلیسی

چکیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه هیجان‌ات آموزشی آموزشگاه‌های نابینایان و شیوه تلفیقی بود. بدین منظور تعداد ۸۰ نفر از دانش‌آموزان دوره دبیرستان که در آموزشگاه‌های نابینایان عادی و شیوه تلفیقی به تحصیل اشتغال داشتند از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به پرسشنامه پکران (۱۹۹۲) پاسخ دادند. داده‌های پژوهش با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (شاخص‌های مرکزی و پراکندگی) و آمار استنباطی روش همبستگی پیرسون و آزمون تحلیل کواریانس، تحلیل واریانس یکطرفه و آزمون t برای گروه‌های هم‌تا مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد: بین هیجان‌ات آموزشی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیر تلفیقی تفاوت وجود داشت. آزمون ریاضی بر لذت آموزشی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیر تلفیقی تأثیر متفاوت نداشت. آزمون ریاضی بر خجالت دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیر تلفیقی تأثیر متفاوت نداشت. آزمون ریاضی بر ناامیدی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیر تلفیقی تأثیر متفاوت نداشت. آزمون ریاضی بر عصبیت آموزشی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیر تلفیقی تأثیر متفاوت نداشت.

کلید واژه: هیجان‌ات آموزشی، نابینایان، مجتمع نابینایان

فصل یکم
معرفی پژوهش

مقدمه

نیاز به آموزش یکی از مهم‌ترین و اساسی‌ترین نیازهای بشریت در طی قرون و اعصار مختلف به شمار می‌رود. این نیاز خواسته یک گروه، قشر یا یک ملت خاص نبوده و همه طبقات اجتماعی را در بر می‌گیرد. بی‌شک افراد دچار معلولیت نیز از این قاعده مستثنی نیستند و حتی افراد دچار نارسایی ذهنی نیز توسط متخصصان به میزان توانایی ذهنی و حسی آنها آموزش می‌بینند. یکی از این گروه‌های معلولین، نابینایان و کم‌بینایان هستند که به دلایل گوناگون اعم از تصادفات، بیماری‌ها، ازدواج‌های فامیلی و غیره دچار معلولیت بینایی می‌شوند. براساس آمار حدود یک درصد هر جامعه‌ای را نابینایان تشکیل می‌دهند و با توجه به هوش سرشار و استعدادهای بالقوه این قشر دولت‌ها و نظام‌های آموزش و پرورش در هر جامعه‌ای علاقه‌مند تعلیم و تربیت به این گروه هستند. گرچه امر تعلیم و تربیت در افراد با نیازهای ویژه مستلزم زمان، امکانات و تخصص فراوان است و معلمان این قشر بیش از سایر معلمان دشواری‌های بیشتری را متحمل می‌شوند اما به تبع آن ثمره تلاش آنها بسیار دلچسب‌تر و شیرین‌تر از سایرین است. دیدگاه ساده‌انگارانه آن است که آموزش به نابینایان یا صورت نمی‌پذیرد و یا دروس و مواد آموزشی به صورت ساده‌تر و کم‌حجم‌تر به آنها ارائه می‌شود. به عنوان مثال، آموزش به این قشر تنها با حضور ۶ تا ۸ دانش‌آموز در مدارس خاص با کتب بریل و یا درشت خط صورت می‌پذیرد.

در دهه‌های اخیر به منظور حفظ کرامت انسانی و افزایش اعتماد به نفس و ایجاد خود پنداره مثبت تحصیلی، دانش‌آموزان نابینا در کنار دانش‌آموزان بینا به صورت تلفیقی تحصیل می‌کنند تا از این طریق آنها خود را از سایر دانش‌آموزان عادی جدا ندانسته و با تعاملات اجتماعی که با دانش‌آموزان عادی دارند بهداشت روانی و عاطفی‌شان تأمین شود. هم آموزش به شیوه تلفیقی و هم به شیوه سنتی در مدارس ویژه دارای مزایا و معایبی است، به نحوی که هیچ‌کدام از این دو شیوه را نمی‌توان به صورت کامل رد یا تأیید کرد. متخصصان آموزش به گروه‌های ویژه تلاش خود را در راستای تسهیل و مرتفع نمودن معایب آموزشی گذاشته‌اند. به طوری چنانچه هر مربی خود یک پژوهشگر محسوب می‌شود و به صورت میدانی و حتی موردی در صدد افزایش یادگیری و بازدهی تحصیلی به این قشر است. با تمام این تلاش‌ها افراد دچار آسیب بینایی در برخی از دروس مثل ریاضیات و آمار به حمایت و هدایت آموزشی بیشتری نیاز دارند، چون آنها نه تنها در یادگیری بلکه در بیشتر مواقع در هنگام برگزاری امتحانات ریاضی و آمار دچار اضطراب و استرس و گاهی اوقات بیماری‌های جسمی می‌شوند. حتی در برخی از اوقات شرایط چنان بر دانش‌آموز طاقت‌فرسا شده است که فرد نابینا از تحصیل بازمانده و یا ترک تحصیل کرده است. بی‌شک در این شرایط خانواده، دانش‌آموز و فرزندان دیگر آن خانواده نیز متأثر از این شرایط نامطلوب می‌شوند. در زمینه اضطراب در دروس ریاضیات برای دانش‌آموزان عادی، مطالعات و پژوهش‌های زیادی به

عمل آمده است اما در رابطه با اضطراب افراد دچار آسیب بینایی در دروس دشواری چون ریاضی پژوهش اندکی صورت گرفته است. لذا شایسته است متخصصان آموزش ویژه و اساتید دانشگاه و پژوهشگران در حیطه هیجانات آموزشی گام‌های علمی مؤثرتری بردارند.

بیان مساله

زمانی که نابینایی به عنوان یک ویژگی یا خصیصه بهنجار، مانند صداها ویژگی دیگری که هر یک از ما باید با آنها، زندگی کنیم، پذیرفته شود، آن گاه می‌توانیم نیازهای واقعی نابینایان را درک کنیم و آن‌ها را از نیازهای غیرواقعی یا ساختگی که بعضاً ساخته و پرداخته ذهن ماست، تمیز دهیم. بدین‌گونه می‌توان ادعا کرد چنانچه به کودکان نابینا فرصت داده شود، می‌توانند پایه‌های همسالان خود بیاموزند و تحول یابند تنها شرایط لازم برای تحقق این امر داشتن ذهنی باز، بازخوردی مثبت، تصویری درست از نابینایی، نگاهی به دور از تعصب و اندکی خلاقیت است. (نامنی، ۸۹) از آنجا که نقص بینایی موجب کاهش انگیزه یادگیری پایه در دانش‌آموزان می‌شود، بنابراین ایجاد خودپنداره مثبت تحصیلی و افزایش اعتماد به نفس دانش‌آموزان نابینا امری ضروری است. این امر در دهه‌های اخیر، با تحصیل دانش‌آموزان نابینا در کنار دانش‌آموزان بینا به صورت تلفیقی روی داده است. به این ترتیب بهداشت روانی و عاطفی دانش‌آموزان نابینا نیز تأمین می‌شود. بی‌تردید تجربیات عاطفی به طور مستقیم در امر یادگیری دانش‌آموزان نابینا دخالت دارد. بنابراین توجه به هیجانات آموزشی همچون امید، رخت، اضطراب، ترس، پیش و پس از آزمون‌های دشوار ضرورت پیدا کرده است. در این میان از بین دروس تدریس شده به دانش‌آموزان نابینا، ریاضیات از جمله دروسی است که نابینایان را دچار هیجانات مثبت و منفی می‌کند. آگاهی همه جانبه از این هیجانات می‌تواند در برانگیختن این دانش‌آموزان برای یادگیری نقش بسزایی داشته باشد. بر همین اساس مربیان و دست‌اندرکاران آموزشی می‌بایست با آگاهی همه جانبه از این هیجانات و نیز ایجاد محیط‌های تحصیلی مؤثر و روش‌های تدریس مناسب‌تر، شرایط را برای بالا بردن یادگیری دانش‌آموزان نابینا فراهم کنند. همچنین اگر والدین در روش‌های تقویت توانایی‌ها، خوداتکایی و جمع‌گرایی دانش‌آموزان شرکت داشته باشند و نیز انتظارات خود را درخصوص نمره دانش‌آموزان تعدیل کنند، می‌تواند تأثیر مثبتی بر ارزیابی کنترل و ارزش‌های دانش‌آموزان و در نتیجه بر تجربیات عاطفی ایشان داشته باشند. (نامنی، ۸۹)

در این راستا، پژوهش مورد مطالعه در پی آن است که هیجانات آموزشی افراد نابینا را در قبل و بعد از آزمون ریاضی در گروه آزمایشی با شیوه تلفیقی و سنتی مطالعه نماید.

اهمیت و ضرورت پژوهش

آموزش کودکان استثنایی به ویژه دانش‌آموزان نابینا همواره چالش برانگیز بوده است به نحوی که ایجاد تصویر ذهنی، تجسم فضایی و آقاء مفاهیم سوالاتی را در اذهان معلمان این گروه از دانش‌آموزان پدید آورده است. تجربیات محقق به عنوان مربی آموزشی این افراد حاکی از آن است که دانش‌آموزان نابینا در یادگیری ریاضیات دچار هیجانات قابل توجهی می‌شوند. دانش‌آموزان نابینا عموماً اتفاق نظر دارند که سخت‌ترین ماده آموزشی برای آنان ریاضیات است. لذا انگیزه اصلی در پژوهش حاضر آن است که بتواند چنین هیجاناتی را پیش و پس از آزمون ریاضی مشخص کرده و اهمیت توجه به آنها را خاطر نشان سازد. انگیزه دیگر از انجام این پژوهش این است که با آگاهی از جنبه‌های مختلف انگیزشی افراد، موانع آموزشی آنان مد نظر قرار گیرد و این خود گامی است به سوی آموزش فراگیر که مدرن‌ترین شیوه آموزشی افراد دارای نیازهای ویژه در دنیا است. با توجه به این که ایران نیز می‌بایست تا سال ۲۰۱۴ میلادی سیستم آموزش خود را با سیستم فراگیر جایگزین نماید اهمیت این موضوع صد چندان می‌شود.

اهداف پژوهش

پژوهش حاضر در پی آن است که به اهداف ذیل دست یابد:

- تعیین اهمیت تقویت هیجانات آموزشی مثبت و فراهم آوردن زمینه‌های مؤثر بر آنها.
- تعیین اهمیت پیشگیری از تعمیم شکست ناشی از هیجانات منفی به سایر دروس.
- ارائه راهکار به مسئولین مرتبط جهت توجه به اثربخشی شیوه‌های خاص آموزشی برای دانش‌آموزان نابینا.
- کمک به بهبود پیشرفت تحصیلی از طریق توجه به هیجانات آموزشی و رابطه آن با پیشرفت (و عدم آن) تحصیلی.

سوالات و فرضیه‌های پژوهش

بین هیجانات آموزشی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیرتلفیقی تفاوت وجود دارد. آزمون ریاضیبر لذت آموزشی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیرتلفیقی تاثیر متفاوت دارد. آزمون ریاضیبر عصبیت آموزشی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیرتلفیقی تاثیر متفاوت دارد.

آزمون ریاضیبر خجالت دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیرتلفیقی تاثیر متفاوت دارد. آزمون ریاضیبر ناامیدی دانش‌آموزان نابینای تلفیقی و غیرتلفیقی تاثیر متفاوت دارد.

متغیرهای پژوهش

متغیر مستقل: امتحان ریاضی
متغیر وابسته: هیجان آموزشی
متغیر تعدیل‌کننده: نوع آموزشگاه‌های نابینایان (تلفیقی و غیر تلفیقی)

تعریف متغیرها و اصطلاحات پژوهش

تعریف مفهومی هیجان آموزشی: مجموعه عواطف مثبت و منفی است که در جریان آزمون ریاضی پدیدار می‌شود (پکران^۱، ۱۹۹۲).

تعریف مفهومی مجتمع نابینایان: به مدارس روزانه و شبانه‌روزی اطلاق می‌شود که دانش‌آموزان نابینا در آن مدارس مشغول به تحصیل بوده و معلمین آموزشی همگی به صورت ویژه به این قشر آموزش می‌دهند. در این مدارس، دانش‌آموزان نابینا با هم درس می‌خوانند.

تعریف مفهومی نابینا: فردی که فاقد بینایی بوده و یا میزان باقیمانده‌ی بینایی او علی‌رغم استفاده از وسایل کمک بینایی به حدی کم و محدود باشد که ایجاب نماید آموزش وی از طریق روش‌های آموزشی ویژه نابینایان خط بریل صورت پذیرد، حداکثر بینایی او ۲۰/۲۰۰ است (شریفی درآمدی، ۱۳۷۹).

تعریف عملیاتی هیجان آموزشی: در این پژوهش منظور از هیجانات آموزشی، مجموعه نمراتی است که دانش‌آموزان پس از اجرای پرسشنامه پکران (۱۹۹۲) به دست می‌آورند.
تعریف مفهومی شیوه تلفیقی: تعریف بیرچ از عادی سازی به معنی پذیرش و آموزش کودکان استثنایی در کلاس‌های عادی مدارس روزانه همراه با مسئولیت معلم کلاس معمولی می‌داند و بر تدارک خدمات تعلیم و تربیت ویژه برای دانش‌آموزان ناتوانی که در کلاس‌ها ادغام شده‌اند تأکید می‌ورزد. (بیرچ - ۱۹۷۸)

۱ . Pekrun

فصل دوم
بررسی پیشینه پژوهش

هیجان

در دهه‌های ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ انگیزش را با توجه به سائق‌ها در نظر می‌گرفتند، در آن سال‌ها تصور می‌شد که سائق‌ها انرژی رفتار را فراهم می‌آورند و یادگیری جهت آن را تعیین می‌کنند.

از دید نظریه‌پردازان سائق، هیجان‌ها، اساساً محصول جانبی انگیزش به حساب می‌آمده است. بعضی از نظریه‌پردازان معتقد بودند که اهداف و تهدیدها گرچه باعث عمل فوری می‌شوند ولی در توضیح عمل درازمدت با شکست مواجه می‌شوند. بعضی از افراد در رفتار هدفمند خود پایداری به خرج می‌دهند، در حالی که دیگران این گونه عمل نمی‌کنند. به نظر می‌رسد آنچه مردم را بر حسب ثبات رفتارشان از یکدیگر متمایز می‌کند، هیجان‌های آنهاست. آنهایی که می‌توانند در مواجهه با تهدیدها و مشکلات خوش‌بین باشند، پایداری به خرج می‌دهند و آنهایی که احساس بدبینی و سوءظن نسبت به خود داشته باشند دست از رسیدن به اهداف خود می‌کشند. به رغم وجود این تفاوت‌ها، اکثر نظریه‌پردازان معاصر عقیده دارند که هیجان‌ها نقش مهمی در انگیزش دارند. این مشاهده باعث شد بعضی از روان‌شناسان بر خود نظم‌بخشی هیجان‌ها تأکید کنند. بندورا^۱ (۱۹۹۱) اشاره می‌کند که مردم به منظور دستیابی به اهدافشان، باید یاد بگیرند که چگونه هیجان‌های خود، به ویژه خودتردیدی، را کنترل کنند.

- عملکرد مهم هیجان عبارت از رفتار پاداش‌دهنده و تنبیه‌کننده است. وقتی فرد هیجان بسیار مثبتی را تجربه می‌کند، به احتمال زیاد به رفتارهایی می‌پردازد که موجب تولید مجدد آن هیجان می‌شود. به همین صورت، وقتی فرد هیجانی بسیار منفی را تجربه می‌کند، از رفتاری که باعث بروز مجدد آن هیجان می‌شود اجتناب می‌کند. به بیان دیگر هیجان در حکم تقویت‌های رفتاری است (فرانکن، ۲۰۰۹، ۴۰۸-۴۰۷).

آنچه مسلم است هیجان‌ها بخشی از زندگی روزمره‌ی ما را تشکیل می‌دهند و به زندگی ما رنگ می‌دهند. هیجان‌های مثبت مثل عشق و آرزو، می‌توانند روزهای ما را با خوشی همراه کنند، اما هیجان‌های منفی، مانند ترس، افسردگی و خشم، می‌توانند ما را در ناامیدی غوطه‌ور سازند و در جهت احساس پوچی سوق دهند. در عین حال هیجان می‌تواند پاسخ به یک موقعیت و منبع انگیزش باشد، همچنین هیجان می‌تواند در نقش خود هدف باشد. ما می‌توانیم رفتارهایی اتخاذ کنیم که ما را به طرف احساس شادی یا عشق سوق می‌دهند.

۱- Bandura

تعریف هیجان

زندگی بدون وجود هیجان‌ها ملال‌انگیز است. (پلاچیک، ۱۹۹۴، ۱۳) به نظر می‌رسد برای هیجان به تعداد نویسندگان، تعریف وجود دارد، در هر حال در اینجا چند تعریف از هیجان را ارائه می‌گردد:

۱. واکنش کلی، شدید و کوتاه ارگانیزم به یک موقعیت غیرمنتظره، همراه با یک حالت عاطفی خوشایند یا ناخوشایند.
 ۲. یک حالت عاطفی که می‌تواند از عناصر فیزیولوژیکی، موقعیتی و شناختی تشکیل شود.
 ۳. موقعیت پیچیده‌ای است در پاسخ به تجربه‌های دارای بار احساسات
 ۴. پدیده‌های احساسی، انگیزتی، هدفمند، بیانگر و کم‌دوام هستند که به ما کمک می‌کنند با فرصت‌ها و چالش‌هایی که هنگام رویدادهای مهم زندگی مواجه می‌شویم، سازگار شویم.
 ۵. پاسخ‌های فیزیولوژیکی و روانی هستند که ادراک، یادگیری و عملکرد ما را تحت تأثیر قرار می‌دهند.
 ۶. هیجان واکنشی است که تعامل بین عوامل ذهنی، محیطی، و فرایندهای عصبی و هورمونی را شامل می‌شود (کمالیان، ۱۳۸۶، ۲۶).
- لازاروس (۱۹۹۱) معتقد است که هیجان‌ها را می‌توان بر اساس موضوعات محوری و ارتباطی آنها توصیف کرد، لازاروس تأکید می‌کند که پاسخ‌های هیجانی ناشی از تعامل فرد با محیط بسیار شناختی و اغلب پیچیده است. شناسایی موضوعات محوری در واکنش هیجانی به فرد کمک می‌کند تا پیچیدگی آن را کم کند. لازاروس این رویکرد را چنین خلاصه می‌کند: قضیه اصلی آن است که موجودات (به ویژه انسان) از لحاظ زیستن به گونه‌ای ساخته شده‌اند که برای بقای خود، همواره روابط خود را با محیط ارزیابی می‌کنند.

جدول ۱-۲، موضوعات محوری هیجان‌های گوناگون

هیجان	موضوعات محوری
خشم	رفتارهای جسمی توهین‌آمیز نسبت به من یا اموال من
اضطراب	مواجه شدن با تهدید نامعین حیاتی
ترس	مواجه شدن با خطر جسمی فوری، عینی و هراس‌انگیز
گناه	تخطی از دستور اخلاقی
شرمساری	شکست در رسیدن به خودآرامی
غمگینی	تجربه فقدان قطعی

حسادت	خواستن چیزی که متعلق به دیگران است.
رشک	رنجیدن شخص ثالث به خاطر حالت عاطفی دیگر
تنفر	چسبیدن بیش از حد به شیء یا اندیشه‌ای غیرقابل هضم
خوشحالی	پیشرفت منطقی در جهت تحقق یک هدف
غرور	رشد هویت خود با، ارزش قائل شدن برای پیشرفتی با ارزش
آسایش	تغییر وضعیت ناهمخوان با هدف به وضعیتی بهتر
امید	ترس از بدتر شدن ولی با آرزوی بهتر شدن
عشق	محبت طلبی ولی نه لزوماً دوسویه
همدلی	تحت تأثیر رنج و سختی دیگران قرار گرفتن و تمایل به کمک کردن

(فرانکن، ۲۰۰۹، ۴۰۹).

شاید به علت پیچیده بودن هیجان‌ها، در طول سال‌ها، تعریف‌های گوناگونی پیشنهاد شده است. در کوششی برای رسیدن به یک تعریف و فاقی^۱، جینا و جینا^۲ تعریف‌های پیشنهاد شده را مورد بررسی قرار داده و با استفاده از عناصر کلیدی تشکیل‌دهنده‌ی تعریف‌های موجود، تعریفی را پیشنهاد کرده‌اند (۱۹۸۱). طبق این تعریف، هیجان در نتیجه‌ی تعامل بین عوامل غیرعینی یا ذهنی^۳، عوامل محیطی و فرایندهای عصبی-هورمونی، رخ می‌دهد. این دو دانشمند برای حمایت از تعریف خود، خاطر نشان ساخته‌اند که هیجان:

الف: سبب به وجود آمدن تجارب عاطفی یا انفعالی^۴ (از قبیل خوشایند و ناخوشایند) می‌شود.

ب: فرد را در به وجود آوردن تبیین‌های شناختی تحریک می‌کند (مثلاً علت هیجان را به خودش یا به محیط نسبت دهد).

ج: سبب به وجود آمدن پاسخ‌های فوری درونی گوناگون (از قبیل افزایش ضربان قلب) می‌شود.

د: رفتارهای را فرا می‌خوانند که اغلب، اما نه همیشه بیانگر (مانند خندیدن و گریستن)، هدف وابسته (گرایشی یا اجتنابی) و انطباقی (حذف یا از بین بردن چیزی که ممکن است بقای خود را مورد تهدید قرار دهد) هستند.

یکی از کارکردهای خیلی مهم هیجان‌ها، رفتار ناشی از پاداش یا تنبیه است. وقتی افراد هیجان خیلی مثبتی را تجربه می‌کنند، اغلب دست به رفتاری می‌زنند که دوباره سبب به وجود آمدن آن هیجان می‌شود. به همین نحو، وقتی افراد، یک هیجان خیلی منفی را تجربه می‌کنند،

۱- consensual definition
 ۲- Klenginna
 ۳- subjective
 ۴-affective