تشرح نظرية دولارد وميلر عملية التعلم عبر أربع مراحل: المحفز، الإشارة، الاستجابة، والتعزيز، كما تصنف الصراعات النفسية (كصراع الاقتراب–الاقتراب) موضحة تأثيرها وآليات الدفاع كالإسقاط. تُطبق هذه النظرية في العلاج النفسي عبر استبدال السلوكيات غير التكيفية بأخرى تكيفية، باستخدام تقنيات كالإرتباط الحر، وذلك بخلق بيئة داعمة لتعلم سلوكيات جديدة. أما في التعليم، فتؤكد النظرية على الفردية في الإرشاد، وتركيز الجهود على استكشاف صعوبات الفرد، وتوضيح قيمه، وتعزيز التغيرات الإيجابية. مع أهمية رؤيتها لتأثير الطفولة المبكرة، إلا أنها واجهت انتقادات لنقص التحقق التجريبي، ولتركيزها الضيق على تقليل التوتر فقط دون مراعاة العوامل الأخرى المؤثرة على السلوك.

Summarized by © lakhasly.com