الفصل الأول

**مقدمة في موضوع علم النفس**

* ما هو علم النفس؟
* أساليب فهم السلوك.
* خصائص الدراسة العلمية للسلوك.
* أهداف علم النفس
* خصائص علم النفس الحديث
* ميادين وفروع علم النفس
* أهمية علم النفس

ما هو علم النفس؟

عرف علم النفس باشكال مختلفة ونجد تعريفات متعددة بتعدد المصادر المعتمدة والخلفية النظرية لها , ومن هذه التعريفات :

* هو علم دراسة السلوك.
* هو الدراسة العلمية للسلوك.
* هو الدراسة العلمية للسلوك الانساني والحيواني.
* هو علم العمليات العقلية والسلوك.
* هو الدراسة العلمية للسلوك والعمليات العقلية.
* هو الدراسة العلمية للسلوك الظاهر والعمليات العقليات الداخلية.
* هو العلم الذي يبحث في مختلف اوجه نشاط الفرد وهو يتفاعل مع البيئة يكيفها ويتكيف معها .
* هو العلم الذي يبحث في الذات كما تكشف عن نفسها في الأداء والعمل والنشاط.

ومن تحليل نماذج التعريفات أعلاه نلاحظ ما ياتي :

1. علم النفس هو دراسة علمية للظواهر التي تقع ضمن اختصاصه.
2. وهو يدرس السلوك بمختلف تجلياته.
3. والسلوك مفهوم عام ويمكن ان يصنف الى أشكال او أنماط مختلفة (ظاهري او داخلي / بسيط الى معقد / إرادي ولا إرادي / مكتسب وموروث / سوي ولا سوي ).
4. تمثل الشخصية بشكل عام والذات بشكل خاص جوهر السلوك الإنساني.

ويعرف السلوك بوصفه موضوع الاهتمام الأساسي في علم النفس بأنه :كل ما يصدر عن الفرد من استجابات نتيجة تعرضه لمنبهات مختلفة .

ويراد بالاستجابة :كل نشاط ناجم عن مثير او منبه وهي على انواع :حركية / لفظية / فسيولوجية / انفعالية / معرفية /او الكف عن نشاط معين .

اما المنبه او المثير فهو اي عامل داخلي او خارجي يثير نشاط الكائن الحي او يثير عضو من أعضائه او يغير هذا النشاط او يكفه , وهو على أنواع :

اولا: منبهات خارجية وتقسم الى فئتين :

 01: منبهات طبيعية (فيزيقية) :مثل الأصوات او الروائح او الحرارة او الضوء...

 02: منبهات اجتماعية مثل رؤية صديق او صوت استغاثة او سماع محاضرة.

ثانيا : منبهات داخلية :وتقسم الى :

 01: منبهات فسيولوجية :مثل الشعور بالجوع او الصداع او الغثيان ..

 02 : منبهات نفسية : مثل الأفكار او المعتقدات او الأوهام .

ويتصف السلوك بالخصائص الآتية :

* انه نشاط كلي : فالإنسان يستجيب ككل للمنبهات التي تستثير سلوكه ولكن يغلب على هذه الاستجابة نمط محدد دون سواه دون ان يغيب الأنماط الأخرى,فالعداء الرياضي يغلب عليه الأداء الحركي العضلي دون ان يقتصر عليه فقط (فهو يقارن سرعته بسرعات العدائين الآخرين ليقرر السرعة المناسبة (سلوك عقلي )وهو يفرح ان كان متقدما على بقية العدائين ويتوتر ان كان متخلفا عنهم (سلوك انفعالي)..
* وهو نشاط غائي..فالسلوك يهدف دائما الى تحقيق غايات وأهداف محددة وان كان بعضها غير واضح او لاشعوري.
* وهو أداة تكيف الإنسان مع البيئة .. فالحياة منذ الميلاد والى الممات هي محاولات مستمرة للتوافق مع البيئة والتغلب على الصعوبات الحياتية التي تعترض الإنسان مثل الصعوبات الصحية والتحصيلية والمادية والاجتماعية ..الخ.
* وهو يتألف من المكونات الآتية :

 1.المكون العقلي (المعرفي) ويتمثل بكل الفعاليات او الوظائف العقلية للإنسان.

 2. المكون السلوكي (الحركي) ويتمثل بكافة أشكال السلوك الحركي الملاحظ .

 3. المكون الانفعالي (الوجداني) ويتمثل بكافة أشكال الانفعالات التي يصدرها الفرد

 منفردة او مصاحبة للمكونين العقلي او السلوكي.

أساليب فهم السلوك:

هناك أسلوبان لفهم السلوك الأول هو أسلوب الفهم العام (الشعبي او اللاعلمي) والآخر هو الأسلوب العلمي المعتمد في علم النفس,ويختلف الأسلوبان في المؤشرات الآتية:

اولا : قصدية المعرفة : لكل بحث او دراسة علمية قصد محدد وغاية معلنة محددة سلفا من قبل الباحث ,ويتوفر الأسلوب العلمي على مثل هذه القصدية وتتضمن أبحاث علم النفس هدفا او أهدافا يطمح الباحث الى تحقيقها ,فيما يفتقد الأسلوب الآخر (اللاعلمي) لمثل هذه القصدية في تعامله مع الظواهر السلوكية والنفسية.

ثانيا : توفير قاعدة بيانات دقيقة : يساعد البحث العلمي على توفير قاعدة بيانات دقيقة ومحل ثقة الباحثين الآخرين والمستفيدين من نتائج الأبحاث النفسية او السلوكية ,ولا تتوفر مثل هذه القاعدة المعرفية الرصينة في الأسلوب اللاعلمي .وما يتوفر لديه هو مجموعة من البيانات غير الدقيقة وغير المنسجمة مع بعضها بما يجعل الفائدة المتوخاة منها قليلة.

ثالثا : الأسلوب العلمي المعتمد في الدراسات النفسية والسلوكية يتصف بالموضوعية والحيادية والمهنية على عكس سمات الذاتية والتحيز واللامهنية السائدة في الأسلوب اللاعلمي .

رابعا : يساعد الأسلوب العلمي في تحقيق أهداف البحث العلمي (الوصف ,التفسير والتنبؤ ,السيطرة )ويفشل الأسلوب اللاعلمي في تحقيق مثل هذه الأهداف.

محددات السلوك:

يخضع السلوك الإنساني بوجه خاص الى تأثير العديد من العوامل ليتشكل في النهاية بمواصفات محددة , وهذه العوامل هي :

* الوراثة : نحن نرث من الآباء والأجداد من قبلهم عددا من الخصائص الجسمية والعقلية والتي يكون بعضها ظاهرا للعيان (خصائص متغلبة)فيما بعضها الآخر غير واضح (خصائص متنحية )..والوراثة مسؤولة بشكل كبير عن أحوالنا الصحية والبدنية والعقلية.
* البيئة :وتشمل جميع العوامل التي تحيط بالفرد وتؤثر في حالته الوراثية ,وتصنف البيئة بأشكال مختلفة : بيئات طبيعية ,بيئات اجتماعية ,وبيئات مشيدة (صناعية).او تصنف الى بيئة ما قبل الولادة ,وبيئة أثناء الولادة ,وبيئة ما بعد الولادة.

والوراثة والبيئة يعملان كوجهي العملة الواحدة في تأثيرهما على السلوك والإنسان اذ لا يمكن الفصل بينهما وهما يتفاعلان معا في التأثير على مختلف أوجه نشاط الفرد وفعالياته خلال عملية نموه وارتقائه .

* العقل والجسم : الإنسان وحدة عقلية وجسمية واحدة ولا معنى لاي كلام عن الفصل بين الاثنين ..ففي حالة انفعال الفرح يشعر الفرد بالحبور والمرح والسعادة وجمال الحياة وبهجة الدنيا (وهي مشاعر عقلية) يصاحبها سرعة خفقان القلب وتسارع التنفس وزيادة ضربات القلب وهذه عمليات جسمية , كل هذا يدلل على اتحاد العقل والجسم او النفس والجسم.
* الخبرات السيكولوجية المتراكمة (التعلم):يحتاج الإنسان في حياته الى مهارات ومعارف مختلفة ومتنوعة تعينه في عملية العيش المناسب في بيئة معقدة ومتغيرة , ويتيح التعلم توفير مثل هذه المهارات والمعارف لينتقل الفرد من كونه طفلا عديم الخبرة والتجربة الى راشد على قدر كبير من المعارف والمهارات التي تتيح له إمكانية ممارسة أنشطة وفعاليات متعددة ومختلفة ومتباينة في صعوبتها وأهدافها وموضوعاتها.إن حجر الزاوية في عملية الانتقال هذه هي عملية التعلم ..والذي يراد به (اي تغير في السلوك ناجم عن الخبرة ويتصف بالديمومة النسبية).

خصائص الدراسة العلمية للسلوك :

لعل أهم خصائص علم النفس بوصفه الدراسة العلمية للسلوك هي :

* الموضوعية : ومعناها ان تكون الأحكام العلمية او القوانين العلمية التي يتوصل لها الباحث النفسي في دراساته وأبحاثه المختلفة بعيدة عن الهوى والميل الذاتي والأحكام الشخصية , وهذه الخاصية تمكن الباحث من رصد وتشخيص الظاهرة النفسية وتقييمها وتقويمها كما هي فعلا وليس كما يتمنى او يرغب هو.
* القياس النفسي : وهو التقدير الكمي للظواهر النفسية (العقلية والسلوكية)التي ندرسها ومنحها مقادير رقمية , ولا علم للسلوك من دون اعتماد القياسات ولغة الأرقام , ولولا اعتماد علماء النفس على اللغة العلمية (الرقمية / الإحصائية ) لما وصل علم النفس الى ما هو عليه حاليا.
* التراكم المعرفي : الباحث في علم النفس وفي العلوم الأخرى أيضا يبدأ عمله العلمي من حيث انتهى الآخرون , ولا يمكن له ان يبدأ من الصفر ..وأتاحت أبحاث العلماء في هذا الاختصاص توفير قدر كبير من البيانات عن مختلف موضوعات علم النفس ساعدت على توفير فهم أفضل للإنسان وأحواله المختلفة في الصحة والمرض ,والعمل والتعلم ,والإبداع والعلاقات الاجتماعية.
* الجوانب النظرية والتطبيقية : يمكن تصنيف فروع علم النفس الى طائفتين واسعتين :الفروع النظرية والفروع التطبيقية,تهتم الأولى بإضافة المعرفة الى ميدان علم النفس وتطوير النظريات والتعرف على العوامل المختلفة المؤثرة في السلوك وتهدف الثانية الى حل المشكلات السلوكية للإنسان في حقول الدراسة والعمل والعلاقات الإنسانية لجعل حياته اكثر صحة وسعادة وفاعلية.

أهداف علم النفس (أهداف البحث العلمي في علم النفس )

تسعى جميع العلوم ومنها علم النفس لتحقيق او بلوغ الأهداف الآتية :

أولا: الوصف .وهو الإجابة على سؤال :ماذا؟

هو وضع إطار معرفي متماسك من الحقائق والمعلومات عن الظاهرة المبحوثة وتحديد أبعادها والسلوكيات الدالة عليها , ويعتمد الوصف على الملاحظة المباشرة كلما امكن ذلك وعلى الملاحظة غير المباشرة عن طريق الاستبيانات والمقابلات لجمع بيانات عن خبرات سابقة او أحوال خاصة لا يمكن تغطيتها بأسلوب الملاحظة المباشرة.

ثانيا : التفسير .وهو الإجابة على سؤال : لماذا؟

التفسير هو محاولة فهم الظاهرة المبحوثة , ولماذا هي بهذه الصورة وبهذه المواصفات .ويفسر الباحث الظاهرة بوضع فرضية او فرضيات واختبارها .والفرضية هي محاولة مبدئية لتفسير الظاهرة او هي إجابة مقترحة لسؤال لماذا؟.والتفسير قد يبحث في العلاقة الارتباطية بين الظاهرة المبحوثة وظواهر أخرى ,او يبحث في العلاقة السببية بينهما.

ثالثا : التنبؤ .وهو الإجابة على سؤال : متى ؟

التنبؤ هو إمكانية تكرار سلوك الظاهرة المبحوثة في مواقف أخرى مشابهة لتلك التي نشأ فيها أصلا , والتنبؤ في العلوم الطبيعية أكثر دقة منه في العلوم الإنسانية .

رابعا: السيطرة او الضبط .وهو الإجابة على سؤال كيف نفيد من الظاهرة المبحوثة؟

السيطرة او الضبط او التحكم هو تطبيق لنتائج الأبحاث والمعلومات الناجمة عنها في مواقف سلوكية محددة بما يضمن تعديل السلوك في الاتجاه الذي يرغبه الباحث ,وتبدو العلوم الإنسانية متخلفة بعض الشيء عن نظيرتها الطبيعية في الإمكانيات التطبيقية لها وفي الارتقاء بالخدمات المقدمة للإنسان.

خصائص علم النفس الحديث

يتصف علم النفس الحديث بمجموعة من الصفات او الخصائص لعل أهمها :

* ان مجال تخصصه هو السلوك والسلوك الإنساني على وجه الدقة ,مع إمكانية دراسة السلوك الحيواني لتوفير فهم أفضل للإنسان .
* يسعى لانجاز أهداف البحث العلمي الأربعة (الوصف , التفسير, التنبؤ , الضبط ).
* تهيمن عليه الآن المدارس او الاتجاهات الفكرية الآتية (التحليل النفسي . السلوكية . الإنسانية . المعرفية ).
* من المدارس الفكرية المبكرة فيه : البنيوية . الوظيفية . الجشتالت .
* هو علم حديث نسبيا ( تأسيسه العلمي الأول او تاريخ ميلاده بين العلوم هو عام 1879 م ) الا انه موضوع معرفي موغل في القدم .
* المتخصص في علم النفس يختلف عن الأطباء النفسيين وعن المحللين النفسانيين وان كان يشترك معهم في ممارسة بعض الأدوار المهنية والعلمية.
* وهو علم يفيد مما توصلت له العلوم الأخرى وبخاصة :علم حياة الإنسان / علم الوراثة / علم الأعصاب / الطب النفسي / علم الاجتماع .
* وهو يستخدم المنهج العلمي ويتجنب الملاحظة العابرة والتأمل .
* ويهتم بالجوانب النظرية فضلا عن اهتمامه بالجوانب التطبيقية وهو ما يجعله يصنف الى فروع نظرية وأخرى تطبيقية .
* وهو لا يبحث في ميدان الأرواح او ماهية النفس ونشأتها ومصيرها والذي هو من اختصاص الفلسفة والدين.
* كما انه لا يتعرف على الأخلاق من خلال الخصائص البدنية او سيماء الوجه ولون العيون والذي هو من اختصاص (الفراسة).

 ميادين وفروع علم النفس

أسهم البحث العلمي المتزايد في شتى حقول الحياة ذات الصلة بالسلوك والموضوعات النفسية المختلفة الى ضرورة ان يتفرع علم النفس الى فروع متعددة ومتخصصة بما يناسب مجالات الحياة المختلفة عند الأفراد والجماعات ونظرا للتراث العلمي النفسي الضخم ظهر ميدانان رئيسيان وفي كل منهما عدد من الفروع المتخصصة وكما يأتي:

**أولا : ميدان الفروع النظرية** :والهدف الأساس لها هو إضافة المعرفة والكشف عن القوانين العامة للسلوك كل في مجال تخصصها وكما يأتي :

* علم النفس العام : ويهتم بالمظاهر الأساسية للسلوك والعمليات العامة التي تؤثر في سلوك الفرد ,وهو يهدف الى الوصول الى القوانين العامة التي لا تتأثر بفروق التنشئة الاجتماعية كما في حالة القوانين العامة للإدراك والتعلم والتذكر والدافعية والانفعال والشخصية ...والتي تصدق على جميع البشر بصرف النظر عن البيئة التي يعيشون فيها .
* علم النفس التكويني (الارتقائي / ألنمائي ) : ويهتم بالتعرف على القوانين العامة للنمو في مختلف أشكاله (البدني / العقلي / الانفعالي / الاجتماعي / اللغوي ...)وللمراحل النمائية كافة (الطفولة / المراهقة / الشباب / الرشد / الشيخوخة)وهو يبحث كذلك في العوامل الوراثية والبيئية المؤثرة بعمليات النمو المختلفة.
* علم النفس الفسيولوجي :ويهتم بالعوامل والمحددات الفسيولوجية والبيولوجية للسلوك الإنساني مثل الجهاز العصبي والجهاز الغدي ومسؤوليتها في حالات الصحة والمرض وبعض الأنواع المحددة من الأمراض النفسية الجسمية ( السيكوماتيك).
* علم النفس الاجتماعي: ويهتم بدراسة التفاعل الاجتماعي بين الفرد والمجتمع او بين جماعة وأخرى والعوامل المؤثرة فيه.ومن موضوعاته :القيادة وأنماطها ,الرأي العام ,الاتجاهات النفسية,التعصب...
* علم النفس المرضي : ويهتم بدراسة الأمراض النفسية والعقلية من ناحية التصنيف و الأسباب وأساليب العلاج المناسبة والوقاية منها والأعراض الدالة عليها .
* علم النفس المقارن : ويبحث في الخصائص المميزة للأنماط السلوكية للكائنات الحية المختلفة ومقارنتها بالسلوك الإنساني فضلا عن السعي للتعرف على ما هو مشترك وما هو مختلف بين نوع حيواني وآخر في مجال السلوك والسمات او الخصائص ..
* علم النفس الفارق : ويبحث الفروق الفردية بين الأفراد في المجتمع الواحد وبين الجماعات المتعددة وهو يدرس أنواع الفروق ومداها وانتشارها مستعينا بالإحصاء والقياس النفسي .
* علم النفس التربوي : ويهتم علماءه بدراسة التعليم والدوافع والموضوعات الأخرى ذات العلاقة بالعملية التعليمية فضلا عن وضع النظريات الخاصة بهذا الميدان.
* علم النفس المعرفي : ويدرس العمليات المعرفية (اللغة ,الذاكرة,الإدراك,الانتباه.....)والعوامل المؤثرة فيها ووسائل تنميتها.
* علم النفس التجريبي : ويهتم باختبار الفرضيات والتحقق من البيانات باعتماد التجارب النفسية داخل المختبر او خارجه للتوصل الى نتائج دقيقة وسببية يمكن الركون اليها.
* علم نفس الشخصية : ويهتم بصياغة القوانين الرئيسية للسلوك بوصفه متأثرا بسمات الشخصية والدوافع الخاصة للإفراد واستعداداتهم المزاجية وأساليبهم في المعرفة والتفكير.

**ثانيا" : ميدان الفروع التطبيقية** : ويتألف من الفروع التي يعمل العلماء والباحثون فيها على الاستفادة من نتائج الأبحاث والدراسات في الميدان الأول (الفروع النظرية)وتحويلها إلى تطبيقات وبرامج تدريبية وعلاجات ووسائل ومخترعات لتحسين الحياة الإنسانية وحل مشكلاتها المختلفة وتيسير الصعوبات التي تعترض الإنسان.ومن هذه الفروع :

* علم النفس الصناعي : ويهتم بتطبيق قوانين علم النفس الأساسية في ميدان الصناعة بهدف رفع الكفاية الإنتاجية للعامل من خلال عمليات الاختيار والتوجيه المهني وتدريب العمال وتهيئة أجواء العمل المناسبة واستخدام أنظمة الحوافز المناسبة ورفع الروح المعنوية للعمال وحل مشكلات العمل وحوادثه.والتأهيل المهني للمعاقين.
* علم النفس الهندسي : ويهتم بإيجاد أفضل سبل التوافق بين الإنسان والآلة .وهو يتطلب التعاون بين علماء النفس والمهندسين .
* علم النفس الإداري : ويهتم بتطبيق مبادئ علم النفس في مجال العلاقات الإنسانية داخل المنظمات (المؤسسات التعليمية ,الصحية, الاجتماعية,الثقافية,الإعلامية ..) ويهتم كذلك بإدارة تلك المنظمات وأساليبها ,فضلا عن الاهتمام بالسلوك الجمعي داخل تلك المنظمات وسبل توجيهه الوجهة المناسبة.
* علم النفس التجاري : ويهتم بالسلوك الاستهلاكي للأفراد وحاجاتهم واتجاهاتهم واهتماماتهم بالسلع والخدمات التجارية المقدمة لهم ومن وسائل هذا الفرع :الإعلانات التجارية .
* علم النفس العسكري : ويستفيد هذا الميدان من مبادئ علم النفس وقوانينه ويطبقها في مجال القوات المسلحة من ناحية توزيع الجنود على الأصناف العسكرية المختلفة بما يناسب قدراتهم ومؤهلاتهم ,كما يهتم بتحسين برامج التدريب العسكري والموائمة بين الجندي وظروف القتال.وهو يهتم كذلك برفع الروح المعنوية للجنود والقادة والحرب النفسية وأساليب تدريب القادة والتعامل مع الإصابات النفسية الناجمة عن المعارك ..
* علم النفس الجنائي :ويهتم بأنواع الجرائم وأسبابها الفردية والاجتماعية وشخصية المجرم وحالته النفسية والعقلية ودوافع ارتكابه للجريمة..واقتراح السبل المناسبة للتعامل مع الحالات الإجرامية وسبل الوقاية منها.
* الإرشاد النفسي : ويهدف لمساعدة الأفراد العاديين في مواجهة مشكلات سوء التوافق التي تعترض حياتهم مثل مشكلات المهنة والدراسة والعلاقات الزوجية والإنسانية .
* علم النفس البيئي : ويهتم بتفهم العلاقة القائمة بين الإنسان وبيئته (المنزل, المدرسة,مكتب العمل,المتجر.....) والعمل على حل المشكلات القائمة في هذا الميدان .
* علم النفس الأسري : ويهتم بالوقاية من الصراعات الأسرية وتطوير برامج علاج المشكلات الأسرية.
* علم النفس الإكلينيكي : ويهتم بتطبيقات علم النفس الأكاديمي في مجال اضطرابات السلوك تشخيصا وعلاجا .
* القياس النفسي : ويوظف الاختبارات والمقاييس النفسية لتشخيص الأحوال السوية وغير السوية للأفراد والجماعات المبحوثة .(داود: دت)(الريماوي 2008)(غباري وآخرون 2008).(إبراهيم 1985).

أهمية علم النفس

تبدوا أهمية علم النفس من طبيعة المهام الملقاة على عاتق علماء النفس ومن ذلك :

1. يهتم علماء النفس بفهم لماذا وكيف تتصرف الكائنات الحية ومنها الإنسان.
2. وهم يهتمون بمعرفة كيف تنمو وتتغير الكائنات الحية ,فمع النمو يتغير الإنسان :نفسيا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا ولغويا وبدنيا وصحيا .
3. ويهتمون كذلك بكيفية تعلم الكائنات الحية وأسباب اختلاف أفراد النوع الواحد عن بعضهم (الفروق الفردية ).
4. وهم يهتمون أيضا بالعوامل التي تسبب وقوع الإنسان في المشكلات وتحوله إلى شخص مضطرب .
5. كما أنهم يهتمون بالطرق والأساليب التي تساعد الإنسان في التغلب على مشكلاته النفسية (العلاج النفسي) ومنعه من الوقوع فيها (الوقاية منها ).

ان مهام وواجبا اختصاصي علم النفس أوسع من مهام وواجبات الطبيب النفسي (الذي يهتم بتقديم الفهم والرعاية للمرضى نفسيا وعقليا) اذ تتراوح من الدراسة المختبرية للسلوك البسيط للحيوانات الى دراسة السلوك المعقد للإنسان في تفاعلاته الواقعية وبيئته الاجتماعية.