**محاضرات الاسبوع الاول**

الفصل الأول

**مدخل الى علم النفس**

* ما هو علم النفس؟
* 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 مكونات ثلاثة :العقلي , السلوكي والانفعالي :

 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.

**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).

محاضرات الاسبوع الثاني

**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 ( النظرية) بإضافة المعرفة الى ميدان علم النفس وتطوير النظريات والتعرف على العوامل المختلفة المؤثرة في السلوك ... وتهدف الثانية ( التطبيقية) الى حل المشكلات السلوكية للإنسان في حقول الدراسة والعمل والعلاقات الإنسانية لجعل حياته اكثر صحة وسعادة وفاعلية.

**أهداف علم النفس**

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

أولا: الوصف .وهو الإجابة على سؤال :ماذا؟

ويتمثل الوصف في 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 توقع 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).

**مراحل التطور التاريخي لعلم النفس**

 مر **مصطلح** **علم النفس** **psychology** بتطورات متعددة من ناحية طبيعة استخدامه ومضمونه الدلالي وبما يعكس مستوى التطور العلمي والفهم السائد له في الحقب التاريخية المختلفة , ويمكن ايجاز تطور المصطلح عبر التاريخ كما ياتي :

01 **مرحلة الأفكار البدائية** : و التي طبعت حياة الإنسان القديم ويشير المصطلح خلالها الى الاهتمام ب**الروح** التي تهب الإنسان الحياة والنشاط والفاعلية .

02 **المرحلة المبكرة من الفلسفة** وبخاصة في اليونان ويبرز هنا دراسة أرسطو **للعقل** وأهميته في عملية الإدراك الحسي .

**03 مرحلة عصر النهضة** : واهتمت الفلسفة خلالها على يد الفيلسوف الفرنسي ديكارت بدراسة **الشعور** باستخدام الاستبطان أسلوبا للبحث فيه .

**04 المرحلة التحليلية** : وهيمنت فيها دراسة **اللاشعور** على يد فرويد باستخدام آليات التحليل النفسي المختلفة.

**05 المرحلة السلوكية** : وفيها سادت الطريقة العلمية الموضوعية في دراسة **السلوك** وأصبح **السلوك** هو موضوع الاهتمام الاساسي لعلم النفس .

وإذا انتقلنا لطبيعة **التطورات** و**المراحل** التي مر بها **علم النفس ذاته** ( وليس المصطلح ) فبالإمكان تأشير المراحل المهمة الآتية :

**أولا : مرحلة التأثير الفلسفي** :

 وكانت مرحلة فلسفية تأملية الى حد بعيد , وفي هذه المرحلة التأملية ارتبط نمو علم النفس بالفلسفة بفضل المدرسة الفلسفية اليونانية التي مثلها كل : سقراط , أفلاطون , وأرسطو..والى هذه المدرسة يعزى الفضل في ابتكار مفهوم النفس Psyche لوصف الجوانب اللابدنية من السلوك البشري المتمثل بالعقل او الروح , ويعتبر أرسطو تحديدا هو الأب الفلسفي لعلم النفس وأول من ابتكر مفهوم علم النفس PSYCHOLOGY كمفهوم يدرس الروح Soul .

من جهة أخرى فان الفلسفة اليونانية عوقت من نمو المعرفة العلمية والتجريبية للسلوك الإنساني وعطلت ظهور التيار العلمي التجريبي في العلم الطبيعي والإنساني بوجه عام بسبب تغليب هذه المدرسة للتأمل على التجريب , والمثاليات على الواقع , والمجردات على الوقائع ..وهو ما يفسر تطور المعارف المتعلقة بالرياضيات وبخاصة الهندسة خلال تلك المدة.

وورث العلماء المسلمين التراث التأملي الفلسفي من اليونانيين وادمجوه في كتاباتهم الدينية والأخلاقية ,وظهرت حينها أمثلة مشرقة من الفلاسفة المسلمين حاولوا فهم المشكلات السلوكية بطريقة علمية دلت على فهم واحترام للروح العلمية ومن شواهد ذلك :

* كتاب في الملاخوليا لأحمد ابن أبي الأشعث.
* مقال في مرض المرقية او توهم المرض لسعيد ابن ابي بشر .
* مقال في فقدان الذاكرة لابي جعفر الجزار.

ولابن سينا لمحات ذكية ومحاولات جادة للخروج من الإطار التأملي الفلسفي إلى مجال الممارسة والإبداع في علاج بعض الأمراض النفسية والعقلية بما يجعله من الأطباء النفسيين الأوائل في تاريخ المعرفة البشرية.

**المرحلة الثانية : مرحلة تأثير علم وظائف الأعضاء والطب التجريبي :**

وتمثلت بانفكاك علم النفس عن الفلسفة واللاهوت وارتباطه بدراسات وظائف الأعضاء والطب التجريبي منذ منتصف القرن الثامن عشر , وهي مرحلة تقوم بشكل كبير على المنهج التجريبي وبخاصة في موضوعات الإحساس والإدراك وقدمت في هذه المرحلة دراسات نفسية مهمة منها

* دراسات الإحساس أللمسي لفيبر .
* كتاب أسس علم النفس الفسيولوجي لدراسة التفكير او العقل لوليم فوند.

وساعدت هذه المرحلة على زيادة رصيدنا من المعرفة العلمية بالطبيعة البيولوجية للإنسان وبالعلاقة الوثيقة بين العمليات العضوية والعقلية والتفاعل بين الجسم والنفس.الا ان من عيوب هذه المرحلة التأكيد على عضوية او فسيولوجيا علم النفس وعزو العمليات النفسية الى العوامل العضوية والفسلجية مما خلق اتجاها مضادا لدى علماء النفس ساعد على بلورة استقلال علم النفس منهجا وموضوعا.

**المرحلة الثالثة : مرحلة الاستقلال العلمي** :

وفيها استقل علم النفس في المنهج والموضوع ,وبدأ الباحثون يبتكرون مناهج علمية وأساليب بحث جديدة فضلا عن بلورة بعض الموضوعات المتنوعة والمعقدة في ميدان علم النفس , ولعل من أهم الأحداث التي طبعت هذه المرحلة :

* تأسيس أول معمل (مختبر) لعلم النفس في ألمانيا عام 1879م على يد وليم فوند.
* إصدار وليم فوند لأول مجلة متخصصة بالدراسات التجربيبة في علم النفس تحت مسمى (دراسات فلسفية ) عام 1880م.
* إصدار عالم النفس الأميركي ستانلي هول للمجلة الأميركية لعلم النفس عام 1887م.
* تعيين جامعة بنسلفانيا ل(جيمس ماكين كاتيل ) كأستاذ لعلم النفس عام 1888وهو أول منصب للأستاذية في علم النفس في العالم وكان عالم النفس يعين قبلها في أقسام الفلسفة.
* وخلال المدة 1880 – 1895 م وفي أميركا وحدها حصل ما يأتي :
* تأسيس 24 مختبر نفسي .
* إصدار ثلاث مجلات لعلم النفس .
* إنشاء الرابطة الأميركية لعلم النفس APA .
* تحديد وليم مكدوجل لعلم النفس بانه علم السلوك.

وهكذا مع مطلع القرن العشرين نجح علم النفس في ان يحقق استقلاله عن الفلسفة ويطور معامله التي استخدم فيها الطرق العلمية ويشكل تنظيمه الأكاديمي ويحدد أدواته وطرق بحثه ويعطي لنفسه تعريفا رسميا كعلم هو علم السلوك .وخلال المدة اللاحقة وبسبب من التوسع في الدراسات النفسية وتاسيس اقسام علم النفس في مختلف الجامعات في العالم وخاصة في الدول المتقدمة وتوسع النشر العلمي في المجلات النفسية المتخصصة وعقد مئات المؤتمرات العلمية التخصصية في علم النفس , لكل هذه العوامل ظهرت الكثير من فروع علم النفس التي يمكن دمجها في ميدانين رئيسيين هما ميدان الفروع **النظرية** وميدان لفروع **التطبيقية** .

محاضرات الاسبوع الثالث

 **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 بدراسة سمات 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 وواجبات **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.

**علاقة علم النفس بالعلوم الاخرى:**

يرتبط كل علم بغيره من العلوم ارتباطا شديدا إذ ليس هناك ظاهرة في الكون الا ولها علاقة قريبه آو بعيدة بظواهر الكون الأخرى وهكذا الحال بالنسبة لعلم النفس والظواهر السلوكية الإنسانية التي يدرسها وهو ما يبدو في علاقته بالعلوم الاتية :

* علاقة علم النفس بعلم الحياة :

يرتبط علم النفس بالعلوم الحياتية البيولوجية ارتباطا وثيقا ويستفيد منها استفادة كبيرة فنظرية التطور فتحت الباب على مصراعيه لعلم النفس كي يدرس التطور في التكوين العقلي للكائنات الحية المختلفة والتشريح وعلم وظائف الأعضاء مما سهل عليه عمل الكثير من الملاحظات والاستنتاجات إضافة إلى ذلك فان هناك أكثر من علاقة تربط اهتمامات كلا العلمين فعلم الوظائف وعلم النفس يختص كلاهما بالتركيبات مثل الجهاز العصبي والعضلات والغدد وكذلك بالوظائف مثل القدرات الحسية والحركات العضلية للكائنات الحية ولذلك يعتمد علم النفس على الاجنة وعلم التناسليات في فهم الدور الذي تلعبه الوراثة في نضج الفرد ونموه ان أكثر الوظائف الفسيولوجية ارتباطا بالوظائف النفسية هي( الوظيفة العصيبة )التي تنسق وظائف الكائن الحي وتحقق تكامله. ان امتلة كثيرة من الحياة تبرهن على الصلة بين علم النفس وعلم الحياة فالانفعال مثلا حالة نفسية مصحوبة باضطراب عضوي في الجهاز العصبي والغدي والدموي والعضلي وغير ذلك وان دراسة هذه الاضطرابات وقياسها وتفسيرها كلها أمور تتناولها علوم الحياة لان سلوكنا الذي يتناوله علم النفس في الدراسة والتحليل بتوقف إلى حد كبير على تكويننا النفسي والعصبي والغدى وعلى ما ورثناه من استعدادات فطرية.وساعدت العلاقة القائمة بين الاختصاصين في نشاة فرع متخصص في علم النفس هو **علم النفس الفسيولوجي** الذي يهتم بدراسة الاسس الفسيولوجية والبيولوجية للسلوك .

* علاقة علم النفس بعلم الاجتماع:

قد يتصور البعض أن علم الاجتماع يهتم بدراسة الجماعة بينما يهتم علم النفس بدراسة الفرد، غير أن هذا الاتجاه لا يقرر الحقيقة كاملة، فالجماعة ما هي إلا عدد أقل أو أكثر من الأفراد و الجماعات لا تفكر أو تشعر أو تصرف إلا في أسلوب مجازي، إذ أن التفكير و السلوك لا يصدران إلا عن الأفراد، كما أن الإنسان الفرد ليس له وجود و الحياة الإنسانية لا يمكن أن تتحقق إلا في وسط جمعي. هذا و يظهر التداخل بين كل من علم الاجتماع و علم النفس و يظهر بوضوح في فرع **علم النفس الاجتماعي** الذي يقع على الحدود بين العلمين.
و الواقع أن كلا من العلمين يتبنى وجهات نظر مختلفة، فعلم النفس يعنى بدراسة حاجات الفرد و قدراته و تنظيمها في محيط شخصيته و يبحث في مصدر الدوافع الفردية في نطاق التكوين الشخصي، بينما يهتم علم الاجتماع بالطريقة التي تقوم على أساسها علاقة كل فرد بغيره من الأفراد في محيط الجماعة، و يبحث عن مصادر الدوافع البشرية في نطاق الأفكار و القيم التي يتعلمها الفرد من مجتمعه، بينما يهتم علم النفس بالسلوك الفردي يهتم علم الاجتماع بالتفاعل الذي يحدث بين أكثر من شخص و تأثير سلوك كل شخص في سلوك الآخر. و رغم الاختلافات الواضحة بين كل من العلمين فهما يلتقيان في الاهتمام بموضوعات متقاربة كثيرة كدراسة جناح الأحداث و الانتحار مثلا بغرض الوقوف على الأسباب و الدوافع التي تؤدي إلى هذا السلوك، غير أن علماء الاجتماع حينما يدرسون هذه الأمور لا يهتمون بالديناميات النفسية إنما يقصرون اهتمامهم على دراسة الموقف الاجتماعي الذي يحدث فيه السلوك، أي أنهم يهتمون بدراسة الجماعة لأنها هي التي تؤثر في سلوك الأفراد. و قد قامت فروع كثيرة من الدراسات النفسية المعنية بدراسة الشخصية الفردية المتأثرة بظروف البيئة و ظواهر الاجتماع و منها – كما سبق أن ذكرنا ـ علم النفس الاجتماعي.

 وهكذا يتضح ان لعلم النفس صلة وتقية بعلم الحياة وعلم الاجتماع فتتلاقى التيارات الثلاثة العوامل الحياتيه و الاجتماعية والنفسية فيتحقق تفسير السلوك من حيث هو وحدة متكاملة لا تتجزأ من حيث ان الإنسان كائن حي يعيش في مجتمع فلا بد لفهم سلوكه وتفسيره من معرفة شروطه العضوية وشروطه الاجتماعية.

محاضرات الاسبوع الرابع

الفصل الثاني

**مدارس علم النفس**

**أولا : الاتجاه التحليلي النفسي** : الذي أسسه الطبيب النفسي النمساوي المعروف سيجموند فرويد Freud وكان لجهوده وجهود يونج Jung وادلر Adler وآخرون الفضل في اكتشاف ان ما يحكم السلوك الظاهري للفرد هو دوافعه اللاشعورية وهي قوى داخلية لا منطقية وغرائز بدائية ( جنسية وعدوانية على وجه التحديد) تساهم في توجيه السلوك البشري والشخصية الإنسانية .ولان هذه الدوافع لا شعورية ومكبوتة منذ الصغر فانه لا يمكن الاطلاع عليها الا من خلال أحلام الفرد وتخيلاته الفردية والأخطاء اللا مقصودة فضلا عن الكشف عنها بمنهج التداعي الحر الذي يساعد على العودة بالشخص الى المراحل المبكرة من الطفولة حيث يمكن للفرد ان يطلع على الأسباب الدفينة والقديمة التي تجعله يتصرف على هذا النحو او ذاك في الصحة او المرض.

وعلى الرغم من اتفاق علماء التحليل النفسي على ان مصادر السلوك والشخصية هي لا شعورية وان خبرات الطفولة تلعب دورا حاسما في تشكيل الشخصية فيما بعد , فانهم اختلفوا اختلافات شاسعة أثارت فيما بينهم كثيرا من المشاحنات والخصومات (الفكرية) الى حد استقلال معظمهم عن فرويد وتأسيس توجهات نظرية مستقلة عنه (علم النفس التحليلي . علم النفس الفردي .النظرية النفسية الاجتماعية .النظرية النفسية الاجتماعية التاريخية . التحليل النفسي الجديد ......)(إبراهيم 1985 ص54-55)

**وينظر للتحليل النفسي بوصفه** :

* نظرية في الشخصية .
* نظرية في النمو النفسي .
* طريقة في علاج الأمراض النفسية واضطرابات الشخصية .

وهو ما يجعل من التحليل النفسي واحدة من ابرز مدارس علم النفس التي حددت بقوة شكل علم النفس الحديث.

ويشمل البناء النظري للتحليل النفسي **المفاهيم الأساسية** الآتية :

* **بنية الشخصية** وتتألف من : الهو id , الأنا ego , الأنا الأعلى super ego .
* **بنية الوعي** او العقل ويتألف من : الشعور , ما قبل الشعور , اللاشعور .
* **القلق العصابي** .
* **الآليات الدفاعية النفسية** مثل :الكبت , الإسقاط , التبرير , رد الفعل العكسي ,الإزاحة , التعويض , النكوص , الإعلاء .
* **النمو النفسي الجنسي** .(دافيدوف 1983 ص582-588)

ويؤمن العلماء المنضوين في مدرسة التحليل النفسي بالأفكار الآتية :

**01 على عالم النفس ان يدرس قوانين ومحددات الشخصية السوية واللاسوية مع ابتكار طرق لعلاج اضطرابات الشخصية .**

**02 تعد كل من : الدوافع اللاشعورية والذكريات والمخاوف والصراعات والاحباطات مظاهر هامة للشخصية وان إخراجها للشعور يعد علاجا حاسما لاضطرابات الشخصية .**

**03 تتكون الشخصية أثناء الطفولة المبكرة والكشف عن ذكريات السنوات الخمسة الأولى من حياة الفرد يعد أمرا أساسيا للعلاج.**

**04 تعد العلاقة الوطيدة الطويلة الأجل القائمة بين المريض والمعالج (المحلل النفسي ) أفضل سياق لدراسة الشخصية , وفي اثناء تلك العلاقة يفصح المرضى عن أفكارهم ومشاعرهم وذكرياتهم وتخيلاتهم وأحلامهم ليقوم المعالج بتحليل تلك البيانات وتفسيرها .** (دافيدوف 1983ص 41-43 ).

 **ثانيا : الاتجاه السلوكي** : وهو اتجاه يرى ان السلوك الإنساني محكوم من الخارج اي من البيئة ,ويمثل هذا الاتجاه كل من واتسن , سكنر, باندورا ..ووسيلة هذا الاتجاه هي البحث العلمي الموضوعي والتجارب العلمية المحكمة والمضبوطة . وندد واتسن 1878-1958 (مؤسس المدرسة السلوكية في اميركا ) باستخدام الطريقة الاستبطانية وبتحليل الخبرة كأدوات بحث في علم النفس كما هو معمول به في التحليل النفسي (وقبلها المدرسة البنيوية والمدرسة الوظيفية ) وذهب الى ان الموضوع الملائم لعلم النفس هو السلوك الذي يمكن ملاحظته.

لقد اختزلت المدرسة السلوكية الموضوعات التي درستها الى **العلاقة بين المثير – الاستجابة** وهي تؤكد على **دور العوامل البيئية في تشكيل السلوك وتغييره وفي طبع الشخصية بسمات محددة من خلال عملية التعلم المستمرة والدائمة ما دام الكائن الحي سليما وحيا .**.ويقول واتسن في هذا المعنى قولته المعروفة (أعطني دستة من الأطفال الأصحاء افعل بهم ما شئت ....) .

ويؤمن علماء النفس السلوكيون بلافكار الآتية :

**01 ضرورة دراسة الأحداث البيئية (المثيرات ) والسلوك الملاحظ (الاستجابات).**

**02 الخبرة تؤثر في السلوك والقدرات والسمات أكثر من تأثير الوراثة لذا يعد موضوع التعلم موضوعا هاما للبحث العلمي .**

**03 يجب التخلي عن الاستبطان وإفساح المجال لاستخدام الطرق الموضوعية مثل التجريب , الملاحظة العلمية , والقياس .**

**04يجب على علماء السلوك وصف السلوك وتفسيره والتنبؤ به وضبطه كما يجب عليهم القيام بالمهام العملية التطبيقية مثل نصح الوالدين والمربين والمعلمين ورجال الأعمال.**

**05 يجب بحث سلوك الحيوانات البسيطة الى جانب سلوك الإنسان لأنها أيسر في دراستها وفهمها من الكائنات المعقدة** .(دافيدوف 1983 ص27-29).(إبراهيم 1985 ص54).

محاضرات الاسبوع الخامس

**ثالثا : الاتجاه المعرفي في علم النفس** : وهو اتجاه رائده العالم السويسري المعروف جان بياجيه Jean Piaget الذي يرى ان عالم النفس عليه ان يهتم ب**العمليات المعرفية** بوصفها جوانب من السلوك لا يمكن ان تخضع للملاحظة المباشرة مع انها تلعب دورا واضحا ومهما في توجيه السلوك والشخصية والتعلم ..مثل التفكير والذكاء والوعي والقيم والتوقع وهي موضوعات يرى بياجيه إنها تحكم إدراكنا للعالم والبيئة من دون ان يعني ذلك ان البيئة والعالم الخارجي يلعبان دورا سلبيا في نمو وعي الإنسان , وهو وعي يمر بمراحل ارتقائية مختلفة ,ولهذا يتغير إدراك البيئة لدى الشخص بتغيره ونموه ونضجه .(ابراهيم 1985 ص 57-58).

لقد ساعدت المدرسة المعرفية في علم النفس التي بدأت بإسهامات بياجيه وغيره من العلماء في تخطي النظر للإنسان وكأنه صندوق اسود والذي ميز منظور السلوكيين له وهم يؤكدون على أهمية النظر الى ما بداخل هذا الصندوق وفهمه (العمليات العقلية) وتطوير أساليب البحث المناسبة له , وعليه يمكن القول ان علماء النفس المعرفيين يؤمنون بالأفكار الاتية :

**01 ضرورة دراسة العمليات العقلية المختلفة مثل :التفكير , الادراك , الذاكرة , الانتباه , حل المشكلات , اللغة .**

**02 أهمية السعي الى اكتساب معلومات دقيقة عن كيفية عمل تلك العمليات وكيفية تطبيقها في الحياة اليومية .**

**03 يجب استخدام الاستبطان غير الشكلي وبصفة خاصة لتنمية الشعور الحدسي فضلا عن استخدام الطرق الموضوعية لتعزيز وتأكيد مثل هذا الشعور** .(دافيدوف 1983 ص 48).

**رابعا : الاتجاه الإنساني في علم النفس** : تبلور الاتجاه الإنساني في علم النفس خلال الربع الأخير من القرن العشرين كقوة ثالثة فاعلة بعد التحليل النفسي (القوة الأولى ) و( السلوكية ) القوة الثانية , ويمثل الاتجاه الإنساني كل من أبراهام ماسلو Maslow وكارل روجرز Rogers واريك فروم Fromm .والمنطلق الأساسي لهذا التوجه **ان الإنسان مدفوع بطبيعته لفعل الخير وهو ينطوي على دافع رئيسي للنمو والارتقاء والإبداع وتحقيق الذات** , وعليه تكون الوظيفة الأساسية لعالم النفس هو مساعدة البشر على ان يكتشف كل منهم إمكانياته الحقيقية وإعانته على تحقيقها من خلال التوجيه والإرشاد .(ابراهيم 1985 ص59).

ويؤكد علماء هذا الاتجاه على الافكار الاتية :

**01 على علماء النفس جمع المعلومات على ان يكون هدفهم الرئيس هو تقديم الخدمات بالوصول بالناس إلى حدهم الأقصى وإثراء حياتهم .**

**02 على علماء النفس دراسة الإنسان ككل بدلا من تقسيمه وظيفيا الى فئات او أجزاء .**

**03 يجب ان توجه الأبحاث النفسية نحو مشكلات الإنسان الهامة مثل : المسؤولية الشخصية ,أهداف الحياة , الالتزام , تحقيق الذات , الابتكارية , التلقائية , القيم .....الخ.**

**04 يجب ان يركز علماء النفس على الوعي الذاتي والخبرة الذاتية كأساس لكل الأنشطة الإنسانية .**

**05 على علماء النفس السعي لفهم الأفراد العاديين وغير العاديين , والأسوياء وغير الأسوياء ,بمعنى التأكيد على التفرد والفردية وليس القوانين العامة للسلوك .**

**06 على علماء النفس الاهتمام بموضوعات الدراسة أكثر من الاهتمام بأساليب دراستها , لذا فان أساليب البحث المستخدمة في المدرسة الإنسانية تشمل : الطرق الموضوعية , دراسة الحالة , الاستبطان وتحليل الأعمال الأدبية** . (دافيدوف 1983 ص 38 ).

ودرس علماء النفس الإنسانيين موضوع **تحقيق الذات** وهو أعلى حاجة في سلم الحاجات لدى ماسلو ولا يصل إليها الا قلة من الأفراد وهم يتصفون بما يأتي :

* **الإدراك الدقيق للواقع .**
* **تقبل الذات .**
* **تقبل الآخرين .**
* **التلقائية .**
* **التمركز حول المشكلات والسعي لحلها.**
* **الرغبة الموجبة بالعزلة والخصوصية .**
* **مقاومة المسايرة .**
* **شعور قوي بالتعاطف مع الناس ومشاركتهم وجدانيا خلال الأزمات الفردية او الجماعية.**
* **خبرات الذروة.**
* **الديمقراطية في القول والسلوك.**
* **الإبداعية .**
* **العلاقات الاجتماعية الوثيقة مع قلة من الأفراد .**
* **روح النكتة الخالية من العداء .**
* **الاستمتاع المتجدد المستمر في تذوق أساسيات الحياة.**
* **درجة عالية من الاستقلالية.**

محاضرات الاسبوع السادس

**الفص الثالث**

**مناهج البحث في علم النفس**

 اقترن انفصال علم النفس عن الفلسفة باستخدامه لطرائق البحث العلمي التي استخدمتها العلوم الطبيعية الأخرى مثل الفيزياء,الكيمياء,علم الحياة ..ومن هذه الطرائق الملاحظة العلمية والتجربة والقياس فضلا عن استخدامه لأساليبه البحثية الخاصة به من قبيل :الملاحظة الذاتية ,الأساليب الاسقاطية ,الطريقة الإكلينيكية.

 ان انفصال علم النفس عن الفلسفة اعتبارا من عام 1879 (وهو تاريخ إنشاء أول مختبر لعلم النفس في ألمانيا على يد وليم فوند بمدينة لايبزج) ساعد في نقل علم النفس من فئة المعارف اللاعلمية إلى فئة العلوم المنضبطة او المحكمة.

والعلم :هو الطريقة المنظمة لجمع المعلومات لتوفير وصف للإحداث الجارية تحت ظروف او شروط محددة ,و التي تجعل الباحث قادرا على التفسير والتنبؤ وعلى السيطرة على تلك الأحداث .

**خطوات الطريقة العلمية** :

تمر الطريقة العلمية عند انجاز بحث ما بالخطوات الآتية :

1. **الإحساس او الشعور بمشكلة** : تستثير ذهن الباحث وتحفزه لأعمال العقل فيها والتفكير في البحث عن البيانات المناسبة لها.والمشكلة هنا هي مشكلة معرفية أصلا بمعنى نقص البيانات المفسرة لها .
2. **حصر وتحديد المشكلة** : اذ لابد من عملية تحديد للمشكلة ومعرفة أبعادها الخاصة بها وعدم الخلط بينها وبين موضوعات اومشكلات أخرى .
3. **اقتراح حلول للمشكلة عن طريق وضع الفرضيات الملائمة لتفسيرها** على ان تكون هذه الفرضيات منطقية وقابلة للاختبار .والفرضية هي حل مبدئي لمشكلة البحث يمكن تعديلها او رفضها او قبولها في ضوء النتائج المستحصلة لاحقا.
4. **تحديد الوسائل او الأساليب او الطرق المناسبة لجمع البيانات والمعلومات عن موضوع المشكلة او البحث لاختبار الفرضيات** .
5. **استخلاص النتائج** .
6. **مقارنة الفرضية بنتائج البحث**.(منصور واخرون 1978ص42-43).

 وتعد الخطوة الرابعة هي جوهر موضوع مناهج او طرائق البحث العلمي والتي يمكن تحديدها في علم النفس بما يأتي :

1. منهج البحث الوصفي .

2. منهج البحث التاريخي .

3. منهج البحث التجريبي.

4. منهج البحث العيادي.

**أولا : منهج البحث الوصفي**

وهو أكثر أساليب البحث استخداما في العلوم السلوكية بعامة وعلم النفس بخاصة. وهو يهدف لاستقصاء ظاهرة من الظواهر النفسية كما هي قائمة فعلا في الوقت الحاضر او كما حصلت سابقا بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها او بينها وبين ظواهر نفسية او اجتماعية اخرى .

ومن أدوات البحث في هذا المنهج :

* **الملاحظات المباشرة** : وتفيد في دراسة الظواهر النفسية القائمة الآن او تلك التي يمكن استدعائها باستخدام الأدوات المناسبة , والملاحظة على أنواع منها :

 (أ) الملاحظة الطبيعية كما في دراسة سلوك الحيوان في البيئة الطبيعية له .

 (ب)الملاحظة بالمشاركة وتستخدم لتسجيل سلوك الناس عن قرب كما في دراسة

 سلوك القبائل البدائية في علم الانثربولوجيا .

 (ج)الملاحظة الاسقاطية وتفيد في فهم سلوك الآخر في ضوء التجربة الذاتية

 للباحث وهي بحاجة لتدريب عال وتعتمد على أسلوب وتقنيات مدرسة

 التحليل النفسي .

* **أدوات التقدير** : وتفيد في دراسة الخبرات السابقة او المشاعر والخبرات الداخلية ولإعداد كبيرة من الأفراد ومن أنواعها :

(أ) لاستبيانات وهي أداة بحث تمكن الباحث من جمع معلومات عن تفكير وسلوك عدد كبير من الأفراد بطريقة اقتصادية وسريعة من خلال عدد من الأسئلة او الفقرات تغطي مواقف متعددة لموضوع البحث.

 (ب)الاختبارات او المقاييس وتفيد في قياس موضوع نفسي محدد او قدرة معينة باعتماد لغة الأرقام وهي تتطلب شروط أعلى رصانة مما في الاستبيان من قبيل :الصدق , الثبات,الموضوعية , التقنين والمعايير.

**ثانيا : منهج البحث التاريخي**

وهو منهج يستنطق التاريخ ويستقرا سير الأحداث السابقة ويبحث في الوثائق وسير الأشخاص المؤثرين ,لذا فان مصادر بياناته هي كل من :كتب التاريخ ,سًير الحياة والتراجم , الوثائق الرسمية من عقود وسجلات ومعاهدات , النتاجات الأدبية والفكرية ,الأشخاص المعاصرون لبعض الأحداث.

ان المهمة الأساسية للباحث التاريخي هي ان يفرز المعلومات الصحيحة من بين كم هائل من البيانات التي قد تكون محرفة او مزورة او غير دقيقة ,وهذه مهمة أساسية بل وشرط من شروط البحث التاريخي.

وبعد الفرز تأتي مهمة الربط بين الوقائع واستنتاج الأحكام المناسبة عن موضوع البحث ,وفي علم النفس يمكن استخدام منهج البحث التاريخي في دراسة بعض الموضوعات من قبيل :

1. **العوامل المؤثرة في ظهور واندثار بعض مدارس علم النفس** مثل المدرسة البنيوية والمدرسة الوظيفية ,ومدرسة الجشتالت.
2. **سيرة حياة والعوامل الاجتماعية والفكرية المؤثرة في بعض الأسماء المشهورة** في علم النفس مثل فرويد (مؤسس مدرسة التحليل النفسي),وبافلوف (منظر التعلم بالاقتران الشرطي ),وفرانكل (صاحب نظرية العلاج بالمعنى).
3. **تطور بعض المفاهيم او الموضوعات في علم النفس** من قبيل : تطور مفهوم الاتجاه,تطور البحث في موضوع الذكاء,تطور مفهوم الصحة النفسية ..الخ.
4. **دراسة بعض موضوعات علم النفس في الفترة السابقة على ظهوره كعلم مستقل** كما في دراسة بعض علماء العرب والمسلمين لموضوعات النفس والعقل والتربية والتعليم والتوجيه والإرشاد التربوي والعلاج النفسي ...

محاضرات الاسبوع السابع

**ثالثا : منهج البحث التجريبي**

 المنهج التجريبي هو المنهج الأساس في العلوم الطبيعية والذي ساعد على تقدمها وساعد أيضا على استقلال علم النفس عن الفلسفة وتوصله إلى الكشف عن القوانين العامة التي تفسر السلوك ,من جهة أخرى يعد المنهج التجريبي من أدق المناهج البحثية في التوصل الى المعرفة العلمية ذلك لان التجربة هي ملاحظة منظمة ودقيقة يتحكم خلالها الباحث بالظروف المحيطة بالظاهرة وبمتغيراتها المتعددة فيستطيع تعديل بعض العوامل وتغيير بعض الظروف فضلا عن إمكانيته إعادة التجربة ضمن نفس الظروف السابقة للتجربة للتحقق من دقة النتائج التي توصل لها.(مراد د ت ص50).

 والتجريب ليس حكرا على العلماء والباحثين فبمقدور الجميع ان يجرب او يقوم بتجربة لاعتماد بعض السلوكيات او الإقلاع عن سلوكيات أخرى وملاحظة النتائج الناجمة عنها ولكن الفرق بينهم وبين العلماء ان الفئة الأخيرة أكثر ضبطا وتنظيما وقدرة على التوصل الى نتائج رصينة تفسر الظاهرة النفسية / السلوكية من خلال التوصل للعلاقات السببية بين متغيرات الظاهرة المبحوثة.(دافيدوف 1983 ص77).

 لقد بدأت الطريقة التجريبية في علم النفس منذ منتصف القرن ال19 حين انشأ فوند اول معمل لعلم النفس في ليبزج بألمانيا في العام 1879 ..وتتلخص خطوات الطريقة التجريبية بنفس خطوات الطريقة العلمية التي تبدأ بالإحساس بمشكلة وتنتهي بالتحقق من صحة الفرضيات.

ومن المهم عند إجراء التجارب في علم النفس ان تراعى الاعتبارات الاتية :

* تحديد الظروف او الشروط التي تجري فيها التجربة (او ما يسمى بالمتغيرات) .
* إجراء التجربة على جماعة او اكثر من جماعة وترك إحدى الجماعات دون إجراء التجربة عليها للمقارنة بين نتائج الجماعة التي أخضعت للتجربة وتلك التي لم تخضع لها .(المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة)
* في بعض التجارب تقسم عينة الدراسة الى مجموعات صغيرة بحيث يمكن إخضاع كل منها لظروف مختلفة عن ظروف المجموعات الأخرى للتعرف على اثر كل هذه الظروف على تلك المجموعات كل بمفردها على ان يراعى تكافؤ تلك المجموعات في بقية العوامل التي يحتمل ان تؤثر على التجربة وهو ما يعى ب(الضبط التجريبي)(منصور وآخرون 1978 ص51-55).

ويعد **الضبط التجريبي** احد أكثر الملامح أهمية في التجارب للتحقق من صدق الفروض التي يقترحها الباحث لتفسير الظاهرة المراد بحثها وهو يتوزع على المجالات الآتية :

* **ضبط الموقف التجريبي** بمعنى ضبط مختلف الظروف المتعلقة بمكان وزمان التجربة والأدوات المعتمدة في التجربة.
* **ضبط صفات المفحوصين** من قبيل الجنس والعمر والحالة الصحية والبدنية والعدد..
* **ضبط تأثير المجرب** وجعله واحدا ومحايدا لجميع المبحوثين وفي جميع شروط ومجموعات التجربة.(دافيدوف 1983 ص 80-83).

 **رابعا : منهج البحث العيادي**

 ويفيد هذا المنهج في دراسة من يواجهون مواقف صعبة تسبب لهم المشكلات (سوء التوافق والاضطرابات السلوكية ) فضلا عن دراسة الأشخاص الاعتياديين او المتفوقين عقليا والمبدعين ,وهو يعتمد أساسا على أداتين هما دراسة الحالة Case Study) ).والمقابلة.

**دراسة الحالة** : هو بحث تفصيلي عن شخص واحد بقصد التشخيص والعلاج باعتماد الاختبارات والمقاييس النفسية وكذلك الملاحظة العلمية في مواقف الحياة المختلفة فضلا عن المقابلات الشخصية للفرد والآخرين المحيطين به .

 ويرى بعض الباحثين ان من **عيوب دراسة الحالة** التي تعتمد في منهج البحث العيادي :

1. أنها تقوم على درجة كبيرة من الذاتية وصعوبة التيقن من صحة المعلومات التي تقدمها.
2. يكون فيها الاهتمام بسلوك الفرد غير القابل للتكرار والذي لا يمكن تعميمه .

ومع ذلك فان دراسة الحالة **لا غنى عنها** في دراسة :

أ : اضطرابات الشخصية :كما في دراسة فرويد وبحثه للرحام (الهستيريا) والعصاب والذي قاده لوضع نظريته المعروفة في العلاج النفسي والشخصية (التحليل النفسي) .

ب : دراسة الظواهر النفسية السوية وحالات النمو كما في دراسة جان بياجيه للنمو العقلي للأطفال .

**المقابلة** :وهي علاقة قائمة بين اثنين : القائم بالمقابلة (الباحث) و المُقاَبِل ( المبحوث ) قوامها التفاعل الودي بين الطرفين بما يساعد في تشجيع المبحوث لتقديم بيانات أكثر تفصيلا عن موضوع المقابلة وبما يتيح للباحث الإفادة من التعليقات العارضة وتعبيرات الوجه والجسم ونغمة الصوت مما لا يمكن رصده في الأساليب الأخرى .

 وتفيد المقابلة في انجاز أهداف متعددة منها : التوجيه التربوي والمهني , والإرشاد النفسي والزواجي والأسري ,والعلاج النفسي والبحث العلمي .والمقابلة مفيدة بشكل خاص مع الأميين والأطفال.

 وتصنف المقابلة الى الأنواع الآتية:

* **المقابلة الفردية والقابلة الجماعية** :وتكون المقابلة الفردية مع فرد واحد في وقت واحد وتوفر له الحرية في التعبير عن نفسه .اما المقابلة الجماعية فتكون مع عدة افراد في وقت واحد وهي تفيد في تناول موضوعات تهم الجميع مثل معالجة مشكلة ومناقشة مقترح .ومن عيوب المقابلة الجماعية ان الهيمنة قد تكون لأحدهم دون ان يعني ذلك انه أفضلهم , او ان يمتنع البعض عن إبداء رأيه أمام الآخرين .
* **المقابلة المقننة والمقابلة غير المقننة** : ويتعرض المفحوصون في الأولى لنفس إجراءات المقابلة في المكان والزمان وعدد الأسئلة وترتيبها وبدائل الإجابة عليها.وتسمح المقابلة غير المقننة بمرونة اعلى في تعامل الباحث مع المفحوصين بما يناسب الموقف والمفحوصين في التعبير عن أفكارهم بحرية .وتفيد المقابلة غير المقننة في المرحلة الاستكشافية من البحث , وفي الاستبصار بالدوافع الإنسانية والتفاعل الاجتماعي .

ويتطلب تنفيذ المقابلة من اجل ان تحقق أهدافها إتباع الخطوات الآتية :

1. **الإعداد للمقابلة** : ويتمثل بتحديد زمان ومكان المقابلة وتهيئة الشروط البيئية المناسبة ومجالات المقابلة والأسئلة الخاصة بكل مجال.
2. **تكوين العلاقة** : وتهدف هذه الخطوة العمل على كسب ود المفحوص دون إسراف في العاطفة , والعلاقة المهنية دون تعال او عنف , ومراعاة ان تكون ملابسه مناسبة ( القائم بالمقابلة ) ولغته ومداخله للموضوع مفيدة.
3. **استدعاء المعلومات** : التيقظ والانتباه والوعي لما يقوله المفحوص ولا يقوله,وإدراك الإجابات المتناقضة والهروبية وطرح أسئلة اقل مباشرة وأكثر نفاذية للموضوع و وإعادة المقابلة لمساراتها المناسبة وإنهاء المقابلة قبل أن يشعر المفحوص بالتعب.
4. **تسجيل البيانات** : وتكون باستخدام استمارة مقننة لتسجيل نفس كلمات المفحوص دون إعادة صياغة ,او باستخدام جهاز تسجيل مساعد له وبموافقة المفحوص ,والانتباه للسلوك والحالات التي لا تتفق مع استجابات المفحوص.

والمعلومات المهمة الواجب تحصيلها في المنهج العيادي يجب تغطي **المجالات** التالية :

**أولا: النمو الجسمي** / وتشمل صحة الفرد وسجله المرضي والحوادث التي تعرض لها وسن المشي والكلام والفطام وعادات الأكل والنوم والتدريب على استخدام التواليت.

**ثانيا : التكيف المدرسي** / ويشمل موقفه من السلطة والنظام في المدرسة وعلاقته بأقرانه ان كانت عدوان وسيطرة او خضوع وإذعان ,وهل هو من النوع المجابه للتحديات ام الهارب منها , وهل هو متأخر دراسيا وفي اي المواد...

**ثالثا : العلاقات الأسرية** / وتشمل بحث بناء الأسرة وطبيعة علاقات الفرد مع أفراد أسرته ,ومركز الطفل في أسرته وأساليب التنشئة الاجتماعية السائدة في الأسرة.

**رابعا : الاهتمامات الخاصة والقدرات العقلية** / باستخدام الاختبارات المقننة للتعرف على استعداد التلميذ العقلي ونواحي القصور والتفوق , وبملاحظة نشاط الفرد يمكن تقدير ميوله واتجاهاته.

**خامسا : التوافق النفسي والاتزان الانفعالي** / وتشمل التعرف على استجابات الفرد الانفعالية إزاء العوائق وصنوف الإحباط التي يلاقيها.

**مفاهيم أساسية :**

**المتغير** : هو اي حدث او شيء ممكن قياسه او معالجته مثل درجات الحرارة ,مستوى الرطوبه , عدد الطلبة , عدد ساعات الحرمان من الطعام , طريقة التدريس , جنس الطلبة , عمر الفرد , تحصيل الطالب ,معامل الذكاء , القلق النفسي ...والمتغير الذي يعالج في التجربة هو المتغير المستقل ام المتغير الذي يقاس في التجربة فهو المتغير التابع.

**المتغير المستقل** : هو اي حدث او شيء يؤثر في السلوك ويكون تحت سيطرة الباحث او المجرب.

**المتغير التابع** : هو اي سلوك او فعل عقلي يكون خاضعا لتاثير المتغير المستقل .

((يكون المتغير مستقلا او تابعا وفق تحكم الباحث او سياق الأحداث)).

**المتغيرات الدخيلة** : وهي المتغيرات التي يسيطر عليها الباحث في المجموعتين التجريبية والضابطة كي لا تؤثر على المعالجة التجريبية.

**المجموعة التجريبية** : وهي المجموعة التي تتعرض لتأثير المتغير المستقل ,وقد تكون في التجربة الواحدة عدة مجموعات تجريبية في آن واحد.

**المجموعة الضابطة** : وهي المجموعة التي لا تتعرض لتأثير المتغير المستقل وتستخدم للتعرف على تأثير ذلك المتغير في المجموعة التجريبية.

محاضرات الاسبوع الثامن

**الفصل الرابع**

**الدوافع والانفعالات**

**اولا : الدوافع**

* **مقدمة وتعريفات واهمية الموضوع**
* **تصنيف علماء النفس للدوافع**
* **نظريات الدوافع**
* **قياس الدوافع**
* **ملاحظات ختامية**

 **مقدمة**

دراسة الدوافع موضوع أساسي من موضوعات علم النفس ذلك أن اي سلوك يقدم عليه الفرد او الجماعة ,سواء كان ذو غرض واضح او غير واضح , ايجابي ام سلبي , هو سلوك مدفوع بمعنى ان دافعا ما او مجموعة من الدوافع هي المسؤولة عنه.

 **والدافع؛ هو : مفهوم افتراضي يشير الى القوة التي تدفع الفرد الى سلوك محدد في وقت محدد وتسبب تلك القوة استمرار السلوك الى ان يحقق الفرد غايته ويصل الى هدفه .**

 وهو ايضا **حالة داخلية نفسية او جسمية تثير السلوك في ظروف معينة وتحدده وتواصله حتى تحقيق غاية محددة , وهو حالة من الاستثارة والتوتر الداخلي وفقد التوازن بهدف ارضاء الدافع وازالة التوتر ويصاب الكائن الحي بالاحباط اذا لم يرض الدافع .(ربيع 2010 ص 114)**.

وتؤكد التعريفات المختلفة للدوافع على وظيفتين أساسيتين للدافعية :

01 **الوظيفة التنشيطية** : فالدوافع تحفز السلوك بصيغة نشاط ما وقد يكون بدنيا او نفسيا او معرفيا او اجتماعيا .....الخ وتبين دراسات على الفئران ان حرمانها من الطعام يزيد من نشاطها البدني بطريقة متسقة مع ازدياد ساعات الحرمان تلك.

02 **الوظيفة التوجيهية** : وتعني ان النشاط الإنساني الواعي هو نشاط موجه نحو هدف محدد فلا دافعية من دون هدف يوجه السلوك وجهة معينة (منصور وآخرون 1978 ص112) .

 ودراسة الدوافع مسالة مهمة للعديد من الأفراد , فهو مهم **لعلماء النفس** لأنه محرك للسلوك , والسلوك هو موضوع اهتمامهم .كما ان دراسته موضوع مهم **للمعلمين** في اي مجال ومستوى تعليمي او تدريبي لان لا تعلم من دون دافع . وهو مهم كذلك للطبيب ليتعرف سبب عدم مراجعة بعض المرضى للطبيب او تسترهم على مرضهم او ربما على العكس يكثرون من الشكوى المستمرة من أعراض مرضية قد لا يكون لها وجود حقيقي الا في أذهانهم . وعلى **رجل القانون** ان يفهم دوافع بعض المجرمين الخطرين لارتكابهم سلوك إجرامي يبدو غير معقول مثل إشعال الحرائق او السرقة دون حاجة مادية . من جهة اخرى فان فهم دوافع المستمعين والمشاهدين مسالة مهمة **للعاملين في المجال الإعلامي** لكي يحسنوا التخطيط والتنفيذ والتوقيت للبرامج الإعلامية والإعلانات . و دراسة الدوافع مسالة مهمة **للعاملين في المجالات** **الصناعية والتجارية** لتلبية رغبات وأذواق المستهلكين للسلع الصناعية الخدمات التجارية .وهو موضوع حيوي **للآباء** لفهم دوافع أبنائهم في مختلف الموضوعات ليحسنوا التكيف معهم. .وقبل هذا وذاك يكون فهم الدوافع موضوع مهم **للفرد** ذاته ليتعرف على نفسه بصورة أفضل وعلى أسباب سلوك الآخرين بصورة أكثر دقة وموضوعية وبما يساعد على حسن التكيف النفسي والتوافق الاجتماعي له.

 **وخلاصة القول ترتبط الدوافع بسببية السلوك , وهي تساعد في تفسير لماذا يتصرف الشخص في موقف ما بطريقة معينة , وينشط عندما تستثار دوافعه , ثم يهدأ عندما تشبع دوافعه**.(داود .د ت ص128)

**تصنيف علماء النفس للدوافع**

صنف علماء النفس الدوافع بأشكال متعددة ,فمنهم من صنفها الى :

1. **أ / دوافع أولية ب / دوافع ثانوية**
2. **أ / دوافع شعورية ب / دوافع لا شعورية**
3. **أ / دوافع فطرية ب / دوافع مكتسبة**

ويلاحظ من التصنيفات أعلاه ان الدوافع الأولية هي ذاتها الدوافع الفطرية وقد يقال لها أيضا الحوافز الأساسية , فيما الدوافع الثانوية هي ذاتها الدوافع المكتسبة وقد يقال لها الدوافع النفسية الاجتماعية .

وتصنف **دافيدوف 1983** الدوافع حسب موضوعها الى :

* **الحوافز الأساسية**
* **الدوافع الاجتماعية**
* **دوافع الاستثارة الحسية**
* **دوافع النمو**
* **الأفكار كدوافع** . (دافيدوف 1983 ص 432).

**أولا : الحوافز الأساسية** . **وهي دوافع تنشط السلوك بهدف إشباع الحاجات ذات الأصول الفسيولوجية المرتبطة بالبقاء على قيد الحياة وهي تتمثل بالحاجة للأوكسجين , الماء , الطعام , الجنس , وتفادي الألم . وتعمل هذه الحاجات على حفظ جسم الكائن الحي بحالة اتزان بدني اوhomeostasis وتعني نزعة الجسم إلى التنظيم الذاتي .**( المصدر السابق ).

وتبدأ الحوافز الأساسية منذ الميلاد وعليها يتوقف وجود واستمرار الفرد ومن صفاتها :

* **ترتبط بالتكوين الفسلجي للكائن الحي , فالجوع على سبيل المثال يرتبط بتقلصات وانقباضات المعدة . ويرتبط العطش بنقص الماء في الدم ..الخ.**
* **تكون مشتركة بين أفراد البشر جميعا والحيوانات العليا .**
* **تتطلب الإشباع بصورة مباشرة.**
* **تتصف أهدافها بالثبات , فلا يمكن تغييرها او تعديلها وان كان التعلم الاجتماعي يؤثر فيها من ناحية المنبهات وطرق الإشباع وتوقيتاته**.

وتصنف الحوافز الأساسية إلى :

**01الحاجات الفزيزلوجية الأساسية للحياة** : وهي الحاجات التي يؤدي إشباعها الى الحفاظ على حياة الفرد مثل الحاجة للأوكسجين والحاجة للتخلص من ثاني اوكسيد الكربون والحاجة للماء والحاجة للطعام والحاجة للتخلص من الفضلات عن طريق التنفس والتعرق ...

**02 الحاجات المتعلقة بالحفاظ على النوع** : وهي حاجات فطرية يؤدي عدم إشباعها الى فناء النوع الذي لا يمارس أفراده ذلك الإشباع وهي الحاجة للجنس والأمومة .

**ثانيا : الدوافع الاجتماعية** .لا يمكن ان يفسر السلوك الإنساني على أساس حاجاته الفطرية وحوافزه الأساسية فقط ذلك ان الإنسان بحكم اضطراره للعيش في المجتمع لا بد وان يتكيف على وفق ما يفرضه المجتمع مما يجعل السلوك موجها نحو إشباع دوافع اجتماعية مختلفة تلك التي يعتمد إشباعها على الاتصال بالآخرين والتفاعل معهم مثل مشاعر الحب , القبول , الاستحسان , والاحترام وهي موضوعات مهمة في النمو النفسي السليم للأفراد ويتضح تأثيرها في حالة فقدان الفرد للاتصال بالآخرين والتواصل معهم كما في حالة فقدان الطفل لمن يرعاه او في حالة النبذ الاجتماعي او العزلة الاجتماعية .وقد وجد في بعض الدراسات على أفراد معزولين او منعزلين لأسباب اجتماعية او جغرافية إنهم لا يستطيعون النوم ويميلون للانفجار المفاجئ في البكاء ويهملون صحتهم الشخصية وروتينهم اليومي ويبدون بلا هدف ولا مبالين , وبمجرد انتفاء عزلتهم وتواصلهم مع الآخرين تختفي تلك الأعراض .(دافيدوف 1983 ص 433).

ويكتسب بعض هذه الدوافع كل شخص مهما اختلفت بيئته الاجتماعية مثل الدافع للانتماء , في حين لا يكتسب بعضها الا في بيئات وثقافات معينة مثل دافع المقاتلة ( العدوان ) والسيطرة والتملك و الانجاز .(داود :دت ص142)

إن من أهم دوافع السلوك التي يتعلمها الفرد ويكتسبها من الحياة الاجتماعية وتتبلور على شكل حاجات نفسية واجتماعية مؤثرة في السلوك ما ياتي :

* **الحاجة للتحصيل او دافعية الانجاز Achievement.**
* **الحاجة للانتماء Affiliation.**
* **الحاجة للقوة او السيطرة Power .**

 ونوجز القول في أدناه في واحدة منها وهي دافعية الانجاز.

محاضرات الاسبوع التاسع

 **دافعية الانجاز : هو سعي الفرد للنجاح الدائم والتفوق على الآخرين في منافسات الحياة والتغلب على الصعوبات .**

 واهتم بدراسة هذا الدافع كل من (ماك ليلاند) و(اتكنسون ) وأشارت دراساتهما الى ان هذا الدافع يؤثر على العديد من سلوكيات الفرد فيجعلها في وضع الجاهزية النفسية . ومن خصائص السلوك المتسم بدافعية الانجاز ما يأتي :

01 **الأداء الممتاز** : حيث يتفوق الأفراد ذوو الدافعية العالية في الانجاز على الأفراد ذوو الدافعية الواطئة في أداء الأعمال سواء اتسمت بالسهولة او الصعوبة .

02 **الالتزام والتكامل** : بينت الدراسات ان ثمة ارتباطا قويا بين ارتفاع دافعية الانجاز وبين الالتزام والتكامل في أداء الأعمال , وقد يتصف ذوو الدافعية العالية للانجاز بالأنانية ويكون الفشل بالنسبة لهم خبرة كارثية , وهم يميلون للأعمال الفردية لكي يبدوا انجازهم الشخصي واضحا , كما إنهم يتسمون بالمبادأة والسلوك الريادي وتحسين الأداء والإنتاج في الأعمال التي توكل لهم . (ربيع 2010 ص 123-124).

ويمكن النظر لدافعية الانجاز بطريفتين :

1. **انه دافع نمو ان كان الفرد مهتما بإشباع إمكانياته وإظهار قدراته .**
2. **انه دافع اجتماعي ان كان الفرد مهتما بالتنافس مع الآخرين** .

وتتأثر دافعية الانجاز بعدد من العوامل هي :

* **الآثار الناجمة عن الانجازات ان كانت سلبية او ايجابية , مباشرة او غير مباشرة .**
* **الذكريات التي نحملها عن الأداء السابق والانفعالات المرتبطة به.**
* **توقعات النجاح والفشل في الأداء .**
* **مدى تأكيد البيئة الاجتماعية والأسرية على الانجاز الفردي المرتفع وتعزيزها له , ويبدو التأثير الاجتماعي في مجال التمييز بين الجنسين فيما يتوقع أداؤه منهما في ذات المجتمع . كما يبدو في تباين هذه الدافعية بتباين المجتمعات** . (دافيدوف 1983 ص466-471)

**ثالثا : دوافع الاستثارة الحسية :** يحتاج الإنسانوالحيوانات الأخرى الى الاستثارة ونحن غالبا ما نزود أنفسنا بالاستثارة من خلال أحلام اليقظة , التصفير و الدندنة . ووجد بعض علماء النفس ان الفرد عندما يكف عن أنشطة الاستثارة الذاتية (التي مرت بنا قبل قليل) تصبح الأعمال اليومية الروتينية مثيرة للضجر ومسببة للإجهاد وتزيد من الشعور بالتوتر والاكتئاب والشعور بان الفرد كالآلة وفي الوقت ذاته تتناقص الأعمال الابتكارية التلقائية .

وعند منتصف القرن العشرين جمع علماء النفس ذخيرة علمية مهمة في موضوع الإثارة والمخ وتوصل دونالد هب (1940-1985)إلى ما اسماه مستوى الإثارة الأمثل والذي يعني مستوى الإثارة المعتدل بمعنى ان الإنسان يكون في أفضل حالاته عندما يكون مستوى الإثارة التي يواجهها معتدلا بين الإفراط (الإثارة العالية ) والتفريط (الحرمان الحسي ) حيث يؤدي كلا الحالين الى تدني مستوى الإنتاجية والاهتمام . (ربيع 2010 ص 124)

وأظهرت بعض الدراسات ان حرمان الأفراد من الخبرات الحسية لفترات زمنية طويلة او تعرضهم لبيئة دائمة الثبات و او في حالة ممارسة أنشطة محددة مثل قيادة السيارة لمسافات طويلة يجعلهم **يهلوسون** وكأن الهلوسة هي عملية استثارة مضادة لحالة أللاستثارة .

ويتباين الأفراد في كمية النشاط المولد للاستثارة الذي يفضلونه , ووضع عالم النفس **زوكرمان** مقياسا لتحديد مستوى الاستثارة التي ينشدها الإنسان وتوصل الى ان الأفراد الذين صنفوا على انهم ممن يسعون الى درجة عالية من الاستثارة يتصفون بالصفات الآتية :

1. **الرغبة في البحث عن الاستثارة في أنشطة تتسم بالمخاطرة المقبولة اجتماعيا . ( مثل القفز بالمظلة , الغطس , القيادة السريعة ....).**
2. **الرغبة في السعي نحو خبرات عقلية وحسية غير عادية والحياة بأسلوب غير نمطي .**
3. **الميل الى إقامة الحفلات و المقامرة , وشرب الخمور , والمغامرات الجنسية .**
4. **وجود درجة منخفضة من التحمل للخبرات الثابتة والمتكررة.**

ومن المحتمل ان يرتبط الدافع الى استكشاف ومعالجة البيئة ( **والذي يسمى بحب الاستطلاع** ) بالحاجة الى الاستثارة الحسية , وهو دافع يوجد لدى الإنسان وكثير من الحيوانات. ويبدوا ان الإنسان وبدرجة ما الحيوان كذلك ينجذب الى كل ما هو جديد , ويحاول تقصي الأشياء الجديدة والأحداث الجديدة في محاولة لفهمها وإعطائها معنى ما وتوظيفها في عملية الحفاظ على حياتها.(دافيدوف 1983 ص 433).

**رابعا : دوافع النمو .** وهي الدوافع التي تفسر سلوك الأفراد الذين يعملون للوصول الى مستوى التمكن والامتياز او لصقل موهبة ما في مواقف لا يحتمل فيها وجود تقدير لذلك . ويفترض علماء النفس وجود حاجات أساسية لنمو الكفاءة وتحقيق الاستعدادات الكامنة , وهي تثير دوافع النمو وترتبط بدوافع الاستثارة الحسية والاستكشاف والمعالجة البيئية والتمكن منها .

وتأيد هذا الافتراض من مجموع الملاحظات التي تشير الى ان الصغار في كل أنحاء العالم الذين في نفس العمر تقريبا يسعون لتحقيق التآزر بين الحركات الجسمية , وإقامة العلاقات مع الآخرين , والتفكير بصرف النظر عن ظروفهم الخاصة , وينظر الى دافع الانجاز على انه احد دوافع النمو.(دافيدوف 1983 ص436)

**خامسا : الأفكار كدوافع** : تشير الملاحظات الغير منتظمة الى ان الأفكار يمكن ان تثير الدافعية بصورة قوية , بل انها قد تتفوق في ذلك على حوافز أساسية جدا (السلوك المرتبط بالإيمان الديني على سبيل المثال ).

وتستثير الحاجة للاتساق المعرفي سلوك اي منا في الأحوال التي تتصارع او تتناقض فيها الجوانب المعرفية لدى الفرد مثل (المعلومات , الأفكار , المدركات , المعتقدات )مع بعضها مسببة ما يدعى ب( التنافر المعرفي ) او القلق الناجم عن ذلك التعارض ..وعندها يبحث الأفراد عن معلومات جديدة او يغيرون سلوكهم او يبدلون اتجاهاتهم للوصول الى حالة الاتساق او الانسجام الذهني .

وحدد ليون فستنجر Festinger ثلاث مواقف عامة تنشط التنافر المعرفي وتستثير السلوك :

1. **يحدث التنافر عندما لا تتسق الجوانب السلوكية للشخص مع معاييره الأخلاقية**
2. **ينشأ التنافر عندما يتوقع الأفراد حدث ما ويقع آخر بدلا منه**
3. **يحدث التنافر عندما يقوم الأفراد بسلوك يختلف مع اتجاهاتهم العامة** .(دافيدوف 1983 ص436)

محاضرات الاسبوع العاشر

**نظريات الدوافع**

 ترتب على تفكيرنا الدائب في الأنشطة الحيوية الداخلية الكامنة وراء أفعالنا ان ظهرت الى الوجود تفسيرات عديدة مختلفة للدافعية , الا انه لا يوجد بينها للان نظرية واحدة يمكن ان تقدم تفسيرا شاملا ومقبولا للدافعية . وهناك طرق عديدة لتناول هذه النظريات , أحداها ينظر اليها بوصفها (متصل) يقع في طرف منه التصور القائل بالأساس الحيوي او البيولوجي للدافعية وان أصلها هو العمليات الحيوية للجسم والتي يعبر عنها بالغرائز او الحاجات البيولوجية بوصفها القوالب المنظمة التي تتحدد على أساسها أفعالنا . وفي الطرف الآخر يقع التصور القائل بالأساس الاجتماعي للدافعية وانها ناجمة عن العمليات الاجتماعية فقط وهي ترتبط تحديدا بالعوامل الثقافية والحضارية . ونجد بين هذين الطرفين وعلى نفس المتصل وجهات نظر تتخذ موقفا معتدلا يجمع بين المؤثرات الحيوية والعوامل الاجتماعية كأساس لعمل الدافعية .(تشايلد 1983 ص42) وأدناه نماذج من بعض النظريات المعروفة في مجال الدافعية :

 **01 نظرية الغرائز :** قدم وليم مكدوجل Mcdougel عام 1908م نظريته في الغرائز في أوائل القرن العشرين ورغم قدم هذه النظرية إلا إنها فتحت الباب واسعا للاهتمام بدراسة الموضوع دراسة جادة . ويسمي مكدوجل الدوافع الأولية **بالغرائز والغريزة عنده هي قوى موروثة غير عقلانية توجه السلوك باتجاه معين وهي المسؤولة بالأساس عن كل ما يفعله ويشعر به او يفكر به الفرد .** ويحلل مكدوجل الغريزة الى ثلاث جوانب هي :

1. **من حيث التلقي هي الاستعداد لتلقي المثيرات ذات الصلة او الدلالة مثل رائحة الطعام في حالة الجوع , فنحن نستشعر رائحة الطعام في حالة الجوع من بين روائح متعددة .**
2. **من حيث التنفيذ هي الاستعداد لعمل حركات معينة او الوصول لهدف معين مثل الهرب في حالة مجابهة مواقف خطرة .**
3. **قلب الغريزة وهو الاندفاع او التهيج الانفعالي الذي يصاحب عملية الإرضاء او إشباع الدافع .**

واعد مكدوجل قائمة بالغرائز الإنسانية منها :غ التماس الطعام , غ التقزز , غ الجنس , غ الخوف , غ الاستطلاع , غ الوالدية , غ الاجتماع , غ تأكيد الذات , غ الاستسلام , غ الغضب , غ الاستغاثة , غ الإنشاء , غ التملك , غ الضحك , غ الراحة , غ النوم , غ الترحال , وغرائز أخرى تخدم الحاجات الجسمية مثلا الإخراج والتبول والتنفس .

وينسب مكدوجل الغرائز بوصفها دوافع او ميول طبيعية إلى الوراثة ولا دور للبيئة او الخيار الإنساني في توجيه السلوك و الإنسان ليس أكثر من قوة منفعلة بفعل المثيرات التي يتعرض لها .(ربيع 2010 ص114-115)

 **02 النظرية التحليلية :** اعتمدتنظرية فرويدجزئيا على نظرية مكدوجل من جهة وعلى النظريات الفسيولوجية من جهة أخرى لتقديم تصوره النظري في الدافعية البشرية التي يحددها بغريزتين أساسيتين وبصورة أكثر دقة (قوى محركة) الأولى هي غريزة الحياة والثانية غريزة الموت وكلتاهما تنشأن من الحاجات البدنية , وتتضمن غريزة الحياة : الغرائز الجنسية الضرورية للتناسل او إنتاج النوع والغرائز المتصلة بالجوع والعطش والمطلوبة لحفظ حياة الكائن الحي وبقائه . اما غريزة الموت فتحدث فرويد تحديدا عن غريزة العدوان . ويعتقد فرويد ان هذه الغرائز موجودة منذ الميلاد وتحتوى على الطاقة الغريزية ويشار لها ب(الهو) وهي تكبت في العقل الباطن بفعل عمليات الإكراه والقسر الناجم عن الإرادة الواعية للأفراد او كنتيجة للضغوط الاجتماعية , ومن العقل الباطن تمارس تلك الغرائز تأثيرها على السلوك دون وعي من الفرد بفعل العديد من الآليات الدفاعية النفسية . ولا يكشف السبب الكامن لسلوك الفرد الا في ظروف خاصة مثل التنويم الصناعي والأحلام او بتعاطي المخدرات او في جلسات العلاج النفسي حيث تخمد او تضعف مقاومته وتخف سيطرة الآليات الدفاعية .(تشايلد 1983 ص 45).

 **03**  **نظرية التنظيم الهرمي للحاجات** : تنتظم الحاجات في منظور أبراهام ماسلو بصيغة مدرج هرمي أولوية الإشباع فيه للحاجات الفسيولوجية ( الهواء .الماء .الطعام ...) فان اشبعث بصورة اعتيادية بحث الإنسان عن إشباع المستوى الثاني من الحاجات وهو الحاجة للأمن و ومن ثم البحث عن إشباع الحاجة للحب في المستوى الثالث يليه المستوى الرابع المتمثل بالحجة للاحترام والتقدير ثم المستوى الخامس الخاص بحاجات تحقيق الذات والذي ينجح في الوصول إليه قلة من الأفراد (دافيدوف 1983 ص440-441).

ومع ترقي الإنسان في سلم الحاجات تقل المظاهر الحيوانية في سلوكه وتتضح الجوانب الإنسانية ذلك ان المستويات الثلاثة الأولى تندرج ضمن ما يسميه ماسلو **بالحاجات الحرمانية** التي يترتب على عدم إشباعها مشكلات جوهرية في صحة وبقاء الفرد , فيما تندرج حاجات المستويين الرابع والخامس ضمن **الحاجات النمائية** التي لا يسب عدم إشباعها مشكلات جوهرية للإنسان إلا إن إشباعها يجعل حياته أكثر صحة و سعادة ورفاهية .

وأدناه المستويات الخمسة للحاجات وتفصيلاتها المختلفة :

1. **الحاجات الفسيولوجية وتشمل الحاجة للطعام , الشراب , التزاوج ,الإخراج او التخلص من الفضلات و النوم والدفء.**
2. **حاجات الأمن وتشمل الحاجة للاستقرار والحماية والنظام والتحرر من الخوف والتحرر من القلق والحماية من الأخطار الخارجية والموضوعات المؤذية.**
3. **حاجات الحب والانتماء وتشمل الحاجة لان يحب وان يكون محبوبا , والحاجة للعطف والعناية والاهتمام والسند الانفعالي.**
4. **حاجات التقدير وتشمل تقديره لنفسه وتقدير الآخرين له وان تكون له مكانة وان لا يتعرض للرفض او النبذ وعدم الاستحسان.**
5. **حاجات تحقيق الذات وترتبط بالتحصيل والانجاز والتعبير عن الذات وان يكون مبدعا او منتجا وان يقوم بأفعال وتصرفات مفيدة وذات قيمة للآخرين وان يحقق إمكاناته ويترجمها الى حقيقة واقعة** .(منصور وآخرون 1978 ص116)(ربيع 2010 ص116-117).

ومن الملاحظ في نظرية ماسلو هو وضع تحقيق الذات على قمة التنظيم الهرمي للحاجات وتشير هذه الحاجة الى رغبة الإنسان في مطابقة الذات ومعنى ذلك هو ميله إلى أن يصبح ما لديه من إمكانات محققا , وهكذا يمكننا ان تعتبر تحقيق الذات على انه القوة الدافعية الوحيدة فيما الحاجات النفسية كالأمن والحب والاحترام على إنها أجزاء منها .(منصور وآخرون 1978 ص 118).

  **04 نظرية العزو** : يراد بالعزو العوامل الكامنة او المفسرة لبعض السلوكيات ووفقا لهايدر Heider 1985 يعتبر سلوكنا مدفوعا لحاجتين : الأولى حاجتنا لفهم العالم من حولنا والثانية رغبتنا في التحكم بالعالم من حولنا .وهو يفترض انه ليس بالإمكان إرضاء هذين الدافعين ما لم نكون قادرين على التنبؤ بالأحداث التي تجري من حولنا .

 وعندما نقوم بعملية العزو فإننا نميل الى تفسير السلوك بصيغة سؤال عن مرجعيته اما الى القوى الداخلية او القوى الخارجية , فعندما يصدم سائق ما سيارته بعمود الهاتف نحاول عزو هذا الحادث الى عوامل داخلية خاصة بالسائق (سوء قيادته , تناوله للكحول , ضعف بصره..) او الى عوامل خارجية خاصة بالسيارة والبيئة (ثقب الاطار وانحراف السيارة , زلق الطريق , الضباب ...الخ).

وتتضمن الأسباب الداخلية أمورا مثل المزاج , الجهد , القدرة , الاتجاهات , والميل الشخصي اما الأسباب الخارجية فهي كل العوامل غير الشخصية . والحديث عن المسببات الداخلية والمسببات الخارجية هو حديث عن موضوع مركز الضبط او التحكم (العواملة 2010ص53).

**قياس الدافعية**

 يتمثل الأسلوب الشائع في قياس الدافع على أساس وضع الكائن في سلسلة من مواقف للاختيار لكي يتحدد اتجاه اختياره , فيمكن تقديم الطعام والماء للفئران لكي يلاحظ اتجاه اختيارها . ويمكن تقدير قوة الدافع بوضع تيار كهربائي يفرض عليها التوقف عن الوصول الى الهدف والذي قد يكون ماءا او طعاما او فئرانا من الجنس الآخر او متاهات أخرى مثيرة للاهتمام . ودائما ما يواجه البشر في مواقف الحياة الفعلية بمثل هذا النوع من ضرورة الاختيار.

 وتعتبر **الاختبارات** من أيسر سبل القياس وان كانت لا تلمس الا الجوانب الشعورية من الحافز وتتمتع بدرجة صدق واطئة. ومن الدوافع التي أمكن دراستها بهذه الطريقة الدافع الى التحصيل ( الانجاز ), وهو دافع له الفاعلية الأساسية في مواقف النجاح والفشل ومواقف التنافس مع الآخرين ومواقف التفوق على معايير معينة ..وتتضمن (بطارية اختبارات كاليفورنيا ) للشخصية اختبارا لقياس هذا الدافع . وبينت الدراسات ان الحاجة للتحصيل تتخذ صورا متعددة منها : التفوق الأكاديمي بين الأطفال والطلاب في المجتمع الغربي , ومنها أيضا الدافع للتفوق في لعبة الكروكيت او غيرها .

 وهناك اختبار آخر لقياس الدافع الى القوة و اي مقدار الرغبة في السيطرة وفرض التأثير في المواقف الاجتماعية , وتظهر الدرجة المنخفضة في هذا الاختبار نمط شخصية معتمدة على الآخرين وبحاجة لان يضبط سلوكه من الآخرين ويوجهون أفعاله . وتتضمن بطارية كاليفورنيا للشخصية مقاييس ل(السيطرة) و(الرغبة في المركز) .

 ويمكن قياس الدافعية البشرية باستخدام **الاختبارات الاسقاطية** , وفي هذا النوع من الاختبارات بعرض على الشخص صورة غامضة ويطلب منه كتابة أية قصة تطرأ على ذهنه تصف ما يحث في الصورة , وبين ما كللاند Maclelland ان عرض بطاقات اختبار تفهم الموضوع T.AT على مجموعة من الأشخاص بعد فشلهم في أداء بعض الاختبارات الأخرى في موقف تجريبي مقنن أدى الى تأليف قصص تتضمن الكثير من الأفكار المرتبطة بالتحصيل مثل العمل معا لتحقيق أهداف مستقبلية , محاولة التغلب على العقبات , التصارع والتنافس مع الناس الآخرين ...(ارجايل 1982 ص 37-40) (دافيدوف 1983 ص466).

**وماذا بعد بشأن الدوافع** : يمكن أدراج الملاحظات الختامية الآتية عن الدوافع مما فاتنا ان نشير له في المواضع السابقة :

1 يتردد مفهوم الدافعية بمصطلحات كثيرة مختلفة تحمل معنى الدوافع منها : المنبه , الباعث , الحاجة , الحافز , النزعة , الميل , الرغبة , الغرض , الهدف , القصد , النية , الإرادة . وبعض هذه الألفاظ يكاد يكون مرادفا للآخر وبعضها يحتاج الى تحديد وتمييز (منصور وآخرون 1978 ص114).

02 تعد دراسة الدوافع شيئا عسيرا للغاية بسبب صعوبة ملاحظتها وصعوبة قياسها بصورة مباشرة , وهنا يمكن الاعتماد على أدوات التقرير الذاتي مثل المقابلات الشخصية والاختبارات النفسية بديلا للملاحظة ولكن عيب هذه الأدوات ان الإنسان قد لا يكون على وعي بدوافعه دائما .

03 يمكن استثارة سلوك معين بعدة دوافع مختلفة او بوساطة مجموعة منها , فسلوك مشاهدة برامج المساء في التلفاز قد يظهر نتيجة لواحدة من حاجات اجتماعية عديدة (إطاعة الأوامر , تحقيق الاهتمام والتقدير , تعزيز العلاقة بالآخرين ) او قد يكون الدافع هو السعي لزيادة الفهم والذي هو حاجة للنمو او للاستثارة الحسية او للاثنين معا.

04 يمارس الإنسان سلوكيات متعددة لإشباع نفس الحاجة , فهو مثلا يمكن ان يشبع حاجته للتفوق او من خلال تحقيق التفوق في العدو (رياضة الركض) او بسرقة بنك , او بحل مشكلة ميكانيكية صعبة او باصطياد فراشة نادرة ..

05 لا تؤدي الدوافع بالضرورة إلى سلوك يهدف الى إشباع الحاجات التي أثيرت , فليس كل من يحتاج لان يكون محبوبا يسلك باتجاه تحقيق هذا الدافع لأسباب تعود الى قلقه , وتوقعات فشله ونقصان مهاراته المناسبة وتصارع حاجاته..(دافيدوف 1983 ص443).

06 بعض دوافع السلوك الإنساني ودوافع كل السلوك الحيواني ذات مصدر بيولوجي مثل : الجوع , العطش , الجنس . وتسود تلك الدوافع جميع الأنواع الحية وهي ذات أساس بيولوجي- كيميائي ويمكن اعتبارها أساليب تنتظم ذاتيا , وتحدث بطريقة آلية بهدف تحقيق توازن الماء او السكر في جسم الكائن الحي , وتعتبر الاستجابة لنقص معين كالماء غريزية عند الحيوان , اما في حالة الإنسان فهي تخضع للتعلم ولهذا فهي اكثر مرونة في طرق الإشباع وتوقيتاتها والطقوس المصاحبة لعملية الإشباع .

07 الحوافز الأولية لوحدها لا تفسر لنا التعقيد الحاصل في السلوك الإنساني ومن المهم الالتفات للحوافز الثانوية او المكتسبة القائمة على التعلم والتي ندعوها بالدوافع النفسية الاجتماعية والتي قد تتحول الى دوافع قوية اقوي بكثير من الحوافز الأولية كما في حالة التضحية بالنفس او الاستشهاد . .(ارجايل 1983 ص35).

08 يصنف بعض العلماء الدوافع النفسية الاجتماعية (المكتسبة) والتي تلعب دورا مهما في مستويات فاعلية عملية التعلم وفي تحديد مستويات السواء والانحراف الى :

1. الدافعية الايجابية مثل دوافع الاعتماد والتواد والانجاز . وهي دوافع تؤدي بالناس إلى البحث عن العشرة والألفة والصداقة والمودة مع الآخرين والى تقديم العون والإغاثة والتعضيد للآخرين .
2. الدافعية السلبية مثل دوافع القلق والذنب والعدوان وهي مجموعة من الدوافع المتعلمة كنواتج غير سارة لمواقف مؤلمة او مخيفة او ضاغطة او حتى صادمة.(منصور وآخرون 1978ص122).

09 وضع علماء النفس قوائم مختلفة بالحوافز المكتسبة ولقي بعضها اهتماما ضخما مثل : دافعية الانجاز او التحصيل Achievement والانتماء Affiliation والقوة او السلطة Power وهي حوافز تفسر جانبا كبيرا من التنوع في السلوك الاجتماعي .(ارجايل 1983 ص34-36).

10 0 بالإمكان النظر الى الدافعية نظرة تكاملية , كل نوع من الدوافع يكمل الآخر في دورة حياة الإنسان المتكاملة , فالدوافع بمختلف أنواعها يمكن جمعها في مفهوم واحد هو (التحقيق) اي تحقيق الذات وقد وجد هذا المفهوم عند ماسلو وروجرز كما وجد عند هورناي بصيغة إدراك الذات , ويعني مفهوم تحقيق الذات تحويل الإمكانيات الى وقائع , ويعني استنادا الى آخرين المحافظة على الكائن الحي وتعزيز قيمته , بمعنى العيش والنجاح والازدهار , فنحن نأكل ونشرب ونتزوج ونكبر ونربي أطفالنا ونبني مجتمعات وندافع عنها ونبتدع أشياء جديدة ونحب بعضنا البعض ...انه باختصار مفهوم يساعد على توضيح حقيقتنا الإنسانية الأساسية . (النعمة والعجيلي 2004ص71) .

محاضرات الاسبوع الحادي عشر

**الانفعالات**

* **مقدمة وتعريفات**
* **خصائص الانفعال**
* **مكونات الانفعال**
* **العلاقة بين الدوافع والانفعال**
* **الانفعالات بين الايجابيات والسلبيات**
* **نظريات الانفعال**
* **وظائف الانفعال**
* **العوامل المؤثرة في نمو الانفعالات**
* **قياس الانفعالات**
* **النضج الانفعالي**
* **مفاهيم اخرى ذات صلة بالانفعالات**

**مقدمة**

 ربما كان الانفعال EMOTION من ناحية تعقيده وتنوعه وشموله احد اهم الخصائص التي تميز الإنسان عن الحيوان فضلا عن ان الانفعالات من الموضوعات التي تجعل الحياة الإنسانية اكثر حيوية وحرارة , ولك ان تتخيل حياة انسانية وعلاقات اجتماعية وروابط أسرية خالية من الحب والكره و والضحك والبكاء , والغضب والدهشة , والسعادة والحزن .. انها حياة اقرب ما تكون للميكانيكية ..فالانفعالات والمشاعر المرتبطة بها هي ملح الحياة اليومية وتوابلها , وبوساطة تلك الانفعالات تكتسب حياة الإنسان معناها ودلالتها.(ربيع 2010 ص151).

 والانفعالات من اكثر موضوعات علم النفس استعصاءا على الدراسة والفهم لاعتبارت ذاتية وموضوعية تتمثل في :

**أولا**: هناك صعوبة تواجه اي محاولة لتعريف او شرح اية خبرة ذاتية استبطانية على شاكلة الانفعال , فنحن نستطيع ان نصف مثلا ما يصاحب السرور او الكدر من أحوال جسمية او مظاهر سلوكية ولكن ان أردنا ان نعرف السرور او الكدر كخبرتين ذاتيتين فلن نستطيع ان نصف أحداهما الا بأنها عكس الأخرى.

**ثانيا** : هناك تداخل في استخدام التعابير المتعلقة بخبراتنا الذاتية مما يتوجب التوقف لمراجعة بعضها لغرض الاتفاق على قواعد للغة المشتركة بشانها .

 وتوصف الانفعالات بانها طاقة الفكر وموجهة النشاط المعرفي والنافذة المطلة على العقل , وهي الوسط الذي تجري فيه ومن خلاله التبادلات الاجتماعية , وتتشكل بواسطته أواصر العلاقات بالآخرين , وهي التي تمنح خبراتنا ظلالها وألوانها , وتعطي لحياتنا عمقها ومعناها , او على العكس قد تكزن مصدر للفوضى والوهم والخديعة .( النعمة والعجيلي 2004 ص72).

 والانفعال **ظاهرة قبل - لفظية** بمعنى انها لدينا قبل تعلمنا اللغة , ما يجعل اللغة قادرة او غير قادرة على مواكبة الظاهرة الانفعالية , ومن جهة اخرى يكون الانفعال صفة مصاحبة للدافع وليس الدافع بذاته , فالدافع للعدوان يثير انفعالات من قبيل الحسد , الغضب , الخوف , ونشوة الانتصار على الغريم . بينما يثير الدافع الجنسي انفعالات الحب , الغيرة , الوله , الهيام .(المصدر السابق ص 75).

 **والانفعالات هي : حالات داخلية تتصف بجوانب معرفية خاصة وإحساسات وردود أفعال فسيولوجية , وسلوك تعبيري معين , وهي تنزع للظهور فجأة ويصعب التحكم فيها** (دافيدوف 1983 ص480).

 ويعرف الانفعال أيضا بوصفه : **حالة نفسية تنشأ نتيجة مثير مفاجئ وتضطرب خلالها شخصية الإنسان بكاملها ثم لا تلبث ان تضعف وتزول بسرعة . وتبدو حالة الاضطراب هذه في بنية الشخص المعرفية وخبراته الشعورية وردود أفعاله الفيزيولوجية وتعبيراته الخارجية وتصرفاته المختلفة , وتشكل هذه الاستجابات المتنوعة استجابات متكاملة تعبر عن نوع الحالة الانفعالية التي حدثت للشخص** (داود . دت .ص167).

 والانفعال في تعريف ثالث هو : **خبرة او حالة ذات صبغة وجدانية , نفسية الأصل , وتتكشف في السلوك والوظائف الفسيولوجية** .

 **وتشير كلمة (وجدانية) Affective إلى جوانب الإحساس باللذة او السرور او الألم التي تقترن بالحالات الانفعالية .**(منصور وآخرون 1978ص146).

 ويعرفها تشايلد بانها : **الاستجابة الفسيولوجية والنفسية المؤثرة على الإدراك والتعلم والأداء** .(تشايلد 1983 ص 29).

**خصائص الانفعال** :

 للانفعال خصائص متعددة منها :

* هو استجابة مركبة عند الإنسان .
* وهو خبرة ذاتية .
* وهو مصحوب بتغيرات على الأصعدة النفسية والفسيولوجية .
* وهو يسبب خلخلة في قدرة الإنسان على حفظ توازنه.
* قد تكون للانفعالات اثار سلبية وقد تكون لها نتائج ايجابية .
* بعض الانفعالات سطحية وبعضها الآخر عميقة .(ربيع 2010ص 152)
* والانفعال كذلك عنصر مهم في الشخصية وفي العلاقات والتفاعلات القائمة بين الأفراد .

**مكونات الانفعالات :**

بينت الدراسات ان تحليل اي حالة انفعالية يوصل الى ثلاثة مكونات تتكامل معا وتحدد نوع تلك الحالة وشدتها وهذه المكونات هي : **المكونات الذاتية والمكونات الفسيولوجية والمكونات الخارجية التعبيرية** :

**01 المكونات الذاتية** : وتتألف من الخبرات الشعورية والعناصر المعرفية . ويقصد بالخبرة الشعورية تلك المشاعر التي يشعر بها الشخص المنفعل ويستطيع التعبير عنها بعد تأملها او استبطانها من قبيل ان يصف حالته في اثناء الفرح بالدفء والتهيج والانشراح , ا وان يصف حالته أثناء الغضب بالتوتر والرغبة في تحطيم الأشياء ..

اما العناصر المعرفية فهي مجمل تلك الأفكار عند الشخص المنفعل والمتصلة بالموضوع الذي اثار انفعاله الى جانب إدراكه للتغيرات المختلفة التي تحدث له وتحليله لتلك المشاعر التي يشعر بها وفهمه لها .(مراد :د ت ص168).

ويعتقد كثير من علماء النفس ان تفسير الأفراد للموقف المباشر الذي يتعرضون له هو المحدد لاسم الانفعال الذي يطلقونه على ما يشعرون به مع ملاحظة ان ردود أفعال الجهاز العصبي السمبثاوي تكون متشابهة تماما لدى كل منهم كما في حالات : الغضب بسبب الاهانة او الخوف والقلق بسبب الموقف الامتحاني او الحب بسبب مقابلة او رؤية شخص عزيز او محب وردود الأفعال تلك هي : خفقان القلب , إفراز اليد للعرق , وتورد الوجه .(دافيدوف 1983 ص487) وهو ما يدخل ضمن المكونات الفزيولوجية .

 **02 المكونات الفزيولوجية** : ويقصد بها التغيرات الفزيولوجية التي تحدث خلال الحالة الانفعالية ويمكن الكشف عنها بوساطة أجهزة معينة مثل أجهزة ضغط الدم , معدل ضربات القلب , توصيلة الجلد , معدل التنفس حرارة الجسم , التغيرات الكيميائية في الدم , التوتر العضلي . ويمكن للشخص المنفعل ان يشعر ببعضها مثل خفقان القلب او جفاف الفم او التعرق وتوتر الجسم .

وتوصل عالم الفسلجة الأميركي كانون Cannon ان التغيرات الفزيولوجية الحاصلة أثناء الانفعالات الشديدة مثل الغضب الشديد والخوف الشديد والتي تحدث نتيجة لزيادة إفراز هرمون الأدرينالين تسهم في تكوين استجابات لدى الكائن الحي تهيئه لمواجهة المواقف الطارئة وتساعده على القيام بأعمال لا يستطيع القيام بها اثناء الحالات العادية وهي تحميه من الاذى من خلال القتال او الهروب (داود دت ص170)

**03 المكونات الخارجية التعبيرية** : وهي مختلف التعبيرات الوجهية والإيماءات والإشارات غير اللفظية التي تبدو على وجوه الأشخاص أثناء انفعالهم فضلا عن الحركات والأوضاع البدنية والألفاظ التي تصدر عنهم .

وتشير الملاحظات اليومية والدراسات التي أجريت في هذا المجال ان الوجه ككل وبخاصة تعبيرات الفم والجبهة والعينين ووضعية الجسد واليدين ونغمة الصوت عناصر مهمة في التعبير الانفعالي وتشخيص نوع الانفعال على الرغم من ان الاستجابات الانفعالية تتأثر بالإطار الثقافي للمجتمع (داود دت ص171)

ويبدو ان بعض التعبيرات الانفعالية وبخاصة تلك الشائعة بين البشر ( مثل التعبير عن السعادة والسرور بالابتسام او الضحك , والتعبير عن الحزن بالفم المقلوب الى اسفل , والتعبير عن الغضب باحمرار الوجه ..) وهي تعبيرات تحدث تلقائيا لدى الأطفال الصغار كما يعبر العميان والصم (منذ ولادتهم) عن مشاعرهم بنفس العلامات والمظاهر , يبدو ان تلك التعبيرات الانفعالية تكون مبرمجة داخل الأفراد بوساطة مورثاتهم (دافيدوف 1983 ص489) مع عدم إغفال دور الخبرة والتعلم في صياغة بعض التعبيرات الانفعالية التي تقترن بثقافات محددة دون غيرها (داود دت ص173)

**محاضرات الاسبوع الثاني عشر**

**العلاقة بين الدوافع والانفعالات**

دأب بعض علماء النفس على دراسة العلاقة بين المفهومين بسبب التداخل الشديد بينهما وأشار عالم النفس وليم مكدوجل الى علاقة وثيقة بينهما عندما قال ( ان قلب الغريزة او قلب الدافع هو الهيجان الانفعالي ).

ويمكن تبين العلاقة بين الدوافع والانفعالات من خلال ما ياتي :

* يحدث الانفعال حين يرضى او يشبع احدى الدوافع فجأة وعلى غير انتظار او بصورة غير متوقعة كما في حالة الفوز بجائزة يانصيب .
* يحدث الانفعال حين يعاق الدافع عن الإشباع كما في حالة الغضب عند الأطفال عندما يمنعون من اللعب .
* تعد كل من الدوافع والانفعالات قوى محركة للسلوك وموجهة له .
* كل من الدوافع والانفعالات فطرية في الأساس ولكن طريقة التعبير عنها وتصريفهما يتم اكتسابهما من البيئة الإنسانية .
* يرتبط كل من الدوافع والانفعالات بمبدأ حفظ التوازن , فعدم إشباع الدافع يسبب اختلال في توازن الفرد فيما الانفعالات المتطرفة تسبب الحالة ذاتها .
* العلاقة بين الدوافع والانفعالات علاقة دائرية اي يؤدي احدهما الى الآخر , فإشباع دافع يسبب انفعال ايجابي فيما إعاقة إشباع دافع ما يؤدي لظهور الانفعال السلبي .(منصور وآخرون 1978 ص144) (ربيع 2010ص155)
* وتلعب مناطق التكوينات تحت القشرية في المخ دورا أساسيا بالنسبة للدوافع والانفعالات (دافيدوف 1983 ص493)

**الانفعالات بين الايجابيات والسلبيات**

يعد الانفعال مظهرا من مظاهر فقد التوازن بين الإنسان والبيئة , هو من جهة أخرى يؤدي بالفرد الى ممارسة السلوك الذي يؤدي به الى استعادة ذلك التوازن وعليه يمكن القول ان السلوك الانفعالي للإنسان له مظاهره الايجابية والسلبية وعلى النحو الآتي :

**المظاهر الايجابية للانفعال** , وهي على النحو الآتي :

* **الحماية** . اذ إنها تؤدي الى اتخاذ الإنسان أوضاع الحماية كما في حالة الخوف التي ترفع من استعداده للهرب او القتال .
* **الدفاع** . كما في حالة الغضب الذي يؤدي بالإنسان الى تحطيم العائق وبلوغ غايته او تحضيره لأوضاع القتال والدفاع عن النفس .
* **التنفيس** . بعض الانفعالات مثل البكاء تخفف من حالة التوتر وتجعله بقدر مناسب من الراحة النفسية.
* **الاصرارية** . تحفز الشحنة الانفعالية المصاحبة للانفعال المزيد من الإصرار والعمل والجهد لتحقيق الأهداف التي يتطلع لها .
* **التواصل** . للانفعال قيمة اجتماعية كبيرة تزيد من تقارب الأفراد وتفهمهم لبعضهم كما في حالات التعاطف الوجداني .
* **السرور** . اذ تكون الانفعالات السارة مصادر للشعور بالسعادة والفرح ومحطات للترويح عن النفس .

اما **المظاهر السلبية للانفعال** فتكون على النحو الاتي :

* **الضرر الجسمي** . وتؤدي الانفعالات الحادة مثل الحزن الشديد او الغضب الشديد الى إيقاع الأذى بالأجهزة الجسمية مثل الجهاز الدموي الدوري .
* **القرارات الخاطئة** . يقود الانفعال الشديد الفرد الى عدم القدرة على اتخاذ القرارات السليمة والافتقاد للتحليل المنطقي والحكم الموضوعي , فالغاضب لا يرى في خصمه الا مجموعة عيوب والمحب لا يرى في محبوب الا مجموعة من المزايا .
* **الأمراض النفسية الجسمية** . هناك من يرى ان الانفعالات الشديدة تساهم مع عوامل أخرى في الإصابة بالأمراض النفسية الجسمية (الأمراض السيكوسوماتية ) وهي أمراض جسمية نفسية المنشأ.(ربيع 2010 ص153-155)

**نظريات الانفعال**

 وضعت نظريات متعددة لتفسير الانفعال أدناه بعض منها :

**(1) نظرية جيمس – لانج .** وهي أقدم نظريات علم النفس لتفسير وفهم الانفعال وظهرت أواخر القرن ال19 وتوصل لها كل من العالم الأميركي وليم جيمس والعالم الدانمركي كارل لانج كل بمفرده . وتقول هذه النظرية إننا نشعر بالأسى لأننا نبكي او اننا نشعر بالغضب لاننا نتشاجر او اننا نشعر بالخوف لاننا نرتعش او اننا نشعر بالرعب لاننا نجري .

وطبقا للنظرية فنحن نشعر بالخوف بعد ان نجري ولا نقول اننا نجري لاننا نشعر بالخوف , وتفترض النظرية الخطوات التالية في تفسير الشعور بالانفعال :

01 نحن نشعر او ندرك الموقف الذي يسبب الانفعال

02 نحن نستجيب لهذا الموقف .

03 نحن نلاحظ استجابتنا .

ومعنى ذلك ان شعورنا او إدراكنا لاستجابتنا هو أساس الانفعال وعلى ذلك فان الخبرة الانفعالية او ما نشعر به من انفعال يحدث بعد حدوث التغيرات الجسمية , اي ان التغيرات الجسمية هي التي تسبق الخبرة الانفعالية وتؤدي اليها (ربيع 2010ص158).

 ومن الاعتراضات التي توجه للنظرية ان جميع الاضطرابات العضوية التي يقال انها سبب الشعور بالانفعال توجد فرادى او مجتمعة في حالات ليس لها صيغة انفعالية , فنحن نشحب ونرتجف في حالة البرد وتصيبنا القشعريرة ويغمرنا العرق البارد في حالة الحمى , كما ان القلب يخفق بعد الجري او بعد تناول جرعة كبيرة من القهوة .من جهة أخرى تحدث نفس التغيرات الفسيولوجية في انفعالات مختلفة عن بعضها و كما ان إدراك التغيرات العضوية ليس شرطا ضروريا او كافيا للشعور او السلوك الانفعالي .

**(2) نظرية كانون – بارد** والتي ظهرت اوائل القرن العشرين للرد على المشكلات التي تعاني منها نظرية جيمس – لانج اذ ترى ان الانفعالات والاستجابات الجسمية كل منها مستقل عن الآخر وهما يحدثان في نفس الوقت , من جهة اخرى تمثل الانفعالات استجابة طوارئ تهيء الكائن الحي للمواقف الضاغطة ( المصدر السابق 159)

 ووجد كانون ان هرمون الأدرينالين يزداد إفرازه في حالات الانفعال الضعيف مثل الخوف والغضب والألم البدني , وهذه الزيادة لها نتائج حيوية للفرد منها :

* تزويد جميع أجزاء الجسم وخاصة الأطراف بالدم لتنشيطها .
* ارتفاع ضغط الدم وانقباض الأوعية الدموية في الجلد لدفع الدم الى العضلات اكثر منه الى الأحشاء الداخلية .
* اتساع مسالك الهواء في الرئتين لتسهيل عملية التنفس .
* تحرير السكر المخزون في الكبد لتنشيط العضلات وتأخير ظهور التعب العضلي .
* زيادة سرعة تخثر الدم في حالة التعرض للنزف.

**محاضرات الاسبوع الثالث عشر**

**وظائف الانفعال**

 يفيد الانفعال في تحقيق عدد من الوظائف لعل أهمها :

* **الانفعال بوصفه وسيلة اتصال** : تعمل الكثير من ردود الفعل الانفعالية المبكرة كرسائل للآخرين , فسيماء الوجه انبساطا او انقباضا تبين للآخرين نوع انفعال الفرد .كما ان بكاء الفرد وسيلة تعبيرية مناسبة في غياب القدرة اللغوية له .
* **الانفعال بوصفه مصدر طاقة** : تزود الاستجابات الفزيولوجية المرتبطة بالانفعال الكائن الحي بالطاقة لمواجهة الطوارئ والتحديات التي يتعرض لها .
* **الانفعال كمنشط للدوافع** : تساعد بعض الانفعالات في إثارة دوافع الفرد وتنشيط سلوكه في ان واحد , فمشاعر الغضب تولد الرغبة في إيذاء الآخر .والتصرف بعدوانية . ومشاعر الحب تستثير الدافع الجنسي , ويبدو ان سبب ارتباط الانفعالات بالدوافع يعود الى ارتباطهما معا بمناطق التكوينات تحت القشرية في المخ , اي ان الأساس الفسلجي لهما واحد .

**العوامل المؤثرة في نمو الانفعالات**

 تتضافر بعض العوامل في ظهور وتطور ونمو الانفعالات وتصل الى صيغ انفعالية وأنواع مختلفة , هذه العوامل هي :

**اولا : النمو الطبيعي او النضج** . تبدأ انفعالات الطفل بحالة انفعالية تدعى ( الاهتياج العام ) ثم تتميز بعد شهور قليلة الى الابتهاج والضيق بسبب العوامل الوراثية وليس التعلم وبدلالة انه يحصل لجميع الأطفال باختلاف المستويات الحضارية والبيئية , فضلا عن ان السلوك الانفعالي يبدأ في سن معينة رغم اختلاف البيئات ودون توفر الفرصة الكافية لتعلمه , وتظهر التعبيرات الانفعالية لدى جميع الأطفال سليمي الحواس وفاقدي السمع والبصر في عمر واحد .

**ثانيا : العوامل الفزيولوجية** . وتتمثل بتأثيرات الجهاز العصبي المحيطي بقسميه (السمبثاوي ) الذي يحفز أنماط السلوك المرتبطة بحالات الطوارئ كما في حالات الانفعال , والباراسمبثاوي والذي يتعلق بأنماط السلوك المرتبطة بالأحوال الاعتيادية مثل الظروف التي لا تستدعي الانفعالات (منصور واخرون 1978ص148)

**ثالثا : التعلم** . ويؤثر في السلوك الانفعالي من ناحية مثيرات الانفعال وطرق التعبير المناسبة عنه ودرجة السيطرة عليه .ويتعلم الطفل خلال مراحل نموه لماذا ومتى واين وكيف ينفعل , ويكون لعمليات التنشئة الاجتماعية والخبرة الفردية دورها المهم في هذا الجانب (داود دت ص178)

**ويمكن تحديد ثلاث طرق يتم بها تعلم الاستجابة الانفعالية لمواقف معينة باعثة على الاستثارة وهي :**

**01 المحاكاة والتقليد** . من السهل ملاحظة ان الأطفال الصغار في سن سنتين يلجأون الى تقليد سلوك الكبار المحيطين بهم والاستجابة للمواقف الانفعالية بنفس طريقة استجابة الكبار لها . ولاحقا يقلد بعض النماذج السلوكية التي يراها في برامج التلفاز.

**02 الاقتران الشرطي** . وفيها يربط الطفل بين مثير محايد بمثير آخر لديه قوة استدعاء الانفعال ليكون للمثير المحايد قدرة استدعاء نفس الاستجابة الانفعالية بعد عملية الاقتران الشرطي . وتجربة واتسن الشهيرة في جعل احد الأطفال ممن لا يخافون من الفأر الأبيض (يتعلمون) الخوف منه هي نموذج لتأثير عملية الاقتران الشرطي في تعلم الانفعالات (دافيدوف 1983 ص 203)

**03 الفهم** . فنحن نخاف من بعض المنبهات اذا فهمنا وجه الضرر او الخطورة الكامنة فيها كما في الخوف من الأسلاك الكهربائية او الحيوانات المفترسة او الأسلحة النارية .(منصور وآخرون 1978ص151)

**قياس الانفعالات**

تقاس الانفعالات الإنسانية عن طريق فحص مكون واحد او اكثر من مكوناتها وكما ياتي :

**اولا : المكون الذاتي** . والذي يشمل المعرفة والإحساسات المصاحبة لانفعال ما , ويقاس هذا العنصر بتطبيق الاختبارات على المفحوصين او مقابلتهم شخصيا .

**ثانيا : المكون التعبيري الخارجي** .اذ يمكن استنتاج الانفعالات من الملاحظة المباشرة للسلوك فلتشخيص الغضب يمكن للعلماء ان يلاحظوا ويقدروا تكرار او شدة الارتجاف وتورد الوجه او تقدير ارتفاع الصوت او قياس الرغبة في الاعتداء على مصدر الغضب .

**ثالثا : المكون الفسيولوجي** و ويفيد في تقدير الانفعال عن طريق مراقبة ردود الأفعال الجسمية الداخلية التي تصاحب المشاعر الانفعالية مثل معدل ضربات القلب , والتنفس ,وتوتر العضلات والمثال الأقرب هنا استخدام جهاز كشف الكذب التي تسجل في آن واحد أكثر من رد فعل او حدث وعملية فسلجية (دافيدوف 1983 494).

**النضج الانفعالي**

 النضج الانفعالي شرط أساسي للتوافق الاجتماعي السوي والصحة النفسية السليمة , فاضطراب الصلات الاجتماعية والعلاقات الإنسانية مرهون في المقام الأول باضطراب الحياة الانفعالية , بل اان النجاح والفشل في الحياة يتوقف الى حد كبير على عوامل انفعالية وحسبنا ان نشير الى اثر سرعة الاهتياج وفرط الخوف والارتياب المسرف والغيرة الشديدة في الصلات الاجتماعية للفرد والى ان اغلب من يلجاون الى العيادات النفسية يعانون من اضطرابات انفعالية كالعجز عن ضبط مستوى الغضب او القلق الشديد من أشياء تافهة او غيرة مستبدة او مخاوف شاذة او اكتئاب مقيم .

والواقع ان عدم النضج الانفعالي هو سمة مشتركة بين المصابين بأمراض نفسية وأمراض عقلية و النضج الانفعالي هو مرتبة لا يصلها اغلب الناس حتى من نضجت أجسامهم وعقولهم .

ويتوقف النضج الانفعالي على عوامل عدة وراثية واجتماعية , فمن العوامل الوراثية سلامة الجهازين العصبي والغدي الهرموني , ومن العوامل الاجتماعية تربية لاتسرف في كبح الطفل او تدليله او تخويفه و وتعلمه كيف يسوس مشاكله ويعالجها دون ان يطلق العنان لانفعالاته وكيف يتصرف تصرفا سليما في مواقف الحرمان والإخفاق .

وعليه يمكن القول ان أهم سمات الشخص الناضج انفعاليا :

**01 يكون متحررا من الميول والاتجاهات الصبيانية** مثل الأنانية والاتكال على الغير والخوف من تحمل المسؤولية , وبهذا فان غير الناضج هنا هو طفل كبير .

**02 لا تثيره مثيرات الانفعال الطفلية او مثيرات تافهة** مثل النقد الطفيف أو الملاحظة العابرة التي تصيبهم بنوبة من القلق , والنكتة العارضة التي تثير نوبة ضحكهم غير المتوقع .

**03 قادر على التعبير عن انفعاله بصورة متزنة بعيدة عن التعبيرات البدائية والطفلية** , ولا ينم سلوكه على انه واقع تحت ضغط شديد , فالناضج لا يتشنج او يثور ولا يشتط وان رفض شيء ما فبهدوء واتزان وثبات وإصرار. على عكس مضطرب الشخصية الذي يعجز عن ذلك ويصبح أسير انفعالاته .

**04 القدرة على ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعال** , والبعد عن التهور والاندفاع ,والمعروف ان الشخص غير الناضج غير قادر على ذلك وتدوم مظاهر الانفعال لديه اكثر مما هي عليه لدى الشخص السوي .

**05 القدرة على احتمال التأزم والحرمان وتأجيل اللذات العاجلة** وإرضاء الدوافع العاجلة من اجل الظفر بلذات آجلة وأهداف اشمل وابعد , اي القدرة على تغليب الأهداف البعيدة على الأهداف القريبة , فغير الناضج يسارع الى إرضاء حاجاته المباشرة حتى ان ترتب عليها تعرضه للعقاب كما لدى الأطفال وبعض المجرمين .

**06 الرصانة الانفعالية ويقصد بها ان تكون غير متذبذبة او متقلبة** ولأسباب تافهة بين المرح والانقباض او بين الحزن والفرح او بين الضحك والبكاء , فغير المستقر انفعاليا غير ثابت في عمله ومعاملاته ومتردد ومتقلب المزاج ويعجز عن إتمام العمل الذي بدأه . (راجح 19 ص )

 **مفاهيم أخرى ذات صلة بالانفعالات**

**الانفعال والعاطفة**

يكثر الخلط بين الانفعال والعاطفة لذا يكون من المهم معرفة ماذا يعنى بالعاطفة وكيف يمكن التمييز بينهما . والعاطفة هي تنظيم وجداني ثابت نسبيا ومركب من استعدادات انفعالية تدور حول موضوع واحد قد يكون شخصا (الابن ) او جماعة (العشيرة) او شيء او فكرة (الوطن ) والعاطفة تختلف عن الانفعال في ناحيتين هما :

01 انها استعداد ثابت نسبيا في حين ان الانفعال هو حالة طارئة .

02 ان لها موضوعا محددا تدور عليه قي حين ان الانفعال مطلق غير مقيد بموضوع معين .

**الحالة المزاجية**

وهي حالة انفعالية معتدلة نسبيا تغشى الفرد فترة من الزمن او تعاوده بين حين وآخر . والحالة المزاجية تكون اقل عنفا وأطول بقاءا من الانفعال , فالفرد حين يسمع خبرا سيئا قد يشعر بالحزن وهذا انفعال عابر , فأن لازمه الحزن لأيام او أسابيع سمي (أسى) والأسى حالة مزاجية.

**الحالات الانفعالية المزمنة**

من الناس من تبدو لديهم حالات مزمنة من القلق والانتشاء او الهبوط , وترجع هذه الحالات الى عدة عوامل تعمل فرادى او مجتمعة , منها تكرار الظروف المثيرة للانفعال ودوامها من قبيل : تكرار الظروف المثيرة للخوف في جبهة القتال , او المثيرة للهم في المنزل او العمل , ومنها إطالة التفكير في حوادث ماضية مؤلمة او مخيفة , او توهم دائم بالشك ببعض الأفراد المقربين

**الوجدان**

وهو الجانب الشعوري الذاتي لحياتنا الانفعالية وهو حالة وجدانية طويلة الأمد تتصف بقدر عالي من الاستقرارية . ويتألف الوجدان من المشاعر الآتية :

**01 مشاعر حيوية** : وهي المشاعر الخاصة بما نمر به من حالات النشاط والخمول بشكل دوري ويومي وهو حالة طبيعية تناسب إيقاع الحياة اليومية ويصبح الأمر غير طبيعي عندما تأخذ المشاعر الحيوية نمطا أحادي الجانب لفترات طويلة وبما يشير الى حالة غير سوية كما في حالة الاكتئاب او الهوس .

**02 مشاعر دينامية** : وهي تتعلق بالمشاعر الخاصة بالذات مثل الشعور بالسعادة او البؤس او السرور او الغم . وبعضها يتعلق بالتفاعل مع الآخرين او الموضوعات الخارجية وتأخذ شكل متصل ذو قطبين يمثل طرف منها حالة التعاطف الوجداني مع الآخرين (بمعنى انني اشعر بما تشعر به أنت ) والطرف الاخر يمثل التبلد العاطفي (بمعنى ان مشاعرك لا تستثير لدي اي انفعال او عاطفة ) . ويقع معظم الأفراد في نقطة قريبة من الوسط وفي حالات خاصة نميل الى هذا القطب او ذاك . وفي حالات اللاسواء يبقى الشخص قرب احد القطبين لفترات طويلة وفي ظروف غير مبررة .

**03 مشاعر ذاتية** : وهي المشاعر المتعلقة بالتفضيلات مثل الميل الى لون محدد او الارتياح لوقت نوم محدد في اليوم , او تفضيل الجلوس على كرسي معين في زاوية معينة من غرفة بعينها . ورغم ان تفضيلاتنا هي انفعالية بقدر ما ونمنحها تبريرات عقلانية , وقد يشوب تلك التبريرات شيء من المبالغة المقبول الا ان ازدياد مثل تلك التفضيلات عن حد معين قد يدخلها في مجال الوساوس القهرية .

**04مشاعر متعلقة بقيمة الأشياء** : وهي المشاعر المتعلقة بالقيمة المادية والمعنوية للأشياء من حولنا بمعزل عن وظيفتها الحقيقية كما في حالة هوايات جمع الطوابع او السبح او الكتب , وتتأثر قيمة الأشياء بالظروف المحيطة كما هو حال قيمة الطعام عندما نكون جائعين وقيمة الماء في الصحراء عندما نكون تائهين في الصحراء .(النعمة والعجيلي 2004 ص76)

**بعض نماذج الانفعالات**

* **القلق**
* **الغضب**
* **العدوان**
* **الخوف**
* **الغيرة**
* **الخجل**
* **الفرح اوالبهجة**



**نظريات الذكاء**

اولا : نظرية سبيرمان (العامل العام )

اراد سبيرمان مؤسس مدرسة تحليل العوامل ان يتحقق عن طريق التجربة والاختبار من صحة الفرض الذي يقوله عامة الناس وهو ان الذكاء قدرة عامة يبدو اثرها في نواح شتى , فالناس يعتقدون ان الذكي في الناحية السياسية لا بد ان يكون ذكيا في ميدان التجارة او الاقتصاد او الخدمة الاجتماعية او في ميدان البحث العلمي او في معالجة مشكلات اطفاله . وقد اجرى سبيرمان عددا كبيرا من الاختبارات ىالعقلية والاختبارات الدراسية على مجموعة كبيرة من الافراد ثم قدر معاملات الارتباط بين كل واحد منها وبقية الاختبارات , وقد توصل لنتائج قادته لصياغة نظرية في الكاء يمكن ايجازها بالاتي :

1. الذكاء عامل عام او قدرة عامة تؤثر في جميع العمليات العقلية بنسب مختلفة وتشترك معه عوامل نوعية تختلف باختلاف العملية , بمعنى ان الذكاء هو جوهر النشاط العقلي كله , فهو يظهر في جميع تصرفات الفرد واوجه نشاطه المختلفة , مع وجود استعدادات نوعية الى جانبه .
2. ان الفروق في الذكاء بين الناس تبدو في اختلاف قدرتهم على استنباط العلاقات والمتعلقات .فكلما استطاع الفرد استنباط علاقات اكثر تعقيدا وتجريدا كان مستوى ذكائه رفيعا . اي ان الذكاء في جوهره هو ادراك للعلاقات الصعبة او الدقيقة .
3. ان خير الاختبارات لقياس الذكاء ما كان مشبعا بالعامل العام , اي ما تضمن استنباط العلاقات واطرافها , اي العلاقات والمتعلقات الجديدة غير المالوفة , وهذا يبدو واضحا في اسئلة اختبار الذكاء للاستاذ اسماعيل قباني (ص 399) من كتاب اصول علم النفس لراجح.

ثانيا : نظرية ثرستون ( القدرات المتعددة )

يرى ثيرستون ان ما يسميه سبيرمان بالذكاء او العامل العام يمكن تحليله الى عدد من القدرات او العوامل الاولية . فقد طبق ثيرستون عددا ضخما من الاختبارات اللفظية والعملية المنوعة على عدد ضخم من طلبة المدارس الثانوية والكليات , واظهر تحليل البيانات ما ياتي :

1. ان اختبارات الذكاء لا تقيس قدرة عامة واحدة بل سبع من القدرات العقلية او العوامل الاولية هي : أ .القدرة على فهم معاني الالفاظ . ب. الطلاقة اللفظية ,اي سهولة استرجاع الالفاظ او تاليف الكلمات من حروف معينة .ت .القدرة العددية والمتمثلة باجراء العمليات الحسابية الاربعة . ث.القدرة على التصور البصري المكاني .ويتمثل بتصور العلاقات المكانية والاشكال والحكم عليها بدقة .ج.سرعة الادراك من خلال التعرف على اوجه الشبه والاختلاف بين عدة اشياء .ح.القدرة على التذكر الاصم باسترجاع اوالتعرف المباشر على كلمات او رسوم او ارقام .خ.القدرة على الاستقراء والكشف عن مبدأ عام او قانون او نظام خاص في سلسلة من الاشياء .
2. ان هذه القدرات مستقلةعن بعضها استقلالا نسبيا لا مطلقا , بمعنى ان الرابطة بين القدرة العددية والقدرة اللفظية ضعيف مقارنة بالقدرة على الجمع وعلاقتها بالقدرة على الضرب او الطرح او القسمة .
3. تتضافر القدرات اعلاه في الانتاج العقلي خاصة المعقد منه اذ يندر ان يقوم شخص بانتاج معقد لا تؤثر فيه هذه القدرات جميعا بنسب متفاوتة .

ان الذكاء عند ثيرستون هو مركب يتالف من بضع قدرات اولية بنسب معينةمثلما هو الضوء الابيض يتالف من اضواء اولية بنسب معينة .

**الذكاء موضوع مثير للجدل** :

اختلف الاختصاصيون في موضوع الذكاء في امور متعددة بشأنه , من ذلك هل هو قدرة عامة كما يقول سبيرمان ام انه قدرات متعددة وعوامل مستقلة عن بعضها كما يقول ثيرستون . وهل الذكاء ناجم عن الوراثة لوحدها او البيئة بمفردها , ام هو نتاج تفاعل متغيرات الاثنين . وهل الذكاء قدرة معرفية بحتة ام ان للدافعية اعتبار ما في التعرف عليه .

لقد نحيت الخلافات النظرية جانبا لان المهم عند العلماء هو ابتكار المقاييس التي تفيد في التمييز بين المستويات المختلفة من الذكاء بما يضمن حسن التوزيع على المراحل الدراسية المناسبة , وهو الامر الذي قاد الى التعريف الاجرائي **( الذكاء هو ما تقيسه اختبارات الذكاء )** والذكاء المقاس **( هو الاداء في موقف اختباري معين بالاعتماد على الانجازات والمهارات المكتسبة ).**

**محاضرات الاسبوع الخامس عشر**

**العمر العقلي و معامل الذكاء IQ**

يعود مفهوم معامل الذكاء الى عالم النفس الاميركي لويس تيرمان 1877-1956 من جامعة ستانفورد , ويراد به :

**(دليل رقمي يصف الاداء النسبي في اختبار ما بما يساعد في المقارنة بين اداء فرد واداء آخرين من نفس العمر )**

ويستخرج معامل الذكاء كما ياتي :

01 يعطى المفحوص عددا محددا من الشهور بالنسبة لكل اجابة صحيحة وتحسب النقاط المتجمعة . ويسمى مجموعها العمر العقلي MA .

02 يقسم العمر العقلي على العمر الزمني للفرد (محسوبا بالشهور )ويضرب الناتج في 100.

وعليه يكون العمر العقلي هو **(الدرجة التي يحصل عليها الفرد من نجاحه في اختبارات الذكاء المخصصة لاعمار محددة ).**

فاذا استطاع طفل ان يجيب على كل الاسئلة الخاصة بكل المجموعات العمرية حتى مستوى تسع سنوات يقال عندئذ ان عمره العقلي = تسع سنوات بصرف النظر عن عمره الزمني الحقيقي .

واذا بينت اختبارات الذكاء ان العمر العقلي للفرد يقترب من العمر الزمني كان الفرد متوسط الذكاء , واذا كان يزيد عليه كان ذكاءه اعلى من المتوسط , واذا كان اقل منه كان ذكاءه ادنى من المتوسط .

مثال 1 : حصل طفل ذو 5 سنوات على عمر عقلي = 6 سنوات (بمعنى انه استطاع الاجابة على اسئلة يجيب عليها عادة طفل بعمر 6 سنوات ) فما معامل ذكاءه IQ ؟

الحل :

(العمر العقلي / العمر الزمني ) \* 100

)= 6 \*12 ) / ( 5 \* 12 ) \* 100

 = ( 72 / 60 ) \* 100

= 120 معامل ذكاء الطفل وهو ما يجعله ضمن المتفوقين عقليا او فوق المتوسط .

 مثال 2 :

حصل طفل ذو 6 سنوات على عمر عقلي = 4 سنوات (بمعنى انه استطاع الاجابة على اسئلة يجيب عليها عادة طفل بعمر 4 سنوات ) فما معامل ذكاءه IQ ؟

الحل :

(العمر العقلي / العمر الزمني ) \* 100

)= 4 \*12 ) / ( 6 \* 12 ) \* 100

 = ( 48 / 72 ) \* 100

= 66,6 معامل ذكاء الطفل وهو ما يجعله ضمن المتخلفين عقليا او دون المتوسط

**فئات الذكاء**

يقود تطبيق اي من اختبارات الذكاء على مجموعة كبيرة من الافراد الى ترتيبهم فيما يسمى ب (منحنى التوزيع الاعتدالي ) والذي يساعد في تمييز ثلاث فئات من الافراد على وفق ذكاء كل منهم , وهذه الفئات هي :

1. فئة **متوسطي الذكاء** ممن تتراوح معاملات ذكاء افرادها حول درجة 100 بانحراف معياري قدره درجتان (90 – 110درجة ),
2. فئة **المتفوقين عقليا** ممن تزيد معاملات ذكاء افرادها على 110 -130 درجة
3. فئة **المتخلفين عقليا** ممن تقل معاملات ذكاء افرادها عن 90 -70 درجة .

**التخلف العقلي** :

ويعرف بانه **( وظائف عقلية عامة متدنية بوضوح عن المتوسط ناتجة عن او ملازمة لضعف السلوك التكيفي ويظهر خلال عملية النمو ).**

ويلاحظ ان التعريف يؤكد على جانبين :

1. انخفاض نسبة الذكاء اومعامل الذكاء عن المتوسط ( اقل من 75 درجة).
2. سوء السلوك التكيفي والمتمثل ب :
* صعوبة الحصول على عمل او الايفاء بمتطلباته.
* المشقة في التآلف مع الاخرين .
* صعوبة الاندماج مع الاخرين .

ويمكن تمييز فئات التخلف العقلي وباستخدام معامل الذكاء فقط الى ما ياتي :

1. فئة التخلف العقلي البسيط ومعامل ذكائها يتراوح بين 70 الى 55 درجة .
2. فئة التخلف العقلي المتوسط ومعامل ذكائها يتراوح بين 55 الى 40 درجة .
3. فئة التخلف العقلي الشديد ومعامل ذكائها دون درجة 40 .

**التفوق العقلي** :

يبدو التفوق العقلي بصورة مبكرة لدى الاطفال الموهوبين , وتوصل تيرمان في دراسته التتبعية الرائدة ل1500 طفل اميركي موهوب تتراوح معاملات ذكائهم بين 130-200 درجة ونسبتهم 2 % من مجموع تلاميذ المدارس , توصل الى انهم يتميزون بالسمات الاتية :

* اسرع واكثر تفوقا في التحصيل الدراسي من الاقران خاصة في الموضوعات المتصفة بالتجريد .
* اكثر اقبالا على القراءة والاهتمام بها .
* لهم ميول عقلية واجتماعية خارج المدرسة تتسم بالكثرة والتنوع .
* احتفظوا بمعامل ذكاء مرتفع الى مرحلة الرشد .
* قوة الارادة والمثابرة والرغبة في التفوق والثقة بالنفس .
* القدرة على القيادة والتزعم .
* الابتعاد عن الغرور وحب الزملاء لهم والامانة .
* اصحاء بدنيا وهيئة مقبولة وطول العمر .
* اكثر من سواهم في التوافق الزواجي والمهني .
* ينحدرون من اسر ذات مستوى اجتماعي واقتصادي عالي .
* نسبة المصابين في اسرهم بالامراض العقلية اقل من نسبتها بين الاخرين .
* وقد يصبحوا مصدر مشكلات للاهل والمدرسة والاصدقاء .

محاضرات الاسبوع السادس عشر

**الفصل السادس**

**الانتباه**

**تعريف الانتباه**

**انواع الانتباه**

**العوامل التي تساعد في حصر الانتباه**

**العوامل المشتتة للانتباه**

**أضطرابات الانتباه**

**تعريف الانتباه :**هو استخدام الطاقة العقلية في عملية معرفية , او هو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعدادا لملاحظته او ادائه او التفكير به .

**انواع الانتباه**

قد ينشأ الانتباه كعملية داخلية ( تلقائية ) او (مقصودة )لتحقيق غرض ما , وفي الحالة الاولى اي الانتباه التلقائي يتجه الانتباه الى الشيء الذي يميل اليه الفرد ويهتم به .وبذلك يكون الانتباه عملية سهلة ولا تحتاج الى جهد . اما في الحالة الثانية وعندما يكون الانتباه مقصودا وهادفا فانه يكون من نوع الانتباه الارادي الذي يتطلب من الفرد بذل الجهد كما في حالة حصر الانتباه في محاضرة ما او استذكار الدروس .

وقد ينشأ الانتباه نتيجة لتاثير مثير خارجي معين يفرض نفسه فرضا على الفرد فيتجه الانتباه اليه رغم ارادة الفرد ولذا يطلق عليه الانتباه القسري , كما في حالة الانتباه لضوضاء مرتفعة مثل صوت الرعد او طلقة مسدس او الانتباه الى ضوء فجائي مثل ضوء البرق .

**العوامل التي تساعد على حصر الانتباه**

**اولا : العوامل الداخلية** وتتمثل بمجموع الظروف الدافعية التي تؤثر في توجيه الانتباه وتخضع للضبط الارادي , ويمكن تقسيم هذه الظروف او العوامل الى :

**(1): عوامل مؤقته من قبيل :**

* الحاجات البيولوجية , كما في حالة الجوع الذي يدفع الفرد للانتباه الى رائحة الطعام دون سواها من الموضوعات .
* التهيؤ الذهني , الام النائمة على سبيل المثال قد لا يوقظها صوت الرعد على قوته فيما تستيقظ لاقل حركة او ادنى صوت لطفلها .
* الاهتمام , من الملاحظ ان الفرد اكثر انتباها للموضوعات التي يميل اليها ويهتم بها , **وكأن الاهتمام هو انتباه كامن بينما الانتباه هو اهتمام نشط .**
* الايحاء من الاخرين , ان قابلية الايحاء من الاخرين والتاثر بهم توجه انتباه الفرد لموضوعات بعينها .

**(2) :عوامل دائمة تساعد الفرد على جذب الانتباه اوحصره مثل** :

* صفات الفرد وسمات شخصيته مثل عاداته في الاصغاء وحب الاستطلاع .
* الانتباه المستمر لمصادر الخطر التي تهدد بقاء الفرد او تلحق به الاذى .

**ثانيا : العوامل الخارجية** . وهي عوامل تتعلق بالمنبهات والتي تبدو في شكل صريح بما يعمل عليه مصمموا الاعلانات في جذب انتباه الناس . ومن هذه العوامل :

1. شدة المنبه . مثل استخدام الميكرفون حتى يرفع صوت المعلن على بقية الاصوات او استخدام الاضواء الملونة البراقة .
2. تكرار المنبه . بقصد جذب الانتباه .
3. التغير المفاجىء للمنبه في اللون او الحجم او الشدة او الموضع تجعله محل انتباه اكثر من السابق او اكثر من سواه .
4. حركة المنبه . وهي نوع من التغير فالفرد ينتبه لمثير متحرك وسط مثيرات ساكنة .
5. التناقض . او تباين المثير عما حوله من مثيرات يجعله اكثر جذبا للانتياه .
6. موضع المنبه . جذب الانتباه يتاثر بموضع المنبه بالنسبة لمجال الادراك مثال ذلك ان الانسان يميل لقراءة محتويات النصف الاعلى من الصحيفة قبل النصف الاسفل .

**العوامل المشتتة للانتباه :**

من الاضطرابات الشائعة التي يعاني منها الطلبة اثناء التحصيل الدراسي او استذكار الدروس هو ضعف القدرة على التركيز او حصر الانتباه في المادة المراد دراستها او حفظها , و(التركيز) اصطلاح شائع يعني القدرة على التحكم في الانتباه . ومن العوامل المسببة لعدم التركيز او تشتييت الانتباه ما ياتي :

اولا : العوامل الداخلية , وهي عوامل قد تكون فسيولوجية او نفسية :

 أ : العوامل الفسيولوجية وتشمل : اضطرابات الجهاز التنفسي او الهضمي او الغدي , وسوء التغذية , والتعب او الارهاق و الملل .

 ب : العوامل النفسية وتشمل :

* العقد النفسية والصراعات النفسية التي تستنفذ قدرا كبيرا من الطاقة العصبية اللازمة لعملية الانتباه مثل عقد النقص والذنب او الاضطهاد .
* القلق والافكار الوسواسية وحدة الانفعالات .
* الاسراف في التامل الذاتي واجترار المتاعب والالام والاستسلام لاحلام اليقظة .
* انشغال المرء بامور اخرى غير الموضوع الواجب الانتباه له .

ثانيا : العوامل الخارجية وتشمل العوامل الاجتماعية والعوامل البيئية :

 أ : العوامل الاجتماعية والتي تتمثل بالمشكلات العائلية والمالية المعلقة التي لم تحسم بعد ولا يستطيع الفرد الخلاص منها .

 ب: العوامل البيئية : مثل الضوضاء او سوء التهوية وارتفاع درجات الحرارة ونسبة الرطوبة . ان هذه المؤثرات تؤدي الى سرعة التعب وازدياد قابلية الفرد للتهيج وبالتالي فقد القدرة على حصر الانتباه .

**اضطرابات الانتباه** : واهمها :

1. شرود الذهن : وهو الازاحة المباشرة والسريعة للانتباه خلال سلسلة من المثيرات غير الهامة , ففي الشرود الذهني لا يستأثر امر دون غيره ببؤرة الشعور فهو حالة عدم مبالاة .
2. ابرو سكسيا : وهو فقدان القدرة على تثبيت الانتباه حتى لفترة وجيزة من الوقت في موقف معين بصرف النظر عن أهميته , وهو بمثابة تفريط في الانتباه .
3. هيبر بروسكسيا : او الإفراط في الانتباه , وهو تركيز حاد للانتباه ينجم عنه تضييق المجال الادراكي , اي هو حالة انحصار او تركيز يفقد فيها الذهن حرية التصرف ويصبح فيها اسير الوساوس المحيرة والهواجس المتسلطة والأفكار الثابتة , فلا يستطيع الفرد التخلص منها بالإرادة وبذل الجهد .

**محاضرات الاسبوع السابع عشر**

**الفصل السابع**

**الاحساس والادراك**

* **الإحساس**
* **الإدراك الحسي**
* **ماذا ندرك وكيف ندرك ؟**
* **قوانين التنظيم الحسي**
* **عملية التأويل**

**الإحساس : Sensation**

حين تقرع المنبهات الحسية حواسنا ينتقل اثر هذه التنبيهات عن طريق اعصاب خاصة هي الاعصاب الموردة الى مراكز عصبية خاصة في المخ , وهناك تترجم هذه الاثار الى حالات شعورية نوعية بسيطة هي ما تعرف بالاحساسات . والاحساس وفقا لهذا التقديم هو **الاثر النفسي الذي ينشأ من انفعال حاسة او عضو حاس وتاثر مراكز الحس في الدماغ مثل الاحساس بالالوان او الاصوات او الروائح والمذاقات والحرارة والبرودة والضغوط .**

وتنقسم الاحساسات بوجه عام الى :

1. **احساسات خارجية المصدر** هي الاحساسات البصرية والسمعية والجلدية والشمية والذوقية .
2. **احساسات حشوية المصدر** تنشأ من المعدة والامعاء والرئة والقلب والكليتين كالاحساس بالجوع والعطش والغثيان والالم .
3. **احساسات عضلية او حركية** تنشأ من تاثر اعضاء خاصة في العضلات والاوتار والمفاصل , وهي تزودنا بمعلومات عن ثقل الاشياء او ضغطها وعن وضع اجسامنا وتوازنها وعن مدى ما نبذله من جهد وما نلقاه من مقاومة ونحن نحرك الاشياء او نرفعها او ندفعها .

ولا يتوقف الاحساس عند هذا الحد بل يتعداه الى منح احساساته المختلفة معنى محددا يقرر على اساسه الانسان التصرف اللاحق الملائم , وهذه العملية تدعى الادراك الحسي .

**الادراك الحسي Perception**

**هو عملية تاويل الاحساسات تاويلا يزودنا بمعلومات عما في عالمنا الخارجي من اشياء اوفي حالتنا البدنية من تغيرات ومعطيات , انه العملية التي تتم بها معرفتنا لما حولنا او في داخلنا من موضوعات وتغيرات عن طريق الحواس** , كان ادر كان هذا الشخص الماثل امامي هو صديق لي , وان هذا الحيوان الذي اراه هو حصان , وان الصوت الذي اسمعه هو صوت سيارة مقبلة , وان هذه الرائحة التي اشمها هي رائحة طعام , وان التعبير الذي المحه على وجه س من الاشخاص هو تعبير غضب , وان هذه التفاحة اكبر من تلك , وان جلدي لوحته الشمس , ا وان عضلة معينة في ساقي في حالة تشنج .

محاضرات الاسبوع الثامن عشر

**ماذا ندرك ؟**

يتلخص ما ندركه في مجموعتين من الاشياء , الاولى اشياء متمايزة منفصل بعضها عن بعض والثانية اشياء تنطوي على دلالة ومعنى . ان رؤية لوحة فنية على سبيل المثال تبين انها ليست مجرد مجموعات من اشعة وموجات ضوئية ذات ذبذبات مختلفة , بل هي وحدات مستقلة منفصلة عما حولها من اشياء ولها معنى خاص بها , كذلك الحال مع سماع صوت الاستغاثة , فهو ليس مجرد موجات صوتية تقرع طبلة الاذن , بل هو صوت متمايز يبرز في مجال ادراكي يختلف عن الاصوات الاخرى وينطوي على معنى خاص به .

**كيف ندرك ؟**

والان نتساءل كيف يتم هذا التحول المذهل من اشعة وموجات ودقائق شاردة تسبح في المجال او العالم الخارجي الى ادراك وحدات منفصلة محددة ذات دلالة ومعنى ؟

لقد بينت مدرسة الجشتالت ان العالم من حولنا يتالف من اشياء ومواد ووقائع منظمة وفق قوانين خاصة و او بفعل عوامل خارجية موضوعية تشتق من طبيعة هذه الاشياء نفسها لا نتيجة نشاط عقلي , وتعرف هذه ب(قوانين التنظيم الحسي), وبفضل هذه العوامل تنتظم المنبهات الحسية في وحدات او صيغ مستقلة تبرز في مجال ادراكنا , ثم تاتي الخبرة اليومية والتعلم فتفرغ على هذه الصيغ معان ودلالات , وعلى هذا الاساس تتلخص عملية الادراك في خطوتين او مرحلتين هما 01 التنظيم الحسي 02 عملية التاويل .

**اولا : قوانين التنظيم الحسي :**

هي القوانين التي تنتظم بمقتضاها التنبيهات الحسية في وحدات او صيغ مستقلة بارزة , بفضل عوامل موضوعية , ومن اهمها :

1. عامل التقارب : تبدوا التنبيهات الحسية المتقاربة في المكان او الزمان في ادراكنا كوحدة او صيغة مستقلة بارزة , ففي الشكل التالي لا ندرك العلامات + كوحدات منفصلة بل كصيغ كل منها يتالف من زوجين من العلامات , فهي اذن ست صيغ وليس اثنى عشر علامة .

 ++ ++ ++ ++ ++ ++

1. عامل التشابه : تدرك التنبيهات الحسية المتشابهة كألاشياء او النقاط المتشابهة في اللون او الشكل او الحجم او السرعة او الشدة او اتجاه الحركة , تدرك كصيغ مستقلة , ففي الشكل التالي ندرك الاشكال + او o كاعمدة وفقا لخاصية التشابه وليس كعلامات تشكل صيغا افقية .

+ 5 + 5 + 5 + 5

+ 5 + 5 + 5 + 5

+ 5 + 5 + 5 + 5

+ 5 + 5 + 5 + 5

+ 5 + 5 + 5 + 5

1. عامل الاتصال : يميل الفرد للوصل بين النقاط المكونة لشكل او صورة او صورة ما لتبدو بصيغة متصلة , فالشكل التالي يدرك على انه مربع وليس مجموعة من نقاط + وقل هذا عن بعض الاشكال النجمية مثل الدب الكبير والدب الصغير ..

1. عامل الاغلاق : يميل الانسان لاكمال الاشكال الناقصة ان صادفناها في صيغة , ما فالمخ يكمل المعلومات التي فشلت حواسنا في توفيرها خاصة ان كان الشيء المعروض مالوفا لدينا . فالشكل التالي يدرك كدائرة مع انه في الحقيقة دائرة غير مكتملة .
2. عامل التماثل : عناصر الرؤية التي تتكون من اشكال منتظمة وبسيطة ومتوازنة ترى وكانها تنتمي لبعضها , فالشكل المجاور يدرك كمربعين وليس شيء اخر..

**ثانيا : عملية التأويل**

ينظر الطفل الصغير الى جهاز الراديو او الكتاب او الحاسوب فيرى اشياء مجسمة لكنه لا يدركها , وهو يسمعنا نتحدث لكنه لا يدرك ما نقول , لذا عليه ان يبدأ في تعلم اسماء الاشياء وخواصها وفوائدها واستعمالاتها , وعليه ان يتعلم معاني الالفاظ التي يسمعها ومعاني الكلمات التي يراها مكتوبة , وعليه ان يتعرف اقرانه وزوار المنزل واقاربه , وعليه ان يتعلم ان الابتسامة علامة الرضا وان العبوس علامة السخط . والطفل وهو ينفق وقتا طويلا في ملاحظة الناس في المواقف المختلفة وما يتضمنه هذا السلوك من دلالات ومعاني ..وهذا اساس ما يسمى ب**الادراك الاجتماعي** بمعنى **ادراك العلامات التي تفصح عن مشاعر الغير اوعواطفهم ومقصدهم عن طريق ملامح مختصرة** .

ولا شك ان بعض المعاني تكون فطرية غريزية عند الحيونات الدنيا ولكن الانسان عليه ان يتعلم الغالبية العظمى من هذه المعاني .

والانسان الراشد يؤول على الفور ما يبرز في مجاله الادراكي من صيغ , فان كانت صيغا مالوفة تطلع حواليه واؤل ما رآه , وان كانت الصيغ غريبة او جديدة عجز عن إيجاد معنى لها واحتاج الى شيء من الجهد والتحليل حتى يتضح معناها . والانسان حين يكون بصدد شيء مهم غامض او غريب يتفسح المجال امامه ليؤوله تاويلات شتى , وهي تاويلات تتوقف على حالته النفسية والمزاجية الدائمة والمؤقتة , الشعورية واللاشعورية , فالصوت الذي يسمع قد يحسب صوت صديق ينادي , وقد يحسبه شخص ثان صوت طفل يصيح او مؤذن ينادي للصلاة وقد يدركه ثالث انه صوت سيارة مسرعة تتوقف عن السير .....وهكذا , وقد افاد علماء النفس من هذه الخاصية الإدراكية فصاغوا على اساسها اختبارات تكشف عما لدى الفرد من ميول او رغبات او مخاوف او توقعات شعورية ولا شعورية واطلقوا عليها الاختبارات الاسقاطية .

والخلاصة ان الادراك ليس عملية بسيطة بل معقدة اذ تتدخل الذاكرة والمخيلة وادراك العلاقات في تاويل ما ندرك , ويتضح ايضا ان الادراك ليس عملية سلبية تتلخص في مجرد استقبال انطباعات حسية , بل ان العقل يضيف ويحذف وينظم ويؤول ما يتاثر به من انطباعات حسية .

**محاضرات الاسبوع التاسع عشر**

**الفصل الثامن**

**الذاكرة**

* **ما المقصود بالذاكرة ؟**
* **صور التذكر**
* **خطوات التذكر**
* **النسيان**
* **العوامل المؤثرة في النسيان**
* **شروط التحصيل الجيد**
* **حيل الذاكرة**

عندما تقول انك تذكرت شيئا ما , معنى ذلك انك تعلمت او اكتسبت هذا الشيء فيما مضى ,واحتفظت به في ذهنك , حتى استدعيته حاليا لحاجتك اليه . فالتذكر يعني استرجاع ما سبق ان تعلمناه واحتفظنا به . وبعبارة اخرى التذكر هو المعرفة الراهنة بخبرة سابقة , ومن الطبيعي ان يتاثر سلوكنا باستمرار بما نتذكره من خبراتنا السابقة , فلا يحدث نمو معرفي بدون التذكر وبوساطته تتكون العادات وتكتسب المهارات , كما انه شرط ضروري للتفكير الا انه ليس الشرط الوحيد .

**ما المقصود بالذاكرة Memory ؟**

**الذاكرة هي العملية التي تتضمن اكتساب المعلومات والاحتفاظ بها وما يعقب ذلك من استدعاء او استرجاع وتعرف** .

ويبدو من التعريف السابق ان الذاكرة تشمل عدة عمليات هي :

1. التعلم Learning والذي يشمل عمليتي الاكتساب والتحصيل .
2. الوعي Retention او الاحتفاظ بالمادة .
3. التذكر Remembering الذي يشمل صور مختلفة مثل الاسترجاع والتعرف .

**صور التذكر** :

ان ابسط انواع او صور التذكر هو:

01 **التعرف** ومعناه تذكر الشيء عندما يكون ماثلا امام الحواس فقد ننسى بعض الوجوه ولكن بمجرد مثولها امام حواسنا نتعرف عليها , مثل التعرف على اصدقاء المدرسة القدامى او التعرف على اماكن سبق لنا ان شاهدناها او كانت لنا فيها ذكريات ما .

**02الاستدعاء** صورة اخرى للتذكر لكنه اكثر صعوبة ومعناه اننا نستدعي الشيء حينما نستطيع رغم عدم مثوله امام حواسنا , بمعنى ان نتفطن الى انه مر بخبرتنا او اننا درسناه في الموضوع .

03 **الاسترجاع** فمعناه ان نتذكر بدقة كافية لمادة سبق ان مرت علينا ,ويعد الاسترجاع اكثر صعوبة من الاستدعاء لما فيه من تمييز وانتقاء وتحديد,

04 **اداء العادات والمهارات** التي تعلمناها جيدا هي صورة اخرى للتذكر .

ويتضح مما سبق ان التذكر قد يكون بصريا او سمعيا اوحركيا , وانه مهما اختلفت صوره نجد دائما اكتسابا ما يرتبط بكل صورة فيها ,سواء نعرفنا او استدعينا او استرحعنا او ادينا , فانه في كل حالة لا بد واننا قد اكتسبنا في باديء الامر المادة التي نتذكرها , فالاكتساب اذن هو الخطوة الاولى في عملية التذكر المكتملة .

**خطوات التذكر** :

1. الاكتساب 02الاحتفاظ 03الاستدعاء او الاسترجاع 04 التعرف

**النسيان :** ايء شيء متعلم معرض للنسيان كلا او جزءا الا اننا لا نستطيع ان نحدد الطريقة التي تفقد فيها الانطباعات المكتسبة بسرعة , وبينت تجارب عالم النفس الالماني ابنجهاوس في نهاية القرن التاسع عشر ان القانون الاساسي لمعدل النسيان هو **( يحدث النسيان سريعا في البداية ثم يبطيء بمرور الوقت )**. ولكن ما تفسير العلماء للنسيان ؟

اقترح العلماء عدة نظريات لتفسير النسيان لعل من اهمها :

**01 نظرية الضمور** : وتعتمد في تفسيرها على( الايض )وتشير الى ان النسيان ينجم عن انحلال مستمر لاثار الذاكرة في المخ والجهاز العصبي , وهذا الضمور يفسر حالات الحادثة في امراض معينة وفي الشيخوخة المتقدمة .

**02 نظرية التداخل** : وهي نظرية سلوكية ترى ان معظم النسيان اليومي ربما يحدث نتيجة التداخل وتشوش القديم بوساطة الجديد , وليس نتيجة التضاؤل والضمور التدريجي للاثار القديمة للذاكرة , ويطلق على التداخل اوتشوش التعلم الحالي بوساطة تعلم لاحق اسم ( الكف الرجعي ) او التعطيل الرجعي , فيما يطلق على على تشوش التعلم الجديد بفعل التعلم السابق اسم الكف البعدي .

**03 نظرية الكبت** : وعلى وفق فرويد فان النسيان للمواعيد والتواريخ والاسماء والاحداث قد ينجم عن رغبات مكبوتة, اذ ننسى عن طريق الية الكبت ما لانهتم به وما لا نريد تذكره وما يستثير لدينا انفعالا مؤلما اومنفرا .

**العوامل المؤثرة في النسيان** : تتضافر مجموعة عوامل محدثة زيادة او نقصا في معدل النسيان , من هذه العوامل :

1. **نوع المادة** : المادة ذات المعنى والمترابطة منطقيا ابطأ في النسيان من المادة التي لا معنى لها . ومن الملاجظ ان نسيان الشعر ابطأ من النثر ,
2. **التعلم الزائد** : اتقان التعلم بمستوى رفيع يقوي الانطباع في المخ , وعادة يمكن استرجاع ما تعلمناه في الحال دون بذل مجهود يذكر مثال ذلك تذكر الشخص لاسمه او رقم هاتف اهله او استخدام جدول الضرب .
3. **سمة فقدان الذاكرة** : يعتمد الوعي على سلامة المخ الوظيفية والعضوية وبالتالي فان اي شيء يحدث للمخ قد يؤثر في وظائفه ومن ذلك التذكر , وخاصة للانطباعات حديثة التكوين .كما في اصابات الرأس في حوادث السيارات او العمل او الرياضة حيث ينسى الفرد الذكريات المتعلقة بيوم الحادثة فيما تبدو انطباعات الذكريات القديمة غير متاثرة بالحادثة .ويطلق على هذه الظاهرة ( صدمة فقدان الذاكرة ).
4. **المخدرات** : الافراط في تناول الكحول او المواد المخدرة تؤدي الى تلف انطياعات الذاكرة خاصة الحديثة منها .
5. **الكف الرجعي** : اي نشاط عقلي جديد يعقب نشاط سابق من شأنه ان يتداخل في الانطباعات المكتسبة سابقا مما قد يحدث بعض النسيان .
6. **النوم** : تعد فترة الاسترخاء التام او النوم المباشر عقب التعلم امر ممتاز للوعي الجيد وللاحتفاظ بالانطباعات .

**شروط التحصيل الجيد** :

1. حصر الانتباه اثناء الحفظ.
2. النشاط الذاتي والمجهود التلقائي .
3. الاهتمام .
4. مبدأ التمايز والتكامل .
5. فترات الراحة وتنوع المواد .

محاضرات الاسبوع العشرين

**الفصل التاسع**

**التفكير واللغة**

* **مقدمة**
* **أنواع التفكير**
* **خصائص عملية التفكير**
* **اضطرابات التفكير**

**مقدمة :**

اذا كنا نفكر بما تعلمناه ووعيناه , فعن طريق التفكير نتعلم اشياء لم نعرفها من قبل , بمعنى ان التفكير في اشياء نعرفها يعلمنا اشياء لا نعرفها .

والتفكير هو كل نشاط عقلي ادواته الرموز , اي يستعيض عن الاشياء او الاشخاص والمواقف والاحداث برموزها بدلا من معالجتها معالجة فعلية واقعية .

والرمز هو كل ما ينوب عن الشيء او يشير اليه او يعبر عنه او يحل محله في غيابه . والرموز التي يستخدمها التفكير ادوات له مختلفة منها : الصور الذهنية والمعاني والالفاظ والارقام , ومنها الذكريات والاشارات والتعبيرات والايماءات وكذلك الخرائط الجغرافية والعلامات الموسيقية والصيغ الرياضية .

وبهذا المعتى العام يشمل التفكير جميع العمليات العقلية من : تصور وتذكر وتخيل واحلام يقظة وحكم واستدلال وفهم وتعليل وتعميم وتخطيط ونقد وغيرها .

وللتفكير مستويات تختلف صعوبة وتعقيدا لعل ارقاها الاستدلال والابتكار , فاما الاستدلال فهو نشاط عقلي يستخدم الرموز لحل المشكلات واما الابتكار فهو نشاط عقلي يستخدم الرموز لخلق شيء جديد اصيل .

وعليه يمكن تعريف التفكير بانه : عملية او نشاط عقلي داخلي وذاتي غير مباشر يعكس من خلالها العلاقات او الروابط بين الظواهر او الاشياء او الاحداث في وعي الانسان .

**انواع التفكير** :

01 **التفكير غير الموجه** : هو نشاط عقلي هائم في اكثر من موضوع دون هدف محدد واضح .

02 **التفكير الموجه** : نشاط عقلي خاص بموضوع محدد وتحت شروط ضبط عالية ومرتبط بمشكلة محددة وممكن تقويمه بمعايير خارجية .

**خصائص عملية التفكير:**

1. **التفكير نشاط عقلي غير مباشر** يعتمد على الخبرة السابقة غضلا عن الموقف الاني للفرد .
2. **التفكير هو انعكاس للعلاقات بين الظواهر والاحداث والاشياء في صيغة لفظية** , اذ لا تفكير من دون لغة , فباللغة نفكر في اشياء وموضوعات وان غابت عنا .
3. **التفكير هو ارقى اشكال نشاط المخ الانساني** شرط ان يقترن بالخيال السليم .
4. **التفكير خاصية انسانية متفردة** ناجم عن قشرة مخية راقية وعن بيئة اجتماعية من ابرز مقوماتها اللغة.
5. **التفكير هو وسيلة الانسان في تغييره لمحيطه وتحسين مختلف احواله** .
6. **التفكير انعكاس لنمط شخصية الفرد** , فالفرد السوي ذو تفكير سليم وعقلاني والفرد المضطرب ذو تفكير عصابي او فصامي اومنحرف .

**اضطرابات التفكير :**

تتعرض عملية التفكير لبعض الاضطرابات منها :

1. **اضطرابات التفكير التجريدي** : اي عدم القدرة على استنتاج مفهوم ما من مجموعة من الوقائع المترابطة , ويظهر لدى مرضى الفصام .
2. **التفكير المبهم او الخيالي** : وفيه يمارس المريض حياته وفقا لخياله المريض .
3. **تسارع الافكار** : هو التدفق السريع للافكار بسرعة تفوق سيطرة الفرد كما في حالات الجنون الدوري .
4. **تباطؤ الافكار** : البطء في التفكير والترابط بين الافكار ضعيف او شبه معدوم , وتقتصر هذه الافكار على موضوع واحد غالبا ما يكون مؤلما او كئيبا .
5. **تفكير الدوامة** : استمرار التفكير بموضوعات انتهت مناسبتها بسبب فقدان المريض السيطرة على التحول والخروج من دوامة تفكيره الاولى .

**محاضرات الاسبوع الواحد والعشرين**

**اللغة**

* **مقدمة**
* **العوامل المؤثرة في اكتساب اللغة**
* **وظائف اللغة**

**مقدمة**

تعد اللغة احدى اهم خصائص الانسان ووسائله في الحياة ان لم نقل انها التعبير الاكثر غنى عن حياته العقلية والمعرفية , وهي شرط هام في كونه كائن اجتماعي بالدرجة الاساس ومن هنا قيل انه حيوان ناطق.

ويهتم علم النفس بموضوع اللغة ضمن مبحثه او فرعه (علم نفس اللغة او سيكولوجية اللغة )والذي ينحصر اهتمامه بدراسة كيف يكتسب الانسان اللغة وكيف ينميها وطرائق استخدامها والوظائف المختلفة لها .

واللغة اساسا هي وسيلة اتصال مقصودة ومتقدمة تتضمن ارسال معلومات محددة الى المستلم لتحقيق هدف او مجموعة اهداف , واللغة بوصفها وسيلة اتصال اساسية لا تحل محل وسائل الاتصال الاخرى مثل الاشارات الحركية للراس واليد وتعبيرات الوجه والبدن الظاهرية وان كانت تتكامل معها .

وعند تحليل اللغة يظهر انها نظام من الرموز (الرمز تنبيه يمثل شيء آخر) يتميز بانه :

1. يتكون من اصوات ينتجها جهاز النطق البشري .
2. وهي خاصية انسانية ناتجة عن الجهد الاجتماعي البشري .
3. واللغة خاضعة لقواعد محددة تحدد تركيباتها وصياغاتها .
4. وهي نتاج ابداعي للانسان اذ هماك ما لا نهاية من التركيبات اللغوية في اي لغة طبيعية , وبمقدور اي لغة ان تعبر عن اي موقف جديد يتعرض له الانسان .

**العوامل المؤثرة في اكتساب اللغة :**

يخضع اكتساب اللغة لتفاعل نوعين من العوامل هما :

**اولا : الاستعداد الوراثي** : يرى عالم اللسانيات الاميركي نعوم تشومسكي ان الانسان معد وراثيا لانتاج اللغة , وهو الامر الذي تؤيده الشواهد الاتية :

* تشابه تسلسل مراحل اكتساب اللغة عبر الحضارات ولجميع اللغات .
* حساسية الرضيع المبكرة للغة .
* ظهور قدرات مرتبطة باللغة عند الرضع الخرس كما يبدو في استجابتهم او اصدارهم للاصوات عندما (يناغون )الاخرين .
* تخصص بعض مراكز المخ باللغة سماعا وفهما وانتاجا وبالتفاعل مع الجهاز التنفسي وجهاز النطق , وهذه المراكز هي :
* الفص الجداري وفيه مناطق التحكم بالكلام
* الفص الجبهوي وفيه مناطق تفسير اللغة .
* الفص الصدغي وفيه مناطق تسجيل وانتاج المعلومات السمعية.
* الفص القفوي وفيه مناطق استقبال وتجهيز المعلومات البصرية اللغوية (كما في فعاليات القراءة).

**ثانيا : العوامل البيئية** : يظهر تاثير البيئة في عملية اكتساب ونمو اللغة من خلال العوامل الاتية

* يكتسب الطفل لغة الاهل او الثقافة التي ينشأ فيها.
* يصبح الطفل متخلف لغويا ان نشأ خلال فترة النمو الحرجة لغويا في بيئة خالية او فقيرة بالتاثيرات او المثيرات اللغوية المناسبة كما في حالة اطفال الملاجئ
* للام دور كبير في سيطرة الطفل على اللغة من خلال تشجيعه المستمر على النطق وتقليل التدخل قدر الامكان بقصد التصحيح,
* تثبت الدراسات المقارنة ان لغة الاولاد الذين يدخلون الحضانة والروضة ارقى بكثير من لغة اقرانهم الذين لم يدخلوها .
* يقلد الطفل اقرانه او الاخرين لغويا سواء كان ما يقلده صائب او غير صائب لغويا , مقبول او غير مقبول اجتماعيا .

**وظائف اللغة :** المهمة الاساسية والوظيفة الاولى للغة هي **الاتصال بين البشر** لنقل المعلومات من المرسل الى المستقبل , ومن الوظائف الاخرى للغة :

* **استعمال اللغة في المراسيم الاجتماعية** :اذ يستخدم الانسان صياغات لغوية معينة في مواقف محددة مثل التحية ,الوداع ,التعزية,التهنئة,السؤال عن الصحة ,وليس مهما هنا المعنى الحرفي بل اعطاء السامع اشارة الى اهتمامنا به او اهمالنا له . وتنقل هذه الصياغات معلومات مهمة عن مستخدميها تساعد في الحكم عليهم او تقويمهم .
* **الوظيفة القانونية للغة** : ان استخدام اللغة في بعض المواقف مساوي للفعل الدال عليها كما في الطلاق , الحكم بالبراءة , عقد الايجار او البيع ,اعلان الحرب او الاستسلام .
* **اعطاء المعلومات واستحصالها** عن طريق السؤال والاجابة والبحث والتقصي .
* **التعاون والسيطرة على البيئة** كما تبدو في صيغ الامر والنهي والرجاء والتوسل والاوامر غير المباشرة .
* **الاقناع** : التاثير في سلوك الاخرين بصورة مباشرة او غير مباشرة كما يبدو في لغة الاعلانات والخطاب السياسي ومحتوى الكتب والنشرات والروايات .
* **الحفاظ على التراث** : اذ ينقل التراث من جيل الى اخر بفعل الكتابة والتدوين .
* **اجراء الطقوس الدينية** : اذ يستخدم العابد الصلاة والدعاء للتواصل مع الخالق .
* **التعبير عن الانفعالات**: سواء باسلوب الكتابة ( كما في قصائد الحب او الهجاء ) او في مخاطبة الاخر كما في حالات الوجد او الغضب .
* **حل المشكلات** : كما في حالة توجيه السؤال عن موضوع عصي او محاولة حل الكلمات المتقاطعة او في الاجابة على الاسئلة الامتحانية .
* **استعمال اللغة للتعبير عن الفكر** :اذ تساعد اللغة في نقل محتوى افكار الفرد او على العكس لتمويهها , وهي بهذا المعنى تفيد في الحكم على شخصية الفرد وسلوكه وتحصيله ومدى ابداعه ....

**محاضرات الاسبوع الثاني والعشرين**

**الفصل العاشر**

**التعلم**

* **مقدمة**
* **تعريف التعلم**
* **شروط التعلم**
* **نظريات التعلم**

**مقدمة**

القدرة على التعلم والاستفادة من التجارب من اهم خصائص الكائن الحي , فبالتعلم يستطيع الانسان ان يغير سلوكه وان يكيف حياته بما يتلائم مع العوامل الخارجية وبما يتفق مع حاجاته الشخصية , وبذلك يضمن لنفسه الحياة و البقاء.واهمية التعلم في حياة الانسان اعظم شانا , فالانسان يولد مزود بالقدرة على القيام بعدد قليل من الانفعالات المنعكسة مثل : المص والبلع اثناء الرضاعة والبكاء وحركة اليدين والقدمين والافراز والتبول ....وهذه الافعال ليست مكتسبة بالتعلم , بل هي فطرية موروثة وتسمى السلوك الاستجابي , ولكن لا يلبث الانسان ان يتعلم كثير من الحركات والاعمال وانواع السلوك المختلفة ..فيتعلم اللغة والمهارات والفنون والحرف والعلوم المختلفة , كما يتعلم العادات والاخلاق والميول والاتجاهات بما في ذلك العادات القبيحة والاخلاق الرذيلة .

والتعلم عملية دائمة ومستمرة ,فالانسان يتعلم من والديه واقاربه واصدقائه ومن تعامله مع الناس ومن المدارس والصحف والمسرح والراديو والتلفاز ومن تجارب الحياة , غير ان الانسان لا يفطن دائما الى ما يتعلمه من عادات وميول وسواها .

وبسبب اهمية التعلم عنى علماء النفس عناية كبيرة بدراسته دراسة علمية تجريبية قادت الى معرفة مبادىء التعلم وتعيين شروطه , ومثل هذه المباديء والشروط من المهم ان يعرفها الاباء والامهات ورجال التربية والصناعة والجيش وكل من لديه علاقة بتعليم الافراد وتدريبهم .

**تعريف التعلم : هو تغير دائم نسبيا في السلوك يحدث نتيجة الخبرة**

ومن المهم ملاحظة ان بعض التغيرات في السلوك ذات اصل وراثي ولا تعد تعلما لانها ناجمة عن النضج الطبيعي للكائن الحي وليس الخبرة , كما ان بعض التغيرات السلوكية لا تعد تعلما لانها مؤقتة وبفعل عوامل المرض وتناول الادوية او الانفعالات والتعب , وهي تغيرات مؤقتة تنتهي بنهاية العوامل المسببة لها .

**شروط التعلم :** لكي تحصل حالة تعلم ويكتسب الانسان خبرة جديدة ويفيد منها في مواقف حياته المختلفة لا بد من توفر ثلاث شروط اساسية هي :

**اولا : الدافعية** ومعنى هذا ان يتوفر الدافع المناسب بقدر كاف لان يستجيب الكائن الحي للموقف التعليمي بما يحقق اشباعا معقولا سواء كان موضوع الدافع حاجة فزيولوجية اوحاجة نفسية اجتماعية.

**ثانيا : النضج العقلي والبدني** لابد وان يكون الكائن الحي بمستوى من النضج العقلي والبدني يتيح له اكتساب الخبرة الجديدة وقدرة استخدامها ومهارة اتقانها .

**ثالثا : جدة الموقف التعليمي** لكي يتعلم الكائن الحي لابد له من ان يكون في موقف جديد لا خبرة سابقة له فيه ومن ثم تحدث لديه عملية اكتساب جديدة تناسب هذا الموقف .

**محاضرات الاسبوع الثالث والعشرين**

**نظريات التعلم :** وضعت عدة نظريات لتفسير التعلم اشهرها :

 **01 نظرية الاقتران الشرطي لبافلوف** .وتسمى احيانا نظرية الاشراط التقليدي . والاشراط النقليدي هو العملية التي يتعلم فيها الكائن الحي ان يستجيب بطريقة معينة لمثير لم يكن قادرا على انتاج الاستجابة من قبل , ويصبح هذا المثير الذي كان (محايدا) منتجا للاستجابة بسبب اقترانه او ارتباطه مع مثير آخر من شأنه ان ينتج هذه الاستجابة .

ويسمى المثير الذي كان في الاصل محايدا واصبح منتجا للاستجابة بالمثير الشرطي ويرمز له ب (م ش ) ويسمى المثير الذي ينتج الاستجابة من اول محاولة وفي اي محاولة تالية بالمثير غير الشرطي (م غ ش ).

وتسمى الاستجابة المستثارة بوساطة المثير غير الشرطي بالاستجابة غير الشرطية وتستثار نفس الاستجابة اذا قدم المثير الشرطي , وتسمى الاستجابة حينها بالاستجابة الشرطية (س ش).

ومن المفاهيم الاساسية في نظرية الاقتران الشرطي :

* **الاكتساب** : ويراد به قدرة المثير الشرطي على استدعاء استجابة كان المثير الطبيعي فقط هو القادر على استدعائها بفعل الاقتران الحاصل بين المثيرين .
* **التعزيز**  ( التدعيم ) :وهو اي حدث يزيد من احتمال صدور استجابة معينة تحت نفس الظروف , والتعزيز في التعلم البافلوفي ( الاشراط التقليدي) يتمثل في اقتران ارتباط المثير الطبيعي بالمثير الشرطي .
* **الانطفاء** : هو اضمحلال الاستجابة الشرطية تدريجيا كلما تتكرر ظهورها دون تعزيز.

 **02 نظرية الاشراط الاجرائي (التعلم الوسيلي ) لسكنر** : التعلم وفق نظرية سكنر هو (**افعال تلقائية يبادر بها الكائن الحي من تلقاء نفسه بقصد تحقيق نتائج محددة او للحصول على مكافآت معينة او لتجنب خبرات غير سارة** ).

ويبدو من التعريف السابق ان النتائج المترتبة على سلوك الكائن الحي هي العنصر الاساس في نظرية الاشراط الاجرائي ولذا يسمى احيانا **اشراط الاستجابة** فيما تكون المثيرات هي العنصر الاساس او الحاسم في نظرية الاشراط التقليدي ويسمى تبعا لذلك **باشراط المثير** .

وكان **ثورندايك** اول من اكد اهمية نتائج السلوك في التعلم من خلال نظريته المعروفة ب (**التعلم بالمحاولة والخطأ**).

وتعمل النتائج في نظرية الاشراط الاجرائي كمعززات للسلوك ووسائل لتحقيق نتائج مرغوب فيها وتسمى المعززات او المدعمات الايجابية , او لتجنب خبرات غير سارة او نتائج غير مرغوب فيها وتسمى المعززات السلبية .

**مقارنة مفهوم التعزيز في نظريتي التعلم بالاقتران الشرطي والتعلم بالاشراط الاجرائي.**

01كلاهما يزيد من احتمالا ت تكرار السلوك مستقبلا.

02 التعزيز في الاقتران الشرطي يسبق الاستجابة وفي التعلم الوسيلي يلحق بها او ينجم عنها .

03 التعزيز في الاقتران الشرطي من نمط واحد وفي التعلم الوسيلي من انماط متعددة.

04 يتمثل التعزيز في الاقتران الشرطي بالارتباط الحاصل بين المثيرين الطبيعي والشرطي , اما في التعلم الوسيلي فيتمثل بالنتائج المترتبة على السلوك.

 **03 نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا.** التعلم وفق نظرية التعلم الاجتماعي يتمثل بقدرة الشخص على القيام بسلوك ما من خلال ملاحظة الفرد لسلوك الاخرين وتقليده لهم وهم يمارسون ذات السلوك , ويسمى هذا النمط من التعلم ب: التقليد , التعلم بالنمذجة ,التعلم الاجتماعي .

ومن العوامل المهمة في اكتساب التعلم باسلوب النمذجة :

* **الانتباه** : وهو اهم عوامل التعلم الاجتماعي اذ من الضروري ان يشهد او يرى الشخص الملاحظ ذلك السلوك الذي يمارسه آخرون ( النموذج او النماذج السلوكية ) وقد يؤدي ضعف الانتباه الى تعلم جزئي او غير سليم ا والى عدم حدوث التعلم .
* **القرب** : يوجه الشخص المتعلم انتباهه لنموذج قريب اكثر مما يوحهه لشخص بعيد , وهذا ما يفسر ان الاباء والاقرباء المقربين والاصدقاء المحبين والمعلمين هم اكثر عرضة للاختيار كنماذج اذا ما قورنوا بالغرباء .
* **مركز النموذج** : تؤكد نتائج الابحاث ان النماذج ذات المراكز العالية اجتماعيا , اعلاميا , اداريا , سياسيا ...عادة ما تكون عرضة للتقليد والمحاكاة اكثر من النماذج السلوكية ذات المراكز المتدنية .
* **الحفظ** :لكي يكون التعلم بالنمذجة ناجحا يجب على الملاحظ ان يكون منتبها للنموذج ولديه القدرة على الاحتفاظ بسلوك النموذج وتذكره لاستخدامه عند الحاجة لاحقا .
* **القابلية الحركية** : وهي عنصر مهم لدى الملاحظ لكي يكون قادرا على اظهار وتقليد السلوك الذي اكتسبه من النموذج .
* **الدافعية** : من لا دافع لديه لتعلم سلوك الاخرين لن يكون قادرا على تقليد سلوكهم , والعكس صحيح .

 **04 نظرية التعلم بالاستبصار لكوهلر.** التعلم بالاستبصار هو التعلم الحاصل فجأة وربما من محاولة واحدة فقط ويسبقها فترة انتظار وتامل , ومن خصائص هذا النوع من التعلم انه مقاوم للنسيان ويسهل انتقاله الى المواقف الجديدة المشابهة للموقف الاصلي ومن خلال عملية التعميم .

ويعرف التعلم بالاستبصار بانه (**هو التوفيق بين عناصر المجال الادراكي اواعادة تنظيمها من خلال فهم عناصر المجال وادراك العلاقات بينها** ).

ويحصل هذا النوع من التعلم بين الكائنات الحية في المستويات العليا من المملكة الحيوانية الممارسة للعمليات العقلية العليا .

ولكي يحصل التعلم بالاستبصار لا بد من توفر اربعة عناصر هي :

* **النضج الجسمي** وتوفر الامكانية العضوية والبدنية للكائن الحي لممارسة السلوكيات المتعلقة بموضوع التعلم .
* **النضج العقلي** وتوفر المقدرة الذهنية لادراك المجال والكشف عن العلاقات المحتملة بين مكوناته .
* **تنظيم المجال** واعادة ترتيب عناصره لتحقيق حالة التعلم المنشودة .
* **الخبرة** وهي عند الجشتالتيين الفة الفرد ومعرفته بالظاهرة التي يتعامل معها وتبصره بها .

**محاضرات الاسبوع الرابع والعشرين**

**الفصل الحادي عشر**

**الشخصية**

* **مقدمة**
* **تعريفات الشخصية**
* **العوامل المؤثر ة في الشخصية**
* **نظريات الشخصية**
* **سمات وابعاد وانماط الشخصية**
* **اضطرابات الشخصية**

**مقدمة**

الشخصية من الموضوعات الاساسية التي تهم كل فرد منا , فما ان يعرف شخص ما انك متخصص في علم النفس حتى يبادر بالسؤال ان كان بامكانك ان تعرف شخصيته ا وان تحللها لحاجته لمثل هذا الامر في عملية التفاعل مع الاخرين .

سنحاول في هذا الفصل تعرف بعض الموضوعات المهمة التي تدخل في صلب موضوع الشخصية مثل تعريف الشخصية , والعوامل المؤثرة في تشكيلها وصيرورتها , واهم نظريات الشخصية , والسمات والابعاد والانماط بوصفها وحدات البناء في الشخصية الانسانية , والاساليب المعتمدة في قياس الشخصية , مع الاشارة للاضطرابات الشائعة في الشخصية .

وربما يكون من المهم في هذا الموضوع الاشارة لبعض الافكار التي نعتقد ضرورة اطلاع القاريء عليها بايجاز بوصفها مفاتيح لفهم افضل لموضوع الشخصية دون ان تكون بديلا عن اهمية الاطلاع على الكتابات المتخصصة فيها .

* **الشخصية موضوع محوري في علم النفس** , بل ويمكن القول ان جوهر علم النفس يتبدى فيها , لذا من المتوقع ان يكون المتعمق فيها ضليعا في علم النفس بشكل عام والعكس ليس صحيحا .
* يمكن النظر لعلم نفس الشخصية بوصفه **نقطة التقاء الكثير من الفروع النفسية الاخرى** مثل علم النفس التربوي وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس الاكلينيكي ...الخ (العبيدي 2011ص17).
* تعد دراسة الشخصية **خاتمة المطاف في الدراسات النفسية** الى الحد الذي اقترح فيه بعض علماء النفس ان تسمى علم الشخصية personology **.**

**تعريفات الشخصية :**

اختلف علماء النفس في تعريف الشخصية تبعا للمنحى الذي ينتمي اليه العالم , **والشخصية في اللغة العربية هو ( سواد الانسان وغيره يظهر من بعد )**, والشخصية كلمة حديثة الاستعمال في اللغة العربية اذ لا يجدها القاريء في معاجم اللغة العربية القديمة وان وجدت في بعضها فانها تعني **( صفات تميز الشخص من غيره )** , وكان استعمالها قائما على معنى الشخص , اي على معنى كل ما في الفرد مما يؤلف شخصه الظاهر الذي يرى من بعد , او على معنى التفاوت بين الافراد (عبد الخالق 1996 ص ).

والاصل الاجنبي لكلمة الشخصية personality مشتق من الاصل اللاتيني persona والتي تعني كلمة **القناع** الذي يلبسه الممثل الاغريقي القديم حين يمثل دورا ما على المسرح او ان اراد الظهور بمظهر محدد امام الناس فيما يقوله او يفعله , وبهذا تكون **الشخصية هي ما يظهر عليه الشخص في الوظائف المختلفة التي يقوم بها على مسرح الحياة** ( السلوم 2001 ص ) .

وتنطلق تعريفات غير المتخصصين للشخصية على مظهرها الاجتماعي من قبيل :

* **تاثير الشخص في الاخر**
* **حب الاخرين للشخصية**
* **احترام الناس للشخص**
* **احترام الشخص للاخرين**

او تعريفها في سياق المواقف الاجتماعية مثل :

* **شخصيته في التحدث مع الجماعة**
* **شخصيته في طريقة التعامل مع الاخرين**
* **قدرة الشخص الكامنة في اقناع الاخرين والتاثير فيهم**
* **مسايرة الاخرين**

وبعض التعريفات تشير الى صفات ذات درجة عالية من الجاذبية او القبول او الوضوح في سلوك الافراد في تفاعلاتهم مع الاخرين **. ان الاستخدام الدارج لكلمة الشخصية يندرج تحت اثنين من المعاني هما المهارة الاجتماعية والسمة او الجانب المؤثر من الشخص في الاخرين**.( العبيدي 2011 ص23).

محاضرات الاسبوع الخامس والعشرين

**العوامل المؤثرة في الشخصية :**

**محاضرات الاسبوع السادس والعشرين**

**نظريات الشخصية :**

**محاضرات الاسبوع السابع والعشرين والاسبوع الثامن والعشرين**

**الفصل الثاني عشر**

**الصحة النفسية**

**محاضرات الاسبوع التاسع والعشرين والاسبوع الثلاثين**

**المرض النفسي**

**محاضرات الاسبوع الواحد والثلاثين والاسبوع الثاني والثلاثين**

**العلاج النفسي**