



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

علم النفس

موضوع علم النفس وفروعه
المحاضرة الأولى

العناصر الأساسية للمحاضرة

- أولاً-تفاعل الإنسان وبيئته.
- ثانياً- علم السلوك.
- ثالثاً-مباحث علم النفس.
- رابعاً – السلوك نشاط كلي.
- خامساً-السلوك نشاط غائي.
- سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة.
- سابعاً – أهداف علم النفس.
- ثامناً-صلة علم النفس بالعلوم الأخرى.

أولاً-تفاعل الإنسان وبيئته

يعيش الإنسان في بيئة من الناس والأشياء، يسعى فيها لإرضاء حاجاته المادية والمعنوية المختلفة ولبلوغ أهداف يرسمها لنفسه ويراها جديرة بما يبذله في سبيلها من مشقة وعناء. وهو في سعيه هذا لقضاء حاجاته وتحقيق أغراضه يلقي عقبات ومشاكل وصعوبات مادية واجتماعية شتى ويجد نفسه على الدوام مضطراً إلى التوفيق بين حاجاته وإمكانات البيئة، وإلى تعديل سلوكه حتى يتلاءم مع ما يتعرض له من ظروف وأحداث ومواقف جديدة أو عسيرة أو غير منتظرة،

أولاً-تفاعل الإنسان وبيئته

وذلك عن طريق التفكير والتقدير واستخدام ذكائه وابتكار طرق جديدة أو تعلم طرق جديدة للسلوك يستعين بها على حل ما يواجهه من مشكلات.

كما يجد نفسه مضطراً إلى التقييد أو الامتثال لما تفرضه عليه البيئة، وخاصة البيئة الاجتماعية، من قيود والتزامات.

بل أنه يرى نفسه مرغماً على أن يرضى إرضاء حاجاته ومطالبه العاجلة في سبيل تحقيق أغراضه وأهداف آجلة،

أو أن يلجأ إلى أساليب شتى ابتغاء إرضاء هذه الحاجات وبلوغ هذه الأهداف.

وفي تعامله مع البيئة وتفاعله معها معرض دائماً لرضا والسخط، والغضب والخوف، والحب والكره، والنجاح والفشل تحمله على المضي في نشاط معين أو الكف عن هذا النشاط.

أولاً-تفاعل الإنسان وبيئته

فالعلاقة بين الإنسان وبيئته هي علاقة فعل وانفعال وتأثير متبادل، وصراع مستمر،

وهو في تفاعله معها يتأثر وينفعل بشتى الانفعالات ويرغب ويفكر ويقدر ويصمم وينفذ ويتعلم ويعي ما تعلمه،

كما يعبر عن أفكاره ومشاعره باللفظ تارة وبالحركة والإشارة تارة أخرى، ويحاول ضرورياً مختلفة من السلوك، ويصيب ويخطئ... كل أولئك وهو يشق طريقه في الحياة طمعاً في عمل يؤديه، ومركز اجتماعي يصبو إليه، أسرة يقيمها ويرعاها،

هذه الأوجه المختلفة من النشاط العقلي والانفعالي والجسمي والحركي التي تبدو في تعامل الإنسان مع بيئته وتفاعله معها، والتي تعكس تأثيره فيها وتأثره بها، أي التي تعكس تكيفه لها، هو موضوع ودراسة علم النفس.

ثانياً- علم السلوك

من تعاريف علم النفس أنه العلم الذي يدرس سلوك الإنسان، أي يصف هذا السلوك ويحاول تفسيره.

فالسلك هو كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة إزاء موقف يواجهه، إزاء مشكلة يحلها،

أو خطر يهدده، أو قرار يتخذه،

أو مشروع يخطط له،

أو درس يحفظه،

أو لوحة فنية يتأملها، أو أزمة نفسية يكابدها.

ثانياً- علم السلوك

ويقصد بالاستجابة: كل نشاط يثيره منبه أو مثير، وقد تكون الاستجابة:

1. **حركية:** كتحريك ذراعك للرد على شخص يحييك، أو الهروب من خطر مائل أمامك، كانتقالك من مكان مشمس إلى آخر ظليل، وكانقباض حدقة العين عندما نسلط عليها ضوء شديد.
2. **أو تكون الاستجابة لفظية:** كالرد على سؤال يوجه إليك، أو صراخك للاستغاثة، أو تعبيرك عن فكرة تجول في خاطرك باللغة.



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

ثانياً- علم السلوك

3. **أو تكون الاستجابة فسيولوجية:** كارتفاع ضغط الدم، أو زيادة افراز غدة، أو تقلص عضلات المعدة.
4. **كذلك قد تكون الاستجابة معرفية:** أي يراد بها كسب معرفة كالنظر والسمع والتفكير والتذكر.
5. **وقد تكون الاستجابة انفعالية:** كالغضب عند سماع كلمة معينة أو الحزن لسماع خبر معين.
6. **وقد تكون الاستجابة بالكف عن النشاط:** كالتوقف عن السير أو الأكل أو التفكير عند سماع أو معين.

ثانياً- علم السلوك

ما هو تعريف المنبه أو المثبر؟

فهو أي عامل خارجي أو داخلي، يثير نشاط لكائن الحي أو نشاط عضو من أعضائه، أو يغير هذا النشاط أو يكفه أو يعطله.

والمنبهات الخارجية أما طبيعية كموجات الضوء والصوت وتغيرات درجة الحرارة والروائح المختلفة..... **أو اجتماعية** كمقابلة صديق أو صرخة استغاثة أو سماع مناقشة....

أما المنبهات الداخلية، فقد تكون فسيولوجية كانهخفاض مستوى السكر في الدم، أو زيادة كمية الأدرنالين فيه، وكالتيارات العصبية التي تنشط العضلات والغدد،

أو تكون منبهات نفسية: كالأفكار والتصورات الذهنية، والمعتقدات، والأوهام والحالات الوجدانية.

ثانياً- علم السلوك

وعلى ذلك يشمل السلوك:

1. كل ما يفعله الإنسان ويقول.
2. كل ما يصدر عنه من نشاط عقلي كالإدراك والتفكير والتخيل.
3. كل ما يستشعره من تأثيرات وجدانية وانفعالية، كالإحساس باللذة أو الألم، وكالشعور بالضيق والارتياح، الشعور بالخوف أو الغضب مع ما يصاحب ذلك من أنشطة فسيولوجية شتى.

ثالثاً- مباحث علم النفس

علم النفس كغيره من العلوم يلتقي بمشكلات شتى، نظرية وعملية....
يضعها في صورة أسئلة ثم يحاول الإجابة عليها:

-ما هو التفكير؟

-ما هو الذكاء؟

-ما هو الإبداع؟

-ما أثر الانفعالات كالخوف أو الغضب في تفكير الفرد وسلوكه الظاهر
ووظائف جسمه؟

-كيف نتعلم؟ كيف نتذكر الماضي؟ كيف نفكر؟ كيف نسمع؟ كيف تنمو
الشخصية؟

-لماذا ننسى؟ لماذا ننفعل؟ لماذا يختلف الناس في إدراكها منظراً طبيعياً
واحداً؟

-لماذا لا يصاب جميع الناس بأمراض نفسية مع أنهم يتعرضون جميعاً
لصدمة انفعالية؟

ثالثاً- مباحث علم النفس

أما الأسئلة العملية التي يطرحها علماء النفس فمن أمثالها:

-ما أسباب تخلف التلميذ في دراسته؟

-ما الذي يجعل بعض الناس مجرمين؟

انطلاقاً مما تقدم، نرى أن هناك ثلاثة أسئلة رئيسية يحاول علم النفس الإجابة عليها:

-ما يصدر عن الفرد من سلوك؟

-كيف يحدث هذا السلوك ويتم؟

-لماذا يحدث؟

رابعاً – السلوك نشاط كلي

كل نشاط يصدر عن الإنسان وهو يتعامل مع بيئته، حركياً، أم عقلياً، أم انفعالياً – إنما يصدر عن الإنسان بأسره، بكليته، أي من حيث هو وحدة وكل.

فالإنسان حيث يكتب لا يكتب بيديه فقط،

وحيث يضرب لا يضرب بقبضته فقط،

وحيث يأكل لا يأكل بفمه ويديه فقط،

بل أن هذه الأوجه من النشاط الجسدي والحركي تصحبها في الوقت نفسه ضروب من النشاط العقلي كالانتباه والادراك والتقدير وتصور الغاية من السلوك، وأخرى من النشاط الوجداني كالشعور بالارتياح أو عدمه، بالحزن أو الألم.

رابعاً – السلوك نشاط كلي

فالإنسان حين يشعر بانفعال الخوف أو القلق أو الحزن أو الغضب،

فإن هذه التأثيرات الانفعالية تصحبها تغيرات أو اضطرابات جسمية وفسولوجية قد تكون بالغة الخطورة أن تكرر الانفعال أو أزمنت الحالة الانفعالية،

فقد أتضح أن القلق المزمن الموصول قد يؤدي إلى ظهور قرحة في المعدة،

وإن الكراهية المكبوتة قد تؤدي إلى ارتفاع في ضغط الدم.....

هذا فضلاً عن التعبيرات الحركية الظاهرة التي تصاحب الانفعال.

خامساً- السلوك نشاط غائي

من خصائص سلوك الإنسان أنه نشاط غائي يصدر عن دافع ويهدف إلى غاية هي إرضاء ذلك الدافع.
فالإنسان يشرب لأنه في حاجة إلى الماء، ولكي يروي ظمأه، والإنسان يعتدي رداً على إهانة، أو لا يعتدي خوفاً من العقاب.....

خامساً - السلوك نشاط غائي

فالغائية من الخصائص الأساسية التي تميز سلوك الكائنات الحية عن حركة الجمادات.

والغائية هي التي تجعل سلوك هذه الكائنات يتسم بالمرونة والقابلية للتغير والتنوع والتكيف للظروف المتغيرة،

وهذا بخلاف حركة الجماد، فالجماد لا تحركه دوافع داخلية بل محركات خارجية.

خامساً - السلوك نشاط غائي

وقد تكون الغاية من السلوك شعورية أي واضحة ماثلة في ذهن الفرد أثناء قيامه بالسلوك كـرغبة الإنسان بالسفر إلى مكان معين، غير أنه ليس من الضروري أن تكون غاية السلوك واضحة شعورية دائماً....

فالشخص المصاب بمرض الوسواس الذي يغسل يديه مائة مرة في اليوم لا يفتن على التحقيق إلى الغاية من سلوكه هذا.

على هذا النحو، نستطيع القول إن كل سلوك يهدف إلى غاية أو يرمي إلى تحقيق غرض حتى أن لم يكن الفرد شاعراً بهذه الغاية أو الغرض.

خامساً - السلوك نشاط غائي

الواقع أننا من دون الغاية لا نستطيع فهم سلوك الكائن الحي وتفسيره.
فلو أنك قابلت في الطريق صديقاً لك يجري وهو لا ينوي على شيء،
لم تخرج من سلوكه هذا إلا بعدة احتمالات وتفسيرات قد تكون بعيدة كل البعد
عن الصواب.
لكنك لو عرفت أنه يريد اللحاق بقطار أو استدعاء طبيب ساعدتك معرفة الغاية
على فهم السلوك.

خامساً- السلوك نشاط غائي

موجز القول، أن الغاية تقوم بدور هام في تعيين السلوك وتوجيهه فضلاً عن تفسيره. فلا يكفي أن نقول إن هذا العصفور بدء بالطيران لأنه رأى الصياد، بل يجب أن نكمل هذا التفسير بقولنا: ولكي يلتمس الأمن.

هذا هو ما يسمى بالتفكير الغائي للسلوك، وهو تفسير يأخذ به من علماء النفس ويرفضه آخرون.

في مقابل هذا التفسير الغائي تقوم تفاسير أخرى لا تنكر أن لكل سلوك غاية، وهي إرضاء الدافع الذي استثار السلوك، كالجوع أو العطش مثلاً، وخفض التوتر والألم الذين ينجمان عن نشاط الدافع.

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

تعريف البيئة:

يقصد بالبيئة مجموعة العوامل الخارجية، أي التي تؤثر خارج وحدات الوراثة، والتي يمكن أن تؤثر في نمو الكائن الحي ونشاطه منذ تكوينه إلى آخر حياته، والبيئة إما مادية طبيعية أو بيولوجية أو اجتماعية، وتتلخص الأولى في طبيعة المكان الجغرافي الذي يعيش فيه الفرد، وفي درجات الحرارة والرطوبة والإضاءة التي يتعرف لها.....
كما يمكن اعتبار الدم وغيره من السوائل التي تحيط بخلايا الجسم بيئة بيولوجية لهذه الخلايا. أما البيئة الاجتماعية فيقصد بها الجو الاجتماعي العام،

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

البيئة الواقعية والبيئة السيكولوجية:

من العوامل والظروف الخارجية ما تؤثر في نمو الفرد وسلوكه، ومنها ما يكون عديم الأثر لا يحرك فيه ساكناً، أو يثير اهتماماً أو انتباهاً،

مثال:

فالحديقة المزروعة بالورود والأزهار بيئة قاحلة في نظر حيوان لاحم جائع لأنها لا تثير اهتمامه ونشاطه،

ومكتبة المنزل التي تزخر بعدد ضخم من الكتب العلمية ليست بيئة تثير طفلاً صغيراً.

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

يجب التمييز بين البيئة الواقعية والبيئة السلوكية أو السيكولوجية:
فالأولى البيئة الواقعية: هي كل ما يحيط بالفرد من عوامل مادية، طبيعية، أو اجتماعية سواء أثرت أم لم تؤثر فيه، هي البيئة كما هي عليه في الواقع،

والثانية البيئة السلوكية: هي البيئة كما تبدو للفرد، هي البيئة كما يدركها ويتأثر بها فيستجيب لها، هي البيئة التي تثير انتباهنا واهتمامنا ونشاطنا.

وستسمى البيئة الواقعية اصطلاحاً المحيط، كما سنطلق على البيئة السيكولوجية اسم المجال.

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

إن **المجال** يتوقف على نوع الفرد وعمره وخبراته وقدراته وميوله ووجهة نظره، أي يتوقف على شخصيته بأسرها.

لذا **فالمحيط** الواحد يؤلف مجالات قد تكون مختلفة كل الاختلاف لدى أفراد مختلفين.

فالبيت الواحد ليس **مجالاً واحداً** لجميع من به من أفراد، وذلك لاختلافهم في السن، والجنس، والذكاء، والاهتمامات، والخبرة....

كذلك، يتضح لنا أن **المحيط** قد يحتوي أشياء لا يحتويها **المجال** فالطعام لا يثير الشهية في الشعبان

وعكس هذا الصحيح، فقد يحتوي **المجال** على أشياء لا توجد في **المحيط**، فالألم الذي يشعر به مبتور الذراع في موضع ذراعه المبتورة ألم يوجد في **مجاله** لا في **محيطه**.

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

وبما أننا نستجيب للبيئة لا كما هي عليه في الواقع، بل كما تبدو لنا،
وكما ندركها،

فيكون موضوع علم النفس هو:

دراسة أوجه نشاط الفرد في مجاله.

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

والتكيف عند علماء النفس أو التكيف العقلي هو محاولة الفرد أحداث نوع من التواءم والتوازن بينه وبين بيئته المادية أو الاجتماعية، ويكون ذلك عن طريق الامتثال للبيئة أو التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه وبينها، فمن صور التكيف:

أن يغير الفرد سلوكه بما يناسب الظروف، والمواقف الجديدة، كأن ينتقل من مكان إلى آخر طلباً للرزق، تكيف القروي لجو المدينة، تكيف الطلبة الجدد لجو الجامعة.

سادساً-السلوك أداة التكيف مع البيئة

إذا: التكيف عملية مستمرة لا تكاد تخلو لحظة من حياتنا من عملية التكيف،
لذا نستطيع القول إن كل سلوك يصدر عن الفرد ما هو إلا نوع من التكيف.
ولئن نجح الفرد في التكيف لبيئته المادية والاجتماعية قيل أنه متوافق،
فإن أخفق فهو "سيء التوافق"، ولسوء التوافق مجالات عدة، فهناك سوء التوافق الاجتماعي.

سابعاً – أهداف علم النفس

لعلم النفس أهداف ثلاثة:

1. فهم السلوك وتفسيره.
2. التنبؤ بما سيكون عليه السلوك.
3. ضبط السلوك والتحكم فيه بتعديله أو توجيهه أو تحسينه أو العمل على إزالته.

سابعاً – أهداف علم النفس

فالهدف الأول والنظري لعلم النفس هو جمع وقائع وصوغ مبادئ عامة وقوانين يمكن بها فهم السلوك وتفسيره: فهم الدوافع التي تحركنا وتحرك غيرنا من الناس، فهم نواحي القوة والضعف في شخصياتنا، وما لدينا من استعدادات وامكانيات خافية علينا، ومعرفة أسباب ما يبدو في سلوكنا أو سلوك زملائنا أو أطفالنا من انحراف،

يعيننا علم النفس على فهم أصول كثير من المشكلات الاجتماعية، وكثير من المذاهب والتيارات الفكرية، وذيوع الجريمة، والتفكك الخلقي.

سابعاً – أهداف علم النفس

ثم أن فهم الظاهرة ومعرفة أسبابها وخصائصها يساعد على التنبؤ بحدوثها وعلى ضبطها والتحكم فيها..... وهذان هدفان عمليان من أهداف العلم، كل علم.

فإذا عرفنا أسباب الفيضان مثلاً استطعنا أن نتنبأ بحدوثه وأن ندبر للمستقبل قبل مواجهته،

وإذا عرفنا استعداد شخص لمهنة أو دراسة معينة، وعدم استعداده لمهنة أو دراسة أخرى، تسنى لنا أن نجنبه الفشل في اقحامه في مهنة أو دراسة ليس مؤهلاً لها،

ثامناً-صلة علم النفس بالعلوم الأخرى

علم النفس علم وصفي تقريرى يصف السلوك ويفسره على ما هو عليه، ولا يضع معايير للسلوك والتفكير والتذوق كما يفعل علم المنطق، والأخلاق، والجمال.

فإذا كان علم المنطق يعلمنا كيف ينبغي لنا أن نفكر على نحو يعصمنا من التناقض في التفكير ويكفل لنا الوصول إلى نتائج تلزم عن مقدماتها. فعلم النفس يقتصر على وصف الطريقة التي تتم بها عملية التفكير بالفعل.

وإذا كان علم الأخلاق يعلمنا كيف ينبغي لنا أن نسلك أن أردنا أن نكون قوماً صالحين، فعلم النفس يدرس السلوك الفعلي، خيراً كان أم شراً.

ثامناً-صلة علم النفس بالعلوم الأخرى

ولعلم النفس صلات وثيقة بعلم الأحياء وعلم وظائف الأعضاء وعلم الاجتماع، فسلوكنا يتوقف إلى حد كبير على تكويننا البيولوجي، والجسمي، والعصبي، والغدي، وعلى ما ورثناه من استعدادات فطرية. ومن المؤكد أن هناك صلة بين الذكاء والمواهب الخاصة، والمهارات الحركية، وبين الجهاز العصبي. كما أن الاضطراب في مفرزات الغدد الصم، أو التلف الذي يصيب المخ، قد يكون له أثر خطير في شخصية الفرد وصحته النفسية.

ثامناً-صلة علم النفس بالعلوم الأخرى

يجب ألا ننسى ما للمجتمع والثقافة السائدة فيه من أثر عميق في شخصية الفرد وسلوكه. فلو كنا نشأنا في هضاب التيبث، أو في الهند، لكننا اليوم نأكل غير طعامنا، ونلبس غير ملابسنا.....الخ.

ولنا عادات وتقاليد مختلفة..... إن ثقافة المجتمع تؤثر في طرق تفكير أفرادها، وطرق تعبيرهم عن انفعالاتهم، وفيما يتعلمونه من معايير الخير والشر، والمباح، والمحظور، والعدل والظلم،..... وكذلك فيما يكتسبون من معلومات ومهارات وعواطف وأذواق.

إن سلوك الإنسان يصدر عن كائن حي يعيش في المجتمع، فلا بد لفهمه وتفسيره من معرفة شروطه العضوية وشروطه الاجتماعية.



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

علم النفس

انتهت المحاضرة
شكراً لإصغائكم
د. محمد فرحه