



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

الماضرة الاولى

مقدمة في علم النفس

(Introduction to Psychology)

اعداد

ا.م.د. صايف عمال صالح

التطور التاريخي لعلم النفس

قبل البدء بعرض التطور التاريخي الذي مرّ به علم النفس، لابد من توضيح وتعريف هذا العلم، ليتسنى للقارئ ان يفهم بدقة ما سيرد من افكار او مبادئ او نظريات ذات صلة مباشرة به، ومن هذه التعاريف ما يأتي:

علم النفس العام (General Psychology) .. ويعرف بانه:

- الدراسة العلمية لسلوك الاحياء في اتصالها بالبيئة.
- العلم الذي يدرس سلوك الانسان، أي يصف هذا السلوك ويحاول تفسيره سواء اكان هذا السلوك ظاهر او باطن.
- علم لا يتحدد موضوعه في دراسة السلوك الإنساني بل هو يذهب الى دراسة الحيوانات بهدف فهم اعمق للسلوك الإنساني.
- العلم الذي يتخطى الحواجز المادية للإنسان ليقوم بدراسة الانسان ككائن حي متكامل الحواس ومدى تأثره وتأثيره في المجتمع الذي يعيش فيه.
- العلم الذي يدرس السلوك الإنساني (Human behavior) بقصد فهمه وتفسيره، أي معرفة اسباب السلوك.
- العلم الذي يدرس السلوك والعمليات العقلية.
- يعنى علم النفس بدراسة السلوك بطريقة علمية وهدفه الوصول الى المعرفة المنظمة للسلوك والتي تعينه على فهم هذا السلوك وضبطه والتنبؤ به.
- ويعرف علم النفس المعاصر بأنه:
- العلم الذي يتعامل بشمولية مع فسيولوجية الفرد (كيميائية الدماغ وعلم الاعصاب والموروثات) وسلوك العضوية البيولوجية (مثير ← استجابة).

- اما ايزنك (Eysenck) فيعرف علم النفس بأنه العلم الذي يمكننا من استخدام المعطيات السلوكية في فهم العمليات الداخلية التي تقود الناس او افراد الكائنات الحية الاخرى ليتصرفوا بالطريقة التي تصرفوا بها.

وفي ضوء ما تقدم من تعريفات لعلم النفس العام، يمكن ان نعرفه: بأنه العلم الذي يدرس سلوك الانسان والحيوان ما ظهر من ذلك السلوك وما خفي وبهدف الى فهم السلوك وتفسيره وضبطه والتنبؤ به.

ان لعلم النفس ماض طويل ولكن تاريخه قصير، أي انه من اقدم العلوم واحداثها في الوقت ذاته، فعلم النفس الشائع بين عامة الناس والذي يحاول الفرد ان يفهم الاخرين ممن يتعامل معهم، هو الذي يعبر عن التاريخ الطويل له.

ويمكن عرض مراحل التطور على وفق ما يلي:

اولاً: المرحلة الفلسفية: وقبل الميلاد بزمان طويل تأسس علم النفس كفرع من الفلسفة، فقد وضّح بعض فلاسفة الاغريق الاوائل الى ان (الروح) مادة كالهواء، علما انهم كانوا لا يميزون بين الروح والنفس والعقل.

ثم جاء افلاطون (٤٢٧ - ٣٤٧ ق. م) والذي اكد ان سلوك الانسان انما يتأثر بدرجة كبيرة بأفكاره. بيدّ انه اكد استقلالية الوجود لهذه الافكار عن الانسان ويرى انها موجودة في الجسم ما دام الانسان حياً ثم تغادره عند الموت.

اما الخطوة الاساسية في الاتجاه العلمي فقد اشار اليها ارسطو (٣٨٤-٣٢٢ ق. م) الى ان الروح او النفس هي مجموع الوظائف الحيوية للكائن الحي، أي وظائف الجسم والتي تميزه عن الجماد. وقد حاول ارسطو ان يفهم بصورة منتظمة الطرق التي يفكر بها الانسان وصاغ قوانين في (تداعي المعاني). وبذلك يعد المؤسس الاول لعلم النفس.

ثانياً: المرحلة العلمية المبكرة: تأثرت هذه المرحلة باهتمامات علماء النفس وثقافة كل بلد. ويمكن ان نجملها في ثلاث مدارس او اتجاهات اساسية:

١. البنيوية (Structuralism): ان رائد هذا المنحى العلمي هو عالم النفس الالمانى

(ولهم فنت W. Wundt) الذي يعد الرائد لعلم النفس الحديث والذي افتتح اول مختبر

لعلم النفس عام (١٨٧٩) في جامعة (لايبزك)، ومن خلال اجراءه لعدد من التجارب

المعملية استطاع التوصل الى ان العمليات المعرفية يمكن ان تدرس كمياً، أي يمكن

قياسها، وتركزت ابحاث (فونت) وزملائه على استكشاف العناصر الاساسية او عمليات الوعي فكانوا بذلك مؤسسي (البنوية) حيث اعتمدوا طريقة الاستبطان (Introspection) والتي من خلالها يطلب من المفحوص تأمل ما يجري في داخله من عمليات عقلية كرد على موقف او مثير تعرض له.

٢. **الوظيفية (Functionalism)** : يعد هذا المنحى - علم النفس الوظيفي - ثورة حقيقية قامت بوجه اسس الطريقة الاستبطانية، وضع اسسها العالم (وليم جيمس)، اكد هذا المنحى على الوظائف التكيفية مع البيئة لكل من العقل والسلوك، وركزت على تفاعل الفرد مع العالم الخارجي باحثة عن فهم الطرق التي يساعد بها الدماغ في حدوث وظائف الفرد، او التكيف مع العالم الخارجي، وهي بذلك تتجه اتجاهاً مغايراً لاتجاه (البنوية) الذي ركز على داخل العقل.

ويرى (وليم جيمس): ان الحياة النفسية ليست مركبة من اجزاء، ولاهي سلسلة منظمة من حالات جزئية، وان مهمة علم النفس هي ليس دراسة العقل بوصفه عملية تركيبية بل بوصفه عملية ديناميكية توظف في تحسين عمليات التكيف مع البيئة وهو بهذا الرأي يكون قد تأثر بنظرية النشوء والارتقاء لـ (جارلس دارون).

٣. **الجشلت (Gestalt)**: في بدايات القرن العشرين (١٩١٢) اسس مجموعة من العلماء الالمان هذا المنحى، منهم: (كوفكا Koffka؛ كوهلر Kohler؛ وفوتهايمر Wertheimer) .. تؤكد هذه المدرسة ان الخاصية الجوهرية للعقل الانساني هي: قدرته على تنظيم المجال الادراكي وادراك الاشياء ككليات منظمة. فنحن عندما ننظر الى سيارة ندرك انها سيارة لا الاجزاء المكونة لها، وان تحليل الشيء او الحادث الى اجزاء او عناصر يفسده وتؤكد هذه المدرسة: ان الكل يختلف عن مجموع الاجزاء بل هو اكبر منها، اذ يساوي هذه الاجزاء جميعاً مضافاً اليها تنظيم معين.

ثالثاً. **المرحلة المعاصرة في علم النفس**: وتضمنت ستة اتجاهات اساسية في علم النفس وهي:

١. **السلوكية (Behaviorism)**: يعد (واطسن John B. Watson) مؤسس هذا المنحى الذي عرف فيما بعد بالمدرسة السلوكية، ونادى بعلم السلوك كعنوان لعلم النفس، وتتنظر هذه المدرسة الى الكائن الحي نظرتها الى آلة ميكانيكية معقدة، لا تحركه دوافع موجهة نحو غاية.

ان هذه المدرسة تبالغ في تأكيد اثر البيئة والتربية في نمو الفرد وتقلل من اثر الوراثة الى حد كبير كأن الانسان يولد وعقله صفحة بيضاء، وفي هذا يقول (Watson): "اعطوني عشرة اطفال اصحاء التكوين، فسأختار احدهم جزافاً، ثم ادربه فأصنع منه ما اريد، طبيباً او فناناً او عالماً او تاجراً او لصاً او متسولاً، وذلك بغض النظر عن ميوله او مواهبه او سلالة اسلافه" واستمر هذا المنحى على مدى ستين عاماً يؤكد على الاستجابات السلوكية الملاحظة ومحدداتها البيئية. ولمعت فيه اسماء من امثال (سكنر، وباندورا، وجثري، وهل) وغيرهم كثير، ودعا الى ان تكون دراسة السلوك هي المهمة الرئيسية ذلك لان الاستجابات او ردود الافعال (وهي حركات عضلية قابلة للقياس) على المنبهات (وهي تغيرات في البيئة قابلة للقياس) التي تنصب عليها من جهة، والتنبؤ بالسلوك وضبطه من جهة اخرى.

فالسلك: افعال قابلة للملاحظة والقياس وهو ما يجعله اساساً صالحاً لان يكون موضوعاً لعلم النفس (فإذا لم تكن قادراً على رؤية ما تدرسه وتقيسه، يمكنك نسيانه)، وقد انكر (واطسن) أي توسط يقوم به الكائن الحي والعمليات العقلية بين المنبه والاستجابة، أي:

منبه ← (عضوية) ← استجابة كما هو معروف حالياً في علم النفس، وانما السلوك بالنسبة اليه هو: منبه ← استجابة فقط. وبذلك استبعد الدوافع والمشاعر والادراكات والافكار والذكريات لأنها برأيه لا تخضع للملاحظة المباشرة.

٢. **السايكودينامي (Psychodynamic)** : المنحى السايكودينامي هو نظرية في الكيفية التي تؤثر بها الافكار والمشاعر في السلوك، في نفس الوقت تعمل قوى التجاذب المتعارضة لكل من الشعور واللاشعور، ويعد سيجموند فرويد (Freud) المؤسس لهذا المنحى والذي عرف وقتها بمنحى التحليل النفسي.

لقد ركز هذا المنحى على التطبيقات الكلينيكية (العيادية) اكثر من تركيزه على البحث التجريبي، ومن ابرز اعلام هذا المنحى كارل يونغ (C. Jung) الذي طرح اللاشعور الجمعي (Collective) في مقابل اللاشعور الشخصي (Personal) الذي طرحه فرويد، وقلل من اهمية الغريزة الجنسية والعدوانية بعدّها دوافع لا شعورية وقد ايد أدلر (Adler) الكثير من افكار يونغ. اما سوليفان (Sullivan) فقد ابتعدت افكاره عن افكار فرويد ايضاً، حيث اهتم بالتركيز على المجالات الاجتماعية للشخصية، والقلق وكيف يستخدم الفرد عدم الانتباه الاختياري في مواجهة القلق.

ان (فرويد) عالـج مرضاه بمحاولة جلب ما هو لا شعوري الى الشعور او الوعي، وقد حاول اختبار افكاره اثناء علاجه للناس وذلك بمقارنة فروضه بملاحظات اخرى، محاولاً شرح كل حادثة تحدث ربما كانت بسيطة مؤكداً على ان كل التفاصيل تسهم كوحدة متكاملة في تفسير سلوك المريض.... ولقد كان لإتباع فرويد وتلاميذه اعتقادات عامة، يمكن ان تلخص بما يلي:

- ضرورة قيام عالم النفس بدراسة قوانين ومحددات الشخصية (السوية واللاسوية)، وابتكاره الطرائق الجديدة لعلاج اضطرابات الشخصية.
- ان المظاهر المهمة للشخصية كالذواغ اللاشعورية والذكريات والمخاوف والصراعات وغيرها يؤدي اخراجها الى الشعور علاجاً حاسماً لاضطرابات الشخصية.
- من الامور الاساسية للعلاج، الكشف عن ذكريات السنوات الخمس الاولى من حياة الفرد على اعتبار ان اساس الشخصية يتكون اثناء الطفولة المبكرة.
- ان افضل اسلوب لدراسة الشخصية هو الذي يؤكد على العلاقة الوطيدة والطويلة الامد بين المريض والمعالج.

٣. المنحى المعرفي (Cognitive Approach): ان العمليات التي يقوم بها المخ والتي تشمل الانتباه والادراك والتفكير والتذكر تسمى هذه العمليات بالعمليات العقلية، وهي تعبر عن النشاط العقلي للفرد... وعندما يكون الفرد بإمكانه ان يعي هذه العمليات ويضبطها وبالتالي السيطرة على عمليات التعلم وتوجيهها في مثل هذه الحالة يكون الفرد قد اتقن ما يسمى بما وراء المعرفة (Metacognition) ويعني التفكير في التفكير. ويؤمن علماء النفس المعرفيون بما يلي:

- ضرورة دراسة العمليات العقلية مثل الانتباه والتفكير والادراك وحل المشكلات واللغة والذاكرة.

- السعي بهدف اكساب المعلومات الدقيقة عن كيفية عمل تلك العمليات وكيفية تطبيقها في الحياة العملية.

- ضرورة تنمية الشعور الحدسي من خلال استعمال الطرق الموضوعية لثببت وتعزيز مثل هذا الشعور، وتعود جذور هذا الاتجاه الى علماء نفس (الجشنتل - الكل المتكامل) والذين اهتموا بصورة مركزة على الاستبصار (Insight) والذي يعني ادراك العلاقات بين عناصر الموقف الذي يصادف الانسان او الحيوان. وبالرغم من حداثة هذا المنحى الا ان اثرها بدى

واضحاً وجلياً في ميدان علم النفس من خلال دراسة العمليات العقلية، فضلاً عن دراسة السلوك كموضوع لعلم النفس، ومن منظري هذا الاتجاه (بياجيه؛ وبرنر؛ واوزبل؛ وجانيه).

٤. منحنى علم الاعصاب السلوكي (Behavioral Neuroence Approach): يؤكد

هذا المنحنى على دراسة وفهم الدماغ ودوره في الامور النفسية، وينطلق علماء هذا المنحنى من اعتقادهم بأن للأفكار والانفعالات جذورها الطبيعية في الدماغ، من خلال الدفعات الكهربائية المنطقية من خلال خلايا الدماغ والتي تطلق مواد كيميائية تساعد الفرد على الشعور والتفكير والسلوك، وان ما تميز به الانسان من قدرات ما كانت لتظهر لولا وجود الدماغ والجهاز العصبي، فالدماغ والذي تبلغ خلاياه حوالي مئة بليون خلية، فضلاً عن الوصلات العصبية والتلافيف التي لا تحصى، انما يعمل بالتآزر من باقي الاجهزة العصبية والجسمية بصورة او بأخرى للتأثير بجميع الحوادث النفسية.

فالعلاقات العقلية والانفعالية والسلوك الملاحظ ما هي الا عمليات احيائية- عصبية، فعلى سبيل المثال فإن عالم النفس الاحيائي عندما يريد ان يدرس الذاكرة فإنه يسعى لتحديد التغيرات التي تحدث في الدماغ عندما يقوم بخزن المعلومات، ومن خلال اجراء التجارب تمكن العلماء من الحصول على استجابات وردود افعال انفعالية كالخوف والغضب والاحساس بالسرور واللام بصورة اصطناعية بتعريض مناطق محدودة في الدماغ لتنبهات كهربائية.

٥. منحنى علم النفس التطوري (The Evolutionary Psychology Approach):

استند هذا المنحنى في علم النفس على نظرية جارلس دارون (Darwin) في النشوء والارتقاء او ما تسمى بنظرية (التطور النوعي) التي ظهرت في القرن التاسع عشر، اذ اصبحت افكار دارون (Darwin) اطاراً واسع الانتشار لتفسير السلوك.

ويؤكد هذا المنحنى على الاهداف الاتية:

- اهمية التكيف (Adaptation) بالنسبة للكائن الحي.
- اهمية اعادة الانتاج (Reproduction) والبقاء للأصلح في تفسير السلوك.
- يركز على الشروط التي تسمح للفرد باستمرارية البقاء.
- يركز على الشروط التي تجعله يفشل في تحقيق استمرارية البقاء.

وبمعنى اوسع فإن الاختيار الطبيعي يفضل السلوك الذي يمكّن الفرد من القدرة على تحقيق النجاح والقدرة على نقل الخصائص الجينية للجيل التالي، ويؤكد ستيفن بكر (S. Pinker) ان علم النفس التطوري منحنى مهم لفهم السلوك.

٦. المنحنى الاجتماعي الثقافي (The Socio Cultural Approach): يؤكد هذا المنحنى

على الفهم الشامل لسلوك الفرد من خلال السياق الثقافي الذي يعيش فيه الذي يؤثر في هذا السلوك، وماهي الطرائق التي بموجبها تؤثر البيئة الاجتماعية والثقافية في السلوك؟

ويؤكد فايكوتسكي (Vygotsky) صاحب نظرية النمو الاجتماعي على الموضوعات الاتية:

- ان للتفاعلات الاجتماعية دوراً رئيساً في النمو المعرفي للفرد.

- ان الناتج النهائي لعملية التنشئة الاجتماعية هو الوعي.

- النمو المعرفي محدد بمدى معين في كل مرحلة عمرية.

- تعد الثقافة المحدد الرئيس لنمو وتطور ومستوى وعمليات التفكير.

- تؤدي اللغة دوراً مهماً في النمو، ولا يمكن ان تتم العمليات العقلية الراقية بدونها.

رابعاً: المرحلة الايجابية لعلم النفس: ان علم النفس لا يهتم بالجوانب السلبية للسلوك فقط، انما يهتم وبنفس الدرجة بالجوانب الايجابية ايضاً، اذ ظهرت حركتان في هذا المجال، الاولى ظهرت في اواسط القرن العشرين عرفت باسم (الحركة الانسانية) والثانية ظهرت مع بداية الالفية الثالثة وعرفت باسم (الحركة الايجابية) لعلم النفس، وفيما يأتي عرضاً لأهم اراء وطروحات هاتين الحركتين:

١. الحركة الانسانية (Humanistic Movement): تؤكد هذه الحركة على ان الناس

قادرون على ضبط حياتهم وانهم ليسوا رهائن للنزعات الجنسية والعنوانية اللاشعورية وان الناس قادرون على العيش وفقاً لقيمهم كالايثار والحرية والارادة، أي انها حركة متفائلة تمجد الانسان ذي الطبيعة الخيرة والقادر على تحقيق ذاته بكامل وعيه.

ومن ابرز اعلام هذه الحركة ماسلو (Maslow) و روجرز (Rogers)، اذ يعتقد (روجرز)

ان البشر يولدون بدوافع داخلية للنجاح، وطور العلاج المتمركز حول الشخص.

اما (ماسلو) فيعتقد بوجود هرمية للحاجات الانسانية الكل يعمل على اشباعها. في اسفل

الهرم تقع الحاجات الاساسية للبقاء البيولوجي، وفي قمة الهرم تقع الحاجات الشخصية

كالحاجة الى تقدير الذات والحاجة الى ان يحب ويحب والحاجة للمعرفة، وفي اواسط الهرم

تقع الحاجات النفسية (الحب والعطف) والحاجات الاجتماعية (الحاجة للانتماء) وتؤكد هذه الحركة على ان نجاح الفرد في اشباع هذه الحاجات هو التحقق الكامل للذات.

٢. حركة علم النفس الايجابي (**The Positive Psychology**): يتطلع علماء هذه الحركة الى النواحي الايجابية التي يمكن لعلم النفس ان يحققها للبشرية، وبدأت اباحث هذه الحركة تدور حول الموضوعات التالية:

- الخبرات التي يقيمها الناس تقييماً ذاتياً كالأمل والتفاؤل والسعادة.
 - سمات الفرد الايجابية كالقدرة على الحب والعمل والابداع والموهبة والمهارات .
 - الجماعة الايجابية والقيم المدنية كالمسؤولية والتربية والمجاملة والتسامح.
- ويعتقد بايلس (Baylis) احد علماء هذه الحركة ان التفاؤل دفاع جيد ضد التعاسة وان التفاعل يمكن اكتسابه عن طريق التعلم، اما سلجمان (Seligman) فقد ذهب الى ما هو ابعد من تعليم الناس كيف يفكرون بإيجابية. وان هناك ثلاث طرق للسعادة هي:

- الحياة الممتعة.

- الحياة الجيدة.

- الحياة المفعممة بالمعاني.

ونعتقد ان هذه الحركة تبتعد كثيراً عن حياة الانسان الواقعية، وما يدور من صراعات داخل النفس البشرية الواحدة، وبين الافراد والقبائل والشعوب والامم، مع املنا في ان تتحقق طروحات هذه الحركة ما دامت تهدف لبقاء الانسان وسعادته وحرية ودوره الفاعل في بناء المجتمع المتحضر.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْأَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس
المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢

الماضرة الثانية

علم النفس في التراث الاسلامي (Psychology in Islamic Heritage)

اعداد

ا.د.م.ا. صافى عمال صالح

ان دراسة علم النفس والموضوعات المتصلة بالتربية العربية تتطلب اكثر من كتاب، بيد ان المؤلف يحاول ان يسلط الضوء على بعض العلماء العرب والمسلمين الذين كانت لهم اسهامات واضحة في التراث العربي- الاسلامي والتي تتماشى مع المتطلبات المعاصرة المطروحة في مجال تربية الجيل الناشئ.

ومن اعلام التربية العربية:

اولاً- ابن سحنون ٢٠٢ / ٢٥٦ هـ : هو: ابو عبد الله محمد بن ابي سعيد سحنون، واسمه عبد السلام بن سعيد ابن حبيب التتوخي، ولد في القيروان في القرن الثالث الهجري الموافق للقرن التاسع الميلادي، وكان ابن سحنون مريباً اسلامياً وفقهياً متميزاً، وبارع في معالجة تربية الأبناء في الاسلام.

اهداف التربية والتعليم عند ابن سحنون: ذكر ابن سحنون ان الاهداف الرئيسة للتربية والتعليم تكمن في ما يأتي:

- ١- تعليم القرآن الكريم.
- ٢- نشر العلوم الدينية وتعميمها بين المسلمين.
- ٣- تحصيل العلم وكسب المعرفة.
- ٤- كسب المكانة الاجتماعية بين الخاصة والعامة.
- ٥- كسب الرزق.
- ٦- اكتساب الاخلاق.

مهام المعلم: واجبات المعلم، يذكر ابن سحنون ان على المعلم التقيد بالواجبات التالية:

- ١- انه مسؤول على الطلبة حتى لحظة وصولهم الى منازلهم.
- ٢- متابعة اسباب غياب الطلبة.
- ٣- على المعلم ان يتفرغ للتدريس.
- ٤- ان يقوم بدور الاب وان يخلص النية في عمله.
- ٥- على المعلم ان يلتزم بمنهج الاسلام ليكون قدوة للتلاميذ.
- ٦- ان يكون المعلم على مستوى من الثقافة من خلال حفظ الثقافة والعلم بالفقه والنحو واتقان الخط والاطلاع على التراث.

معاملة المتعلمين: لقد وضع ابن سحنون شروطاً للضرب ومن تلك الشروط :

- ١- ان يستعمل الرحمة والشفقة.
- ٢- لا يجوز ان يستعمل الضرب وهو في حالة الغضب.
- ٣- ان لا يكون الضرب انتقاماً من الصبيان.
- ٤- لا يتجاوز ثلاث ضربات الا باذن من الالباء ويتجاوز عشر ضربات.
- ٥- ان لا يؤدي الضرب الى الجرح.
- ٦- ان لا يؤدي الضرب الى اذياء الجسم، والا وجب على المعلم القصاص.

ثانياً: الغزالي ٤٥٠ هـ / ٥٠٥ هـ: هو ابو محمد ابن احمد الغزالي المكنى بأبي حامد نسبة الى اسم ابنه حامد الذي توفي صغيراً ولقب الغزالي نسبة الى مهنة ابيه وهي غزل الصوف، ولقد ولد في (طوس) احدى مدن خراسان ومن اهم ما قاله في مجال التربية وعلم النفس:

- ١- اثر كل من الوراثة والبيئة في شخصية الفرد.
- ٢- الفروق الفردية.
- ٣- ان تكون مادة التعلم بمستوى المتعلم.
- ٤- الاهتمام بالجانب العملي في العلم والمعرفة.
- ٥- الاهتمام بالإرشاد التربوي.

رأي الغزالي في تربية الطفل: يشير الغزالي في كتابه (أحياء علوم الدين) الى آراء كثيرة من أهمها:

- ١- ان يشغل وقت الفراغ حتى يبعد الصبي عن العبث وذلك بقراءة القرآن واحاديث الاخيار.

- ٢- من خلال تعليمه الدين وقيامه بالعبادات اللازمة ومعرفة علوم الشرع يتعلم الدين الحلال والحرام... الخ
- ٣- مراعاة التوسط والاعتدال في تهذيب الاخلاق وابعاده من قراء السوء وعدم التراخي وعدم التدليل.
- ٤- الاهتمام باللعب بالنسبة للأطفال وان يكون لعباً جميلاً يراعى ان للعب ثلاث وظائف اساسية: فهي ترويض الجسم، ادخال السرور، وانه مريح بعد تعب الدروس.
- ٥- عدم التماذي في عقاب الطفل.

صفات المعلم عند الغزالي

- ١- الشفقة على المعلمين وحسن التعامل معهم.
- ٢- ان لا يطلب اجراً ولا يقصد جزاء ولا شكراً، بل لوجه الله تعالى.
- ٣- على المعلم ان يمنع المتعلم من التصدي لرأيه قبل استحقاقه.
- ٤- ان يستخدم المعلم اسلوب التعريف لا التصريح عندما يحاسبه على سوء الخلق.
- ٥- ان لا يسيء المعلم الى العلوم الاخرى امام المتعلم.
- ٦- ان يقتصر على المتعلم بقدر فهمه.
- ٧- ان يلقي على المتعلم القاصد الا الجلي اللائق به.
- ٨- ان يكون المتعلم عاملاً بعملة، فلا يكذب قوله فعله لان العلم يدرك بالبصائر والعمل يدرك بالابصار.

واجبات المتعلم: يرى الغزالي ان على المتعلم واجبات كثيرة من اهمها:

- ١- الابتعاد عن الاخلاق المذمومة وتطهير النفس من الرذائل.
- ٢- يجب على المتعلم الانصراف عن الدنيا والرحلة في طلب العلم.
- ٣- يجب على المتعلم ان يتحلى بالتواضع والاذعان لنصيحة المعلم.
- ٤- يجب على المتعلم الابتداء بالطريقة الحميدة الواحدة التي يرضى عنها معلمه.
- ٥- يجب على المتعلم ان يشتغل بأهم العلوم ثم المهمة.
- ٦- يجب على المتعلم مراعاة الترتيب في العلم الواحد مبتدئاً بالاهم والاحسن.
- ٧- يجب على المتعلم اتقان الفن الواحد قبل الانتقال الى الفن الاخر لان العلوم مرتبة ترتيباً متدرجاً.

٨- ان لا يطمح المتعلم في الرياسة والمال والجاه وان يقصد وجه الله تعالى في علمه.

ثالثاً: ابن خلدون: هو عبد الرحمن بن محمد، اما شهرته بإبن خلدون فجاءت نسبة الى جده التاسع، ولد في تونس سنة ٧٣٢هـ / ١٣٢٢ م.، اشتهر ابن خلدون من خلال كتبه الثلاث وهي:
١- الكتاب الاول: في العمران واحوال الملك والكسب والمعاش والصناعات والعلوم، وهو الكتاب المشهور بالمقدمة.

٢- الكتاب الثاني: في اخبار العرب واجيالهم ودولهم منذ الخليقة الى عهده.

٣- الكتاب الثالث: في اخبار البربر وما كان لهم بديار المغرب من الدول.

آراء ابن خلدون في التعليم وقواعده وطرائقه: ان من اهم الآراء التي طرحها في كتاب المقدمة ما يلي:

١- التدرج من السهل الى الصعب.

٢- الاعتماد في اول الامر على الامثلة الحسية.

٣- ان يبدأ من العام الى الخاص، مع مراعاة قابلية واستعدادات المتعلم.

٤- ان يبدأ بالامور الواضحة البسيطة ثم ينتقل الى الغامضة.

٥- ان يؤخذ الموضوع في تتابع وتكامل دون تقطع في وقت تعلمها.

٦- ان لا يحصل خلط بين علمين في آن واحد، وما هذا الامر مقبول. في ظل الظروف

الماضية وانماط التعلم في حينها.

٧- ان يعتمد في تهذيب الاطفال على القدوة الحسنة.

٨- الرحمة بالأطفال وتقويمهم بالقرب لا بالشدة.

٩- الرحلة في الاقاليم النائية في طلب العلم.

١٠- يجب ان يتجنب المعلمون تصنيف المتون المختصرة وتكليف تلاميذهم حفظها

واستخراج المسائل من بينها.

رابعاً: الكندي: هو ابو يوسف يعقوب من اسحق، من قبيلة كندة، عربي الاصل، ولد في البصرة سنة ١٨٥ هـ وتوفي حوالي سنة ٢٥٢ هـ. ، وكان الكندي عالماً بالطب والفلسفة والحساب والمنطق والموسيقى، وقد اوكل اليه المأمون ترجمة مؤلفات ارسطو وغيره من فلاسفة اليونان لأنه كان ملماً باللغة اليونانية.

حدد الكندي النفس في رسالة (حدود الاشياء ورسومها) بأنها: (استكمال اول لجسم طبيعي ذي حياة بالقوة) ويذهب الكندي الى اثبات طبيعة النفس الانسانية على انها ((جوهر بسيط الهي روحاني غير فان... لا طول له ولا عمق ولا عرض)) هبط في عالم العقل الى عالم الحس ولكنه مزود بذكريات من حياته الماضية وهو لا يقر له قرار في هذا العالم.

اما علاقة النفس بالبدن فهي علاقة عارضة، فهي متحدة به، لا تفعل افعالها الا بواسطته، على الرغم من كونها ((متفردة عنه مباينة له)) تبقى بعد فنائه.

اما بالنسبة لقوى النفس، فهي كثيرة يذكر منها الكندي القوتين العظيمتين المتباعدتين الحسية والعقلية، وقوى اخرى متوسطة بينهما هي القوة المصورة والغازية والنامية والغضبية والشهوانية، هذه القوى جميعها تتعلق بالنفس.

نظرية المعرفة عند الكندي: يعتقد الكندي ان الطريق الى المعرفة يشتمل على وسيلتين: الاولى هي الادراك الحسي، والثاني هي الادراك العقلي.

والعقل عند الكندي جوهر بسيط مدرك للأشياء بحقائقها له اربعة اقسام:

الاول: هو العقل الذي بالفعل ابدأ ، وهو علة جميع المعقولات ومبدأ كل معقول في الوجود ويسمى بالفعل الاول او الله.

الثاني: هو العقل الذي في نفس الانسان بالقوة، وهو خاص بالنفس الانسانية التي تكون قبل حصول المعقولات فيها اشبه شيء بالصفحة البيضاء.

الثالث: هو العقل بالملكة، وهو الذي خرج في النفس من القوة الى الفعل بتأثير العقل الاول، مثل الكتابة في الكاتب.

الرابع: هو العقل الظاهر او البياني، وبه تبين النفس عما هو فيها بالفعل.

خامساً: ابن سينا: هو ابو علي الحسين بن عبد الله بن الحسين بن علي، الملقب بالشيخ الرئيس، من اشهر اطباء العرب من الفلاسفة العظام ولد سنة ٣٧٠ هـ في بلخ وعاش في بخارى وتوفي ودفن في همذان سنة ٤٣٨ هـ.

النفس الانسانية عند ابن سينا : قبل ان يبدأ ابن سينا في تحديد النفس، يبدأ بإثبات وجودها، وكونها جوهر روحانياً مغايراً للبدن لا يفنى بغنائها، ومن براهين وجودها:

١- البرهان الطبيعي السيكولوجي: تظهر لنا آثاراً لا يمكن تفسيرها الا اذا سلمنا بوجود النفس، واهمها الحركة والادراك. واما بالنسبة الى الحركة يقسمها ابن سينا الى نوعين: الحرة القسرية والحركة الارادية، والحركتان لا تصدران عن الجسم.

٢- فكرة (الانا) ووحدة الظواهر النفسية:

يلاحظ ان الانسان اذا كان يتحدث عن نفسه او يخاطب غيره، وانما يعني بذلك النفس لا الجسم. فحين تقول انا خرجت او انا نمت، لا يخطر ببالك حركة رجلك او اغماض عينيك، بل ترمي الى حقيقتك وكل شخصك.

٣- برهان الاستمرار:

وملخصة ان حاضرننا يحمل في طياته ماضيها ويعد لمستقبلنا.. وتأكيداً على وجود النفس يقارن ابن سينا بين النفس والجسد، ويلاحظ ان الجسد عرضة للتغير والتبدل والزيادة والنقصان، وهو مركب من اجزاء معرضة للعوامل ذاتها، اما النفس فإنها ثابتة باقية على حالها منذ الولادة حتى آخر الحياة.

٤- برهان الرجل الطائر والمعلق في الفضاء:

ولعل اروع براهين ابن سينا خيالياً برهان الرجل المعلق في الفضاء، أي ان الانسان لو جرد نفسه من كل ما يتصل بها من المدركات الخارجية ورجع الى ذاته الحقيقية فإنه يدرك بالحدس انه ليس جسماً ولا شيئاً في جسم، وانما هو ذات روحانية تدرك بنفسها.

ومن اراء ابن سينا في علم النفس:

أ- اخلاق الفرد مكتسبة.

ب- الربط في النظرية والتطبيق

ج- نظرية الادراك الحسي الظاهر والباطن.

د- ارساء دعائم العلاج النفسي.

سادساً: ابن جماعة: هو قاضي القضاء شيخ الاسلام بدر الدين بن محمد بن ابراهيم بن سعد الله

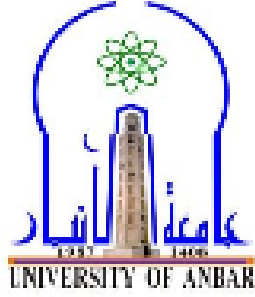
بن جماعة الكناني، ولد في حماه سنة ٦٣٩ هـ وتوفي بمصر سنة ٧٣١ هـ.

اهم الاسس النفسية التي نادى بها ابن جماعة:

١- الاهتمام بالدوافع من اجل التعلم: ويرى ان الدوافع رغم اهميتها لا يشترط ان تتوفر لدى

المتعلم قبل شروعه في التعلم، وانما يمكن ان تكون من خلال التعلم.

- ٢- الثواب والعقاب: اكد على ضرورة ان يدرك المتعلم سبب ثواب المعلم له فليتزيم وسبب العقاب فيتجنبه.
- ٣- اهمية النشاط الذاتي للمتعلم: يعد النشاط الذاتي من اهم شروط التعلم الصحيح من حيث وقته ومن حيث ثباته وقدرته. وقد اكد على اهمية التفاعل بين المعلم والمتعلم في الموقف التعليمي.
- ٤- اهمية تنظيم الوقت في الدرس والراحة: يذكر ابن سينا انه في حالة الطالب المرهق ((فلا بأس من ان يريح نفسه وقلبه وذهنه وبصره اذا كلّ من ذلك او ضعف)).
- ٥- اهمية الابتعاد عن مشتتات الانتباه: ينصح ابن جماعة ان ينصرف المتعلم الى ناحية واحدة ويعمل ذهنه فيها.
- ٦- اهمية الرياضة البدنية في حياة المتعلم: عدها من الامور الاساسية في حالة المتعلم الجسمية والعقلية وزيادة قدرته على الفهم.
- ٧- اثر حالة الفرد الانفعالية في قدرته على التعلم: فهو ينصح كل من المتعلم والمعلم بالابتعاد عن الاضطراب والانفعال.
- ٨- الفروق الفردية: اكد ابن جماعة على ان الطلبة يختلفون في درجات الفهم والاستيعاب فمنهم من يصفه بالنابه والذكي ومنهم من هو متوقف الذهن.
- ٩- انتقال الاثر السلبي للتدريب : اكد الكثير من المربين على الانتقال الايجابي وحذروا من الانتقال السلبي، ولقد اكد ابن جماعة على ذلك ايضاً.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة الثالثة

طبيعة علم النفس واهميته واهدافه وفروعه

(The importance, goals and branches of psychology)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

طبيعة علم النفس واهميته:

من تعريفات علم النفس التي سبق ذكرها: انه العلم الذي يدرس السلوك. وقد اختلف العلماء في تحديد معنى السلوك (Behavior)، فمنهم من يحدده بالنشاط الحركي الظاهر كالمشي والكلام، ومنهم من يوسع هذا المفهوم بحيث يشمل كل ما يصدر عن الفرد من نشاط ظاهر او نشاط باطن كال تفكير والتذكر والشعور .

فالسلك (Behavior): هو كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة.

والاستجابة (Response): كل نشاط يثيره منبه (Stimulus)، وقد تكون الاستجابة:

- حركية كتحريك ذراعك للرد على شخص يحييك.
- لفظية كالرد على سؤال يوجه اليك.
- فسيولوجية كزيادة افراز غدة.
- انفعالية كالغضب عند سماع خبر معين.
- معرفية لكسب معرفة كالنظر والتفكير والتذكر.
- الكف عن النشاط كالتوقف عن السير عند سماع امر معين.

اما المنبه او المثير : فهو أي عامل داخلي او خارجي يثير نشاط الكائن الحي او نشاط عضو من اعضاءه او يغير هذا النشاط او يكفه ويعطله. والمنبهات الخارجية اما فيزيقية كموجات الضوء والصوت او اجتماعية كمقابلة صديق.

اما المنبهات الداخلية فقد تكون فسيولوجية كانهخفاض مستوى السكر في الدم، او تكون منبهات نفسية كالأفكار والذكريات والحالات الوجدانية.

وحيث تكون المنبهات معقدة مركبة كتلك التي تصدر من البيئة الاجتماعية يسمى مجموعها الموقف (Situation) فوخزة الابرّة تعد (منبه) لكن المدرس الذي يقوم بشرح الدرس لطلّبتّه يشكّل (موقفاً).

بماذا يهتم علم النفس؟ ان علم النفس يحاول الاجابة عن ثلاثة اسئلة رئيسية وهي:

- ما يصدر عن الفرد من سلوك؟

- كيف يحدث هذا السلوك ويتم؟

- لماذا يحدث هذا السلوك؟

أي ان علم النفس الحديث لا يشغل نفسه بماهية (النفس) او نشاطها او مصيرها، فهذا الامر من اختصاص الفلسفة.

السلوك نشاط كلي: ان السلوك الحركي والعقلي والانفعالي الذي يصدر عن الانسان، انما يصدر بصورة كلية، أي انه وحدة حركية وعقلية وانفعالية، أي ان الانسان حين يؤدي نشاطاً حركياً معيناً، فإنه لا يحرك جسمه فقط انما يصاحبه نشاط عقلي والتفكير والتذكر والتخيل، ونشاط انفعالي كالقلق او الخوف او الحزن او الغضب... ونفس الحال اذا كان يؤدي نشاطاً عقلياً فيكون مصحوباً بنشاط حركي وانفعالي، وحين يقوم الفرد بنشاط معين فمن المتوقع ان يصاحبه نشاط حركي وعقلي، وبمعنى ادق يمكن القول بأنه لا يوجد نشاط (جسمي - حركي) خالص او نشاط عقلي خالص، او نشاط انفعالي خالص.

سلوك الإنسان يتسم بالغائية: ان سلوك الكائن الحي لا يتوقف حتى يبلغ غايته، فالغائية من الخصائص الأساسية التي تميز سلوك الكائنات الحية عن حركة الجمادات بحيث تجعل سلوكها يتصف بالمرونة والتكيف للظروف الجديدة، وبذلك تختلف عن الجمادات التي لا تحركها دوافع داخلية بل محركات خارجية، اذ يمكن تحديد حركة الجمادات والتنبؤ بمداهم واتجاهها بخلاف الحال في سلوك الكائن الحي اذ يؤدي نفس المثير الى أنواع مختلفة من السلوك، فالخوف من شخص قد يؤدي به الى الهرب وبأخر الى الهجوم او الى التردد.

وقد تكون الغاية من السلوك شعورية كغربة الإنسان في السفر الى مكان معين، وقد تكون الغاية من السلوك لا شعورية كسلوك الشخص المصاب بالوسواس والذي يغسل يديه مائة مرة في اليوم فإنه لا يفتن الى الغاية من سلوكه هذا. بيد ان هنالك تفسيرات أخرى لا تتكرر ان لكل سلوك

غاية، وهي إرضاء الدافع الذي استثار السلوك كالجوع او العطش مثلاً وخفض التوتر والألم الناجمان عن نشاط الدافع، لكنها لا تعد الغاية والسعي وراءها من أهم عوامل تفسير السلوك.

اهداف علم النفس: يرمي علم النفس الى عدد من الاهداف ويمكن تلخيصها كما يأتي:
اولاً. **الوصف (Description):** ويعني فهم ووصف السلوك الانساني، وان الهدف الاساسي هو الوصف والذي يعني البحث عن الظواهر القابلة للملاحظة وبيان علاقاتها ببعضها. ويدخل ضمن هذا الهدف التصنيف في علم النفس هو ان تدخل بعضاً من النظام والترتيب على مختلف الانشطة التي يقوم بها الانسان، وتصنيف السلوك يعني تقسيمه الى اقسام متشابهة ووضع اسماء محددة لها.. وهو يرمي الى معرفة كيف تقوم حواسنا وادمغتنا ببناء تصوراتنا عن العالم من حولنا وكيف نخزن خبراتنا وتجاربنا وكيف نستعيدنا ونوظفها في التعليم، والعمل على فهم الدوافع التي تحرك سلوكنا وسلوك الاخرين، وتعرف نواحي القوة والضعف في شخصياتنا وما لدينا من استعدادات وامكانيات لا نعرفها، والكشف عن العوامل التي تعيق التفكير وتؤدي الى شرود الذهن والتعرف على اسباب الجريمة والتفكك الاسري والتعصب والصراع بين الامم والشعوب.

ثانياً: التفسير (Explanation): ان التفسير المعقول يدعى فرضاً، والفرض تفسير محتمل للظاهرة موضوع الدراسة، ولذا فإنه في حاجة الى ان نختبر صحته. وان التفسير يؤدي الى الدقة في التنبؤ بالسلوك.

ثالثاً: التنبؤ (Prediction): ان التنبؤ بالسلوك الانساني يعني التنبؤ بحدوث ظواهر في ضوء دلالات محددة. فعالم النفس الذي ينجح في اكتشاف القوانين التي تحكم السلوك ويتعرف على الظروف المحيطة بالفرد والتي تؤثر فيه فإنه بإمكانه التنبؤ وبدرجة عالية من الدقة بما سيفعله الفرد مستقبلاً. ولا بد من التحذير في هذا المجال من ان التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد لا يمكن ان يكون بدرجة من الدقة، أي كما نعتقد او نتصور لان حياة الفرد تحيطها احداث ومتغيرات وظروف ومفاجآت قد لا تكون بالحسبان.

رابعاً: الضبط والتحكم (Control): ان ضبط السلوك الانساني يبدو في تحسين قدرة الفرد على ضبط حياته وحياة الاخرين، ضمن قنوات يقبلها المجتمع.. ولا يمكن القول ان علماء النفس على مختلف مذاهبهم يتبعون ذات الخطوات في تعديل السلوك وتوجيهه. فإذا كان الهدف هو محاولة

تعديل السلوك العدوانية، نلاحظ السعي الى تعديل الظروف المحيطة بالفرد وتقديم خبرات تعليمية ايجابية وبناءة من شأنها ان تعزز ايجابياً السلوك غير العدوانية، ومن جهة اخرى نجد اختلاف الاساليب التي يتبعها عالم النفس المعرفي وعالم النفس التحليلي وعالم النفس الانساني عن عالم النفس السلوكي.

ميادين علم النفس النظرية والتطبيقية:

ان دراسة علماء النفس للسلوك متعددة الميادين، فهناك سلوك للإنسان وللحيوان للمريض والسليم للطفل والراشد في البيت او المدرسة او الشارع او المصنع والمزرعة وغير ذلك من الميادين. وبهدف الدقة في معالجة المشكلات والمواقف في كل ميدان من هذه الميادين اتفق علماء النفس على تحديد مجالات التخصص وبصورة عامة فإن علماء النفس قسموا فروع علم النفس او ميادين الدراسة فيه الى قسمين النظري والتطبيقي، اما الفروع النظرية فإن هدفها المعرفة من اجل المعرفة وتختص باكتشاف القوانين التي تحكم السلوك وصياغة المبادئ التي في ضوءها نفس السلوك... وتهدف الفروع التطبيقية الى استخدام المبادئ وتطبيق القوانين التي توصل اليها علماء النفس من المختصين بالدراسات النظرية.

بيد ان هذا التقسيم غير نهائي وقابل للجدل والمناقشة حيث يمكن ان يكون اهتمام عالم النفس بالجوانب النظرية والتطبيقية في الوقت ذاته... ومن اهم الفروع النظرية لعلم النفس ما يأتي:

١. علم النفس العام (General psy): يدرس سلوك الفرد كما يتشكل من خلال عملية التفاعل بينه وبين المنبهات الطبيعية، ويهدف الى اكتشاف القوانين والمبادئ العامة التي تفسر وتحكم سلوك الانسان السوي الراشد.

٢. علم نفس النمو (الارتقائي) (Development psy): ويدرس مراحل النمو الانساني من المرحلة الجنينية حتى الشيخوخة مروراً بمراحل الرضاعة والطفولة والمراهقة والرشد، مبيناً الخصائص النفسية لكل مرحلة والعوامل المؤثرة في النمو، والاثر النسبي للوراثة والبيئة في نمو قدرات الفرد وشخصيته وبالذات في مرحلة الطفولة... ويصوغ هذا الفرع قوانين السلوك والوصف الدقيق لشكل الوظائف النفسية ومستوى ادائها في مراحل العمر المختلفة.

٣. علم النفس الفارق (Differential psy): يدرس الفروق بين الافراد والجماعات والسلالات في السلوك والذكاء والشخصية والاستعدادات والمواهب الخاصة واسباب هذه الفروق واثر الوراثة والبيئة فيها.

٤. علم النفس الاجتماعي (Social psy): يختص علم النفس الاجتماعي بدراسة تأثير الجماعة على سلوك الافراد ودراسة سلوك الفرد في الجماعة، والعلاقات بين الجماعات واساليب التنشئة الاجتماعية والاتجاهات والآراء والعلاقات الشخصية. ويختلف هذا الفرع من علم النفس عن علم الاجتماع الذي يتناول بالدراسة (التنظيم الاجتماعي) والمشكلات الاجتماعية، ذلك ان علماء النفس الاجتماعيون يدرسون التأثيرات الاجتماعية على الافراد.

٥. علم نفس الشواذ (Abnormal psy): يبحث في نشأة الامراض العقلية والنفسية والاجرام وضعف العقل، أي يهتم بالأشخاص غير العاديين ويسمى كذلك علم النفس المرضي حيث يبتعد فيها الراشد عن السواء ويتعرض للاضطرابات النفسية (العصاب) والامراض العقلية (الذهان) والضعف العقلي والمشكلات السلوكية حيث يقوم بدراسة اسباب هذه الانحرافات والعوامل المؤثرة فيها بهدف وضع خطة لعلاجها والوقاية منها.

٦. علم نفس الحيوان (Animal psy): يحاول هذا الفرع اثاره عدة اسئلة والاجابة عنها مثل: هل يستطيع الحيوان ان يفكر؟ وهل يستطيع ان يتعلم؟ وما مدى قدرته على التعلم؟ هل يستطيع ان يتذكر وهل يختلف ذكاؤه عن ذكاء الانسان؟ وهل ان هذا الاختلاف في الدرجة ام هو اختلاف في النوع؟

وفي هذا العلم يمكن ان نجري على الحيوان من التجارب ما يستحيل اجراؤه على الانسان.. والاساس هو ان فهم الكائن الابطسط يؤدي غالباً الى فهم الكائن الاعدد والاكثر تركيباً وهو الانسان.

٧. علم نفس الشخصية (Personality psy): يدرس هذا العلم الفروق الفردية بين الناس في سمات الشخصية وابعادها، وطرق تصنيف الافراد كما يركز على دراسة تركيب الشخصية ومحدداتها وطرق قياسها.

٨. علم نفس المجتمع (Society psy): يهتم بأفراد الجماعة الذين يعانون من المشكلات النفسية بإسلوب العمل داخل الجماعات وانشاط وتطوير برامج الجماعة بهدف تحسين الصحة النفسية لأفراد هذه الجماعة.

اما اهم فروع علم النفس التطبيقية (Applied psy) فهي:

١. علم النفس التعليمي (Educational psy): يتناول هذا الفرع من فروع علم النفس تطبيقات العلوم النفسية في ميدان التربية والتعلم المدرسي، ويحاول معالجة وحل المشكلات التي

تظهر في ميدان التعليم، أي انه يعمل على استخدام نتائج البحوث والدراسات والنظريات التي تظهر في فروع علم النفس النظرية ذات العلاقة في مجال التعلم والتعليم.. وتبرز اهمية هذا الفرع في المجالات الاتية:

- يتناول خصائص كل مرحلة من مراحل النمو لوضع البرامج الدراسية.
 - فهم دوافع السلوك وطرق التشويق المناسبة.
 - استخدام الاختبارات لقياس ما تعلمه الطالب في مادة دراسية معينة بهدف تحديد مستوى التحصيل الذي وصل اليه.
 - استكشاف افضل الطرق لتعلم المواد المختلفة بين الفئات المختلفة.
 - يهتم بدراسة المشكلات النفسية المزاجية او الخلقية او القدرات العقلية المطلوبة.
 - الافادة من نظريات التعلم وتطبيقها في المجال التعليمي.
 - يفيد في التعلم العلاجي الذي يتناول حالات العجز القرائي والعجز الحسابي.
٢. علم النفس الصناعي (**Industrial psy**): يعمل هذا الفرع على تطبيق مبادئ ونظريات علم النفس في مجال الصناعة بهدف حل المشكلات ذات العلاقة بالعمل. وهو بذلك يهدف الى رفع الكفاءة الانتاجية للعامل واسعاده كما يهتم بتحليل العمل واسباب حوادث العمل وطرق تجنبها والامن الصناعي ومشكلات العلاقات الانسانية في المصانع والمعامل والاهتمام بدراسة الروح المعنوية للعاملين. فضلاً عن الاهتمام بالتوجيه المهني والاختيار المهني والتدريب المهني للعاملين بهدف اكسابهم مهارات محددة بأكفاً صورة وفي اقل زمن.
٣. علم النفس التجاري (**Commercial psy**): يهتم هذا الفرع بدراسة الدوافع التي تدفع المستهلكين الى شراء السلع وقياس اتجاهاتهم نحو هذه السلع، ودراسة كيفية تأثير البائع في المشتري واختيار عمال البيع ووسائل الاعلام والاعلان عن البضائع وافضل طرق تأثيره على المستهلكين.
٤. علم النفس الجنائي (**Criminal psy**): يطبق مبادئ علم النفس في ميدان الجريمة من خلال دراسة العوامل والدوافع التي تؤدي الى وقوع الجريمة، ويعمل على تقديم الوسائل الناجحة لعلاج المجرم او عقابه او اصلاحه مع بحث افضل الطرق لتأهيله بهدف تقليل نسبة الجريمة.
٥. علم النفس القضائي: يدرس العوامل النفسية الشعورية واللاشعورية التي يحتمل ان يكون لها اثر في جميع من يشتركون في الدعوى الجنائية.

٦. علم النفس الاكلينيكي (Clinical psy): يشترك السيكولوجي الكليينيكي مع الطبيب النفسي في تشخيص الامراض النفسية والامراض العقلية وعلاجها، وهذا الفرع وثيق الصلة بعلم نفس الشواذ ولا يقتصر عمل السيكولوجي الكليينيكي على المشاركة في التشخيص والعلاج فحسب بل يتجاوزها الى البحث العلمي.

٧. علم النفس العسكري (الحربي) (Military Psychology): تستعين الجيوش الحديثة بخبراء نفسيين لوضع الرجل المناسب في المكان الذي يتناسب من استعداداته وسمات شخصية ولدعم الروح المعنوية في الجيش وكذلك لمحاربة الاشاعات والدعايات الضارة.

٨. علم النفس الارشادي (Indicative psychology): وهو العلم الذي يستهدف مساعدة الاسوياء من الناس على حل مشكلاتهم بأنفسهم في مجال معين في نطاق الامراض النفسية والعقلية، وذلك بإتاحة الفرص امام الافراد للتعبير عن ما يودون طرحه في آراء وتقديم النصح امامهم ومساعدتهم في اختيار الحل الانسب في معالجة متاعبهم ومعاناتهم.

٩. علم القياس النفسي: مكن في السنوات الاخيرة ابتكار طرق تستخدم في قياس بعض العمليات النفسية التي كانت تبدو مستعصية على القياس مثل التفكير الابتكاري فضلاً عن قياس بعض مظاهر السلوك الانفعالي والاجتماعي.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة الرابعة

السلوك

(Behavior)

اعداد

ا.د.م.د. صايف عمال صالح

تعريف السلوك :

اختلف العلماء في تحديد معنى السلوك (Behavior)، فمنهم من يقتصره على النشاط الحركي الظاهر الذي يمكن ان يشاهده اشخاص آخرون، كالمشي والكلام والاكل والهرب... الخ. ومنهم ان يبسط مفهومه بحيث يشمل جميع ما يصدر عن الفرد من نشاط ظاهر او نشاط باطن كال تفكير والتذكر والشعور بالانفعال.. وهو يتفاعل مع بيئته ويحاول التكيف لها. فالسلوك كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة ازاء موقف يواجهه. ويقصد بالاستجابة (Response) كل نشاط يثيره منبه او مثير (Stimulus) وقد تكون الاستجابة على الصورة التالية:

- ١- حركية، كتحريك ذراعك للرد على شخص يحييك كالهرب من خطر مائل امامك او كانهقباض حدقة العين ان سلط عليها ضوء شديد.
- ٢- لفظية، كالرد على سؤال يوجه اليك او تعبيرك عن فكرة تجول في خاطرك باللغة.
- ٣- فسيولوجية، كارتفاع ضغط الدم، او زيادة افراز غدة، او تقلص عضلات المعدة.
- ٤- انفعالية، كالغضب عند سماع كلمة معينة، او الحزن لسماع خبر معين.
- ٥- معرفية، أي ان يراد بها كسب معرفة كالنظر والسمع والتفكير والتذكر.
- ٦- بل قد تكون الاستجابة بالكف عن النشاط كالتوقف عن السير او الاكل او التفكير عند سماع امر معين.

اما المنبه او المثير فهو أي امر خارجي او داخلي، يثير نشاط الكائن الحي او نشاط عضو من اعضائه، او يغير هذا النشاط او يعطله.. والمنبهات الخارجية اما فيزيقية كموجات الضوء او تغير درجة الحرارة والروائح المختلفة.. او اجتماعية كمقابلة صديق او صرخة استغاثة او سماع مناقشة، اما المنبهات الداخلية فقد تكون فسيولوجية كانهخفاض مستوى السكر في الدم

او تكون منبهات نفسية كالأفكار والذكريات والتصورات الذهنية والمعتقدات والتفكير في الطعام قد يثير الجوع وتصور الخطر يحملنا على التحوط له.

وفي ضوء ما تقدم فإن السلوك يشمل ما يلي:

- كل ما يفعله الانسان ويقوله.
- كل ما يصدر عنه من نشاط عقلي كالإدراك والتفكير والتخيل.
- كل ما يشعره من تأثيرات وجدانية وانفعالية، كالإحساس واللذة او الالم كالشعور بالخوف والغضب مع ما يصاحب ذلك من أنشطة فسيولوجية شتى.

العوامل المؤثرة في السلوك

طرحت عدة آراء حول اهمية الوراثة او البيئة مع النمو والسلوك، ففريق يؤكد اثر الوراثة وآخر يؤكد على اثر البيئة، والثالث اكد على اهمية التفاعل المستمر بين الوراثة والبيئة، ومن خلال المعطيات العملية فنحن نرجح الرأي الثالث، ، ، وقبل الخوض في التفاصيل علينا تحديد مصطلحي الوراثة والبيئة:

الوراثة (Heredity): تعني الخصائص الفيزيائية التي تنتقل مباشرة من الالباء الى الابناء عند بداية الحمل.

اما مفهوم **البيئة (Environment):** فيتضمن عدة مؤثرات، حددها العالم دونالد هب (Hebb) بخمسة جوانب.. وهي:

١- **البيئة الكيميائية قبل الولادة:** وهي تلك المؤثرات الكيميائية التي تعمل قبل الولادة مثل العقاقير، الغذاء، والهرمونات.

٢- **البيئة الكيميائية بعد الولادة:** وهي المؤثرات الكيميائية التي تعمل بعد الولادة مثل الاوكسجين والتغذية.

٣- **خبرات حسية ثابتة:** وهي تلك الاحداث التي تمر بالحواس سواء قبل او بعد الولادة وتكون واحدة لجميع اعضاء نوع معين.

٤- **خبرات حسية متغيرة:** وهي تلك الاحداث التي تمر بالحواس والتي تكون واحدة لجميع اعضاء نوع معين، وهي تختلف باختلاف الظروف الخاصة المحيطة بكل فرد، فمثلاً الظروف الخاصة بطفلة مرفهة تختلف عن ظروف تلك المحرومة.

٥- الاحداث الصدمية الفيزيكية وهي تلك الخبرات التي تنتج عن حالة تهتك خلايا كائن عضوي سواء قبل الميلاد او بعده.

كيف تؤثر الوراثة في الانسان؟ فيما يلي ايجاز لأثر الوراثة في السلوك الانساني:

- تبدأ حياة الانسان عند بداية الحمل.
- توجد المعلومات الوراثية داخل الكروموسومات التي يكون عدد (٤٦) نصفها من الاب والآخر من الام.
- تتشابه ازواج الكروموسومات الاثنى والعشرين الاولى تقريباً، اما الزوج الثالث والعشرون وهو الذي لا يتشابه دائماً وهو الذي يحدد جنس الجنين.
- كل كروموسوم يتكون من الاف الجزيئات الصغيرة والتي تسمى الموروثات او الجينات ويعد الجين الوحدة الاساسية للوراثة. وتتكون الجينات من مادة كيميائية معقدة وهي الحمض النووي المعروف باسم الـ (DNA) وتتحكم في انتاج المواد الكيميائية والتي تسمى البروتينات.
- لكل خاصية او وظيفة جينات خاصة بها وتكون هذه الجينات اماكن محددة على الكروموسومات تسمى مواضع.
- اذا كان الجينان اللذان يتلقاهما الزيجوت (البيوض الملحقة) في موضع معين على كروموسوم يحتويان على (اوامر) متعارضة، فإن احدهما يمكن ان يسود (يسيطر) كلياً او جزئياً او يؤثر الاثنان معاً على النتيجة النهائية.
- ان كل فرد من الافراد تجربة وراثية فريدة لم تحدث من قبل ولن تتكرر مرة ثانية باستثناء التوائم المتماثلة او المتطابقة او التوائم الثلاثية.
- يعتقد كثير من علماء الوراثة ان كثيراً من الفروق بين الناس يتأثر بالوراثة.
- يصعب دراسة اثر الوراثة في السلوك الانساني ذلك ان سلوك الانسان ينبغي ان نتعامل معه على اساس من السمات المتصلة وهي تلك توجد بدرجات معينة.

كيف تؤثر البيئة في الانسان؟ : يوجد نوع من التأثير والتأثر المتبادل بين الفرد والبيئة ولا يوجد أي فرد بغض النظر عن طاقاته وخصائصه يستطيع البقاء بمعزل عن العوامل البيئية المناسبة، فيمكن ان يتساوى طفلان في الخصائص والطاقات الجسدية ومع ذلك ينموان بشكل مختلف اذا

ما ربياً في بيئتين مختلفتين... ويمكن ان نوجز ببعض العوامل البيئية التي تؤثر في سلوك الافراد، وكما يأتي:

١. تأثير البيئة في النمو قبل الولادة: تم اجراء بعض الدراسات للتأكد من اثر العوامل البيئية على الجنين عند بعض المخلوقات الدنيا، ولم تتم مثل هذه التجارب على البشر. ومع ذلك فقد اجريت عدد من الدراسات على أجنة بشرية وكان الهدف معرفة نتائج الاثارة الخارجية في سلوك هذه الاجنة ووجد انه من الممكن القيام بإشراط سلوك الجنين بشكل ناجح.. هذا ومن المحتمل ان تكون سيطرة اليد اليسرى عند بعض الافراد اضافة الى صفات بشرية اخرى هي في جزء منها نتيجة عمليات الاشراط في الفترة قبل الولادة.

٢. ما تأثير البيئة في النمو العقلي؟: للبيئة تأثير واضح في النمو العقلي، ومن الممكن ان يسير النمو العقلي او يعاق خلال تأثير بعض العوامل الموجودة في البيئة، ويظهر ذلك جلياً من خلال الدراسات التي اجريت على الاطفال الذين ربوا في بيوت بديلة. وكذلك الاطفال الذين يعيشون في مجتمعات منعزلة، او مختلفة.

فالدراسات التي اجريت على اطفال يعيشون في بيوت بديلة، فقد اظهرت في معظمها تحسناً في معامل الذكاء في حالة الاطفال الذين نقلوا للعيش في بيوت اعلى مستوى واكثر اثاراً من البيوت الذي كانوا قد ولدوا فيها.

٣. ما تأثير البيئة في الشخصية؟ : تؤثر البيئة في نوعية الشخصية من خلال الاتجاهات والعلم وانماط السلوك عند الافراد قد اظهرتها دراسات علماء الأنثروبولوجيا الاجتماعيين الذين اتحت لهم دراسة العديد من الشعوب البدائية كما هو الحال في قبائل (الارابش والمندوجومر والجامبولي) حيث اتضح ان الفروق بين الانماط في الشخصية لهذه القبائل الثلاث لا تعود الى الوراثة، وانما الى النظم الاجتماعية التي تعمل بموجبها وكذلك الى اساليبها في تنشئة الاطفال.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

الماضرة الخامسة

مناهج وطرائق البحث في علم النفس (Research Methods in Psychology)

اعداد

ا.م.د. صايفعمال صالح

تتقسم البحوث في علم النفس وبصورة عامة الى بحوث كشفية ووصفية تحليلية وتجريبية:

١. **البحوث الكشفية** : يعد البحث الكشفي خطوة رياضية والذي يستهدف البحث عن معلومات جديدة تساعد الباحث على استيضاح مشكلة غامضة غير محددة في ذهنه، كما انها تكشف له عن اهم النتائج التي وصلت اليها البحوث السابقة، وما اتبعه الباحثون من مناهج وما صاغوه من فروض وما اثاروه من مشكلات ينبغي ان توضع موضع البحث التجريبي وفي البحوث التالية كما انها قد تزوده بالإحصائيات اللازمة لدراسة مشكلة معينة ومن البحوث الكشفية:

٢. **البحوث المسحية (Surveys)**: وهي بحوث تستهدف جمع اكبر قدر من المعلومات عن الظاهرة وهي على خلاف البحوث المتعمقة التي تستهدف الكشف عن اسباب الظاهرة والتي تتطلب اجراء تجارب، ومن البحوث المسحية جمع بيانات عن نسبة انتشار الجريمة في طبقة معينة وتقضي البحوث الكشفية قراءة اهم ما كتب في موضوع البحث واستطلاع اراء الخبراء في الموضوع.

٣. **البحوث الوصفية والتحليلية** : تستهدف وصف الظاهرة المدروسة كطفل مشكل يهرب من البيت وصفاً كمياً او كيفياً محاولة للنفاز في الظاهرة لمعرفة اسبابها، وتختلف عن البحوث الكشفية في انها تتناول مشكلات محددة والوصف والتقويم والتحليل. كما تستخدم في دراسات المتابعة لوصف حالة فريق من الافراد بعد تدريبهم على برنامج معين. كما تستخدم في تحليل الاعمال المهنية يدوية كانت او

غير يدوية لمعرفة ما يطلبه العمل من حركات او عمليات واهمية كل منها او لتحديد الواجبات التي يتطلبها اداء العمل... الخ.

٤. **البحوث التجريبية:** الهدف منها هو اختبار صحة الفروض المطروحة، والتجربة هي الملاحظة التي يقوم بها الباحث تحت ظروف معينة يمكنه التحكم فيها، وتتبع التجربة خطوات محددة في البحث تبدأ بالملاحظة وايجاد مشكلة الدراسة وتنتهي بالنتائج كما تشمل التجربة عدة عناصر ومتغيرات كالمجموعات الضابطة والتجريبية والمتغيرات بالتابعة والمستقلة.

اهم مناهج البحث في علم النفس

المناهج التالية تقوم على الملاحظة العلمية:

١. **منهج التأمل الباطن:** تسمى كذلك بمنهج الاستبطان (Introspection) ويعني التأمل الذاتي في محتويات الشعور سواء اكانت خبرات حسية او عقلية او انفعالية مع ملاحظة منظمة صريحة تستهدف وصف هذه الحالات وتحليلها او تأويلها احياناً، ومن الامثلة على ذلك حين نصف لصديق ما نشعر به من تعب او قلق او الم. . . وقد يدور الاستبطان على الحالات الشعورية الحاضرة والماضية. وان اهمية الاستبطان يمن ان تبدو للأسباب التالية:

- انه الوسيلة الوحيدة لدراسة بعض الظواهر والاحوال النفسية كالأحلام واحلام

اليقظة او شعور الفرد اثناء انفعال الخوف او الغضب وغيرهما.

- يمكن الافادة منه في بعض الدراسات التجريبية حين نسأل الشخص الذي تجري عليه التجربة ان يصف لنا ما يرى او يسمع او ما يشعر به بعد مجهود ذهني طويل.

- يعد الاساس في استفتاءات الشخصية ان نطلب الى الشخص ان يجيب تحريرياً او شفويّاً على مجموعة من الاسئلة على ما لديه من ميول او رغبات او مخاوف او متاعب.

- يمكن استخدامه في اثناء العلاج النفسي من خلال الاستماع الى ما يرويهِ المريض من مشاعر او مخاوف ووساوس بهدف معاونة على الشفاء.

٢. **منهج الملاحظة في مجال الطبيعة:** وهو الطريقة الوحيدة لدراسة السلوك الذي لا يمكن احداثه مع معامل علم النفس، او السلوك الذي يشوه اذا ان حدث في المعمل، هنا يلاحظ السلوك كما يحدث تلقائياً في ظروفه الطبيعية، لذا يستخدم هذا المنهج في علم نفس الحيوان لدراسة السلوك الاجتماعي للقردة، كما يكثر استخدامه في علم نفس الطفل لدراسة لغة الاطفال من سن معينة. ولا بد من مراعاة بعض الشروط في مثل هذا النوع من الملاحظة:

- ان يكون الباحث قد تدرب على الملاحظة العلمية.

- ان تكون لديه اسئلة محددة ينتظر من الملاحظ الاجابة عنها.

- الاستعانة بتسجيلات تتيح للباحث ولغيره اعادة الملاحظة من جديد.

٣. **المنهج التتبعي:** يستخدم هذا المنهج في تتبع قدرة او سمة لدى الاطفال من طفولته الى مرحلة المراهقة مثلاً كتتبع الذاكرة او اللغة او تطور الشعور الديني، ويكون ذلك بوصف المراحل المختلفة التي تجتازها القدرة او السمة. ووصف مظاهرها، وفي هذه الدراسة يمكن يتبع احد الاسلوبين وهما:

- تتبع مظاهر النمو عند مجموعة من الاطفال في سنوات متتالية.

- مقارنة عينات مختلفة من الاطفال في الاعمار المتتالية اذا تعذر تتبع نفس المجموعة من الاطفال.

٤. **المنهج الكلينيكي:** ان الاشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية او انحرافات خلقية او مشكلات دراسية يحتاجون الى التشخيص والعلاج، ويتم ذلك من خلال اتباع هذا المنهج، والذي يستخدم وسائل عدة لجمع البيانات اللازمة لتحقيق اغراضه، ومنها دراسة الحالة، ومن الطرق التي يستخدمها هذا المنهج دراسة العاب الاطفال المشكلين حيث يتم من خلال اللعب واكتشاف الحياة النفسية الشعورية واللاشعورية للطفل والعمل على تشخيص متاعبه النفسية ولعلاجه ايضاً ويختلف ميدان المنهج الكلينيكي عن ميدان الدراسات التجريبية التي تجري على اعداد كبيرة في انه يهتم بحالات فردية. غير ان هذا لا يحول دون التعميم من دراسة عدد كبير من الحالات الفردية المتشابهة.

٥. المنهج التجريبي: التجربة ملاحظة مقصودة مقيدة بشروط تجعلها تحت مراقبة الباحث وإشرافه. لذا كان لابد له ان يتدخل فيرتب الظروف التي تقع فيها الظواهر ترتيباً معيناً ثم يلاحظ ما يحدث وذلك ان العلم لو اقتصر في بحوثه على انتظار وقوع الاحداث والظواهر لملاحظتها لكان سيره بطيئاً. ويمكن ان تعرف التجربة بأنها تغير مدبر يحدثه الباحث عمداً في ظروف الظواهر.

والمنهج التجريبي يعتمد على الملاحظة الموضوعية الدقيقة، ولكنه يتميز عنها في قدرته على التحكم في مختلف العوامل التي يمكن ان تؤثر في السلوك المدروس، كما انه يتيح الكشف عما بين الاسباب والنتائج من علاقات. ويتضح المنهج التجريبي من خلال الخطوات التالية:

- وجود مشكلة وتحديدها.
- صياغة فرض او عدة فروض.
- اختبار صحة الفروض.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ العَالِي وَالْبَحْثِ العِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الأنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة السادسة

الدافعية

(Motivation)

اعداد

ا.م.د. صايفي عمال صالح

الدافعية (Motivation):

مما لا شك فيه ان الدافعية استقطبت الكثير من للبحث من مفهومها وذلك للأهمية الكبيرة التي لها في مجال التعلم لذا فقد عرفت تعريفات كثيرة وذلك حسب التوجهات الفكرية والنظرية للباحثين فيها ، وكان سالي (Sally) اول من استخدم مصطلح الدافعية حين قال : ان الرغبة التي تسبق الفعل (السلوك) وتحدده تسمى الفقرة الدافعة او المثير الدافع ، اما (قطامي) فيعرف الدافعية بأنها الحالات الداخلية التي تحرك الفرد نحو تحقيق هدف او غرض معين وتحافظ على استمراريته حتى يتحقق ذلك الهدف، ويعرفها جيلفورد (Gilford) بأنه: كل تغيير في السلوك ناتج عن استثارة، ويعرفها ايضا اتكنسون (Atkinson) : بأنها استنهاض الميول للفعل لإنتاج واحد او اكثر من المؤثرات. والدافعية هي مجموعة العوامل المحركة التي تحدد سلوك الفرد وتدفعه الى عملية التفاعل في المجتمع وهي ليست سلوكاً قابلاً للملاحظة بطريقة مباشرة انما يستدل عليها من سلوك الافراد في المواقف المختلفة لان الافراد لا يستجيبون للمواقف المختلفة بنفس الطريقة وحتى امام الموقف الواحد فإن استجاباتهم تكون متباينة.

ويمكن القول ان الدافع حالة داخلية- جسمية او نفسية تثير السلوك في ظروف معينة وتواصله حتى ينتهي الى غاية، فمثلاً الطالب يستذكر دروسه ويسهر الليالي بدافع الرغبة في النجاح، والدافع اصطلاح عام شامل لذا تحتوي اللغة على الفاظ كثيرة تحمل معنى الدافع مثل:

الحافز، الباعث، الرغبة، الميل، الحاجة، النزعة، العاطفة، الغرض، القصد النية، الغاية، الارادة، وبعض هذه الألفاظ يكاد يكون مرادفاً للآخر وبعضها يحتاج الى تعديل وتمييز.

الدافعية والتعلم:

ان اهمية الدافعية من الوجة التربوية كونها هدفا تربويا في ذاتها فاستثارة دافعية الطلاب وتوجيهها وتوليد اهتمامات معينة لديهم تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية وعاطفية وحركية خارج نطاق العمل المدرسي وفي حياتهم المستقبلية هي من الأهداف التربوية الهامة التي ينشدها أي نظام تربوي ،كما تتبين اهمية الدافعية من الوجة التعليمية من حيث كونها وسيلة يمكن استخدامها في سبيل انجاز أهداف تعليمية معينة على نحو فعال وذلك من خلال اعتبارها احد العوامل المحددة لقدرة الطالب على التحصيل والأخذ لان الدافعية على علاقة بميول الطالب فتوجه انتباهه الى بعض النشاطات دون الاخرى وهي على علاقة بحاجاته فتجعل من بعض المثيرات معززات تؤثر في سلوكه وتحثه على المثابرة والعمل بشكل نشط وفعال .

للدافعية دورا فعالاً في التعلم كونها تقوم بإثارة انتباه المتعلم وتحافظ على دوامه طيلة فترة التعلم، فالدافعية هي قوة ذاتية تحرك السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف ما وتحافظ على دوام ذلك السلوك ما دامت الحاجة قائمة لذلك كما ويمكن للدافعية ان تستثار اما بعوامل داخلية ذاتية (حاجات ،ميول، اهتمامات) او خارجية بيئية (كالأشخاص ،الافكار ، الاشياء).

وللدافعية ثلاث وظائف هامة :

١. تحريك السلوك من خلال اكتسابه طاقة للتحرك.
٢. توجيه السلوك من خلال تحديد النشاط واختياره .
٣. المحافظة على دوام واستمرار السلوك.

وتلعب الدافعية دورا حاسما في تعلم الطلاب بنوعيتها الداخلي والخارجي الا ان كثير من الدراسات اثبتت ان الدوافع الداخلية أكثر أثرا وأطول دواما وشد قوة في استمرار السلوك التعليمي لدى الطالب من العوامل الخارجية كالمعززات والحوافز كون الأولى ترتبط بحاجات وقيم واتجاهات واهتمامات وتطلعات الطالب لذا فهي تترك اثر أعمق لديه، والدافعية اصطلاح عام وشامل له علاقة بمصطلحات كثيرة وتحمل المعنى نفسه هي :

الحاجة : حالة تنشأ لدى الفرد الكائن الحي عند انحراف الشروط البيولوجية او السيكلوجية اللازمة لحفظ بقاء الفرد عند الوضع المتزن المستقر .

الهدف: هو ما يرغب الفرد في الحصول عليه ويشيع الدافع بنفس الوقت .

الحافز او الباعث : منبه خارجي مادي او اجتماعي مرتبط بالتنبه الخارجي فالطعام حافز او باعث لأنه يشيع دافع الجوع .

الوظائف التعليمية للدافعية : تلعب الدوافع دورا مهما في عملية التعلم وفي موقف التعلم ومن اجل التعرف على هذا الدور بنوع من الدقة وعن كثب يمكن تحديد أربعة وظائف للدوافع في التعلم يساعد فهمها في توضيح دورا لدافعية في التعلم وهذه الوظائف هي:

١. الوظيفة الاستشارية: الوظيفة الاستشارية هي اولى الدوافع ،حيث ان وجهة النظر الحديثة في علم النفس تتبنى نظرية التعلم تعتقد ان الدافع لا يسبب السلوك وانما يستثير الفرد للقيام بالسلوك، وان درجة الاستثارة والنشاط العام للفرد علاقة مباشرة بالتعلم الصفي، ان أفضل درجة الاستثارة هي الدرجة المتوسطة حيث تؤدي الى أفضل تعلم ممكن وان نقص الاستثارة يؤدي الى الرتابة والملل وزيادة الاستثارة يؤدي الى النشاط والاهتمام الا ان الزيادة الكبيرة نسبيا في الاستثارة تؤدي الى ازدياد الاضطراب والقلق وهذان العاملان يعملان بدورهما على تشتيت جهود التعلم .

٢. الوظيفة التوقعية : التوقع هو اعتقاد مؤقت بان ناتجا ما سوف ينجم عن سلوك معين ولكننا نعرف ان الناتج يتسق بالضرورة مع التوقع ولذلك يوجد في كثير من الاحيان تباين الناتج الفعلي والتوقع المرغوب وبالتالي يوجد تباين بين الإشباع المتوقع والإشباع والفعلي ان هذا التباين يمكن ان يكون مفرحا او مؤلما مسهلا او معرقلا بناء على

درجته ،وقد اشارت الدراسات في هذا المجال الى ان الدرجة المعتدلة من التباين تخدم في استثارة سلوك الفرد اما الدرجات العليا من التباين فقد تعمل كمثبط للفرد.

٣. الوظيفة الباعثة: البواعث عبارة عن اشياء تثير السلوك وتحركه نحو غاية ما عندما تقترن مع مثيرات معينة فنحن نتوقع من الطلاب ان يظهروا اهتمامات اكبر بمادة ترتبط بمادة دراسية يرتبط معها باعث اكبر او ثواب اكبر من مادة اخرى لا يرتبط معها مثل ذلك الباعث ان هناك نتائج معينة ترتبط مع قيام الفرد بسلوك معين .

٤. الوظيفة العقابية او التهذيبية : العقاب مؤثر سلبي يسعى الفرد الى التهرب منه ان اثر العقاب واسلوب العقاب المتبع يختلف باختلاف الاستجابة المعاقبة وتشير الدراسات الى ان نتائج ثبتت صحتها فيما يتعلق بالموقف التعليمي :

- يعتمد اثر العقاب على شدته وخاصة اذا كانت الاستجابة المعاقبة سبق وان اثبتت من قبل ومع مثل هذا النوع من الاستجابات يكون اثر العقاب اكثر كلما زادت شدة العقاب ومن الواضح اننا لا نستطيع استعمال العقاب الشديد في الموقف التعليمي.

- العقاب يقوي السلوك خاصة اذا لحق العقاب ثوابا او حدثا معا في نفس الوقت.
- لا يفسر العقاب عقابا دوما من قبل الطلاب فما يقصده المعلم كعقاب قد يفسره الطلبة كثواب.

- يعد العقاب مؤثرا فعالا اذا اتبع السلوك المعاقب بسلوك بديل يمكن ان يثاب والا فلا جدوى من العقاب ويجب التذكير دوما بأن العقاب لا يعلم استجابات بديلة وإنما يعمل فقط على زوال بعض الاستجابات بشكل مؤقت.

- يجب اقتران العقاب بالسلوك الذي ادى اليه مباشرة حتى يكون العقاب فعالا في زوال الاستجابة .

- العقاب الشديد قد يؤدي الى الخوف المرضى والهروبي من المدرسة وهذان امران لا نريد لهما الظهور في المدرسة ومن هذه الناحية يجب ممارسة اقصى انواع الحذر واللجوء الى المرشد النفسي والتربوي في المدرسة عند ظهور بوادرهما.

تصنيف الدوافع:

يمكن تصنيف الدوافع التي تغطي كل اشكال السلوك الإنساني بأكثر من طريقة مختلفة.

ان اكثر التصنيفات شيوعاً هي التي تصنف الدوافع الى صنفين حسب المنشأ:

١. دوافع فسيولوجية المنشأ.

٢. دوافع سيكولوجية المنشأ.

او الدوافع الداخلية الفردية ، والدوافع الخارجية الاجتماعية

١. **الدوافع الفسيولوجية** : ويطلق عادة اسم الدوافع الفسيولوجية على الحالات الناتجة عن

وجود حاجات جسمية لدى الكائن الحي تحدث تغيراً في توازنه العضوي والكيميائي فتتسأ

عن ذلك حالة من التوتر تدفع الكائن الحي الى القيام ببعض الأنشطة التي تؤدي الى

إشباع حاجاته وعودة الجسم الى حالته السابقة من التوازن والاعتدال.

وتتصف ببعض الخصائص العامة وهي:

- بانها عامة لدى جميع الكائنات الحية البشرية والحيوانية.

- انها تؤدي وظيفة بيولوجية هامة بالمحافظة على بقاء الكائن الحي واستمرار النوع.

- انها موجودة بالفطرة وليست مكتسبة.

- انها تحدث نتيجة لاختلال التوازن العضوي والكيميائي للجسم، واذا اختل هذا التوازن

الذاتي بسبب وجود أي اضطراب او نقص عضوي او كيميائي في الجسم ظهرت في

الحال بعض العمليات الجسمية التعويضية التي تحاول سد هذا النقص وازالة حالة

الاضطراب وإعادة حالة التوازن الذاتي.

ومن انواع الدوافع الفسيولوجية : دافع الجوع ودافع العطش ودافع الجوع للهواء ودافع التعب ودافع

الجنس.

٢. **الدوافع السيكولوجية** : يستخدم مفهوم الدوافع السيكولوجية لتصنيف فئة عريضة من

حالات الدافعية التي لا تربطها علاقة مباشرة بالتكامل البيولوجي للكائن الحي، وبالتالي

فهذه الدوافع تقابل فئة الدوافع الفسيولوجية على اعتبار ان الاسس الفسيولوجية لها ليست

مهمة مقارنة بالاسس السيكولوجية،، ويمكن ان نصنفها في فئتين هما:

- الدوافع الداخلية الفردية: والدوافع الداخلية الفردية هي بمثابة دوافع فردية تحقق الذات

لل فرد، حيث تربط بوظائفه الذاتية وتحقيق توازنه من خلال استجاباته المختلفة، وهذا

النوع من الدوافع يقف وراءه الانجازات المتميزة والابداعات البشرية في الفكر والسلوك واهم هذه الدوافع: دافع حب الاستطلاع ودافع الكفاءة ودافع الانجاز.

- الدوافع الخارجية الاجتماعية: والدوافع الخارجية الاجتماعية فهي الدوافع التي تنشأ نتيجة لعلاقة الكائن الحي بالأشخاص الاخرين ومن ثم تدفع الفرد للقيام بأفعال معينة ارضاءً للمحيطين به او للحصول على تقديرهم او تحقيق نفع مادي او معنوي، واهم هذه الدوافع، دافع الانتماء والسيطرة ودافع الاستقلال.

اسباب تدني الدافعية للتعلم : ان تدني الدافعية للتعلم الصفي ظاهرة اكااديمية مدرسية يعنى بها المعلمون والمربون في مختلف علاقاتهم مع المدرسة او المؤسسة التربوية، ويمكن تحديد اسباب هذه الظاهرة في المجالات الاتية:

١. الاستعداد للتعلم: ترجع بعض حالات تدني الدافعية للتعلم الى عدم توافر الاستعداد للتعلم، ويقصد بالاستعداد للتعلم هو (الحالة التي يكون فيها المتعلم قادراً على تلبية متطلبات موقف التعلم والخبرة التي تعرض له)، وان تعلم الطلبة واستيعابهم للخبرة يتوقف على حالة استعدادهم العام والخاص، وان غياب الاستعداد يسهم في تدني الدافعية للتعلم عندهم.

٢. الممارسات الصفية: وتتضمن الممارسات الصفية جانبين رئيسيين هما:

- ممارسات تتعلق بسلوك الطلبة.

- ممارسات تتعلق بسلوك المعلم.

٣. المواد والخبرات التعليمية: من المعروف ان المواد التعليمية هي مواد وانشطة قابلة للتعديل والتكيف لكي تلائم قدرات واستعدادات الطلبة، وان زيادة حيويتها ومعنوياتها، أي ان تكون ذات معنى يأتي من قبل المعلمين الذين لديهم الخبرة الكافية لتعديل بنية المواضيع الدراسية المنطقية والسايكولوجية.

٤. الحالة النفسية للطالب: مما لاشك ان الحالة النفسية للطالب تلعب دوراً مهماً في تقرير نشاطه واجتهاده، فالطالب المطمئن البال المرتاح من كل ما يشوش تفكيره، يمكنه العمل بطاقة توفر له امكانات النجاح.

اساليب معالجة تدني الدافعية: سنعرض اسلوبين من اساليب معالجة تدني الدافعية وهما:

الاول : الاسلوب السلوكي: في هذ الاسلوب يكون للمعلم المختص الدور الرئيسي في ادارة ومعالجة المشكلة مع سعي المتعلم وتقدمه بطلب المساعدة والحل على افتراض ان المعلم هو الاقدر على كشف المشكلة وتحديد أسبابها وتشجيع الطلبة على التحدث عنها وان ذلك يعود الى الاسباب التالية :

- يقضي المعلم معظم وقته مع طلبته ولا تتوفر مثل هذه الفرصة لغيره من التربويين.
 - لدى المعلم الفرصة الكافية لتحديد الاسباب للمشكلة وأساليب المعالجة.
 - ان المعلم هو المعني اكثر من غيره في التدريب على اساليب الكشف عن المشكلة وتقصي اعراضها واسبابها ومن ثم تهيئة الظروف المناسبة لمعالجتها.
- ويمكن تلخيص اهم خطوات معالجة تدني الدافعية حسب المنظور السلوكي بما يلي:

- تحديد اعراض المشكلة (مثل تشتت الانتباه.. الخ).
- تحليل الظروف الصفية لتدني الدافعية، ومن هذه الظروف: الجو الصفي المنفر، تدني حيوية المعلم، غياب التعزيز الفوري.
- تحديد الاهداف العامة والخاصة، ان تحديد الاهداف يقلل اثر العوامل التي تساهم في تدني الدافعية.
- تعريف السلوك تعريفاً محدداً وقياسه وتسجيله: ويمكن تحديد السلوك الذي يؤدي الى تدني الدافعية الصفية بأنه السلوك الذي يظهر فيه الطلبة شعورهم بالملل والانسحاب والسرحان وعدم المشاركة في الانشطة التعليمية الصفية.
- تحديد مدى قبول الاهداف العامة والخاصة.
- التعرف على الترتيبات الموجودة.
- تحديد الإجراءات المناسبة، ومن هذه الإجراءات: زيادة تفاعل المعلم والمتعلم، زيادة وعي الطالب للهدف من التعلم.. الخ.
- تقرير الترتيبات الجديدة.
- عقد اتفاقيات مع الطلبة.
- تهيئة المواقف لإنجاح المهمة.
- تحديد الإجراءات التقويمية.

الثاني : الأسلوب المعرفي: يتم معالجة تدني الدافعية بهذا الاسوب على وفق الخطوات التالية:

- أساليب التعرف على المشكلة: من خلال الانتباه الى العناصر المكونة للمشكلة وتعريفها لكلمات ومفردات كثيرة، الكشف عن مدى وعي الطالب للمشكلة.
- التحدث الى الذات بصوت عال بالأسئلة التالية: ما الذي اريد ان اعرفه؟ لماذا عليّ ان افعل كذا وكذا؟ متى اكون راضياً عن ادائي؟
- معالجة المشكلة: وتتضمن الاستراتيجيات الاتية:
 - التحدث عن المشكلة بأبنية معرفية مناسبة بصوت عال.
 - الانتباه الى العناصر المتعلقة بالمشكلة.
 - مساعدة الطالب على ان يتخيل نتائج معالجة المشكلة او التخلص من اعراضها.
 - مساعدة الطالب على زيادة الاهتمام بذاته.

نظريات الدافعية:

يمكن ان تصنف نظريات الدافعية الى عدة اقسام وهي:

١. **نظريات الغرائز:** يرى علماء النفس المنظويين تحت هذا المجال ان الكائن الحي مزود بدوافع موروثة تدفعه الى السلوك وقد اطلقوا عليها اسم (الغرائز Instincts) ومن اهم تلك النظريات مما يلي:
 - أ. نظرية مكدوكل (Mcdougall): لقد حدد (مكدوكل) مصطلح الغريزة بأنها استعداد نفسي جسمي موروث يجعل الشخص يدرك بعض الاشياء عند ادراكه لها نوعاً معيناً من الاستثارة الانفعالية، ثم يسلك ازاءها على نحو معين او يخبر في نفسه على الاقل نزعة تدعوه الى ان يسلك كذلك. وقد عرض مكدوكل قائمة بالغرائز وانفعالاتها وقد حددها بأربعة عشر غريزة منها غريزة المقاتلة وانفعالاتها الغضب وغريزة الهرب وانفعالاتها الخوف.
 - ب. نظرية ثورندايك (Thorndike): عرض ثورندايك قائمة بعدد الغرائز بـ (٤٢) غريزة منها غريزة الاكل والمقاتلة والضحك والبكاء... الخ.
 - ج. نظرية وليم جيمس (James) : وقد عرض قائمة في اواخر القرن التاسع عشر تكونت من (٣٢) غريزة الغيرة والخوف والتنافس والابتسام.. الخ.

د. نظرية فرويد (Freud) : صنف فرويد الغرائز الى مجموعتين:

- اولهما: غرائز الحياة - وثانيهما: غرائز الموت

وتتمثل غرائز الحياة بالحاجات الجسمية التي يكون اشباعها ضرورياً لعيش الانسان وديمومته واعتبر الغريزة الجنسية من اهم غرائز الحياة، اما غرائز الموت التي تتضمن قوى تدمير فتتجلى في التخريب والهدم والعدوان.

٢. **نظرية التعلم الاجتماعي:** تقوم نظرية التعلم الاجتماعي لـ (هل) Hull على اساس ان الحاجات البدنية هي المصدر الاساس للدوافع، وان شعور الانسان بنقص معين في تلك الحاجات يخلق لديه قوة دافعة تسعى الى اشباع هذا النقص، ويؤكد (هل) على انه بالرغم من ان القوة الدافعة الاولية تثير السلوك الا ان التعليم هو الذي يوجه سلوك الانسان لإشباع حاجاته وتخفيض تلك القوى الدافعة.

٣. **نظرية الباعث:** تعود هذه النظرية لعالم النفس ودورث (Woodorth) الذي اشار الى مفهوم الباعث لكي يصف الطاقة التي تضطر الكائن العضوي الى الحركة وذلك في مقابل العادات التي توجه السلوك في هذا الاتجاه الى ذلك، ولقد اشار (ودورث) الى ان الباعث ما هو الا مخزن عام للطاقة يستدعي تحديد الظروف التي يمكن ان يقال فيها بوجود الباعث.

٤. **النظريات المعرفية:** ومنها:

أ. نظرية الارتداد (Reversa) : قدم هذه النظرية ابتر (Apter) والتي تجمع وتوضح العلاقة بين السلوك والعمليات العقلية وتعتمد هذه النظرية في الدافعية على مستوى الاستثارة التي يحس بها الشخص المتمثلة في اربعة انواع هي: الابتهاج والقلق والارتياح والملل حيث يمثل القلق استثارة عالية غير سارة، بينما يمثل الابتهاج استثارة عالية سارة، اما الملل والارتياح فيمثل الملل استثارة مخففة غير سارة، ويمثل الارتياح استثارة مخففة سارة وهكذا تؤكد هذه النظرية على للإنسان اسلوبين:

- الاول: انه يبحث عن الابتهاج. - الثاني: انه يحاول تجنب القلق

ب. نظرية مركز سيطرة التحكم: قدم هذه النظرية روتر (Roter) وتقوم هذه النظرية على تقسيم الاشخاص في ادراكهم للأحداث السلبية والايجابية الى نوعين:

- الاول: ذوي السيطرة الداخلية (Internal) وهم الاشخاص الذين يعتقدون انهم مسؤولون عما يحدث لهم.

- الثاني: ذوي السيطرة الخارجية (External) وهم الاشخاص الذين يعتقدون ان الاحداث يتم التحكم فيها من الخارج ولا سيطرة على الاحداث والتأثير فيها بسبب ارتباطها بالقدر او الخط.

ج. نظرية الاتساق- التنافر المعرفي: قدم هذه النظرية عالم النفس فستنجر (Festinger) والتي تقوم على انه اذا تصارعت الافكار او المدركات كل منها مع الاخرى فإن الاشخاص سيشعرون بعدم الارتياح وفي نفس الوقت يشعرون بالدافعية والاختزال هذا التنافر في المعارف وبالتالي سيبحثون عن معلومات جديدة لتغيير سلوكهم او تبديل اتجاهاتهم، وقد اشار (فستنجر) الى ثلاث مواقف تثير التنافر المعرفي وهي:

- ان التنافر ينشأ عندما يتوقع الشخص حدثاً ويحدث آخر بدلاً عنه.
- ان التنافر المعرفي يحدث عندما لا تتفق معارف الشخص مع المعايير الاجتماعية.
- ان التنافر يحدث عندما يقوم الشخص بسلوك يختلف عن اتجاهاته العامة.

٥. **نظرية الحاجات** : تعرف الحاجة بأنها نقص شيء اذا وجد تحقق الاشباع، وفيما يلي استعراض لأهم منطري الحاجات وهم :

أ. نظرية (فروم) في الحاجات، حيث قدم في نظريته اربع حاجات ضرورية وهي:
- الحاجة للانتماء ؛ - الحاجة الى الشموخ ؛ - الحاجة الى الهوية ؛ - الحاجة الى الانضباط الاجتماعي.

ب. نظرية (موري) في الحاجات: قدم موري (Murray) تصنيفاً آخر للحاجات تكونت من (٢٠) حاجة منها: الحاجة للإنجاز والحاجة الى الانتماء والحاجة الى الاستقلال والحاجة الى تجنب الاذى والحاجة الى النظام والحاجة الى اللعب والحاجة الى الاسناد والحاجة الى الفهم.

ج. نظرية ماسلو للحاجات : اقترح ماسلو وجود هرم من الحاجات والتي هي بمثابة ظروف سايكولوجية او فيزيولوجية من شأنها ان تحافظ على ظروف الافراد وتحسنها وهي تعمل كدوافع.. وطبقاً لهذا الهرم فإن الحاجات ذات المستوى الادنى فيه (البقاء، السلامة، الانتماء، تقدير الذات) يجب ان يتم اشباعها بشكل كبير قبل ان تتمكن الحاجات الواقعة في المستويات الاعلى (الذكائية، الجمالية وتحقيق الذات) من العمل وفي شكله الاصلي، فإن الهرم يحتوي على خمسة مستويات ولكن ماسلو راجعه اخيراً وواصله الى سبع مستويات، وقد اسمى الحاجات في المستويات الدنيا حاجات النقص والتي في المستويات العليا حاجات النمو او البقاء.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: **د. صافي عمال صالح**

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٢

الماضرة السابعة

الانفعالات

(Emotions)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

يسمى مفهوم الانفعال في اللغة اللاتينية يسمى (Emovire)، اما في اللغة الانكليزية فيشار اليه بكلمة (Emotion) اما في اللغة العربية فإنه مأخوذ من (انفعل، منفعل، انفعالات) أي تأثر.

اما من الناحية الاجرائية، فإن عملية الانفعال يمكن تعريفها بأنها: عملية عقلية عليا غير معرفية، وهي حالة وجدانية عنيفة تصحبها تغيرات فسيولوجية حشوية، وتعبيرات حركية مختلفة تنتاب الفرد بصورة مفاجئة، وتأخذ صورة ازمة عابرة (مؤقتة) لا تدوم طويلاً.

وهناك تعريفات اخرى للانفعالات يمكن استعراضها لتوضيح ماهية هذا المفهوم، وكما يأتي:

- هي استجابات فسلجية ونفسية تؤثر في الادراك وفي التعلم وفي الاداء.
- حالات داخلية تتصف بجوانب وجدانية وردود فعل فسيولوجية وسلوك تعبيرية معين.
- استجابة متكاملة للكائن الحي تعتمد على الادراك للموقف الخارجي او الداخلي.
- حالة من اللاتوازن بين العضوية والمنبهات الخارجية التي تأتي بشكل مفاجئ.

- عامل اختلال واضطراب في الحياة النفسية يضعف السلوك ويعطله عن بلوغ هدفه.

جوانب الانفعال: بهدف الدراسة العلمية للانفعال، لابد من ملاحظة ان الانفعال يتألف من ثلاثة جوانب تتلخص بما يأتي:

١- **جانب شعوري ذاتي:** بإمكان الشخص المنفعل فقط ان يشعر به، ولا يكون على شكل واحد بل يختلف حسب نوع الانفعال ويدرس عن طريق التأمل الباطن أي من خلال ما يصوره الشخص المنفعل لفظياً.

٢- **جانب خارجي ظاهر:** ويتضمن مختلف التعبيرات او الحركات او الاوضاع والالفاظ والايحاءات التي تصدر عن الشخص المنفعل، الابتسام، البكاء، التنهد، وهذا هو الجانب التي نحكم فيه على نوع الانفعال لدى الاخرين.

٣- **جانب فسيولوجي داخلي:** كخفقان القلب واضطراب التنفس والهضم.

ان هذه الجوانب الثلاث هي استجابات متكاملة تصدر عن الفرد كونه وحدة جسمية ونفسية، وفي بعض الاحيان يتم الخلط بين بعض المفاهيم والانفعالات، مع علمنا ان عملية الانفعالات ترتبط بهذه المفاهيم النفسية، لذلك يمكن التمييز بين بعض المفاهيم والانفعالات كما يأتي:

اولاً: العاطفة (Sentiment): هي تنظيم وجداني مكتسب او استعداد ثابت نسبياً ومركب من عدة انفعالات تدور حول موضوع معين. ويعد الانفعال اقل انفعالية من العاطفة واشد بقاءً. وتتكون العاطفة من تكرار ارتباط الفرد بموضوع العاطفة في مواقف مختلفة ترضي فيه دوافع مختلفة وتثير في نفسه مشاعر سارة لذيدة او تحبط لديه بعض الدوافع وتثير في نفسه مشاعر مؤلمة ومنفردة.

ثانياً: الحالة المزاجية (Mood): هو حالة انفعالية معتدلة نسبياً يمر بها الفرد فترة من الزمن وهي حالة مؤقتة تعاوده بين الحين والآخر فقد تصطبغ بالمرح او الاكتئاب او الهدوء او التجهم، وان الحالة المزاجية اقل عنفاً واطول بقاءً من الانفعال.

ثالثاً: مفهوم الطبع (Temperament): هو سمة شخصية ثابتة نسبياً، ويوجد فيها استعداد ولادي او بيولوجي مسبق (جينات وعوامل عصبية، وهو هرمونية)، فضلاً عن انها متعلمة وقابلة للتقييم والتقويم، ويتسم الطبع بصفة القطبية، أي فيها قطبان: ايجابي وسلبى.

رابعاً. المشاعر او الشعور (Feeling): هي عبارة عن انفعالات لا تصاحبها التغيرات الفسيولوجية والحشوية الواضحة، وتتسم المشاعر بأن لها طابع مادي، حيث ترتبط بتطور الفرد

او افكاره عن اشياء معينة، حيث تبدأ بالتطور من المشاعر المباشرة والبسيطة وتنتهي بالمشاعر العليا والتي تنتمي الى منظومة القيم والمثل العليا (كالواجبات والحقوق والمسؤولية والمواطنة).

انواع الانفعالات : للانفعالات تصنيفات عدة منها:

اولاً: التصنيف الاول او العام: وقد صنفت الحالات الانفعالية التي يتعرض اليها الانسان الى:

١- الانفعالات

٢- المشاعر

٣- الوجدانات

ثانياً: التصنيف الثاني: ويصنف الانفعالات وفقاً لشدتها الى:

١- انفعالات قوية: وهي الانفعالات التي تعمل على زيادة النشاط والطاقة والحيوية والحماس، كما تعمل على زيادة ضربات القلب وضغط الدم، ومن هذه الانفعالات: السرور، الغضب، الحسد... الخ وهي ذات شدة مرتفعة.

٢- الانفعالات الضعيفة: وهي الانفعالات التي تكون شدتها ضعيفة وتعمل على التقليل من النشاط والحيوية، ومنها: الحزن والحنين والضجر.

ثالثاً: التصنيف الثالث: وتقسم الحالات الانفعالية وفقاً لتأثيرها في الكائن الحي الى:

١- انفعالات ايجابية او سارة: وهي الانفعالات الباعثة للسعادة، والمنشطة للكائن الحي والمؤدية الى المتعة واللذة والمرتبطة بنتائج مرغوبة، ولها انعكاسات ايجابية على الصحة الجسمية والنفسية معاً، ومنها: الفرح، السرور.

٢- انفعالات سلبية او غير سارة: وهي الانفعالات الباعثة للتعاسة، وتعمل على الاسترخاء والكبت والمؤدية الى المعاناة والالام والى نتائج غير حميدة بالنسبة للصحة النفسية والجسمية معاً، ومنها (الغضب والخوف الضعيف او (الرهاب) والخوف القوي او (الذعر).

ومن الحالات الانفعالية التي نتعرض لها في حياتنا اليومية هما الخوف (Phobia) والغضب (Anger) ... ويمكن توضيحهما:

١- **الخوف:** هو ظاهرة طبيعية او سوية ولا يدل على اضطراب نفسي او انحراف في الشخصية طالما ان هناك اسباب معقولة له، وان حجم المثير للخوف يؤثر في مستوى

الخوف الذي يبديه الشخص الخائف. وللخوف بعدان: احدهما بعد محسوس، والثاني بعد رمزي (والانسان اقدر من الحيوان على ان يخاف من الاشياء الرمزية)، وهناك نوعان من المخاوف هما:

- مخاوف موضوعية: وهي مخاوف من الاشياء الموجودة في المحيط الفيزيائي للانسان، وتكون اكثر انتشاراً عند الاطفال، ومنها الخوف من الرعد والبرق، رجال الشرطة والاطباء والاماكن العالية والظلام والنار، حيث ان هذا النوع سرعان ما يزول بنمو الطفل، وتعرفه الى هذه الموضوعات.

- المخاوف الذاتية: وهي مخاوف غامضة، لا يعرف الفرد أسبابها لأنها اصبحت في دائرة اللاشعور.

مظاهر الخوف : تبدو على الخائف بعض المظاهر الخارجية وتغييرات داخلية (فسيولوجية، ونفسية) ومن ابرزها:

- ملامح الوجه: كإتساع العينان وارتفاع الحاجبان وصك الاسنان وعض اللسان ووقوف الشعر.
- لون البشرة: يتدفق الدم بكميات كبيرة الى الوجه في اللحظات الاولى من وقوع الخوف. مع تصيب العرق، ثم يتحول لون الوجه من اللون الوردي الى الاصفر، وعند استمرار الخوف يتحول اللون الى الزرقة.
- حركات الجسم والاطراف: ان الخوف الشديد يعمل على تفكك المفاصل، وكثرة الحركات العشوائية الرتيبة وعجز الحركات.
- صوت الخائف ومدى تحكمه في حنجرته حيث يلاحظ عجز في ضبط اجهزة الكلام وجفاف الحلق ويكون الصوت مرتعشاً.
- تغييرات فسيولوجية داخلية: وتشمل تغييرات في جهاز الدوران الدموي والحركات التنفسية وتدفق كبير لهورمون الادرينالين في الدم وحدوث نشاط في بعض مناطق المخ.
- اضطرابات في العمليات المعرفية وفي قوة الارادة ونوعية الاداء والمواظبة وفي العلاقات بين الاشخاص واهداف العمل.

٢- **الغضب (Anger):** توجد تعريفات اجرائية عديدة ومن بينها:

- الغضب حالة انفعالية تتحدد بوجود اثاره فسيولوجية وعنصر ادراكي - معرفي.

- الغضب: شعور قوي بعدم الرضا موجهاً نحو شخص ما، او شيء ما يؤدي الى تسبب الازعاج للشخص المعني.
- الغضب: استجابة انفعالية حادة تثيرها مواقف التهديد او العدوان او القمع، ويصحب الغضب استجابات قوية في الجهاز العصبي المستقل، والذي يدفع الفرد الى الاستجابة بالهجوم اما بدينياً او لفظياً.

انواع الغضب: هناك نوعان من الغضب هما:

- الغضب الصحي: وهو استجابة منطقية للإيذاء الجسدي وسوء المعاملة، كإن يتعرض الفرد للضرب.
- الغضب الهدام: وهو الغضب الذي لا يستند الى اسباب موضوعية او وقائع منطقية وهذا النوع يتطلب ضبطاً ذاتياً والسيطرة عليه.

مظاهر الغضب: تتمثل مظاهر الغضب فيما يأتي:

- حالة تغير مفاجيء تشمل الفرد كله، ولا يختص بها جزء معين من الجسم.
- يحدث تغييرات في سلوك الفرد وتغييرات داخلية في جسمه وخارجية ايضاً.
- تغيير خارجي يمكن ملاحظته

نظريات تفسير الانفعالات: ظهرت نظريات عديدة في تفسير الانفعالات وفي ما يأتي اهمها:
اولاً. النظرية البيولوجية: ان اول من فسر العلاقة بين الظواهر البيولوجية من جهة والظواهر السيكولوجية من جهة اخرى، هو العالم الانكليزي (تشارلز دارون) عام ١٨٧٢، حيث تم التأكيد على ان مبدأ التطور لا يقتصر على التطور العضوي بل ينطبق على التطور السيكولوجي للكائن الحي.

فالانفعالات على وفق التطور للانفعالات هي بمثابة (آليات) تكيفية حياتية هامة. كما ان هذه النظرية تؤكد على الاساس الولادي (الوراثي) للحالات الانفعالية، أي انها فطرية وغير متعلمة تولد مع الكائن الحي ولكنها تستمر عند الحيوانات وتكون هي السائدة، بينما عند الانسان تستمر لفترة قصيرة بعد الولادة لغايات التكيف ولكن بعد ذلك تبدأ الانفعالات الولادية بالتحني وتصبح ثانوية ويحل مكانها الانفعالات المتعلمة، الامر الذي يؤكد تأثر الانفعالات بالتربية

والتعليم ومع ذلك فإن المشاهدات الحياتية تؤكد صحة نظرية التطور للانفعالات بأنها فطرية حيث لوحظ ظهور التعبيرات الانفعالية السارة وغير السارة عند الاطفال بعد الولادة مباشرة. لقد حصلت افكار (دارون) على القبول من علماء النفس وبالتالي تم تطويرها الى نظريات اخرى.

ثانياً: النظريات السايكو-عضوية او (السايكوفسيولوجية)

❖ **نظرية العالمان (جيمس- لانج):** تم اعداد هذه النظرية من قبل العالمين (وليم جيمس) و (لانج) وان الفكرة الاساسية في هذه النظرية تتمثل في التركيز على مبدأ التعقب او الفصل بين الاستجابات الفسيولوجية والاستجابات الانفعالية. اذ تعد ان الاستجابات الفسيولوجية لأي مثير انفعالي تظهر اولاً، ثم تليها الاستجابات الانفعالية، وهذا هو احد المآخذ على هذه النظرية.

وتوجد لهذه النظرية فوائد عدة، اذ يمكن استخدامها في التغلب على المصادر المسببة للانفعالات، كالتغلب على انفعالات الخوف لدى طفل يخاف من القطط او الارانب وغيرها، وذلك من خلال تقريبه من هذه المثيرات المسببة لديه انفعال الخوف، او يأخذه لمشاهدة اطفال من عمره يلعبون مع هذه الحيوانات، كما يمكن التغلب على مشاعر الاكتئاب من خلال الانشغال بممارسة الانشطة كالرياضة او الموسيقى او غيرها.

❖ **نظرية العالمان (كينون- بارد) او نظرية الطوارئ:** ان هذه النظرية تلغي الفصل بين الاستجابات الفسيولوجية والاستجابات الانفعالية، وتؤكد على اثر المثيرات المسببة للانفعالات والتي يتم معالجتها في قشرة المخ، وبالتالي تؤدي الى ظهور استجابات فسيولوجية وانفعالية في آن واحد، وهذا الامر يعد من المآخذ على هذه النظرية.

أكد العالم (كينون) على ان التغيرات في كل من العضلات والاعوية الدموية تحدث اولاً، والتي تؤدي الى ظهور الوجدانات، اما العمليات الجسمية اثناء الانفعالات وفقاً لرأي كينون، هي بيولوجية وذلك لأنها تعمل على تهيئة الجسم على المواقف التي تتطلب منه استنزاف طاقة زائدة، كما انه أكد على انه اثناء الاستثارة الانفعالية والتي لها دلالات او علامات خارجية، فإنه يحدث في داخل الجسم افراز هورمون الادرينالين والذي سماه (هورمون الكروالفر) والذي يبدي تأثيراً فاعلاً في الظروف المهددة للوجود الفردي.

ويمكن تخيص نظرية (كينون- بارد) في الخطوات الاتية:

- يتم الاحساس بالمنثيرات المسببة للانفعالات.
- بعدها يتم ترميزها ونقلها الى قشرة المخ، حيث تقوم بمعالجة هذه المنثيرات.
- بعدها ترسل قشرة المخ اشارات الى المهاد (السرير البصري)، والتي يقوم بدوره بإرسال اشارات الى اعضاء الجسم، فتحدث تغييرات فسيولوجية.
- تقوم قشرة المخ بإرسال اشارات اخرى الى اجزاء عليا في المخ، حيث يتم معالجة هذه الاشارات، فتظهر على هيئة خبرة انفعالية.

❖ نظرية الاستثارة للعالمين (ليندسي - هب):

- تظهر الحالات الانفعالية تحت تأثير الجزء السفلي من جذع الدماغ، وعليه فإن الانفعالات تظهر نتيجة لاختلاف التوازن في التراكيب الملائمة من الجهاز العصبي المركزي.... وتستند هذه النظرية الى عدة مبادئ منها:
- ان خريطة تخطيط الدماغ الكهربائي للمخ الناشئة اثناء الانفعالات ما هي الا تعبير او انعكاس لنشاط التكوين الشبكي، أي التأثر بالاختلال في الجزء الاسفل من جذع الدماغ.
 - ان عمل التكوين الشبكي يحدد العديد من البارامترات الدينامية للحالات الانفعالية، كشدتها، ومدة استمرارها، وتغييرها.

واكتشف العالم (هب) عن العلاقة بين نوع وشدة الاستثارة الانفعالية من جهة، وفاعلية اداء الانسان من جهة اخرى. ولتحقيق اعلى درجة في أي اداء، فإن من غير المرغوب به ان تكون شدة الاستثارة الانفعالية ضعيفة للغاية، او قوية للغاية ويوجد عند كل شخص قابلية استثارة مثالية، تعمل على تأمين اقصى مستوى في فاعلية الاداء، ويعتمد هذا المستوى الامثل من شدة الاستثارة الانفعالية على جملة من العوامل منها:

- خصائص الاداء الذي يتم انجازه او تنفيذه.
 - الظروف التي يتم فيها هذا الاداء.
 - الخصائص الفردية او الذاتية للإنسان.
- وعليه فإن شدة الاستثارة الانفعالية الضعيفة للغاية، لا تعمل على تأمين الدافعية اللازمة للأداء، بينما شدة الاستثارة الانفعالية القوية للغاية فإنها تعمل على اضطراب الاداء وتشويشه ويصبح غير منتظماً او فوضوياً.

ثالثاً. النظرية المعرفية للعالم (شاكر - فستنجر): ظهرت نظرية التنافر - التآلف المعرفي في علم النفس المعرفي.. ويقصد بمفهوم (التنافر المعرفي) بأنه: التناقض في منظومة المكونات الانفعالية، والسلوكية، والمعرفية لدى الانسان، الامر الذي يؤدي الى ظهور حالات انفعالية سلبية او غير سارة، يمكن ان تظهر على هيئة توتر، قلق، خوف، غضب، وبالتالي تعمل على استثارة الانسان للقيام بسلوك هادف للتغلب على هذا التناقض المعرفي.

ووفقاً لنظرية (فستنجر) تظهر الانفعالات الايجابية عند الانسان، عندما تتحقق توقعاته، وتتجسد تصورات المعرفية في الحياة، أي بمعنى حينما تتسجم النتائج الحقيقية للأداء مع المقاصد والنوايا، حينها يحدث تآلف معرفي بينما تظهر الانفعالات السلبية وتزداد في تلك الحالات التي يكون فيها تناقض ما بين النتائج المتوقعة، والنتائج الفعلية للأداء.

فالإنسان عادة ما يتعايش مع حالة التنافر المعرفي في صورة امتثال غير حقيقي، أي ان الظاهر في الامتثال لا ينسجم مع الباطن او لا ينسجم العن فيها مع السر، فيحاول الشخص بأسرع ما يمكن التخلص من هذه الحالة للوصول الى حالة امتثال حقيقي يكون العن منسجم مع السر وبالتالي تحقيق حالة التآلف المعرفي.... ويمكن ان يتم الخروج من حالة التنافر المعرفي والدخول في حالة التآلف المعرفي باستخدام اسلوبين:

الاول/ يتم بتغيير التوقعات والانساق او الخرائط المعرفية، لتتسجم فعلياً مع النتائج .

الثاني/ يتم فيه التوصل الى نتائج جديدة تتسجم مع التوقعات السابقة لدى الفرد.

وتؤثر العوامل المعرفية بدرجة كبيرة في التغييرات العضوية المفسرة لسلوك الافراد، وهذا الاتجاه ادى الى اعتبار العوامل ذات المنشأ الانفعالي بأنها تقديرات او تقييمات واعية او شعورية يعطيها الانسان للمواقف ايضا، وان هذه التقديرات المرتبطة بوعي الانسان ومعرفته تؤثر في نوعية انفعالاته.

ووفقاً لنظرية (شاكر) المعرفية - الفسيولوجية فإن الخبرات والتجارب السابقة المتراكمة والمخزونة عند الانسان، وتقييمه للوضع الحالي من حيث اهتماماته وحاجاته الحيوية، فضلا عن استقبال المدخلات المسببة للانفعالات، ومخرجاتها من تغييرات جسمية تؤثر جميعها في ظهور الحالات الانفعالية.

وهناك تأكيد غير مباشر لصحة النظرية المعرفية للانفعالات يتمثل في تأثير التراكيب اللغوية او اللفظية في الانفعالات (كتأثير كلمات الاطراء او الذم)، الامر الذي ادى الى ظهور اتجاه في التشخيص والعلاج النفسي يمكن تسميته (التشخيص والعلاج بالكلمة).

رابعاً. النظرية (البنائية- الاجتماعية): تأخذ هذه النظرية بعين الاعتبار الاطار الثقافي- الاجتماعي التي يتم فيه التعبير عن الانفعالات وهي تعترف بالأصل البيولوجي للانفعالات ايضاً، وان الانفعالات تتشكل بالممارسات اللغوية والاحكام الاخلاقية وتأثير الظروف الاجتماعية والثقافية.

يشير بعض علماء النفس الى ان الانسان نشط، أي انه منفعل وفاعل ايضاً، وهذا يعني انه ليس مستقبلاً للأعراف الاجتماعية بشكل سلبي بل انه يعمل على استيعابها، وتمثيلها (هدمها وبنائها)، وبالتالي تشكيلها على هيئة مخططات او انساق من خلال التنشئة الاجتماعية، والممارسات اللغوية وثقافة المجتمع التي تتمثل في طريقة معيشة الناس، ومجموعة انماط تصرفاتهم واتجاهاتهم وعليه تصبح الأنساق الاجتماعية والثقافية معياراً او دليل عمل، وتساهم في تحديد الانفعالات عن طريق المعاني والاهمية التي توليها الشخص للوقائع والاحداث الانفعالية. ويتم ذلك بالخطوات الآتية:

- التقييم الاولي او الابتدائي للأحداث

- التقييم الثانوي للأحداث

اذ يتم التقييم الاولي لحدث معين كفقد شخص عزيز، ويتبع ذلك احساس بالالم نتيجة للتقييم الاولي ثم يأتي التقييم الثانوي الذي يتضمن الخطوتين اعتماداً على الفهم المتكون اجتماعياً وثقافياً لمثل هذا الحدث وهو انفعال الحزن.

خامساً. نظرية (سارتر) في الانفعال: يؤكد سارتر في تفسيره لظاهرة الانفعال من الانا (الشعور) على اساس ان الانفعال هو الشعور، كما اكد على العلاقة القوية والمتبادلة بين الشخص المنفعل وموضوع الانفعال وهو مبدأ قصدي الوعي وهذا يعني ان الموضوع او الموقف يبقى موجوداً في شعور الشخص المنفعل حتى لو بدا لنا ان هذا الشخص يبتعد عن الموضوع، مثال شخص يهرب من حيوان مفترس صحيح انه يهرب بجسمه لكن موضوع (الحيوان المفترس) يبقى حاضراً في شعوره.. فالانفعال من وجهة نظر سارتر اساليب معينة لإدراك العالم، او الاسلوب الذي يتعامل به الشخص المنفعل مع العالم.

ان موضوع مبدأ قصدية الوعي يعني ان القصد يتجه نحو الموضوعات، فالشخص يدرك ان هذه الموضوعات مكروهة او لطيفة ويتخذ الموقف من هذا الموضوع.

ان الانفعال هو شعور غير وضعي حيث يبقى الشخص المنفعل مستغرقاً في عالم لا يشعر في ذاته الا اذا توجه نحو ذاته بشكل قصدي وعنده يصبح شعوراً متأماً (انعكاسياً).

ويوجد نوع من انواع الانفعال أطلق عليه (سارتر) بالانفعال المستعار ويورد له مثال على ذلك عندما يقدم زائر هدية لشخص ما، يتظاهر هذا الشخص بالفرح وهو في الواقع لا يرغب في هذه الهدية ويقوم بالإشادة بمواصفات الهدية ومع ذكره لمواصفات الهدية التي كان يتمناها، وتنتهي هذه السلوكيات بمجرد مغادرة الزائر.

تتفاوت الانفعالات في حدتها، والقصد الشعوري هو الذي يميزها فهناك الانفعالات الرقيقة وهي ذات شحنة انفعالية خفيفة ناتجة عن كيفية ادراكنا للموضوع، وانفعالات واهنة وهي مستمدة من هاجس يؤرق من شيء غامض.

سادساً. نظرية (التطور السيكولوجي) للانفعالات للعالم (بلوتشيل): تستند نظرية النشؤ السيكولوجي الى العديد من الافتراضات الرئيسية وهي:

الافتراض الاول: ان الانفعالات هي آليات تواصل وبقاء تعتمد على التكيف او التأقلم التطوري.
الافتراض الثاني: ان للانفعالات اساساً جينياً وراثياً ينتج مباشرة من السياق التطوري للعالم دارون.

الافتراض الثالث: الانفعالات هي تكوينات افتراضية تستند الى دلائل تجريبية متنوعة وبراهين مثبتة، حيث اننا لا نستطيع ان نجزم بالضبط ما هو انفعال شخص ما، وذلك بسبب طبيعته المعقدة.

الافتراض الرابع: ان الانفعالات تثار عن طريق العديد من الاحداث الداخلية او الخارجية وهذه الاحداث يجب تقييمها معرفياً على انها ذات دلالة هامة من اجل البقاء والتكامل والصحة في الفرد.

الافتراض الخامس: ان علاقة الانفعالات ببعضها يمكن تمثيلها بنموذج ثلاثي الابعاد، البعد الاول يمثل شدة الانفعالات، والثاني يمثل درجات تشابه الانفعالات، اما الثالث فإنه يمثل الانفعالات المعاكسة.

الافتراض السادس: هناك عدد قليل من الانفعالات الاساسية الاولية والنموذجية حيث هناك انفعالات اولية وبعض مظاهرها الاساسية، في حين تكون الانفعالات الاخرى مزيجاً مركباً.

الافتراض السابع: ان الانفعالات متعلقة بعدد من المجالات والمفاهيم السيكلولوجية، فمثلاً العدوانية تضم انفعالي: الغضب والاشمئزاز، اما الاجتماعية فإنها تشمل: الفرح والتقبل، اما الندم فهو اجتماع لانفعالي: الفرح والخوف معاً.

ومن هذه النظرية يمكن استنتاج ما يلي:

- تحمل الانفعالات صفة العمومية وتبدو في شكل معين عند كل الناس وكل الحيوانات.
- تظهر فائدة الانفعالات كونها توصل حالات عديدة من الخوف والغضب والتهديد والسعادة بإعتبارها مؤثرة في سلوك الناس الاخرين.
- غالباً ما تكون الانفعالات خليط لان عدة اشياء تحدث في نفس الوقت. فمثلاً الوقوع في الحب يرافقه خوف من عدم استجابة المحبوب.
- هناك انفعالات اساسية اولية واخرى ثانوية تماماً كما هو الحال في وجود الوان رئيسية واخرى ثانوية مشتقة منها.
- يتم التعبير عن الانفعالات بطرائق مباشرة او غير مباشرة كما هو الحال عن طريق الرياضة والموسيقى والادب او الرقص او حتى الصراع والامراض الجسمية.
- تعمل الانفعالات كمصدر للطاقة او المضخم للسلوك، فالشخص قد يدخن سيجارة بالرغم من معرفته بخطرها الا انه لا يوقف التدخين الا عندما يمرض هو او شخص قريب له حيث يخاف على حياته.
- ان الانفعالات هي المظاهر المركزية لحياتنا الاجتماعية وتؤثر في علاقاتنا الاجتماعية كافة.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: **د. م. ا. صافي عمال صالح**

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

الحاضرة الثامنة

الاتجاهات النفسية

(Psychological Attitude)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

الاتجاه (Attitude): هو اصطلاح يتميز بالمرونة ويسمح باستخدامه في نطاق الفرد والجماعة ويعد نقطة التقاء بين علماء النفس وعلماء الاجتماع.

ويعد المفكر الانكليزي (هربرت سبنسر) من اوائل علماء النفس الذين استخدموا اصطلاح الاتجاهات والذي قال ان الوصول الى الاحكام الصحيحة في الموضوعات المثيرة للجدل يعتمد الى حد كبير على الاتجاه الذهني للفرد الذي يشارك في هذا الجدل، كما ان العالم الامريكي (جوردن اولبورت) عدّ موضوع الاتجاهات من اهم المفاهيم في علم النفس الاجتماعي الامريكي المعاصر.

تعريف الاتجاه النفسي: يعرف راجح الاتجاه النفسي بمعناه العام بأنه استعداد وجداني مكتسب، ثابت نسبياً، يحدد شعور الفرد وسلوكه ازاء موضوعات معينة من حيث تفضيلها او عدم تفضيلها،،، وهذه الموضوعات قد تكون :

- ١- اشياء ككتاب معين او طعام محدد.
- ٢- اشخاص، كاتجاه الحب او الكره نحو الوالدين او الاقارب او المعلمين.
- ٣- الجماعة، كالتعصب لشعب معين ولدين محدد او للقبيلة.
- ٤- فكرة او نظام اجتماعي، الحق او الباطل نحو العدل والظلم... الخ.
- ٥- وقد تكون ذات الفرد نفسه موضوعاً لاتجاه نفسي كحب الذات او احترامها او استصغارها او للسخط عليها او ضعف الثقة بها.

ويعرفه **(صالح)** بأنه: مجموعة من استجابات القبول او الرفض التي تتعلق بموضوع جدلي معين ، والمقصود بالموضوع الجدلي موضوع اجتماعي يقبل المناقشة.

ويعرف **البورت (Allport)** الاتجاه : بأنه حالة من الاستعداد العقلي والعصبي يتكون من خلال الخبرة ويؤثر تأثيراً مباشراً وديناميكياً على استجابات الفرد نحو الاشياء والمواقف التي ترتبط بها.

ويعرفه **دوب (Doeb)** بأنه : استجابة ظاهرة او ضمنية محفزة لها دلالة واهمية اجتماعية في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد.

ويعرفه **(عبد الله عبد الحي)** بأنه: يتضمن عنصراً عقلياً وميلاً سلوكياً.

ويعرفه **بوجاردس (Bojardees)**: بأنه الاستعداد الذي يوجه السلوك ويضفي عليه معايير موجبه وسالبة لبعض ظواهر البيئة تبعاً لانجذابه او نفوره منها.

اما **روكيش (Rokesh)** فإنه يعرف الاتجاه بأنه: تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النسبي للمعتقدات التي يعتقدونها الفرد نحو موضوع او موقف ويهيئه لاستجابة تكون لها الافضلية عنده.

ويعرفه **روزينبيرك (Rozenberg)** بأنه : حالة وجدانية مع او ضد موضوع او فئة من الموضوعات وان هذه الوجدانيات ترتبط عادة بمجموعة من المعارف والمعتقدات وان له بنية نفسية ومنطقية.

طبيعة الاتجاهات: للاتجاه مكون انفعالي ومكون معرفي ومكون سلوكي، ومن اجل ان يكون للاتجاه جانب معرفي من خلال تحديد الموضوع بشكل كاف ومعروف ويمكن ربطه بمعيار تقويمي معين. وتشتمل الاتجاهات ايضاً على مكون سلوكي ويشير هذا المكون الى ميل الفرد نحو موضوع الاتجاه، والعنصر العاطفي هو الذي يميز بين التقويم الاتجاهي والتقدير العقلي.

وقد يستخدم الافراد نظامين متضادين او اكثر من المعتقدات والقيم، والسبب في ذلك ان الموقف الاجتماعي قد يختلف بدرجة تؤدي الى تفاوت مظاهر التعبير عن الاتجاه.

ويعد الضغط لاجتماعي من اقوى العوامل التي تزيد الفجوة بين الاتجاه اللفظي والاتجاه العملي نحو الموضوع نفسه.

كيف تتكون الاتجاهات: تتكون الاتجاهات من خلال الاكتساب المباشر لموضوع الاتجاه او من خلال العيش والتفاعل مع الاشخاص الاخرين الذين يتمسكون بهذا الاتجاه او من خلال المعايير المكتسبة عن طريق التنشئة في الاسرة. ومن الممكن ان تتكون اتجاهات سلبية عند تعرض الفرد الى خبرات مؤلمة وخاصة في مرحلة الطفولة.

ماهي طرائق اكتساب الاتجاهات؟: ان كل اتجاه يكتسبه الفرد تحدده الامور الاتية:

١- تقبل المعايير الاجتماعية ويكون ذلك عن طريق الايحاء.

٢- تعميم الخبرات الشخصية.

٣- الخبرات الانفعالية الشديدة

ان تقبل المعايير الاجتماعية يعد من اكثر العوامل انتشاراً وذلك يتم عن طريق الايحاء ويتم بقبول الشخص لاتجاه معين دون ان يكون له اتصال مباشر بالموضوعات المتصلة بهذا الاتجاه، أي ان الاطفال يكتسبون تلك المعايير الاجتماعية العامة من الاباء دون نقد او تفكير.

اما تعميم الخبرات الشخصية فهي طريقة اخرى من طرائق اكتساب الفرد للاتجاه على اعتبار ان الاتجاهات هي نتاج للمواقف التي واجهت الفرد والخبرات التي مرت به واستجاباته نحوها.

فعن طريق التعزيز الذي يلقاه الطفل من الوالدين او المعلمين نتيجة لتقبله لوجهة نظرهم دون ان تكون لديه فكرة عن اسباب ذلك فإن الطفل عندما يصل الى درجة من النضج يستطيع ان يميز بين الافعال وحينما يدرك ذلك سيعممها في حياته الخاصة او العامة.

اما الطريقة الثالثة في اكتساب الاتجاهات فإنها تتم عن طريق التجارب الشخصية والمؤلمة احياناً، فقد يكون الطفل اتجاهات سلبية نحو والديه او المعلمين بسبب معاناة من سوء معاملة الوالدين او المعلمين، وعلينا ان نؤكد ان هذه المعاناة ليست مطلقة انما تتأثر بالظروف الشخصية والاستعدادات السابقة.

عوامل نمو الاتجاهات: يمكن تحديد عدة عوامل تؤثر في نمو الاتجاهات وهي:

١. العوامل الثقافية.

٢. العوامل الوظيفية.

٣. دور الحقائق.

١.العوامل الثقافية: يكتسب الفرد من المؤثرات الثقافية الاتجاهات السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه، فالأسرة تعد من الجوانب المهمة في التأثير وهي المصدر الاساسي لنمو الاتجاهات التي يتعلمها الطفل ثم يأتي دور المدرسة والمؤسسات الاخرى والطفل يكتسب اتجاهاته من تلك المؤسسات بطرائق مختلفة في ضوء اهميتها بالنسبة له.

٢.العوامل الوظيفية: ان حاجات الفرد المختلفة وما يرغب به فضلاً عن سماته الشخصية جميعها توجه الفرد الى اكتساب اتجاهات ومعتقدات معينة.

٣.دور الحقائق: ان الحقائق التي يحصل عليها الفرد من الاباء والامهات والتي تقوم عليها الاتجاهات التي يكتسبها من الاسرة يمكن ان تنضج وتتبلور خارج محيط الاسرة واكدت بعض الدراسات على ان تدريس الحقائق التي تتصل بموضوع معين يؤدي الى تغيير الاتجاهات نحو تلك الموضوعات، ويمكن ان تؤثر تلك الحقائق الى تغيير الاتجاهات خاصة حين يكون الفرد في موقف يكتفه الغموض.

تغيير او تعديل الاتجاهات: في احيان كثيرة يمكن ان نغير الاتجاهات وفي احيان اخرى يمكن ان نعجز عن تغييرها بل يمكن تعديلها وبشكل عام فإن مسألة تغيير الاتجاهات او تعديلها ليست بالمسألة السهلة بيد انها ليست بالمستحيلة، ومن طرائق تغيير الاتجاهات وتعديلها ماياتي:

١.المعلومات عن موضوع الاتجاه: ان تزويد الافراد بالمعلومات الكافية والمتنوعة ذات العلاقة بموضوع الاتجاه من العوامل المهمة في تغيير الاتجاه لان هذه المعلومات تضيف الى الخزين المعرفي للفرد معلومات جديدة ومنسقة مثال ذلك تزويد العمال في المصانع بالمعلومات المختلفة عن شروط السلامة والامان في اثناء العمل تساعد على ازالة المخاوف والشعور بالامن.

٢. وسائل الاعلام والاتصال: لا يمكن للفرد في المجتمع الحديث ان يعتمد على نفسه في تحقيق حاجاته اذ ان وسائل الاتصال الحديثة من انترنت ومحطات التلفزيون الفضائية فضلاً عن الراديو والتلفزيون والصحف والمجلات والسينما والمسرح تؤدي دوراً فاعلاً في التنقيف الجماهيري وفي تغيير الاتجاهات وتعديلها من خلال ما تقدمه من معلومات وصور مرتبطة بجوانب الحياة المختلفة ودلت نتائج بعض الدراسات ان انجح وسيلة مؤثرة في تغيير الاتجاهات وتعديلها هي اسلوب المحاضرة الشخصية المباشرة وان كمية تغيير الاتجاهات الموجبة ترجع الى جاذبية الشخص القائم بالاتصال المباشر.

٣. التغيير القسري في السلوك: ان نتائج الدراسات بشأن امكانية تغيير الاتجاهات بصورة قسرية متناقصة حيث اشارت دراسة (Summer) بعدم امكانية تغيير الاتجاهات بالقوة في حين ان علماء اخرين اكدوا من خلال بعض التجارب إمكانية تغيير بعض الاتجاهات عن طريق الاضطرار الى اتباع سلوك منافي للسلوك الذي اعتاد عليه الأشخاص.

٤. تغيير الإطار المرجعي: ان المعايير التي يتبعها الفرد في سلوكه وكذلك قيمة تعد الإطار المرجعي وثيق الصلة باتجاهات الفرد نحو أي موضوع. ومن اجل أحداث التغيير في اتجاه الفرد لابد من تغيير الإطار المرجعي لذلك الفرد.

٥. تغيير الجماعة المرجعية: المقصود بالجماعة المرجعية هي الجماعة التي يرتبط الشخص بقيمها واهدافها ومعاييرها دون ان يكون عضواً فيها بشكل مباشر. ويمكن للفرد اذا غير جماعته المرجعية التي ينتمي اليها وانتمى الى جماعة جديدة ذات اتجاهات جديدة تختلف عن اتجاهات جماعة مرجعته الاولى، فإنه بمرور الوقت يعمل على تعديل اتجاهاته السابقة وتغييرها او تعديلها ويتكيف مع واقع جماعته المرجعية الجديدة ويتبنى مثلها ومعاييرها.

٦. التعليم: تؤدي المؤسسات التربوية دوراً مهماً في تغيير الاتجاهات وتعديلها، وذلك من خلال لقاء الضوء على بعض جوانب الاتجاهات وان استثمار المناشط التربوية يؤدي دوراً فاعلاً في تعديل الاتجاهات من خلال العمل الجماعي والمناقشات والعمل على توثيق العلاقات الانسانية والتأثير في النواحي الوجدانية للتلاميذ والطلبة.

٧. قرار الجماعة: ان قرار الجماعة التي ينتمي اليها الفرد والمناقشات الجماعية التي تدور بين افراد الجماعة اكثر فعالية من اسلوب المحاضرات النظرية. إذ أن هذا القرار يؤثر بصورة واضحة في تغيير الاتجاهات او في تعديلها.

٨. السلطات: ان للقادة والمسؤولين على اختلاف مواقعهم في المسؤولية دور واضح في التغيير ومصدراً مهماً في ذلك التغيير وذلك يأتي من خلال التسلسل الهرمي للسلطة والتي من خلالها تصل المعلومات والافكار الى افراد المجتمع بواسطة وسائل الاعلام المختلفة.

طرائق قياس الاتجاهات: ان التعرف على اتجاهات الافراد وتقدير ما لديهم من تطرف وانعزال وقوة، بهدف التنبؤ بسلوكهم وتوجد عدة مقاييس لقياس الاتجاهات منها:

١. **مقياس (بوجاردس)**: طبق بوجاردس المقياس سنة (١٩٢٦) واعاد تطبيقه سنة (١٩٣٦)، وكانت محاولته لقياس المسافة الاجتماعية والتي كان هدفها التعرف على مدى تقبل الامريكيين او نفورهم من ابناء القوميات الاخرى، وقد تضمن المقياس وضع سبع عبارات تمثل مسطرة متدرجة للتقبل الاجتماعي، يمثل الطرف الاول من هذا المقياس أي (العبارة الاولى التي تتحدث عن استجابة تقبل الزواج من احد افراد هذه القومية) يمثل اقصى درجة من درجات التقبل او التقارب الاجتماعي، كما افترض ان العبارة السابعة التي تتحدث عن استجابة استبعاد ابناء تلك القومية عن الوطن تمثل اقصى درجة من درجات التباعد او النفور الاجتماعي، وان العبارات بين الطرفين تمثل درجات متوسطة بين التقبل الاجتماعي والتباعد الاجتماعي، والعبارات هي:

- اقبل ان اتزوج من فرد منهم.

- اقبل انضمام فرد منهم الى النادي الذي انتمي اليه ليكون صديقي من بعد ذلك.

- اقبله جاراً لي في المسكن.

- اقبله واحداً من ابناء مهنتي في وطني.

- اقبله واحداً من المواطنين في بلدي.

- اقبله زائر لوطني.

- اقبل استبعاده من وطني.

ولابد من ملاحظة ان العبارة رقم (٧) لا تمثل اقصى درجة من السلبية في الاتجاه نحو ابناء الامم الاخرى. اذ ان السلبية قد تتجاوز استبعادهم من الوطن الى حد الاعتداء عليهم ومحاربتهم والتعصب ضدهم.

٢. طريقة ثيرستون: قام (ثيرستون) وزميله (تشيف) بوضع عدد من مقاييس الاتجاهات من خلال البدء بعدد كبير من العبارات التي تدور حول اتجاهات الافراد نحو موضوع معين، ثم تعرض هذه العبارات على مجموعة من المحكمين بهدف لا آخذ بأرائهم في التعرف على أي من هذه العبارات تمثل اقصى درجات الايجابية وأيها تمثل اقصى درجة من درجات السلبية، ثم يستعان بالأساليب الاحصائية، ومن بينها طريقة المقارنة الزوجية لتحديد مواقع العبارات الاخرى بين هذين الطرفين، او لاختيار خمسة من العبارات تقع بين الطرفين الايجابي والسلبى وتكون المسافة بينهما متساوية.

وقد ظل (ثيرستون) وزملاؤه يستخدمون هذه الطريقة في وضع عدد من مقاييس الاتجاهات نحو موضوعات مختلفة مثل الحروب ومعالجة المجرمين والزواج وتنظيم الاسرة وغيرها.

٣. طريقة (ليكرت): يعتقد (ليكرت) ان من الافضل بناء مقياس موحد للتأييد والرفض بحيث يمكن استخدامه بعد ذلك عند تقدير اتجاهات الناس نحو أي موضوع من الموضوعات. ورأى ان هذا المقياس يمكن ان يتألف من خمس مراحل او نقاط او من سبعة او تسعة او من احدى عشر نقطة بحيث تجعل الموضوع او النقطة المتوسطة (الثالثة مثلاً عندما يكون المقاس مؤلفاً من خمس نقاط والرابعة عندما يتألف من سبعة او الخامسة عندما يتألف من تسعة او السادسة عندما يتألف من احدى عشرة نقطة. وهكذا) موقعا تقع عنده الاستجابة المحايدة التي لا تنجح الى التأييد او الرفض. ومن ذلك على سبيل المثال: المقياس التالي:

اوافق تماماً- اوافق كثيراً- اوافق الى حد ما- ليس لي رأي محدد- اعارض الى حد ما- اعارض كثيراً- اعارض تماماً.

ورأى كذلك اننا نستطيع ان نعطي لكل نقطة من هذه النقاط درجة تتراوح فيما بين (٧) اوافق تماماً و (١) اعارض تماماً.

٤. طريقة (جتمان): عمل (جتمان) على بناء مقياس تجمعي متدرج يحقق فيه شرطاً هاماً وهو ان لا يشترك فردان في درجة واحدة على هذا المقياس الا اذا كان قد اختار العبارة نفسها وطريقته في اختيار العبارات فإنها تشبه طريقة (ليكرت) ويكون المقياس متدرج وعادة ما يكون خماسياً تحدد عليه درجة الاستجابة لكل عبارة. وفيما يأتي نموذج (جتمان) لقياس اتجاه الافراد نحو مستوى ثقافة الفرد:

- نهاية المستوى الجامعي لا يعد كافياً لتثقيف الفرد.
- نهاية المستوى الاعدادي لا يعد كافياً لتثقيف الفرد.
- نهاية مستوى المتوسطة لا يعد كافياً لتثقيف الفرد.
- نهاية المستوى الابتدائي لا يعد كافياً لتثقيف الفرد.
- ينبغي ان تزيد ثقافة الفرد عن مجرد القراءة والكتابة.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة التاسعة

الانتباه والادراك الحسي

(Attention and sensory perception)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

الانتباه والادراك الحسي

اولاً. الانتباه: الانتباه من حيث معناه العام هو حالة تركيز العقل والشعور حول موضوع معين، وهو بهذا المعنى العام عملية وظيفية، فحين تقول انتبه لشخص ما فهذا يعني ان يجري عملية بأورة لشعوره على بعض اجزاء الخبرة المباشرة الخارجية بحيث تصبح حسية وذات فاعلية عن سائر الامور الاخرى الموجودة في المجال الادراكي.

الانتباه اختيار وتركيز: يوجد عدد كثير من المنبهات الحسية المختلفة البصرية والسمعية واللمسية والشمية والذوقية وغيرها، كما ان جسم الانسان يعد مصدراً لكثير من المنبهات الصادرة من احشائه وعضلاته، كما ان ذهن الانسان فيه الكثير من الافكار.. ولكن الفرد لا ينتبه الى جميع هذه المنبهات، بل يختار منها ما يهيمه معرفته او عمله او التفكير فيه وما يلبي حاجاته النفسية الوقتية والدائمة. وتسمى عملية الاختيار هذه بالانتباه.

فالإنسان حين يكون منتبهاً الى شيء كأن يكون مشغول بقراءة موضوع دراسي مهم او يفكر في محاولة لإيجاد حل مناسب لمشكلة صعبة، فهو لا يشعر بمن حوله من الناس والاشياء والاصوات الا شعوراً غامضاً في هذه الحالة يقال ان موضوع انتباهه يحتل (بؤرة) شعوره اما ما عداه فيكون في هامش شعوره، فالفرد المنهمك في عمله او المستسلم لأحلام اليقظة لا ينتبه الى الضوضاء ولا الى الاشخاص المارين امامه او حرارة الجو كل تلك تكون في هامش شعوره.

ويمكن تقديم بعض التعريفات للانتباه منها:

- تعريف كوهان (Cohen, 1983) : هو وضوح الوعي او بؤرة الشعور.

- اما بيترسون (Peterson 1991) فعرفه بأنه استعداد لدى الكائن الحي للتركيز على كيفية حسية معينة مع عدم الالتفات للتنبهات الاخرى.

- في حين عرفه اندروود (Underwood 1976) بأنه مجموعة من الاستعدادات الحركية التي تسمى احياناً بالوجهات الحركية التي تيسر استجابة الكائن الحي.

- اما ماركس (Marx, 1978) فقد عرفه بأنه تركيز او انتقاء او اختيار.

- وعرفه هالونين، وسانتروك (Halonen & Santrock, 1996) بأنه تهيؤ ذهني للإدراك الحسي وهو يمثل دور استعداد خاص داخل الفرد يوجهه نحو الشيء الذي ينتبه اليه لكي يدركه. وفي الاعتبار الوظيفي يمكننا اعتبار الانتباه استعداداً ادراكياً عاماً وظيفته توجيه شعور الملاحظ نحو الموقف التجريبي ككل، او نحو بعض اجزاء المجال الادراكي. وهذا يعتمد على الموقف الذي يوجد فيه الملاحظ فإذا كان الملاحظ في موقف مألوف لديه غير انه حدث فيه بعض التغيير فإنه يحاول تركيز انتباهه في هذا الامر الجديد الذي طرأ على الموقف. وهنا يكون الاستعداد الانتباهي العام قد ركز حول جزء من المجال الادراكي، اما اذا كان الموقف كله جديداً على الفرد فإن انتباهه يكون منصباً على المجال كله محاولاً ان يتعرف على اكبر ما يمكن من الناحية الادراكية.

* انواع الانتباه: يقسم الانتباه من حيث منبهاته الى اقسام ثلاثة هي:

١. الانتباه الإرادي: حيث يحدث الانتباه حينما تفرض بعض المنبهات الخارجية او الداخلية ذاتها علينا مثال على ذلك عند دوي انفجار فإنك تنتبه بطريقة لا ارادية.. ومن ميزات هذا النوع من الانتباه ما يلي:

• لا يتطلب الانتباه مجهوداً ذهنياً منك.

• يشد انتباهك لمنبهات شديدة.

• يفرض المنبه نفسه عليك فرضاً.

• يرغمك على اختياره والتركيز عليه دون غيره من المنبهات.

٢. الانتباه الإرادي: يحدث هذا النوع من الانتباه حينما نتعمد بإرادتنا توجيه انتباهنا الى شيء ما، ومن خصائصه ما يلي:

• يتطلب هذا النوع من الانتباه مجهوداً ذهنياً كانتباهك للمحاضرة مثلاً او لحديث ممل مثلاً.

• يستلزم استمرار هذا النوع من الانتباه (مدة طويلة) وجود دافع قوي لديك واستمرار بذل جهد في الانتباه مدة طويلة.

• ان هذا النوع من الانتباه لا يقدر عليه الاطفال فليست لديهم قدرة وصبر وقوة

ارادة تحملهم على بذل الجهد واحتمال المشقة الوقتية لتحقيق الانتباه.

٣. **الانتباه الاعتيادي او التلقائي:** يمثل الانتباه الاعتيادي التركيز المعتاد والتلقائي لوعي

الفرد، ويتميز هذا النوع من الانتباه بما يلي:

• لا يبذل الفرد في سبيله جهداً بل يمضي سهلاً طبيعياً لاحظ مثلاً عالم في

اختصاص معين وهو يشعر بالمتعة عندما يقضي ساعات طويلة في قراءة

موضوعات متعلقة بتخصصه دون حاجة الى بذل مجهود كبير.

• كل انسان في هذا النوع من الانتباه ينتبه الى الاشياء التي اعتاد من قبل الاهتمام

بها والتي تتفق مع عاداته وميوله واهتماماته.

المتغيرات المؤثرة في الانتباه: تنقسم العوامل المؤثرة في الانتباه الى قسمين:

الاول/ يتصل بخصائص المنتبه الموضوعية وظروف الموقف والسياق الذي يرد فيه.

الثاني/ يتعلق بالعوامل الذاتية التي تتصل بشخصية الفرد ودوافعه وميوله واهتماماته وحالته

البدنية،،،،،،، أي يمكن نجلها بالعوامل الخارجية والداخلية.

اولاً. المحددات الخارجية للانتباه:

١. **الحركة :** ان النظر الى الاشياء المتحركة يجذب انتباه الانسان بل وكل الكائنات الحية

الراقية، واكتشاف الحركة (الذي يعتمد على الخلايا العضوية) يجعل الحركة تمثل تنبيهاً يتسم

بفاعلية ذات طابع خاص في الليل حيث تكون الخلايا العضوية اكثر فاعلية. مثال ذلك ان

الاعلانات الضوئية المتحركة تجذب الانتباه اكثر من الاعلانات الثابتة. والملاحظ ان بعض

الحيوانات تحرك ذيولها اثناء القتال كما لو كانت تريد تشتيت انتباه العدو، وان حيوانات اخرى

يصيبها الشلل ان فاجأها العدو وقد يكون في ذلك نجاتها.

٢. **شدة الانتباه:** تعد الاضواء الزاهية والاضواء العالية والروائح النفاذة اجذب للانتباه من

الاضواء الخافتة والاصوات الضعيفة والروائح المعتدلة. غير ان المنبه قد يكون شديداً ولا يجذب

الانتباه وذلك لتدخل عوامل اخرى اكثر وزناً في جذب الانتباه من الشدة كإن يكون الفرد مستغرقاً

في عمل يهمله ويمكن القول ان انتقاء المعلومات لا يحدث بشكل عشوائي.

٣. **الجدّة والحداثة:** الخبرات الجديدة التي تدخل في خبرة الشخص لأول مرة تجذب انتباهه اكثر من المنبهات المألوفة لديه. وان أي حدث شاذ او مغاير للمألوف كفيل بأن يثير انتباهك اكثر من غيره.

٤. **طبيعة المنبه :** يختلف انتباهنا باختلاف طبيعة المنبه بمعنى هل هو منبه بصري، أو سمعي، أو شمي مثلاً وهل المنبه البصري صورة انسان او حيوان او جماد، وهل ان المنبه السمعي قصة، او غناء او موسيقى؟

٥. **تغيّر المنبه:** المنبه المتغير يلفت الانتباه اكثر من المتغير الثابت على حالة واحدة او على سرعة واحدة، مثال ذلك ان من اهم شروط الفلم السينمائي الجذاب تغيّر المناظر وايقاع الحركة والكلام واللقطات، وكذلك تغيّر ايقاع صوت المحاضر يساعد على انتباه الجمهور.

٦. **موضع المنبه:** وجد ان القارئ العادي اكثر ميلا للانتباه الى النصف الاعلى من صفحات الجريدة التي يقرأها منه الى الانتباه الى النصف الاسفل. وكذلك الى النصف الايمن منه الى النصف الايسر- في الجريدة العربية- وكذلك اتضح ان الصفحتين الاولى والاخيرة اجذب للانتباه من الصفحات الداخلية.

٧. **حجم المنبه:** يعد الشيء الاكبر حجماً جاذباً للانتباه اكثر من الاشياء الاصغر حجماً. فالإعلانات الكبيرة في الحجم اكثر اثارة من الاعلانات الصغيرة والكلمات المكتوبة بحروف كبيرة اكثر اثارة للانتباه من الكلمات بحروف صغيرة.

٨. **التباين والتضاد:** كل شيء يختلف اختلافاً كبيراً عما يوجد في محيط الانسان من الارجح ان يجلب الانتباه اليه فنقطة حمراء تبرز في مجال انتباهنا ان كانت وسط نقط سوداء. كذلك وجود امرأة بين عدد من الرجال ويمكن اعتبار تغير المنبه نوعاً من التباين والتباين عامل مهم في الاعلانات الجيدة.

٩. **اعادة العرض:** ويعني تكرار المنبه حيث ان اعادة عرض المنبه تؤدي الى اثاره الانتباه ولذلك فإن تكرار الاعلان التجاري عدة مرات في اليوم يؤدي الى انتباه الناس اليه. ولكن التكرار يؤدي الى الملل، ولذلك يلجأ المتخصصون في فن الاعلان الى تكرار الفكرة في اطار مختلف لتجنب الملل. ومن الناحية التربوية فإن صوت المدرس اذا كان رتيباً وعلى وتيرة واحدة ادى الى عدم انتباه الطلبة اليه وقد يؤدي الى اغفاء الطلبة.

١٠. **الاعتیاد او التنبيهات الخارجية:** ان التنبيهات التي تكونت الاستجابة لها عبر خبرات الانسان مثل: اسم الشخص او بلده، او اللهجة المحلية له تثير الانتباه رغم ما قد يحيط بصدورها من صخب او ضوضاء.

ثانياً. المحددات الداخلية للانتباه:

هناك عوامل داخلية مختلفة، مؤقتة او دائمة، تهیء الفرد للانتباه الى موضوعات خاصة دون غيرها من هذه العوامل:

١. **الدوافع:** ان توجيه انتباهنا الى الاشياء والمواقف والاحداث الملائمة لإشباعها كلها تتأثر بدوافع الفرد ورغباته، مثال ذلك: الجائع في طريق عام يكون اكثر انتبهاً الى اللافتات الموجودة على واجهات المطاعم وينتبه كذلك الى روائح الاطعمة من تلك المطاعم. وان الشخص العاطل عن العمل ويبحث عن عمل يكون اكثر انتبهاً الى اعلانات الوظائف الشاغرة في الصحف او في الاذاعة او التلفزيون وغيرها.

٢. **التهيؤ الذهني:** فإذا تريد شراء سلعة معينة كانت اول شيء تراه في المحل الذي تدخله، كذلك نجد ان الممرضة حساسة لنداء المريض، والطبيب لجرس الهاتف ليلاً والام النائمة الى جوار طفلها قد لا يوقظها صوت الرعد لكنها تكون شديدة الاحساس لكل حركة او صوت يصدر من الطفل.

٣. **مستوى الحفز والاستثارة الداخلية:** لابد من توافر مستوى من الحفز او الاستثارة الحافزة التي تحرك طاقة الفرد لكي يتم جذب الانتباه لتنبیه معين، فيزداد الانتباه مع تزايد الحفز وينخفض الانتباه اذا انخفض الحفز.

٤. **الاهتمام والميول:** تعد اهتمامات الافراد وميولهم ودوافعهم وقيمهم من اهم المحددات الداخلية للانتباه. فان انتباه الشخص لبعض الموضوعات في البيئة المحيطة به او الاحداث التي تحدث حوله، انما تتحدد من خلال اهتمامه ودوافعه وقيمه.

٥. **الراحة والتعب:** يرتبط التيقظ والانتباه بالراحة على حين يؤدي التعب الى نفاذ الطاقة الجسمية والعصبية وضعف القدرة على تركيز الانتباه. فالطفل الذي لم ينل حظاً وافراً من النوم او انهكه نشاط بدني او ذهني متواصل يكون اقل انتبهاً داخل حجرة الدراسة.

٦. **تششت الانتباه:** يشكو كثير من الناس من شرود انتباههم في اثناء العمل او الحديث او القراءة او الاستذكار وهم يعجزون عن التركيز الا لبضع دقائق ثم ينصرف انتباههم نحو شيء

او موضوع اخر. ثم يجدون صعوبة في تركيز انتباههم مرة اخرى. ويشير عدد من الباحثين الى عدد من المشتتات التي تساعد الافراد على تشتت انتباههم وبدرجات متفاوتة.

٧. **العوامل النفسية:** كثيراً ما يرجع تشتت الانتباه الى عوامل نفسية كعدم ميل الطالب الى مادة دراسية وبالتالي عدم اهتمامه بها او انشغال فكرة بأمر اخرى رياضية او اجتماعية او عائلية او اسرافه في التأمل الذاتي واجترار المتاعب او الالام او شعوره بالنقص او الذنب او القلق او الاضطهاد.

٨. **المتغيرات الجسمية:** قد يرجع شروذ الانتباه الى التعب والارهاق الجسمي وعدم النوم والاستجمام بقدر كاف او عدم الانتظام في تناول وجبات الطعام او سوء التغذية او اضطراب افرازات الغدد الصم، هذه العوامل من شأنها ان تنقص حيوية الفرد وان تضعف قدرته على المقاومة بما يشنت انتباهه.

٩. **قد يرجع الشروذ الى عوامل اجتماعية** كالمشكلات غير المحسومة او نزاع مستمر بين الوالدين او صعوبة في اقامة العلاقات مع الاخرين او صعوبات مالية او متاعب عائلية مختلفة لذا لا يلبث الفرد ان يلتجئ الى احلام اليقظة يجد فيها مهرباً من هذا الواقع المؤلم

١٠. **المتغيرات الفيزيائية:** من هذه العوامل عدم كفاية الاضاءة او سوء توزيعها ومنها سوء التهوية وارتفاع درجة الحرارة والرطوبة ومنها الضوضاء، وقد اسفرت التجارب عن ان تأثير الضوضاء من حيث هي عامل مزعج مشتت يتوقف على:

- نوع الضوضاء
- نوع العمل.
- وجهة نظر الفرد الى الضوضاء.

الادراك الحسي

الاحساس: هو الاثر النفسي الذي ينشأ مباشرة من تنبيه حاسة او عضو حاس وتأثر مراكز الحس في الدماغ كالإحساس بالألوان والاصوات والروائح والمذاقات والحرارة والبرودة والضغط. وتنقسم الاحساسات بوجه عام الى اقسام ثلاثة:

١. احساسات خارجية المصدر: هي الاحساسات البصرية والسمعية والشمية والذوقية والجلدية التي تتألف من اربعة احساسات رئيسية بـ (اللمس والضغط والاحساس بالبرودة، والاحساس بالسخونة).

٢. احساسات حشوية: تنشأ من المعدة والامعاء والرئة والقلب والكليتين وغيرها من الاحشاء كالإحساس بالجوع والعطش او غثيان النفس او انقباضها وكالإحساس بامتلاء المثانة والاحساس بالتعب او الارتياح او عدم الارتياح.

٣. احساسات عضلية او حركية: تنشأ من تأثر اعضاء خاصة في العضلات والمفاصل، وهي تزودنا بمعلومات عن ثقل الاشياء وضغطها، وعن وضع اطرافنا وحركاتها وعن وضع الجسم وتوازنه، وعن مدى ما نبذله من جهد وما نلقاه من مقاومة ونحن نحرك الاشياء او نرفعها او ندفعها.

الادراك الحسي: هو قدرة الفرد على تنظيم التنبيهات الحسية الواردة اليه عبر الحواس المختلفة ومعالجتها ذهنياً في اطار الخبرات السابقة والتعرف عليها واعطائها معانيها ودلالاتها المعرفية المختلفة.

عمليات الادراك الحسي: ان الادراك الحسي عملية معقدة تتضمن ثلاث عمليات رئيسية هي:

١. **العمليات الحسية**: يتضمن الادراك الحسي تنبيه الخلايا المستقبلية بالمنبهات الفيزيائية الواقعة عليها من العالم الخارجي ولا تنبه في الادراك الحسي حاسة واحدة فقط. وانما تنتبه في الغالب عدة حواس معاً، حيث انك لا ترى الشيء فقط بل تراه وتسمعه وتشمه وقد تلمسه مثال ذلك انك حينما ترى احد الاشخاص يشوي قطعة من اللحم فإنك ترى اللحم على النار وتسمع صوت شواء اللحم وتشم رائحة اللحم المشوي.

٢. **العمليات الرمزية**: ونعني بها الصور الذهنية والمعاني التي يثيرها الاحساس فينا، فالتنبيه يترك اثرأ في الجهاز العصبي ويصبح هذا الاثر بعد ذلك بديلاً او رمزاً للإحساس او الخبرة الاصلية..... فحين يتذكر الانسان وجه صديق له فإنه يستحضر في ذهنه صورة الصديق لكنها تكون في الغالب صورة خاطئة غير واضحة التفاصيل.

٣. **العمليات الوجدانية**: ويتضمن كل ادراك حسي ايضاً ناحية وجدانية فإننا لا نرى الشيء فقط او نتذكر الخبرات السابقة المرتبطة به، وانما نشعر ايضاً بحالة وجدانية معينة ازاءه

فقد تسر لرؤية الصديق او لا تسر وقد تفرح او تعصب وقد تشعر برغبة في التقرب اليه او الابتعاد عنه. وكل ذلك يعتمد على هذه الناحية الوجدانية التي تثيرها فينا رؤية شيء ما، كما يعتمد على خبرتك السابقة بهذا الشيء .

قوانين التنظيم الحسي : هي القوانين التي تنتظم بمقتضاها التنبهات الحسية في وحدات مستقلة بارزة أي (صيغ) بفضل عوامل موضوعية تضطرنا الى ادراك صيغ أي ان ندركها (اشكالاً) تبرز على (ارضيات) اقل منها وضوحاً وبروزاً ومن اهم هذه العوامل:

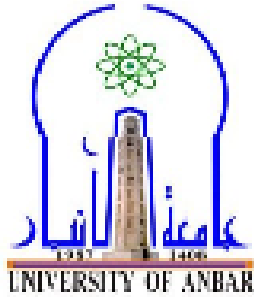
١. **عامل التقارب:** ويتمثل في المثيرات اذا كانت على شيء من القرب والانتظام فإن الشكل مال الى صياغة الوحدات المتقاربة في وحدة كلية واحدة، وهذا يعني ان التنبهات الحسية المتقاربة في المكان او الزمان تبدو في مجال ادراكنا وحدة مستقلة محددة وصيغة بارزة.

٢. **عامل التشابه:** ويتمثل في ان المثيرات المتشابهة من حيث اللون او الشكل او التركيب او الحجم او الشدة او السرعة او الاتجاه تنزع الى ان تتجمع وتتوحد معاً في نمط او انماط محددة، بحيث يتم ادراكها على انها مجموعة او مجموعات متشابهة تنتمي الى صنف واحد. مثال ذلك ان سلسلة من النغمات العالية يدعو بعضها بعضاً في مجال الادراك كذلك النغمات المنخفضة او التي تعزف بألة واحدة كذلك الاصوات التي تصدر من شخص واحد، فهي تتجه الى الائتلاف والتفرد والبروز في مجال الادراك وسط الضوضاء لأنها متشابهة من حيث مصدرها.

٣. **عامل الاتصال:** يبدو الاتصال او الاستمرار في ميل الاشخاص الى ادراك أي موقف ادراكي معقد على انه يتضمن خطوطاً او انماطاً متصلة، بمعنى اننا نميل الى ادراك التنظيمات التي تتماسك اجزاؤها بأكثر قدر ممكن من الاستمرار او الاتصال، وبمعنى اخر ان عامل الاتصال يتمثل في عدم الانقطاع في ادراك مسار المثير على الرغم من تقطعه في الواقع.

٤. **عامل الشمول:** ويعني ان السياق الذي يشمل كل العناصر في الشكل يكون اكثر قابلية للتنظيم الادراكي من أي سياق اخر، كما ان مبدأ الشمول او السياق كمبدأ عام يميل الى ان يتحكم في عدد من الموضوعات المدركة التي يتحدد معناها وفقاً للسياق المحيط بها

- او التنبهات التي سبقتها او تصاحبها، فالكلمات والجمل في اللغة المنطوقة يتحدد معناها في ضوء السياق الذي ترد فيه.
٥. عامل التماثل: نميل الى ادراك الاجزاء المتماثلة معا على انها تشكل مجموعة وهي تدرك قبل غيرها من الصيغ الاخرى.
٦. عامل الاغلاق: تتمثل عملية الاغلاق في الادراك بملء الثغرات وسد الفجوات في الموقف التنبهية لكي نجعل منه شيئا له معنى وبمعنى آخر تميل التنبهات والاشكال الناقصة الى الاكتمال في ادراكنا فنحن نرى الدائرة التي بتر جزء منها دائرة كاملة، وفي القراءة لا نرى الحروف الناقصة في الكلمة.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ العَالِيِّ وَالبَحْثِ العِلْمِيِّ
جَامِعَةُ اَنْبَارٍ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة العاشرة

العمليات العقلية المعرفية
(Cognitive mental processes)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

العمليات العقلية المعرفية: التذكر، النسيان، التفكير

التذكر: التذكر بمعناه العام هو استحياء ما سبق ان تعلمناه واحتفظنا به، ويوجد طريقتان للتذكر:

١. الاسترجاع (Recall): هو استحضار الماضي في صورة الفاظ او معان او حركات او صور ذهنية.

٢. التعرف (Recognition): هو شعور الفرد ان ما يدركه الان جزء من خبراته السابقة، وانه معروف مألوف لديه وليس شيئاً غريباً عنه او جديداً عليه.

هل يحدث الاسترجاع دون تعرف وبالعكس؟

يحدث الاسترجاع دون تعرف فقد استرجع الاسم الذي ابحت عنه لكنني اشعر انه ليس الاسم الصحيح، وقد ينتحل الكاتب او الشاعر فكرة او بيتاً دون ان يشعر انها من صنع غيره. وقد يتم التعرف دون استرجاع فقد اعجز عن ذكر تاريخ او قصيدة لكنني استطيت ان اتعرف هذه الاشياء متى عرضت امامي.

وخلاصة القول: ان الاسترجاع هو تذكر شيء غير مائل امام الحواس في حين ان التعرف هو تذكر شيء مائل امام الحواس.

ما الفرق بين الذاكرة والتذكر؟ : تعد (الذاكرة) من الاجزاء الاساسية والضرورية في عملية التعلم، حيث انها الجزء الذي يحتفظ فيه الفرد بالمعلومات او الخبرات التي يكتسبها من خلال تفاعله مع البيئة المحيطة كي يوظفها في حياته اليومية او المدرسية وكي تتفاعل مع الخبرات السابقة التي تم تخزينها مع الخبرات الحالية التي ترغب في تعلمها.

اما (التذكر) فهو العملية التي نستخدمها لاستدعاء المعلومات المخزونة في الذاكرة.. والتذكر هو القدرة على استدعاء او اعادة مادة سبق تعلمها والاحتفاظ بها في الذاكرة، او قدرة المرء على التعرف على حدث او شيء سبق له ان تعلمه او عرفه وتمييزه عن غيره.

مراحل الذاكرة وخطواتها: يتفق علماء النفس ان للذاكرة ثلاث مراحل تمر بها هي:

- التسجيل او الترميز (Encoding)

- التخزين او الاحتفاظ (Storage)

- الاسترجاع (Recall)

اولاً. **مرحلة التسجيل او الترميز:** يتضمن الترميز تحويل المعلومات الحسية كالصوت او الصورة الى نوع من الشيفرة او الرمز الذي تقبله الذاكرة فتسجيل المعلومات الواردة اليها لا يعني

تسجيلها كما هي (كالصورة الفوتوغرافية)، فكثيراً ما يتضمن الترميز تجميلاً للمادة، او ربطاً لها بمتغيراتها السابقة على شكل بطاقة او صورة او أي شيء اخر وذلك حتى يمكن ان نجد المعلومات فيما بعد،،، والترميز عملية لازمة لإعداد المعلومات للتخزين.

ثانياً. **التخزين** : وهي حفظ المعلومات التي تم ترميزها في الذاكرة أي تخزينها ويمكن ان تخزن المعلومات في الذاكرة فترات زمنية مختلفة تتراوح بين بضع ثوان وطول العمر.

ثالثاً. **مرحلة الاسترجاع** : وهي مرحلة سحب المعلومات من المخزن عند الحاجة اليها.. ويمكن ان نوضح المراحل السابقة بالشكل التالي :



العمليات العقلية في الذاكرة: الذاكرة عملية عقلية مركبة يمكن ان نميز فيها اربع عمليات هي: اولاً. **ترسيخ الانطباعات (Fixation)**: ونعني بها نشاط اكتساب او تعليم المعلومات والخبرات وتكوين انطباعات عنها في شكل تصورات ذهنية تعرف بآثار الذاكرة (Memory Traces) وتقوم هذه العملية على تكوين روابط عصبية في لحاء المخ لما يدركه الفرد في عملية استقبال المثيرات والاستجابة لها وتدعيم هذه الارتباطات كلما تكررت هذه العملية.

ثانياً. **الاستبقاء (Retention)**: وهي عملية خزن واستبقاء الانطباعات في الذاكرة بتكوين الارتباطات بينها لتشكل وحدات من المعاني ويحدث الفاقد من عملية الاستبقاء في حالات المرض العقلي خاصة حينما يحدث تحلل في انسجة المخ، مثل زهان الشيخوخة، كما يحدث الفاقد في حالات اصابة الدماغ او في حالات اضطراب بعض مراكز المخ.

ثالثاً. **الاستدعاء (Recall)**: وهي عملية استرجاع ما استبقاء الفرد في ذاكرته من انطباعات وصورة وآثار او بمعنى اخر هو عملية استعادة الفرد للاستجابات المتعلمة تحت ظروف الاستثارة الملائمة في المواقف اللاحقة.

رابعاً. **التعرف (Recognition)**: وهي العملية التي تتحقق بها استجابة الالفة بالأشياء او الموضوعات التي عرفها الفرد وخبرها من قبل، وبالتالي يتعرف عليها مرة اخرى في مواقف

اخرى ارتباطاً بإشارات او علامات معينة دالة عليها، وتتعرض عملية التعرف لنوعين من اضطرابات الذاكرة هما:

أ. الشعور بالغربة: حينما تكون الاشياء مألوفة بالفعل وهو نوع من النسيان قد ينتج عن الاعاقة الانفعالية التي تقترن بموضوع التذكر.

ب. التعرف الكاذب: حينما تبدو اشياء جديدة او اشخاص غير مألوفين بالفعل او مواقف جديدة تماماً على انها مألوفة. وتبدو كما لو ان الفرد قد خبرها من قبل وقد يحدث ذلك نتيجة لتشابه عناصر في الموقف الجديد مع عناصر موجودة في موقف سابق.

انواع الذاكرة: يمكن تقسيم الذاكرة الى الانواع الرئيسية التالية:

١. الذاكرة الحسية العيانية (Concrete memory) : وهي الذاكرة التي تتعلق بالانطباعات المتجمعة عن الطبيعة والحياة من خلال اعضاء الحس، ويتضمن :

- الذاكرة البصرية.
- الذاكرة السمعية.
- الذاكرة اللمسية.
- الذاكرة الشمية
- الذاكرة الذوقية.

٢. الذاكرة القصيرة المدى (Short- Tern memory): وهذا النوع من الذاكرة يستبقي او يخزن المعلومات لفترة وجيزة بعد ادراك الفرد غير المستقر لها والذي يتعرض له لمرة واحدة، هذه المعلومات وان كانت ترتبط قليلا بنشاط الفرد وبأهدافه وبدوافعه، الا ان ارساء آثار هذه المعلومات وتوثيقها يتطلب من الفرد الوقوف على مغزاها بالنسبة له واتفاقها مع اهدافه وبدون ذلك يكون تكرار ادراك هذه المعلومات بلا جدوى، فلا تتحول الى اثار الذاكرة البعيدة المدى . ويمكن ان تطلق على هذا النوع من الذاكرة القصيرة المدى تسميات عديدة مثل: الذاكرة اللحظية، الذاكرة الاولية، الذاكرة الفورية، الذاكرة العملية.. الخ.

٣. الذاكرة البعيدة المدى (Long- term memory): يتصف هذا النوع من الذاكرة بالاستبقاء والتخزين الطويل الأجل للمعلومات بعد تكرارها لمرات عديدة، ولا تكون اثار الذاكرة البعيدة المدى

فعالة الا اذا تدعمت وفقاً لقوانين التعلم، وفي هذه الحالة تبقى هذه الاثار في الذاكرة لا طول فترة ممكنة، وتميل اكثر الى مقاومة الانطفاء.

وفي ضوء ما تقدم فقد وضع علماء النفس عدداً من نماذج الذاكرة، الا ان كلا من اتكنسون وشيفرين (Atkinson & Shiffrin) صاغاً نموذجاً عدّ مقبولاً من قبل العديد من علماء النفس، اذ يعطي نموذج اتكنسون وشيفرين (Atkinson & Shiffrin) ملخصاً سريعاً للعملية التي تسير على هديها الانواع الثلاث من الذاكرة وكما يأتي:

- يتعرض الانسان لمنبهات شتى تأتيه من خارجه وداخله، فتسجل الاصوات والاضواء والصور وغيرها من المنبهات بصورة مختصرة في الذاكرة الحسية، وتشبه الصورة التي تحفظ في الذاكرة الحسية الصورة التي تظل في مخيلتك بعد النظر اليها، وتخفي هذه المادة في اقل من ثانية، اللهم الا اذا تم نقلها فوراً الى جهاز آخر للذاكرة وهو جهاز الذاكرة القصيرة المدى، ولكي يعاد ارسال المعلومات الحسية من الذاكرة الحسية الى الذاكرة القصيرة المدى يتعين على الشخص ان ينتبه الى المعلومات وقتاً قصيراً، ولكن يجب ان نلاحظ انه ليس كل المعلومات او المادة تنقل او تحول من الذاكرة الحسية الى الذاكرة ذات المدى القصير فإن بعضها يفقد سريعاً ولا يتحول الى المرحلة التالية ومن ثم ينسى في الحال.

- ثم تنقل المعلومات من الذاكرة قصيرة المدى الى المستودع الكبير والدائم للخبرات والمعلومات وهو الذاكرة بعيدة المدى، ليخزن فيها ويجري استدعاء المعلومات المطلوبة عند الحاجة اليها.

النسيان :

تعريف النسيان: يمكن تعريف النسيان بأنه عجز طبيعي، جزئي او كلي، دائم او مؤقت عن ذكر ما كسبناه من معلومات ومهارات حركية.. فهو عجز عن الاسترجاع او التعرف او عمل شيء متى توافرت جميع الظروف التي يحدث فيها التذكر عادة وهي الحاجة والاهتمام والجهد واكتمال الملابسات، ويحول عن ما سبق ان كسبناه واحتفظنا به من خبرات، وهناك نسيان استرجاع، ونسيان تعرف، ونسيان وعي.

فالنسيان هو الصورة السالبة للحفظ.. فالتذكر والنسيان وجهان مختلفان لعملة واحدة.

العوامل المؤثرة في النسيان: تشير الدراسات العديدة التي اجريت على النسيان الى ان هناك عوامل عديدة تكمن وراء حدوث ظاهرة النسيان، ومن ابرز هذه العوامل:

١. نوع المادة: المادة سهلة التعلم تكون هي ايضاً سهلة التذكر والمادة الفقيرة في المعاني وغير المترابطة تكون اكثر عرضة للنسيان.

٢. التعلم الزائد: اذ يؤدي التعلم الزائد الذي يتجاوز حد الاتقان الزائد للمادة الى تقوية الانطباعات في الذاكرة مثل استخدام جدول الضرب، تعلم اسماء الاشخاص المحيطين بالفرد، خبرة العمل ومهاراته.

٣. نسيان الصدمة: لما كان استبقاء المعلومات وتخزينها يعتمد على عمل الدماغ، فإن أي شيء يحدث له قد يؤثر في هذه العملية. فإذا تعرض شخص لصدمة او ضربة شديدة في الدماغ نتيجة حادثة او في اثناء اللعب يترتب عليها ارتجاج في المخ، فإن المصاب لا يذكر شيئاً مما حدث له في ذلك اليوم بعد ان يعود اليه وعيه.

٤. العقاقير: وقد يحدث انطفاء في انطباعات الذاكرة وخاصة بالنسبة للانطباعات الاكثر حداثة في حالات التشبع الزائد للدماغ بالكحوليات والمخدرات او تسممه بالعقاقير. وقد يؤدي التعاطي المستمر لهذه العقاقير الى اتلاف خلايا المخ مما قد يؤدي الى ضعف الذاكرة وتدهورها.

٥. الكف الرجعي: قد يحدث بعض النسيان نتيجة وجود نشاط عقلي جديد يعقب تعلم الانطباعات الجديدة حيث يطلق على تأثير النشاط الجديد على الانطباعات المتعلمة من قبل مصطلح الكف الرجعي الذي يباشر تأثيره على التعلم السابق في هذه الحالة يحدث تداخل للانطباعات الجديدة مع الانطباعات القديمة وتدخل الانطباعات الجديدة في صراع مع القديمة.

٦. العوامل الدافعية والانفعالية: وهي تمثل عاملاً مهماً في فاعلية عمليات التذكر، فالمادة التي لا تستثير اهتمامات المتعلم او المادة الصادمة التي تسبب ايلاًماً نفسياً للفرد تكون اكثر عرضة للانطفاء والنسيان. وهذه هي وجهة نظر (مدرسة التحليل النفسي) اما المدرسة السلوكية فتشير الى ان المادة التي يتبعها اثر باعث على الارتياح تميل الى ان تحيا في الذاكرة فيستدعيها الفرد في مواقف التعلم اللاحقة.

هل يمكن تقوية الذاكرة: ان عدداً غير قليل من الطلاب يشكو من انهم ينسون ما يحصلون من دروس، وهذا يعود الى سبب او اكثر من الاسباب الاتية:

١. الانتباه والتذكر: ان الطريقة الصحيحة هي الاصغاء الجيد اولاً وصرف انتباه ثانوي لأخذ المذكرات او الملاحظات والتي يفضل ان تؤخذ على فترات، مع الاقتصار على تلخيص الجوهرى والاساسي من المذكرات.

٢. الرغبة والاهتمام: ان الانسان ينسى ما لا يهتم به، ولا ينسى ما يهتم به، فالرغبة والاهتمام هما العامل الاساسي في تذكر المعلومات. وان كثيراً ممن يشكو ضعف الذاكرة للأسماء او للتواريخ او المواعيد او لمواد دراسية معينة، لا يلبث ان يتحسن تذكرهم حين يأخذون في الاهتمام بها اهتماماً جدياً موصولاً.

٣. شروط التحصيل الجيد: ان مراعاة شروط التحصيل الجيد مثل الحفظ لغرض معين وتنظيم المادة في وحدات طبيعية او منطقية، والنشاط الذاتي والتسميع الذاتي، التكرار الموزع واشباع الحفظ كلها من اهم العوامل التي تحول دون نسيان الدروس.

التفكير (Thinking): يمكن القول ان للتفكير معنيان هما:

الاول: وهو المعنى العام يعني كل نشاط عقلي ادواته الرموز أي يستعيض عن الاشياء او الاشخاص والمواقف والاحداث برموزها بدلاً من معالجتها معالجة فعلية.

الثاني: أي المعنى الخاص فيقتصر على حل المشكلات حلاً ذهنياً أي عن طريق الرموز هو حل المشكلات بالذهن لا بالفعل، وهذا هو ما يعرف بالتفكير الاستدلالي او الاستدلال.

غير ان المعالجة الفعلية للأشياء لا تعني اننا لا نفكر كما ان التفكير لا يعني ان نكف عن المعالجة الفعلية للأشياء، اذ كثيراً ما يندمج التفكير والملاحظة والعمل في نشاط واحد متكامل كحل مشكلة عملية او تشخيص مرض، وهنا يكون التفكير مندمجاً في النشاط الحركي.

ادوات التفكير:

١. الصورة الذهنية (Images) : وتشمل الصورة الحسية والصور اللفظية وهذا هو التصور او التخيل، والتصور هو استرجاع الماضي في شكل صور ذهنية من غير تعديل فيها او تبديل، اما التخيل فهو تكوين صور واشياء من الخبرات الادراكية السابقة. وتختلف الصور الذهنية في قوتها ووضوحها فأحياناً تكون واضحة جداً ودقيقة التفاصيل واحياناً تكون ضعيفة غائبة التفاصيل.. والصور الذهنية ليست ضرورية للتفكير فقد يتم التفكير بغيرها خاصة عندما نستخدم المفاهيم بدون صور ذهنية.

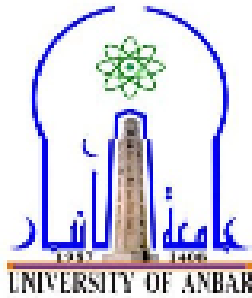
٢. المفاهيم (Concepts) : وتعني جمع الاشياء المتشابهة في بعض الخصائص العامة المشتركة في فئة او نوع معين تكون مفهوماً معيناً ويستجيب لها الفرد استجابة معينة ومنسقة في

المواقف المختلفة، والمفهوم فئة او رتبة تم تجريدها وتشكيلها معرفياً من خبرة سابقة مر بها الفرد بصورة مباشرة او غير مباشرة.. وللمفهوم شرطان اساسيان هما:

أ. ادراك وتجريد الخصائص الرئيسية المشتركة وتسمى (الامثلة الايجابية للمفهوم).

ب. التمييز بوضوح بين المفهوم وغيره من المفاهيم الاخرى (الامثلة السلبية للمفهوم)

٣. اللغة (Language): ان اكتساب الطفل للمفهوم يسبق اكتسابه للكلمات فالحيوانات تستطيع ان تكتسب بعض المفاهيم الا انه ليس لديها الكلمات التي تشير الى هذه الكلمات. كما ان الاطفال الصم والبكم يستطيعون ان يتعلموا المفاهيم والعلاقات بالرغم من عدم استخدامهم للغة. والعلاقة بين التفكير واللغة علاقة وثيقة حتى ان البعض يرى ان التفكير نوع من الكلام الباطن- فأنت تحدث نفسك اثناء عملية التفكير، وان كانت اللغة ليست شرطاً ضرورياً للتفكير فمن الممكن ان تتم عملية التفكير بدون اللغة.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ العَالِي وَالْبَحْثِ العِلْمِيِّ
جَامِعَةُ اَنْبَارٍ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى - البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

الحاضرة الحادية عشر

التعلم

(Learning)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

ان أي نشاط تقوم به الكائنات العضوية لأبد ان يتحقق عن طريق التعلم ولا يعني هذا على انواع السلوك السوية فحسب، انما ان اختلافات السلوك تعد نوعاً من التعلم. وان المجتمع الانساني لا يمكن ان يتقدم الا عبر افادة كل جيل وعن طريق التعلم من خبرات واكتشافات الاجيال التي سبقتة... وينبغي التنبية الى ان مفهوم التعلم كمصطلح سيكولوجي اوسع بكثير من مفهوم التعلم في الاستعمال الدارج للكلمة من حيث هو عملية مقصودة. فالتعلم كمصطلح سيكولوجي لا يقتصر على مجرد اكتساب الوسائل، انما يتخطاها الى اكتساب القيم والاهداف والحاجات. كما ان التعلم لا يتقيد بالنتيجة التي تترتب على السلوك من حيث التوافق او اللاتوافق.

تعريف التعلم : يقدم (وارن) في معجمه للمصطلحات السيكلوجية الى ان للتعلم ثلاثة معان:

الاول: هو عملية اكتساب القدرة التي تتيح للكائن الحي ان يستجيب لموقف، سبق له او لم يسبق له ان مر به.

الثاني: هو عملية تجمع للاستجابات الحركية الاولية في كل حركي، ولا يقصد بالتجمع هنا (الكل الاضافي) وانما يقصد به (الكل العضوي) من حيث هو وحدة كلية لها انتظامها البنوي.

الثالث: هو عملية تثبيت للعناصر في الذاكرة بحيث يمكن استعادتها او التعرف عليها. وحاول (هيلجارد) تعريف التعلم على انه: (العملية التي تتمخض عن حدوث نشاط او تغير نشاط، من خلال الاستجابة لموقف معين، بشرط ان تتميز خصائص هذا التغير عن خصائص الاستعدادات الفطرية او النضج او الحالات الطارئة عند المتعلم).

وعرف (الزيادي) التعلم بأنه ((العملية التي تؤدي الى تغير في طريقة الفرد في الاستجابة، ويأتي هذا التغير نتيجة الاحتكاك بمثيرات خارجية. اما التغيرات الناجمة عن تعاطي المخدرات او جراحات المخ او النضج فلا تدخل ضمن عمليات التعلم)).

اما (اتكنسون) فقد عرف التعلم بأنه: (عملية ينشأ بمقتضاها ان الانشطة او يتغير من خلال الاستجابة لموقف مواجهة بشرط الا ترجع خصائص هذا التغير الى عوامل فطرية، او عوامل النضج، او الى حالات عارضة يتعرض لها الكائن الحي مثل التعب او المرض.. الخ.

التعلم والتعليم والنضج:

يختلف التعلم عن التعليم (Teaching) من حيث ان التعليم هو تلقين او تدريس يقوم بها شخص هو المعلم لشخص آخر يتلقى المعلومات هو المتعلم، كذلك يختلف التعلم عن النضج

(Maturation) لان النضج عملية داخلية مستمرة لا ارادية، اما التعلم فيزود الاطفال مثلا بمهارات ومعارف وخبرات غير تلك القدرات الفطرية التي ولدوا مزودين فيها كما ينمي ما لديهم من قدرات فطرية نتيجة تكامل الممارسة او المران او التدريب او التكرار.

فالتعلم عبارة عن تغيير في الاداء - نتيجة الخبرة والممارسة اما التغيير الذي يحدث نتيجة التعب او تعاطي المخدرات او شرب الخمر، فلا نسميه تعلماً لان هذه عوامل وقتية اما التعلم فإن له صفة الديمومة والثبات النسبي.

فالتعلم عبارة عن مفهوم افتراضي، نستدل عليه بطريقة غير مباشرة فنحن لا نستطيع ان نشاهد (التعلم) ولكننا نستدل عليه وعلى حصوله من اثاره ونتائجه التي نلمسها من ملاحظة السلوك او الاداء.

التعلم المقصود وغير المقصود : يمكن ان نميز بين نوعين من التعلم وهما:

- التعلم المقصود: ويبدو من خلال تعلم بعض الاساليب السلوكية في مواقف تعليمية مقصودة ومعدة خصيصاً لهذا الهدف مثل المدارس والجامعات ومراكز التدريب.
- التعلم غير المقصود: او يسمى بالتعلم العرضي او التعلم المصاحب حيث لا يهدف الموقف التعليمي اليه مثال ذلك تعلم التلميذ الاحترام او العدوان.

خصائص عملية التعلم

١. التعلم تكوين فرضي: تنطوي عملية التعلم على عدد من العمليات العقلية التي تمر بها. ونحن نمر بعدد من آليات الاستقبال والتوصيل والاستجابة، فتحدث لدينا العمليات العقلية وفهم الافكار، وكل هذه العمليات تتم داخل الفرد، وبذلك فإن التعلم يمثل تكويناً فرضياً نستدل على حدوثه من خلال الاثار والنتائج المترتبة عليه والمتمثلة في تغيير وتعديل السلوك.

٢. التعلم تغيير في السلوك: يظهر التعلم في شكل تغيير في السلوك او نشأة سلوك جديد لم يكن موجوداً من قبل. ولكي نقيس التعلم، فإننا نقارن سلوك الفرد في فترة زمنية بفترة

زمنية اخرى وتحت ظروف متشابهة، فإذا كان السلوك متقدماً في المرة الثانية عندها نقول ان تعلماً قد حدث.

٣. التعلم تغير تقدمي: ان مفهوم التعلم يتضمن صفة التقدم او التحسن او الزيادة في المعرفة والخبرة. فالاستجابات التي يؤديها الفرد في المراحل الاولى من تعلمه تكون عادة استطلاعية عشوائية وغير متميزة، ولكن بالممارسة المستمرة تقل الاخطاء ويزداد الربط والتنظيم والتنسيق في عملية التعلم.

٤. يحدث التعلم تغيراً يتصف بالاستقرار النسبي: لما كان التعلم يتصف بالتغير والاستمرار الثابت نسبياً في السلوك، ذلك ان كثيراً من مواقف التعلم الذي ينشأ بصورة اضطرارية يستمر لفترة قصيرة من الزمن ثم لا يلبث ان يزول لأسباب عديدة منها:

- عوامل التغير التي تحدث بعد عملية التعلم.
- بسبب الاختزال.
- نقص في الاداء نتيجة التعب.
- نتيجة تناول بعض العقاقير الطبية او المخدرات.
- نتيجة التغير في الدوافع وفي مستوياتها.
- نتيجة التكيف الحسي فيزول عند اختفاء عوامل التنبيه.

٥. يحدث التعلم تغيراً في الاداء او امكانية الاداء: ان التعلم يشير الى القيام بأي استجابة سواء اكانت حركية او انفعالية او عقلية ظاهرة او كامنة. وليس من الضروري ترجمة كل ما نتعلمه الى اداء وهو ما يتفق ووجهة نظر (تولمان) في التعلم الكامن وكثير من الاتجاهات التي نكونها دون ان نفصح عنها.

٦. يتم التعلم تحت شروط الممارسة المعززة لا يمكن الجزم ان كل تغير في السلوك او الاداء يعد تعلماً. ذلك ان التغير الناتج عن النضج او التعب المتمثل في النقص في الاداء الناتج عن تغيرات عضلية ناتجة عن تخاذل المجهود العصبي في ممارسة عمل متكرر روتيني ان ذلك لا يمكن عده تعلماً وان وضعنا للممارسة بأنها معززة، فلكي نميز بين التعلم والانطفاء التي يعني بالضرورة تغيراً في السلوك يتجه نحو النقص في قوة او سعة الاستجابة عندما تكون الممارسة غير معززة.

٧. يشتمل التعلم على جوانب الشخصية: يحدث التغيير في ثلاث نواحي رئيسية من الشخصية هي:

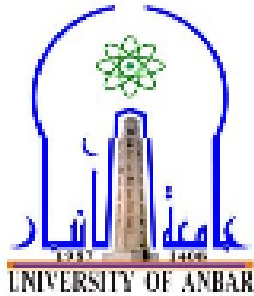
- التغيير في النواحي الحركية: مثل اكتساب عادات الاكل والشرب والملبس والكلام والقراءة والكتابة والمشي وقيادة السيارة وغير ذلك من انماط السلوك الحركي.
- التغيير في النواحي العقلية المعرفية: وتشتمل على ما نتعلمه من معارف وحقائق في مختلف العلوم وما نكتسبه من مفاهيم ومبادئ وقواعد وطرائق التفكير.
- التغيير في النواحي الوجدانية او الانفعالية: وتشتمل على كل ما نتعلمه من عواطف وميول ومن حب وكراهية لمهن او اشخاص وما نكتسبه من اتجاهات وقيم اجتماعية ونواحي الذوق الفني والادبي والجمالي.

شروط التعلم: تتوقف عملية التعلم على ثلاثة جوانب:

- المتعلم: من حيث سنه ونضجه البدني والعقلي واستعداداته ودوافعه وخبراته.
 - مادة التعلم: من حيث الغموض والتفكك، او شفافية الانتظام والتماسك.
 - طريقة التعلم: من حيث اقتصارها على الطريقة الجزئية او الكلية، المركزة او الموزعة، النظرية او العملية. او من حيث جمعها بين الاثنين، وكذلك من حيث اشتمالها على معينات للتعلم وحوافز للتعلم. ويمكن ان نوضح الشروط التي تساعد في التعلم ما يلي:
- شرط التكرار: ان التكرار المفيد هو التكرار القائم على اساس الفهم وتركيز الانتباه والملاحظة الدقيقة ومعرفة معنى ما يتعلمه الفرد، ان هذا النوع من التكرار يؤدي الى تعلم خبرة معينة واجادة تعلمها، اما التكرار الآلي الاصم لا فائدة منه لان فيه ضياع للوقت والجهد وفيه جمود لعملية التعلم، ويؤدي الى عجز المتعلم عن الارتقاء بمستوى اداءه. والتكرار وحدة لا يكفي لعملية التعلم اذ لابد ان يكون مقروناً بتوجيه المعلم نحو الطريقة الصحيحة وحول الارتفاع المستمر بمستوى الاداء.
- شرط الدافع: بهدف النجاح في عملية التعلم لابد من وجود الدافع الذي يحرك الكائن الحي نحو النشاط المؤدي الى اشباع الحاجة وكلما كان الدافع لدى الكائن الحي قوياً كان نزوع الكائن الحي نحو النشاط المؤدي الى التعلم قوياً ايضاً ، ولابد من السعي الى ان تكون دوافع التعلم مرضية أي تؤدي الى الشعور بالرضا والسعادة.

- التدريب او التكرار الموزع والمركز: يقصد بالتدريب المركز ذلك التدريب التي يتم في وقت واحد وفي دورة واحدة، اما التدريب الموزع فيتم في فترات متباعدة نتخللها فترات من الراحة او عدم التدريب، ولقد وجد ان التدريب المركز يؤدي الى التعب والشعور بالملل وان ما يتعلمه الفرد بالطريقة المركزة يكون عرضة للنسيان وذلك لان فترات الراحة التي تتخلل دورات التدريب الموزع تؤدي الى تثبيت ما يتعلمه الفرد.

- الطريقة الكلية والطريقة الجزئية: لقد اثبتت التجارب ان الطريقة الكلية تفضل على الطريقة الجزئية حين تكون المادة المراد تعلمها سهلة وقصيرة، وكلما كان الموضوع المراد تعلمه متسلسلاً تسلسلاً منقطعاً او طبيعياً كلما سهل تعلمه بالطريقة الكلية عن الموضوعات المكونة من اجزاء لا رابطة بينها. والمعروف ان الادراك هو العملية التي تشبه عملية التعلم الى حد كبير تسير على مبدأ الانتقال من ادراك الكليات المبهمة العامة الى ادراك الجزئيات المميزة. فالإنسان يدرك صيغاً كلية عامة ثم تأخذ الوحدات المميزة في الظهور والوضوح تدريجياً.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ العَالِيِّ وَالبَحْثِ العِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الأنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

الماضرة الثانية عشر

نظريات التعلم

(Learning theories)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

نظرية الارتباط - التعلم بالمحاولة والخطأ:

ترتبط هذه النظرية باسم الرائد السيكولوجي ادوارد لي ثورندايك (Edward lee Thorndike) وهو من تلاميذه العالم السيكولوجي (كاتل) وكان ثورندايك أول من حصل على شهادة الدكتوراه من جامعة كولومبيا في علم النفس عام (١٨٩٨). كان اهتمام ثورندايك منصبا على قياس (الذكاء) وأجرى تجارب عديدة على الحيوانات لإلقاء الضوء على مشاكل الذكاء ، ويعتبر أول من قل نماذج معينة من الحيوانات العليا إلى المختبرات النفسية وأجرى تجاربه عليها من خلال أجهزة ابتكرت من قبله . كما اهتم بدراسة مشكلات التعلم ، والفروق الفردية ، والقياس العقلي ، والتحصيل الدراسي...وتعتبر نظريته في التعلم بالمحاولة والخطأ من أهم النظريات التي حاولت تفسير التعلم وذلك بسبب ما أثارته من مناقشات تجريبية وما قادت إليه من بحوث . تعتبر عملية التعلم عند ثورندايك هي عملية تغير في السلوك .. كما ن السلوك لديه : هو كل ما يفعله الكائن الحي ويدخل ضمن ذلك الأفكار والمشاعر . إذ يعتبر ثورندايك من السلوكيين أو من رواد المدرسة السلوكية مثلما كان (واطسون وكاتل) والمسلمة الأساسية من هذه المدرسة أن لاستجابة دون مثير (م..... اس) ويعتبر ثورندايك أن السلوك هو عملية تبدأ بتبينة على السطح الحسي للكائن الحي ينتقل من الأطراف العصبية إلى المراكز العصبية ثم يصل إلى الأعصاب المتصلة بالمخ وينتهي الأمر باستجابة ما ، قد تكون انقباض أو تقلص عصبي أو غدة أو حركة آلية من الكائن الحي .

أمثلة على تجارب ثورندايك:

• تجربة السمك:

جهز ثورندايك حوضا مائيا (م قدما ٣) واختار سمك (المينو) الذي يميل الى تجنب الضوء، ووضع في احد جوانب الحوض مظلة تمنع الضوء عن هذا الجزء وترك الجزء الآخر في الحوض مضيئا ، ثم وضع الطعام في الجزء المعتم من الحوض وبالتالي وفر شروط تجريبية تجعل هذا الجزء من الحوض مكانا مضلا لدى الحيوان (لأنه معتم ، كما

انه يحتوي على الطعام) . قام ثورندايك بعدها بدفع (السمك) من الجزء المعتم إلى الجزء المضيء بواسطة لوح زجاجي وفصل السمك من الجزء المعتم بواسطة لوح زجاجي آخر توجد به فتحة يتمكن من خلالها السمك المرور من النور إلى الظلام في هذا الحوض أي من المكان الغريب عنه إلى المكان الذي اعتاد عليه .

وقد اتخذ ثورندايك من طريقة هروب الحيوان من الجانب المضيء من الحوض إلى الجانب المعتم وسيلة لقياس تعلم السمك .. ووجد ثورندايك إن السمك في البداية يقوم بسلوك عشوائي ويصطدم بجميع نقاط الحاجز الزجاجي وخلال ذلك اكتشف السمك بمحض الصدفة الفتحة التي تؤدي به إلى الجانب المعتم من الحوض وعبر من خلاله إليه، كرر التجربة لعدة مرات على نفس السمك فوجد ان تكرار ذلك يقلل المحاولات الخاطئة بشكل متدرج وباستمرار ذلك تعلم السمك المرور من الفتحة بدون أخطاء أو محاولات عشوائية.

• تجارب القبط:

صمم ثورندايك نوعا من الأقفاص الميكانيكية بطريقة يمكن للقط أن يفتحها بأكثر من طريقة مثل شد حبل معين أو إدارة زر من الأزرار أو الضغط على لوح من الألواح أو تحريك سقطة معينة .

عمل ثورندايك على وضع القط في القفص وترك له قطعة من اللحم أو السمك خارج القفص فإذا جاع هذا الحيوان شعر بالتوتر وقام بعدد من المحاولات العشوائية لفتح باب القفص إلى أن استطاع من ذلك بعد محاولات عشوائية عديدة وحصل بعد فتح باب القفص على (قطعة اللحم او السمك) وترك القط خارج القفص حتى يقترب موعد وجبته القادمة (أي إلى أن يشعر بالجوع) ويعيه الى القفص .. وبتكرار التجربة وجد ثورندايك أن عدد المحاولات الخاطئة تبدأ بالزوال إلى أن تعلم الحيوان فتح باب القفص بدون محاولات عشوائية فاشلة ... من الأمور الملاحظة في تجارب ثورندايك ما يأتي:

○ وجود حاجة لم تشبع عند الحيوان وهي حالة الجوع التي لا يتحقق إشباعها إلا عن طريق الحصول على الطعام (في تجربة القبط والسمك).

○ وجود عائق بم يسبق للحيوان أن تعرف عليه سابقا (فتح الباب في تجربة القبط) أو (الانتقال إلى الجانب المعتم في تجربة السمك) .

○ قياس مدى التحسن في سلوك الحيوان بالمدة التي يستغرقها في التخلص من العائق .

قوانين نظرية الارتباط:

إن الأساس الذي قامت عليه نظرية ثورندايك يعتمد على (المثير والاستجابة) (م...م...م...م...س) أي لا استجابة دون مثير ، وكل استجابة مثيرها الخاص فالمثير يستقبل من الأطراف العصبية المختلفة الموزعة على أنحاء الجسم ومنها ينتقل إلى المخ عن طريق موجات أشبه بالموجات الكهربائية عن كريق الأعصاب المستقبلية . وكما أسلفنا فان المثير قد يؤدي إلى عدة استجابات (س، س، س، س...س) وكن يفترض ثورندايك أن الاستجابة الأكثر احتمالا لظهور هي الاستجابة (س) بنسبة ٧٠% والاستجابات الأخرى بنسب متقاربة (س ١٥%) و (س ١٠%) و (س ٥%) وهذه العلاقة التي تسبق كل عملية تعلم . وعلى هذا الأساس اعتمدت نظريته على القوانين الأساسية الآتية:

١- قانون الارتباط: ويقصد به تقوية الارتباطات بين المراكز العصبية وبين مثيراتها أي تقوية العلاقة بين (م..... س) حين يصبح احتمال ظهور الاستجابة س ٩٠% بدلا من ٧٠% كما مر ذكره وإضعاف قوة بقية الاستجابات .

٢- قانون الأثر: كما شرنا سابقا إن التعلم في نظر ثورندايك هو تقوية الارتباطات بين الجهاز العصبي وبين المثيرات . إلى أن المشكلة التي واجهها ثورندايك هي : ماهي العوامل المسؤولة عن تقوية هذه الارتباطات وأضعاف الارتباطات الأخرى ، ولحل هذه المشكلة اوجد ثورندايك ((قانون الأثر) الذي يعتبر من أهم القوانين التي لعبت دورا كبيرا في سيكولوجية التعلم .

ويقصد بقانون الأثر : عندما يحدث (ارتباط) بين مثير واستجابة ويصاحب ذلك أو يتبعه حالة إشباع وخفض للتوتر فان قوة الارتباط تزداد والعكس صحيح إذ تضعف حالة الارتباط أو أحدثت العلاقة بين المثير والاستجابة حالة عدم ارتياح أو ضيق .

٣- قانون التدريب: ويتكوم من قسمين هما :

- قانون الاستعمال: وهو أن الارتباط بين المثير والاستجابة يقوى عن طريق الاستعمال والممارسة .

- قانون الإهمال: وهو أن الارتباط يضعف عند الإهمال وعدم الممارسة .

٤- قانون الاستعداد: وقد وضع فيه ثورندايك الية عمل (قانون الاثر)اذ يوضح فيه معنى الارتياح والضيق او عدم الارتياح ، او يؤكد ثورندايك ان هناك ثلاث احتمالات لهذه العملية:

- حين تكون الخلية العصبية على استعداد للسلوك فان استجابتها تريح الكائن الحي وتزيل عنه التوتر

- حين تكون الوحدة العصبية على استعداد للعمل ولا تعمل فان ذلك يضيق الكائن الحي ويؤدي به إلى الضيق وعدم الارتياح .

- حين تكون الوحدة العصبية على استعداد للعمل وان إجبارها على الاستجابة يحمل الكائن الحي على التوتر وعدم الارتياح وقد سمي هذا فيما بعد (بالميل للعمل) .
لقد اتسمت نظرية ثورندايك بالكثير من المراجعات من قبل منظرها وتقبل نقد العلماء الآخرين لنظريته وحاول في مرات عديدة من اعادت النظر في كثير من قوانينها ومنطلقاتها النظرية .

نظرية الاشتراط (ايفان بافلوف - ١٨٤٩-١٩٣٦)

ايفان بافلوف (Evan Pavov) هو عالم فسيولوجي روسي اهتم بموضوع (فسيولوجية الهضم) محاولا اكتشاف القوانين التي تخضع لها إفرازات الغدد وخاصة اللعابية منها لدى الحيوانات .

تجربة بافلوب الاشتراطية : قام باختيار احد الكلاب وادخله الى العمل وجعله يألف ظروف التجربة من حيث المكان والمعدات والاجهزة المستخدمة فيها وقام بوضع الكلب واقفا على منضده وقيده أقدامه الأمامية والخلفية لكي يمنعه من الحركة، استخدم بافلوف جهاز منبه يدق بسرعة (١٢٠) دقة في الدقيقة (وهو المثير الشرطي) وقد بدا تجربته بجعل المنبه يدق قبل تقديم الطعام (وهو المثير الطبيعي) بثوان معدودة ، وبعد عدة دقائق كرر نفس الموقف واستمر بتكرار ذلك على فترة غير منتظمة . وقد لاحظ بافلوف أن الاشتراط يتكون بسرعة حينما يكون الفاصل الزمني بين دقات المنبه وتقديم الطعام قصيرا .

أي بمعنى أن بافلوف وجد إن إفرازات اللعاب لدى الكلب تظهر (بعد تكرار المحاولات لعدة مرات) عند سماعه دقات المنبه دون تقديم الطعام . وأطلق على ذلك مصطلح (الفعل المنعكس الشرطي) . . . وقد أجريت تجارب أخرى بتصاميم مختلفة على الإنسان .

الفعل المنعكس البسيط والفعل المنعكس الشرطي

يفرق بافلوف بين نوعين من الانعكاسات : وهي الانعكاسات الأولية البسيطة . كالفحة حينما يدخل جسم غريب في الجهاز التنفسي ، وكذلك الانعكاسات المعوية وغيرها مما يعتبر وظيفة للجهاز العصبي المستقل . أما النوع الثاني من الانعكاسات فهي الانعكاسات المعقدة مثل الانعكاسات الحسية أو الدفاعية أو ما إلى ذلك .

إن الوظيفة الرئيسية لهذه الانعكاسات هي تحقيق التوازن بين الكائن الحي وبيئته الخارجية، وبذلك يحقق الكائن الحي بقاءه كفرد وكنوع .

ومن الجدير بالإشارة إلى أن الانعكاسات الأولية البسيطة منها والمعقدة تتميز بالثبات والاطراد لأنها عبارة عن ارتباطات ثابتة بين المثير والاستجابة . لكن وبما أن البيئة الخارجية هي بيئة متغيرة بل دائمة التغير إذا لابد للكائن الحي أن يكون انعكاسات جديدة وهذه الانعكاسات هي التي تمثل لنا عملية التعلم واكتساب أساليب جديدة من النشاط والفعاليات .

وجد بافلوف بان الفعل المنعكس الشرطي له نفس خواص الانفعال الانعكاسية الأولية (البسيطة أو المعقدة) إلا انه يختلف عنها في تكوينه ونشأته إذ يعتمد هذا الانعكاس الجديد اعتمادا كبيرا على ظروف التجربة أو بوجه عام على الظروف العامة التي تواجه الكائن الحي ولهذا السبب أطلق بافلوف تسميته (الفعل المنعكس الشرطي) على هذا النوع من الانعكاسات ... وقد حدد بافلوف عدد من خصائص الفعل المنعكس الشرطي وهي :

- أنها مكتسبة وغير موروثة كما في الأفعال المنعكسة الأولية البسيطة والمعقدة .
- لها القابلية على التغير تبعا للعوامل المحيطة بالكائن الحي وقت اكتسابه لها .
- لا يشترط لحدوثها أي منبهات خاصة ، فمن المعروف إن الفعل المنعكس الأولي له منبهاته الخاصة وله مجال استقبال معين تؤثر فيه هذه المثيرات . أما الفعل المنعكس الشرطي فيمكن تنميته وفقا لما نريده عليه . فلا يقتصر المثير على عضو حسي معين

أو على عناصر الحس في العضلات أو الأوتار العضلية ، إنما يمكن أن يظهر نتيجة جمع بين اثنين أو أكثر من المنبهات المختلفة .

قانون التعلم (الاقتران الزمني): يقرر بافلوف أن القانون الوحيد المسئول عن تكوين علاقات شرطية جديدة هو (قانون الاقتران الشرطي) والذي يمكن صياغته كما يأتي :
يزيد الاقتران الزمني بين الفعل المنعكس غير الشرطي (الطبيعي) والفعل المنعكس الشرطي من قوة هذا الأخير ... ويمكن تلخيص الفكرة العامة لنظرية بافلوف بما يأتي :
إذا كانت (م) هي المثير الأصلي و(س) هي الاستجابة الطبيعية لهذا المثير ، ورتبت الظروف التجريبية كي يصاحب المثير الطبيعي (م) مثيراً آخر هو (م) وكررت العملية عدة مرات بحيث يصاحب المثير الأصلي (م) المثير الذي اخترناه وهو (م) في كل مرة وتحت نفس الشروط ، وبعد ذلك أزيل المثير الأصلي (م) وأبقينا على المثير الآخر (م) فان الاستجابة الطبيعية ستظهر وبالتالي إذا اشترطنا استجابة معينة بمثير يصاحب مثيرها الأصلي وكررنا هذه العملية عدة مرات ثم أزلنا المثير الأصلي وقدمنا المثير المصاحب كان الناتج لدينا الاستجابة الأصلية .

ظاهرة الانطفاء:

لاحظ بافلوف إن تكرار وجود المثير الشرطي (المنبه مثلاً) دون وجود المثير الطبيعي (تقديم الطعام).. فان كمية اللعاب تأخذ في النقصان شيئاً فشيئاً حتى تزول تماماً ، بل حتى إن السلوك الحركي الذي يرافق العملية قبل تحريك الرأس وتحديد الاتجاه نحو مصدر الصوت أو مصدر الطعام يضعف ويتلاشى.... وقد أطلق بافلوف على هذه الظاهرة اسم (الانطفاء) وصاغ لها قانون سمي قانون الانطفاء الذي يمكن تلخيصه بما يأتي :
إذا ظهر المثير الشرطي دون تدعيم بالمثير الطبيعي فان الفعل المنعكس الشرطي يضعف أو ينطفئ .

الكف الشرطي :

أشار بافلوف بأنه إذا حدث خلال التجربة الاشتراطية (على الكلب) انه ظهر مثير مفاجئ قوي مثل صوت غريب عال أو اعترض بعد الكلب شيء مجهول أو حدث تغير مفاجئ في المجال القريب من الكلب فان الانعكاسات الشرطية الثابتة تضعف أو تختفي

وهذا الضعف أو الاختفاء للانعكاسات الشرطية هو ما يسميه بافلوف (بالكف غير الشرطي) وهو كف يرجع إلى مثيرات خارجية شاذة قوية أما الكف الشرطي فينتج عن حدوث المثير الشرطي مع عدم وجود الاستجابة الشرطية ، أو حينما تتأخر عملية التقوية اللازمة لتدعيم الاشتراط ، فإذا استخدمنا مثيرات شرطيان كدقتي منبه الأولى (٨٠) دقة في الدقيقة والثانية بسرعة (١٠٠) دقة في الدقيقة وكان استخدام هاتين الدقيقتين بالتبادل علما بان الدقة الأولى (٨٠) دقة لا تدعم بتقديم الطعام بينما يتم تدعيم الدقة الثانية (١٠٠) دقيقة بتقديم الطعام ، فان تكرار الموقف يؤدي إلى إضعاف العلاقة الشرطية في الدقة الأولى (٨٠) دقة وتقوية العلاقة في الدقة الثانية (١٠٠) دقة وهكذا يحدث (الكف الشرطي) .

نظرية التعلم بالاستبصار.

لا يظهر الاستبصار ولا يتضح في تعلم الحيوانات الدنيا اتضاحه في تعلم الحيوانات العليا وذلك لما لها من قدرة اكبر على الملاحظة ، وتتوقف قدرة الفرد على التعلم بالاستبصار على مستوى نكاهه وعمره وخبراته ودل الاستبطن كذلك على ان هذا النوع من التعلم تسبقه غالبا مرحلة من المحاولة والأخطاء الذهنية لدى الإنسان . كما اتضح ان الاستبصار لا يظهر على نحو فجائي بل قد يكون تدريجيا خاصة في المشكلات العسيرة ومن الخصائص الهامة للتعلم بالاستبصار كذلك انتقال اثر التعلم.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة الثالثة عشر

الذكاء والقدرات العقلية

(Intelligence and mental abilities)

اعداد

ا.م.د. صافي عمال صالح

الذكاء : هو أرقى العمليات العقلية العليا، وهي وظيفة التفكير التي تدل على درجة ما لدى الفرد من ذكاء، ولفظ الذكاء من أكثر الألفاظ شيوعا وتداولاً بين الناس. يختلف مفهوم الذكاء (Intelligence) لدى علماء النفس عنه لدى عامة الناس ولكنهما يتفقان معا في نواح عدة، ونورد فيما يلي بعض التعريفات العلمية من قبل علماء النفس ونتيجة لدراساتهم المستفيضة:

- الذكاء هو القدرة على التفكير المجرد، أي على التفكير بالرموز من الفاظ وارقام مجردة من مدلولاتها الحسية.
- الذكاء هو القدرة على التكيف العقلي للمشاكل والمواقف الجديدة.
- الذكاء هو القدرة على التعلم.
- الذكاء هو القدرة على ادراك العلاقات والمتعلقات.
- الذكاء هو القدرة الكلية على التصرف الهادف والتفكير المنطقي والتعامل الحسن مع البيئة. وعلى الرغم من الاختلاف البين بين هذه التعريفات والتي تدل على اختلاف في وجهات نظر كل عالم اليه إلا انها جميعا تنظر إلى القدرة العقلية العامة أو الذكاء من زوايا متعددة ولكنها في النهاية متكاملة.

جوانب الذكاء : من التقسيمات الهامة لجوانب للذكاء التقسيم أو التصنيف الذي وضعه العالم (ثورندايك) للذكاء والذي يشتمل على جوانب ثلاثة للذكاء هي:

الذكاء المجرد: وهو القدرة على فهم ومعالجة الالفاظ والمعاني والرموز والارقام والمعادلات والرسوم البيانية.

الذكاء الاجتماعي: وهو القدرة على فهم الناس والتعامل والتفاعل معهم بكفاءة.

الذكاء الميكانيكي: وهو القدرة الفعلية على معالجة الأشياء الحسية كما يبدو في المهارات الميكانيكية.

قياس الذكاء :

بدأ القياس العقلي بقياس الرأس وابعاد الجمجمة وما بها من بروزات على اساس ان الرأس مستقر العقل إلى ان اثبت بيرسون في اوائل القرن العشرين ان العلاقة بين الذكاء والمظاهر الجسمية علاقة ضعيفة ، ثم اتجه الباحثون إلى تقدير الذكاء عن طريق بعض القدرات الحسية البسيطة كالقدرة على التمييز الحسي (البصري والسمعي كالتمييز بين الألوان والاوزان) ودرجة الحساسية للألم والقدرة على تحمل التعب وسرعة الحركة ، وكانت حجتهم ان هذه القدرات الحسية تتوقف على القدرة على تركيز الانتباه بما له من علاقة مباشرة بالذكاء وتدل كذلك على يقظة العقل وحدته ولكن اتضح ان الذكاء ليس من البساطة بحيث يقاس بهذه القدرات البسيطة بل يجب ان يكون الاتجاه إلى قياس العمليات العقلية العليا واهمها التفكير .

وقد دفعت بحوث العالم الفرنسي (الفرد بينيه) مجال فحص وقياس الذكاء دفعا حثيثا اذ عهدت اليه لجنة من وزارة المعارف عام(١٩٠٤) ان يبحث عن وسيلة دقيقة للتمييز بين الأطفال الاسوياء وبين شديدي الغباء والمتخلفين عقليا ممن لا يصلحون للدراسة بالمدارس الابتدائية العادية وكحل لهذه المشكلة العقلية الهامة مل بينية على وضع مقياس لقياس الذكاء كما يقيس المتر الأطوال يتميز بالموضوعية والدقة والبعد عن التحيز (احكام المدرسين) دون ان يعتمد على المعلومات المدرسية أو الاختبارات التحصيلية بالإضافة إلى امكان تطبيقه على أي طفل .

وظهر المقياس الاول لذي وضعه بينيه عام (١٩٠٤) ثم اجرى عليه تعديلات حتى عام (١٩١١) وبرزت الحاجة إلى الاستفادة منه في لغات اخرى غير الفرنسية فترجم إلى لغات عديدة.

نظريات الذكاء :

١. نظرية سبيرمان :

اراد سبيرمان مؤسس مدرسة تحليل العوامل ان يتحقق من صحة الفرض الذي يقوله عامة الناس وهو ان الذكاء قدرة عامة يبدو اثرها في نواح شتى ، فالناس يرون ان الذكي في الناحية السياسية لابد ان يكون ذكيا في ميدان التجارة أو الاقتصاد أو الخدمة الاجتماعية أو في مجال البحث العلمي أو في معالجة مشاكل اطفاله فان لم يكن الامر كذلك فلا معنى لوجود ذكاء عام بل يجب الكلام عن قدرات خاصة كل وحد منها في نوع خاص م المواقف لذلك اجرى سبيرمان عددا كبيرا من الاختبارات العقلية والاختبارات الدراسية أي التي تقيس التحصيل

الدراسي على مجموعات كبيرة من الأفراد ثم قدر معاملات الارتباط بين كل واحد منها وسائرهما فان كان التفوق في قدرة يرتبط بالتفوق في القدرات الأخرى كان هذا دليلا على وجود (ذكاء عام) وان كان التفوق في قدرة مستقل عن التفوق في القدرات الأخرى لم يكن هناك ذكاء عام فلاحظ ان جميع المعاملات موجبة جزئية أما كونها موجبة فيشير إلى إن هناك عاملا مشتركا يؤثر فيها جميعا وأما كونها جزئية فيشير إلى إن هناك عوامل أخرى غير هذا العامل المشترك تؤثر فيها ، خلاصة هذه النظرية :

- إن الذكاء ليس عملية عقلية معينة كالاستدلال والتذكر أو التعلم بل عامل عام أو قدرة عامة تؤثر في جميع العمليات العقلية بنسب متفاوتة وتشارك معه عوامل نوعية تختلف باختلاف العملية، وبعبارة أخرى فالذكاء جوهر النشاط العقلي كله فهو يظهر في جميع تصرفات الفرد وأوجه نشاطه المختلفة مع وجود استعدادات نوعية إلى جانبه .
- إن الفروق بين الناس في الذكاء تبدو في اختلاف قدرتهم على استنباط العلاقات والمتعلقات فكما استطاع الفرد استنباط علاقات أكثر تعقيدا وتجريدا كن مستوى ذكائه رفيعا أي ان الذكاء في جوهره ادراك للعلاقات الصعبة أو الدقيقة .
- إن خير الاختبارات لقياس الذكاء ماكان مشبعا بالعامل العام أي مايتضمن استنباط العلاقات وأطرافها: العلاقات والمتعلقات الجديدة غير المألوفة.

٢. نظرية ثيرستون

- يرى ثيرستون ان ما يسميه سييرمان بالذكاء أو العامل العام يمكن تحليله إلى عدد من القدرات أو العوامل الأولية واتضح من خلال تطبيقه لعدد من الاختبارات ما يأتي :
- ان اختبارات الذكاء لا تقيس قدرة عامة واحدة بل سبعة من القدرات العقلية أو العوامل الأولية هي القدرة على فهم معاني الالفاظ - الطلاقة اللفظية - القدرة العددية - القدرة على التصور البصري المكاني - سرعة الإدراك - القدرة على التذكر - القدرة على الاستقراء .
 - ان هذه القدرات الأولية مستقل بعضها عن البعض استقلالا نسبيا لا مطلقا بمعنى ان الشخص الذي يتفوق في اختبارات قدرة منها كالقدرة العددية مثلا ينزع إلى التفوق في اختبارات القدرات الأخرى غير ان هذه النزعة اضعف بكثير من نزعته إلى التفوق في الاختبارات التي تقيس قدرة واحدة، فالارتباط بين القدرة العددية

والقدرة اللفظية اضعف من الارتباط بين القدرة على الجمع والقدرة على الطرح والقدرة على الضرب أو على القسمة.

○ إن هذه القدرات يتضافر بعضها مع بعض في الإنتاج العقلي خاصة المعقد. على هذا يرى ثيرستون إن الذكاء العام مركب يتألف من بضع قدرات أولية بنسب معينة كما ان الضوء الأبيض يتألف من أضواء أولية بنسب معينة لذا فهو يرى الاستعاضة عن اختبارات الذكاء التقليدية باختبارات للقدرة الأولية.

٣. نظرية جيلفورد: يقوم نموذج التكوين العقلي لجيلفورد على الافتراضات التالية:

- يمكن النظر إلى الذكاء بوصفه معالجه وتجهيز للمعلومات وأن المعلومات هي شيء يمكن أن يميزه الإنسان ويقع في مجاله الإدراكي.
- أن الذكاء طاقة كيفية تعكس مدى كفاية الوظائف العقلية لدى الفرد.
- أن النشاط العقلي يتكون من عدد من القدرات العقلية المتميزة (١٢٠) قدرة.
- ان النشاط العقلي متعدد الأبعاد: البعد الأول يتعلق بمحتوى النشاط العقلي، والبعد الثاني يتعلق بكيفية عمل النشاط العقلي، والبعد الثالث يتعلق بنواتج النشاط العقلي.

يرى جيلفورد أن الأخذ بفكرة العامل الواحد كان لها ما يبررها في الماضي وأنه في نموذج التكوين العقلي المعدل لـ (جيلفورد):

أعاد (جيلفورد) صياغة نمودجه للتكوين العقلي ((SOI) الثلاثي الأبعاد المتعدد القدرات وفقاً للمحددات التالية:

البعد الأول (بعد المحتوى): ويتعلق بالمادة أو المحتوى موضوع المعالجة، وينقسم هذا البعد إلى خمسة مكونات أو تصنيفات فرعية: ١- المحتوى البصري. ٢- المحتوى السمعي. ٣- المحتوى الرمزي. ٤- محتوى المعاني. ٥- المحتوى السلوكي.

البعد الثاني (بعد العمليات): ويتعلق بالعمليات التي تعالج المحتوى، وينقسم هذا البعد إلى ست عمليات هي: ١- المعرفة. ٢- ذاكرة التسجيل. ٣- ذاكرة الاحتفاظ. ٤- الإنتاج التباعدي. ٥- الإنتاج التقاربي. ٦- التقييم.

البعد الثالث (بعد الناتج): ويتعلق بالصيغ التي تنتج عن معالجة العمليات للمحتوى، وتأخذ النواتج المختلفة لهذا البعد ست صيغ: ١- الوحدات. ٢- الفئات. ٣- العلاقات. ٤- المنظومات. ٥- التحويلات. ٦- التضمينات.

مفهوم العمر العقلي:

من الافكار المعروفة تماما والصائبة ان الأطفال الاكثر عمرا أكثر قدرة على حل اسئلة أو اختبارات أصعب من الاطفال الاصغر سنا.

والافتراض الأساسي والمسوغ وراء ذلك هو انه كما ينمو الجسم ويتطور كما نحدده بعمر الإنسان الزمني فان العقل كذلك ينمو ويتطور وهذا هو العمر العقلي ، ولذلك فان الطفل الذي يتمكن من حل اسئلة في اختبار يفترض ان يقيس الذكاء حتى مستوى عمر السادسة إلا انه يفشل في الوصول إلى عمر السابعة يقال ان العمر العقلي له هو السادسة، ومن هنا فان العمر العقلي هو مستوى التطور الذي وصل اليه الذكاء كما يقاس باختبارات الذكاء ويعزى الفصل إلى العالم (بينيه) الذي ادخل فكرة العمر العقلي .

تحديد نسبة الذكاء: لا يدلنا العمر العقلي وحده على ان الفرد ذكي أو غبي فالطفل الذي يكون عمره العقلي ٨ سنوات مثلا يكون ذكيا اذا كان عمره الزمني ٦ سنوات بينما يكون غبيا اذا كان عمره الزمني ١١ سنة.

ولذلك كان من الضروري المقارنة أو الموازنة بين العمر العقلي للفرد وعمره الزمني وعلى اساس هذه المقارنة نحدد هل الشخص ذكي، متوسط، أم غبي، ونستخرج من هذه الموازنة ما يعرف بنسبة الذكاء .

ونسبة الذكاء علاقة بين الدرجات التي حصل عليها شخص ما في اختبار للذكاء والتي تحدد عمره العقلي وبين عمره الزمني وللتخلص من الكسور الناتجة عند ذلك نضرب النسبة $\times 100$ في صورة المعادلة الآتية:

$$\text{نسبة الذكاء} = \frac{\text{العمر العقلي}}{\text{العمر الزمني}} \times 100$$

مستويات الذكاء

نسبة الذكاء مفيدة في تحديدها لدرجة ذكاء الفرد ذكي أو غبي أو متوسط ، ولكنها لا تدلنا على مدى ما لديه من تفوق أو تاخر ولذلك فان المدلول الحقيقي لنسبة الذكاء لدى فرد معين لا يمكن معرفته بالتحديد إلا اذا درسنا توزيع نسبة الذكاء بين الناس جميعا وطبقت دراسات على نطاق واسع دلت نتائجها على ان الذكاء موزع بين الناس توزيعا طبيعيا وفق خصائص المنحنى الاعتدالي أي ان الغالبية العظمى منهم متوسطون في الذكاء في حين ان العباقرة وضعاف العقول هم قلة قليلة، ولقد اتفق العلماء على وضع هذه المسميات لنسب الذكاء في الجدول الاتي:

المستوى	نسبة الذكاء
معتوه	اقل من ٢٠ أو ٢٥
ابله	من ٢٥ إلى ٥٠
ضعيف العقل	من ٥٠ إلى ٧٠
غبي جدا	اقل من ٧٠
اقل من المتوسط	من ٧٠ إلى ٨٠
متوسط الذكاء	من ٨٠ إلى ٩٠
فوق المتوسط	٩٠-١١٠
ذكي جدا	١١٠-١٢٠
ألمعي	١٢٠-١٤٠ فما فوق



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: **د. م. ا. صافي عمال صالح**

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

الماضرة الرابعة عشر

الشخصية ونظرياتها

(Personality and its theories)

اعداد

ا.م.د. صافى عمال صالح

كل صفة تميز الشخص عن غيره من الناس تؤلف جانبا من شخصيته ، فذكاءه وقدراته الخاصة وثقافته وعاداته ونوع تفكيره وآراؤه ومعتقداته من مقومات شخصيته كذلك مزاجه ومدى ثباته الانفعالي ومستوى طموحه وما يحمله في أعماق نفسه من مخاوف وعقد مختلفة وما يتسم به من صفات اجتماعية وخلقية كالصدق والكذب ، والتسامح أو التشدد ، الانطواء أو الانبساط هذا كله إلى ما يتميز به من صفات جسمية كالقوة والجمال ورشاقة الحركات وحدة الحواس لذا نستطيع ان نعرف الشخصية تعريفا مبدئيا بأنها جملة الصفات الجسمية والعقلية والمزاجية والاجتماعية والخلقية التي تميز الشخص عن غيره تميزا واضحا .

والشخصية كلمة مشتقة من الكلمة اللاتينية (Persona) وتعرف الشخصية بأنها التنظيم الديناميكي في الفرد لجميع التكوينات الجسمية والنفسية والذي يحدد الأساليب التي تتكيف بها الشخصية في البيئة أو هي كل الاستعدادات والقدرات والغرائز الفطرية عند الفرد وكل ما اكتسبه من ميول وعادات وهي كذلك مجموعة تأثيرات الفرد في المجتمع .

طرز الشخصية: اهتم الإنسان منذ القدم بتصنيف من يعاشرونه من الناس إلى شخصيات مختلفة يرجعها إلى طرز مختلفة ويقصد بالطرز Type فئة أو صنف من الافراد يشتركون في نفس الصفات العامة وات اختلف بعضهم عن بعض في درجة اتسامهم بهذه الصفات .

الطرز المزاجية: من أشهر هذه التصانيف التصنيف الرباعي القديم الذي يعزى إلى (هيبوقراط) والذي يقسم الناس وفق المزاج الغالب لديهم إلى :

١. الطراز الدموي : وصاحبه متقائل مرح نشط ممتلئ الجسم سهل الاستثارة سريع الاستجابة ، لا يهتم إلا باللحظة الحاضرة ، ولا يأخذ الأمور جدا ومن أهم ما يميزه التقلب في السلوك وهو ما عرف في اللغة الدارجة (بالهوائي) .

٢. الطراز الصفراوي : قوي الجسم طموح عنيد ، واهم ما يميزه حدة الطبع وسرعة الغضب .

٣. الطراز السوداوي : متأمل بطيء التفكير لكنه قوي الانفعال ثابت الاستجابة ، يعطي أهمية بالغة على كل ما يتصل به يجد صعوبة في التعامل مع الناس واهم ما يميزه الانقباض والانطواء والتشاؤم .

٤. الطراز البلغمي أو اللمفاوي ، بطيء الاستثارة والاستجابة حامل بليد ، ضحل الانفعال ، بدين يميل إلى الشراهة .

وقد زعم القدماء إلى كل طراز يرجع إلى غلبة عنصر أو مزاج خاص في الجسم : الدم أو الصفراء أو البلغم أو ما سموه بالسوداء، ومن الطريف انهم كانوا يرون أن الشخصية السوية المتزنة تنشأ من توازن هذه الأمزجة الأربعة كما نقول اليوم توازن بين السمات .

الطرز الجسمية : هناك اعتقاد شائع ان الناس يمكن تصنيفهم إلى طرز جسمية وان الطراز الجسمي يحدد شخصية صاحبه على نحو ما ،من أمثال هذه التصانيف التي لاقت رواجاً في العصر الحديث تصنيف كرتشمير (Kretchmer) الذي زعم ان هناك ثلاثة طرز جسمية هي :

• الطراز المكتنز (Pyknic) وهو القصير السمين ويتميز صاحبه بالمرح والانبساط والصراحة وسرعة القلب وسهولة عقد الصداقات .

• الطراز الواهن (Asthenic) وهو الطويل النحيل ويتميز صاحبه بالانطواء والاكتئاب .

• الطراز الرياضي (Athletic) ويتميز بالنشاط والعدوانية غير انه سرعان ما ظهر ان الناس اكثر من تصنف الى هذه الطرز وحدها ليس غير وان اصحابها لا يتحتم ان تكون سماتهم كما ذكر كرتشمير (Kretchmer)، فق ظهر من احدى الدراسات ان (٥٠%) من الطراز المكتنز يتسمون بالانبساط وان (٣٠%) يتسمون بالانطواء .

الطرز الهرمونية : يصنف بيرمان (Berman) الشخصيات حسب النشاط الهرموني السائد لديهم ، فهناك الطراز الدرقي وصاحبه متهور سهل الاستثارة ،قلق ، نشط يميل الى العدوان ، وهناك الطراز الأدريناليني وصاحبه مثابر نشط قوي ، اما الطراز الجنسي فصاحبه خجول يسهل استثارته للضحك والبكاء في حين ان الطراز النخامي يتميز أفراده بضبط النفس والسيطرة عليها،

اما الطراز الثيموسي فصاحبه ذو نزعة لواطية ويتميز بانعدام المسؤولية الخلقية ، وقد أطلق بيرمان (Berman) وأتباعه على الغدد الصم اسم غدد الشخصية أو غدد المصير يشيرون بذلك إلى إننا نرث جهازا غديا يطبع شخصياتنا ويوجهها إلى الخير أو إلى الشر ، إلى الصحة أو إلى المرض .

فما طرأ على شخصية بونابرت من تغير أثناء حملته على روسيا وبعدها يرجع الى قصور في غدته النخامية ولو قد حدث ما يحول دون ذلك لتغير وجه التاريخ، ومما يلاحظ في هذا التصنيف ان أصحابه يغفلون اثر العوامل الاجتماعية والثقافية إغفالا تاما فيما بين الشخصيات من فوارق .

الطرز النفسية : يرى يونج (Jung) الطبيب النفسي السويسري ان الناس يمكن تصنيفهم من حيث اسلوبهم العام في الحياة واهتماماتهم الغالبة الى منطوي ومنبسط .

فالمنطوي (Introvert) يفضل العزلة والاعتكاف ويجد صعوبة في الاختلاط بالناس فيقصر معارفه على عدد قليل منهم ويتحاشى الصلات الاجتماعية ويقابل الغرباء في حذر وتحفظ وهو خجول شديد الحساسية لملاحظات الناس وهو كثير الشك في نيات الناس ودوافعهم شديد القلق على م اقد يأتي به الغد من احداث ومصائب يطير صوابه في ساعات الحرج والشدة يهتم بالتفاصيل ويضخم الصغائر متقلب المزاج دون سبب ظاهر .

اما المنبسط (Extravert) فعلى العكس من ذلك يقبل على الدنيا في حيوية وصراحة ويصافح الحياة وجها لوجه ويلائم بسرعة بين نفسه والمواقف الطارئة ، ويعقد مع الناس صلات سريعة فله أصدقاء أقوياء وأعداء أقوياء لا يحفل بالنقد ولا يهتم كثيرا بمرضه أو صحته أو هندامه او التفاصيل والامور الصغيرة وهو لا يكتم ما يجول في نفسه من انفعال ويفضل المهن التي تتطلب نشاطا وعملا واشتركا مع الناس .

الحيل الدفاعية

ان يوفق الفرد الى حل ازمته النفسية أي ما يعانيه من صراع بطريقة ايجابية واقعية بأن كانت المشكلة تفوق قدرته على حلها أو احتمالها أو كانت لاشعورية خافية الجوانب أو لانه لم يتعلم في ماضيه حل المشكلات بالطرق السلمية الناجحة ظل الفرد في حال إبطاء موصول ولجا الفرد الى طرق اخرى ملتوية أو سلبية خادعة هي ما تعرف بالحيل الدفاعية واليك اهم هذه الحيل :

* **النكوص (Regression)** هو تراجع الفرد الى اساليب طفلية أو بدائية من السلوك والتفكير والانفعال حين تعترضه مشكلة أو يلتقي بموقف آزم فاذا به يستبدل بالطرق المعقولة لحلها اساليب ساذجة يبدو فيها تهلّل التفكير وغلبة الانفعال فتري المناقش الهادئ الرزين يلجا حين يفحم الى الصياح والمكابرة ومن مظاهر النكوص السب والصراخ والتمارض والغيرة والعناد والبكاء عند الارتطام بالمشاكل ،والنكوص غير مقصور على الكبار فالطفل ذو السادسة قد يأخذ في التبول القسري أو في مص أصابعه أو يكثر من العناد والعصيان ان رأى اخاه الاصغر استأثر بعناية امه وعطفها فهو ينكص الى الماضي نكوصا لا شعوريا بطبيعة الحال عسى ان يصيبه شيء من الحنان المفقود وكلنا يعرف الطفل الذي يستسلم لأحلام اليقظة حين يشعر انه غير مرغوب فيه والطفل الذي يتشبث بثياب امه حين يتشاجر والداه أو الذي يأخذ في قضم اظافره حين تترك امه البيت، ويبدو النكوص واضحا لدى كشي من الناس في حالة المرض الجسمي لكنه اكثر وضوحا في الامراض النفسية والامراض العقلية إذ يتخذ اشكالا عنيفة منها التجهم والصراخ والغيرة العنيفة والغضب لشديد والضحك أو البكاء الصبباني والاندفاع والذعر من اشياء تافهة وكذلك الكلام واللعب الصبباني في بعض حالات الجنون .

* **العدوان (Aggression)** يقصد بالعدوان كل المشاعر والدوافع التي تتضمن عنصر التدمير وسوء النية حيال الاخرين ، ويلاحظ السلوك العدواني عند الاطفال في ميلهم للاعتداء والتشاجر والانتقام والمشاكسة والمعاندة والميل للتحدي والتلذذ من نقد الاخرين وكشف اخطائهم واطهارهم بمظهر الضعف و العجز، اما اساليب التعبير المباشرة عن العدوان فتكون بالضرب او الاعتداء على ممتلكات الغير او التدمير وقد تكون باللجوء الى التهديدات والشم والنقد اما الاساليب غير المباشرة فمنها السرقة والكذب والهرب من المنزل ، وفي كلتا الحالتين يكون الطفل ذا شخصية ايجابية ولكن من الأطفال ما هو سلبي في شخصيته وهم (الأطفال الانطوائيين) ويلجؤون لاسلوب سلبي في التعبير عن مشاعر الغضب التي يتعرضون لها ويكون ذلك بالانطواء على النفس والابتعاد عن الاخرين او الاضراب عن الكلام والطعام الخ .

وينشأ العدوان عند الطفل عندما يكتشف انه يستطيع ان يجعل الاخرين يسايرون رغباته بإذائهم وهو كلما ازداد علما بدوافع الاخرين ازدادت مهارته في استخدام هذه الوسيلة من وسائل السيطرة ،وتتحدد انواع الاساليب التي يعلمها الطفل بنوع الاستجابات التي تصدر عن الوالدين وغيرهما كما

ان المدى الذي يصل اليه دافع العدوان عنده يتوقف على ما ينطوي عليه استجابات الوالدين والكبار من اثابة حين يسلك سلوكا مؤذيا أي عدوانيا .

وينشأ العدوان في الغالب من احساسهم بنبذ ابائهم او معلميهم لهم او بإحساس عميق بالنقص او قد تكون انواع من السلوك التي تشجعها العائلة سببا من اسباب العدوان فقد يعتقد الآباء ان ما يبديه الاطفال من سلوك عدواني ضروري لنجاحهم في الحياة ومن ثم فهم يشجعونهم على القيام بهذا النوع من السلوك .

ولا يقتصر العدوان على سن معينة ولكنه يظهر في جميع الاعمار ويرى احد المرين ان العدوان يبدو بوضوح في السنة الاولى عند الفطام والتي تحدث فيها تغيرات اساسية في حياة الطفل ويظهر العدوان ايضا عند مجيء طفل مولود جديد للأسرة وعند انتقال الطفل من البيت الى المدرسة ، وقد ينتج العدوان في حالات التربية الجامدة القاسية التي تكبت ما لدى الطفل من حرية في التعبير والنشاط التلقائي ، وكذلك اذا ما شعر الطفل بانه مهمل من بيئته ولا قيمة له وان الاخرين لا يعيرون له اهتمامهم فهنا يكون عدوان الطفل وسيلة لجذب انتباههم واهتمامهم نحوه ثم ليثبت شخصيته التي لا يعترفون بها .

ويشير العدوان الى انواع السلوك الذي يستهدف إيذاء الاخرين او تكوين القلق عندهم ويكون عند الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة بصورة الضرب او تدمير الممتلكات او الهجوم الفضي او مقامة ما يوجه اليه من طلبات او أوامر، وهناك ثلاثة عوامل يتوقف عليها ميل الطفل لكي يكون عدوانيا:

- ١- شدة رغبته في إيذاء الآخرين وإيلاهم .
- ٢- درجة إحباط البيئة وإثارته للميول العدوانية .
- ٣- كمية القلق والشعور بالإثم المرتبطة بالعدوان ، وللموقف العائلي اثر من العدوان فإذا عوقب الطفل على هذا السلوك فيترتب على هذا ان يتعلم الطفل الكف عن الاستجابات العدوانية .

* **التبرير (Rationalization)** هو ان ينتحل الفرد سببا معقولا لما يصدر عنه من سلوك خاطئ أو معيب أو لما يحتضنه من افكار ومعتقدات وعواطف ونيات حين يساله الغير أو حين يسال نفسه ، وهو تقديم اعدار تبدو مقنعة مقبولة لكنها ليست الأسباب الحقيقية فالتلميذ المتخلف

يبرر تخلفه بان الماد صعبة عسيرة أو يغش في الامتحان ويعتذر بان الامتحان ليس وسيلة عادلة لاختبار الكفاءات ،ومن الالباء من يبررون عقابهم الشديد لأطفالهم بان ذلك فيصالحهم في حين ان الدافع الحقيقي هو تصريف غضب الالباء ، ومن الناس من يرون الاستكانة تواضعا والتبذير كرما والمجون مرحا والبخل حرصا والفوضى حرية والقعود قناعة والقسوة حزما من هذا نرى ان التبرير غالبا ما يكون محاولة لحل ازمة معينة .

وللتبرير صور متعددة منها اعتذار الفرد في الحصول على شيء بانه لا يميل الى هذا الشيء أو يكرهه فيكون مثله كمثل الثعلب الذي الذي عجز عن الوصول الى العنب فادعى انه لا يحب العنب ومثال ذلك ايضا الرجل الذي يصرح بسروره لعدم إنجابه الاطفال بان الأطفال عبء ومسؤولية وعناء كبير لذا نرى ان التبرير حيلة يدفع بها الفرد عن نفسه ما يؤذيها ويسبب لها القلق وهو حيلة يتصل الفرد بها من عيوبه وهو حيلة يلجا اليها كل مقصر وفاشل أو معتد أو عاجزا وهو حيلة شائعة بين الكبار والصغار خاصة بين من تناقض أفعالهم ما لديهم من مبادئ خلقية ومن ينساقون وراء عواطفهم ونزواتهم وعاداتهم الضارة .

الإسقاط (Project) حيلة لاشعورية تتلخص في ان ينسب الفرد عيوبه ومناقصه ورغباته المستكرهه ومخاوفه المكبوتة التي لا يعترف بها الى غيره من الناس أو الأشياء أو الأقدار أو سوء الطالع وذلك تنزيها لنفسه وتخفيفا مما يشعر به من القلق أو الخجل أو الذنب .مثال ذلم من يهاجمون الأباطيل وهم يؤمنون بها في قرارة نفوسهم أو من يدعون السلم وهم اشد الناس خصاما وعنفا وغير ذلك .

قياس الشخصية: هنالك عدد من الوسائل والأساليب في قياس الشخصية أهمها:

١. عينات السلوك وتقديراته:

ويتم فيها الحكم على السلوك من خلال عينات تشتق من مواقف الحياة اليومية للفرد وملاحظة سلوكها وإعطاء تقدير كمي لتلك الملاحظة وهو من أكثر الوسائل المتبعة في تقدير الشخصية.

٢. سلالم التقدير:

تكون هذه الطريقة فعالة في قياس الشخصية إذا استخدمت من قبل أشخاص يتمتعون بفرص واسعة للاحتكاك بالأفراد وتسجيل الملاحظات موضوعيا عن سماتهم وفق سلم تتراوح درجاته مثلا -٣-٩ درجات- وتقدير على سلم ثلاثي "قليل- متوسط- كثير".

٣. الاختبارات الموقفية:

وتقوم هذه الاختبارات على أساس وضع الفرد في مواقف اختبارية مقننة شبيهة بمواقف الحياة اليومية العادية وملاحظة سلوكه في هذه المواقف وذلك انطلاقاً من الافتراض بأن السلوك فيها يعكس سلوكه الطبيعي ويشترط ان يتم ذلك ون معرفة من الفرد لأنه يحتاز مواقف امتحانيه.

٤. اختبارات الشخصية:

هي وسائل مقننة تحتوي كل منها على مجموعات من الأسئلة أو العبارات تختص كل مجموعة منها لقياس بعد من أبعاد الشخصية كالاتهامات أو التكيف الانفعالي أو العلاقات الاجتماعية وتحول الإجابات إلى علامات أو أرقام رياضية وفق تعليمات واضح الاختبار.

أ. اختبارات دراسة القيم: ويتكون هذا الاختبار من (٤٥) سؤالاً مباشرة في ضوء الإجابات الفرد يصنف ضمن احد أنماط الشخصية.

ب. اختبارات "مينسوتا" متعدد الأوجه: وهو أكثر الاختبارات المستخدمة في قياس السلوك الغير سوي في العيادات النفسية ويتضمن عشر مقاييس لتقدير مدى معاناة الشخص واضطراب سلوكه هي عدة مجالات مرضية منها. الاكتئاب والهستريا والانفصام وجنون العظمة والانطواء ويصل عدد الأسئلة في هذا الاختبار إلى ٥٥ سؤال يجاب عنها بنعم أو لا أو لا ادري.

ج. الاختبارات الإسقاطية: وتفحص هذه الطرائق بموقف غامض عن الشخص وتكلفه بالاستجابة له دو معرفة مدى استجابته ودون ان يعرف أي من سمات الشخصية تكشف عنها هذه الاستجابات ولهذه الطريقة ميزة استبعاد الكذب والتمويه والتحريف في الاستجابات.

د. اختبار بقع الحبر "رورشاخ" اسم العالم: يتكون الاختبار من عشر بطاقات مطبوع على كل واحد منها بقعه حبر خمس منها ملون باللون الأبيض والأسود والخمس الأخرى بظلال من ألوان مختلفة تقدم بطاقات المفحوص واحدة بعد الأخرى ويطلب منه ان يصف الشكل الذي يراه وما يذكره به هذا الشكل دون قيود تفرض على إجاباته وتسجل الأجوبة حرفيا مع الزمن وأي انفعالات أخرى مصاحبة للإجابة ويحتاج هذا الاختبار إلى خبره أخصائي في تأويل وتحديد الإجابات.

هـ . اختبارات تفهم الموضوع: يتكون من عشرين بطاقة تحمل كل واحد منها صورة غير ملونة لأناس وأشياء مختلفة وتكلف المفحوص بان يروي قصة مما يراه في الصورة بحيث تتضمن هذه القصة كل ما هو دار في الصورة وان تصف مشاعر الناس فيها وكيفيته ونوع الحادث.

و . قوائم تكملة الجمل: يعطي المفحوص قائمة مطبوعة من الجمل الناقصة ويطلب إليه ان يبني كل جملة بحيث تعطي معنا مفيداً. بحيث ينتهي من الإجابات بأسرع مما يمكن وان يجيب بأول ما يدور في خاطره.

ز . المقابلات: ومنها المقابلات الحرة والمقابلة المقننة في الأولى تدور أحاديث عامة غير مقررة سلفاً حول موضوعات تساعد في إعطاء تقدير عام في الشخصية أما في الاختبارات المقننة فالأسئلة مدونة سلفاً بدقة وعناية ومن المهم في المقابلات تامين جو من الود والثقة يدفع المفحوص للروح بحقيقة مشاعره وآراءه وقدراته وتعد المقابلات الشخصية من أفضل وسائل تقييم الشخصية إذا استمت إرادتها وكان الفاحص خبيراً في مجال عمله.

نظريات الشخصية:

١ . نظرية فرويد في الشخصية (التحليل النفسي) : تتكون الشخصية وفقاً لنظرية فرويد من ثلاث مكونات : (الهو Id والانا Ego والانا العليا super Ego) الفوضى والوعاء الذي يتضمن الإثارات الهائجة والحوافز التي ليس لها حسا خلقي بل يحكمها مبدأ اللذة وهي تضغط باستمرار طلباً للإشباع المباشر للحوافز ، ولخفض التوتر غالباً ما يستخدم الهو العملية الأولية للتفكير وهي صور شيء مرغوب ارتبط سابقاً بإشباع الحافز ، وتعد أحلام الليل والهلوسة أوضح مثال على عملية التفكير الأولية ويمكن اعتبارها رغبات على هيئة صوت لا يمكن تمييزها من الواقع .

وتبرز الأنا وفقاً لرأي فرويد خلال نمو الأطفال لتتحكم في تعاملاتهم اليومية مع البيئة أثناء تعلمهم أن هناك حقيقة منفصلة عن حاجاتهم ورغباتهم ولقد كانت الهو جزء من الأنا الذي عدل بسبب قربه من العالم الخارجي والانا لا يشبه الهو فهو مضبوط وواقعي ومنطقي ويعمل على تأجيل إشباع رغبات الهو متى واجهه موقف أو موضوع مناسب كما انه يستخدم عملية التفكير الثانوية في خلق أساليب واقعية لإشباع حوافز الهو .

وتتكون الأنا العليا من الأنا عندما يتقمص الأطفال الصغار والديهم ويستوعبون قيودهم وقيمهم وعاداتهم فهو شعوري في جوهره وعلى الرغم من انه احد اجزاء الشخصية الا انه يعمل مستقلا تماما فهو يجاهد من اجل الكمال والمثالية .

٢. نظرية الذات لكارل روجرز : لقد حاول كارل روجرز مساعدة الناس في التغلب على مشكلات الحياة ، وقد عرف روجرز الذات أو مفهوم الذات على أنه نموذج منظم متسق من الخصائص المدركة للانا ولقد أدرك روجرز ان الطفولة وقت حرج لنمو الشخصية تماما مثلما فعلت النظريات النفسية الدينامية ، فهو يركز على تأثيرات العلاقات الاجتماعية المبكرة ويحتاج كل فرد ان يحصل من الآخرين على الاعتبار الايجابي والدفء العاطفي والقبول فأطفال في راي روجرز سوف يعملون أي شيء للإشباع هذه الحاجة ولكي يحصل الأطفال على قبول الوالدين عادة ما ينكرون إدراكا تههم الخاصة وانفعالاتهم وإحساساتهم وكذلك أفكارهم .

وعلى الرغم من ان روجرز يعرف ان الوراثة والبيئة تحددان الشخصية فإنه يركز على الحدود التي تضعها الذات والتي يمكن ان تمتد عادتا فانه يعتقد انه لدفع عملية النمو يجب ان يتقبل الآخرين في البيئة كل جوانب الفرد ويقيمونه ويعتبرونه بدرجة عالية وفي هذه الظروف يبدأ الناس في تقبل أنفسهم ويصبحون منفتحين على خبراتهم الخاصة ويتحركون في اتجاه تحقيق الذات .

٣. نظرية السمات لريموند كاتل: بدا ريموند كاتل في تحديد وقياس المكونات الاساسية للشخصية في الثلاثينات من هذا القرن وقد جمع هو وزملاءه حوالي ثمانية الاف كلمة انجليزية تستخدم في وصف الناس وتم تخفيض هذا العدد إلى مائتي مفردة بعد حذف التعبيرات المتداخلة.

والسمات نتاج التعلم مع انها تنشأ من اساس وراثي وتهدب وتصلل خلال تدريب الطفل في البيت والمدرسة، ولقد استخدم عالم النفس كاتل الاسلوب الرياضي المعروف بالتحليل العاملي وقد أمكن تحديد ستة عشر مجموعة وضعت لها عناوين حيث ابدت الاختبارات الموضوعية ان هذه السمات تمثل ابعادا اساسية للشخصية حيث عرفت بالسمات المصدرية وقد اعتبرت مصدرا لكثير من السمات السطحية أو الظاهرية .

فالسمة التي تتحدد عند احد النهايتين (بالسيطرة) وعند الطرف الاخر (بالخضوع) تعد مسؤولة عن السمتين الظاهرتين (الثقة بالنفس) و(التباهي).

٤.نظرية سكرن: يرتبط سكرن في الشخصية برأي يسمى السلوكية المتطرفة، فالشخصية في رايه عبارة عن وهم أو خيال في جوهرها، فالناس يرون ماي فعلونه ويستنتجون الخصائص المضمره (الدوافع، السمات، القدرات) الموجودة اصلا في ذهن صاحبها.

فعندما نقول ان الإنسان يأكل لأنه جائع أو يحارب بسبب غريزة حب القتال أو يسلك طريقة لامعة بسبب ذكاءه، فانه يبدو في هذه الحالات نشير إلى الأسباب، إن ممارسة تفسير عبارة معينة بلغة اخرى عملية خطيرة لأنها تعني اننا وجدنا السبب ولهذا لسنا في حاجة إلى بحث اخر، ويعتقد سكرن ان السلوك يمكن تفسيره بالعوامل الوراثية والعوامل البيئية، وهو يؤكد على إضافة مبادئ الاشتراط البسيط مثل (التعزيز، والانطفاء، والتمييز).

والخلاصة ان سكرن يدرك السلوك على انه شيء خاص بموقف معين أو خاص بالموقف وعلى أصحاب نظريات الشخصية ان يؤكدوا على ما يفعله الناس في حالات معينة وليست الحالات الداخلية مثل المشاعر والتي يعتبرها نتائج السلوك.



وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ الْعَالِيِّ وَالْبَحْثِ الْعِلْمِيِّ
جَامِعَةُ الْاَنْبَارِ

كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسة الاولى – البكالوريوس

المرحلة : الاولى

تدريسي المادة: ا.م.د. صافي عمال صالح

اسم المادة : علم النفس العام

حزيران ٢٠٢٠

المحاضرة الخامسة عشر الصحة النفسية (Psychological Health)

اعداد

١.٥.٠٠٠ صافي عمال صالح

الصحة النفسية

توجد عدة محاولات تهدف إلى التعريف بمعنى الصحة النفسية، إذ يذهب القسم الأول من تلك المحاولات إلى النظر للصحة النفسية من حيث الخلو أو البراء من أعراض المرض النفسي أو العقلي، ولل فرد الذي لا يعاني من اضطرابات نفسية معينة. وتتزع الفئة الثانية من التعريفات إلى الجانب الإيجابي إذ أنها تبدو في مجموعة الشروط التي تحيط بالوظائف النفسية التي تنطوي عليها الشخصية، وهي تتفق كذلك في القوال في أن الصحة النفسية مثل أعلى يسعى كلنا نحوه، وقل منا من يصل إليه في كل ساعة من ساعات حياتنا.

ولكن هذه التعريفات تختلف من الحديث عن الشروط التي تظهر فيها الصحة النفسية، والتي يعبر وجودها عن درجة مناسبة من توافر الصحة النفسية فثمة من يرى أن الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة هو الشخص الذي يحقق ذاته، أو أنها ما يبدو في موقف الإنسان أمام الضغط النفسي أو الشعور بالتوتر وكيفية استجابته له. وقد عرف اغلش (١٦٥٨) الصحة النفسية بأنها حالة من القدرة على التحمل التي تجعل الفرد قادراً على التكيف الجيد والاستمتاع بالحياة واحراز تحقيق الذات ، فهي حالة إيجابية لا مجرد غياب المرض النفسي.

وسائل تحقيق الصحة النفسية :

تعد نظرية ماسلو (Maslow) الأكثر شمولاً فيما يتعلق بشخصية الإنسان الراشد المتمتع

بصحة نفسية، وقد انطلق ماسلو من عدة مسلمات اساسية وهي :

١. الإنسان خير في طبعة واي مظهر غير ذلك هو حالة طارئة .

٢. الإنسان حر في اختيار سلوكه وقرارته .

٣. الإنسان يسعى دائماً نحو النمو باتجاه افضل .

٤. الإنسان يملك خبرات خاصة به ويدركها وفق طريقته الخاصة .

ويرى (Maslow) ان صحة الفرد النفسية لا تتحقق بصورة كاملة مالم يتوافر للفرد شروط

تسمح للطبيعة الإنسانية ان تأخذ مداها، وتتحقق الصحة النفسية لدى (Maslow) اذا حقق

الفرد هذه الحاجات بصورة سوية ومن المؤشرات على ذلك ان يكون لدى الفرد :

١. ادراك جيد للواقع

٢. الشعور بالأمن النفسي .

٣. قبول للذات وللآخرين .

٤. ارادة حرة يحدد عن طريقها اسلوب حياته .

٥. قدر جيد من الاستقلالية .

٦. بعد انساني بحيث يتفهم ويتعاطف مع الآخرين .

٧. التزام بالقيم والمثل العليا التي يؤمن بها .

تعريفات هامة :

الصحة النفسية:

هي حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافق نفسياً- شخصياً، انفعالياً اجتماعياً أي مع نفسه

ومع البيئة - ويشعر بها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستقلال

قدراته وإمكانياته إلى الحد الأقصى ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته

متكاملة سوية ويكون سلوكه عادياً بحيث يعيش في سلامة وسلام.

المرض النفسي: انه اضطراب وظيفي في الشخصية نفسي المنشأ يبدو في صورة أعراض نفسية

وجسمية مختلفة ويؤثر في سلوك الفرد فيعوق توافقه النفسي ويعوقه عن ممارسة حياة سوية في

المجتمع الذي يعيش فيه.

الشخص السوي: هو الشخص الذي يتطابق سلوكه مع سلوك الشخص العادي في تفكيره ومشاعره ونشاطه ويكون سعيد أو متوافقاً شخصياً وانهالياً واجتماعياً.

الشخص اللاسوي: هو الشخص الذي ينحرف سلوكه عن سلوك الشخص العادي في تفكيره ومشاعره ونشاطه ويكون غير سعيد وغير متوافق شخصياً وانهالياً واجتماعياً.

❖ معايير الصحة النفسية: يعتبر السلوك سوياً أو غير سوي حسب المعايير الآتية:

١. المعيار الذاتي: حيث يتخذ الفرد من ذاته - نفسه - إطاراً مرجعياً يرجع إليه في الحكم على السلوك بالسوي أو اللاسوي.

٢. المعيار الاجتماعي: حيث يتخذ من مسايرة المعايير الاجتماعية أساساً للحكم على السلوك السوي أو غير سوي. فالسلوك السوي هنا هو التوافق الاجتماعي أما السلوك اللاسوي هو عدم التوافق الاجتماعي.

٣. المعيار الإحصائي: حيث يتخذ المتوسط أو المنوال أو الشائع معياراً للسوي واللاسوي حيث يمثل السلوك السوي المتوسط أما السلوك الغير سوي فهو الانحراف عن هذا المتوسط للزائد أو الناقص.

❖ خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية:

تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بعدد من الخصائص تميزها عن الشخصية المريضة وفيما يلي أهم هذه الخصائص:

١. التوافق: ودلائل ذلك التوافق الشخصي الذي يتضمن الرضا عن النفس والتوافق الاجتماعي ويشمل بالتوافق الأسري والمدرسي والمهني والتوافق الاجتماعي بمعناه الواسع.

٢. الشعور بالسعادة مع النفس: وهي استقلال سلطة الحياة اليومية والاستفادة منها في إشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة والتسامح نحو الذات واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها.

٣. الشعور بالسعادة مع الآخرين: وهي حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم والتسامح نحو الآخرين - التكامل الاجتماعي - والقدرة على إقامة علاقات سليمة وقائمة.

٤. تحقيق الذات واستقلال القدرات: وهو الفهم النفسي والتقييم الواقعي والموضوعي بقدرات الفرد وإمكاناته وطاقاته وتقبل نحو ؟؟؟؟؟ القصور والفروق الفردية وتقديرات الذات حق تقديرها

واستقلال القدرات والطاقات إلى حد أقصى ممكن وبذل الجهد بالعمل والشعور بالنجاح والرضا عنه.

٥. القدرة على مواجهة متطلبات الحياة والنظرة السليمة والموضوعية للحياة ومطالبها ومشكلاتها اليومية والقدرة على مواجهة الاحباطات اليومية وتحمل مسؤولية السلوك الشخصي والسيطرة على الفروق البيئية والتوافق معها.

٦. التكامل النفسي: الأداء الوظيفي الكامل المتناسق مع الشخصية جسماً وعقلياً وانهجياً واجتماعياً.

٧. السلوك العادي: ويعني ذلك السلوك السوي العادي المعتدل والمألوف من غالبية الناس العاديين والقدرة على التحكم في الذات وضبط النفس.

٨. العيش في سلامة وسلام: وهو التمتع بالصحة النفسية والجسمية والاجتماعية والإقبال على الحياة والتحقيق بالمستقبل بثقة وأمل.

❖ تصنيف الاضطرابات النفسية:

يثير أي اضطراب في السلوك تساؤلات عديدة حول أسباب والظروف التي تحيط به وتاريخه والعلاج الذي يمكن ان يشفيه وما إذا كان الناس المحيطين بالمريض يوافقون على طبيعة الاضطرابات وحدته وعمق إصابته الفردية، وقد أخذ العاملون في حقل علم النفس العيادي - السريري- والطب النفسي يحلون عن التصنيفات السابقة بصعوبة وضع الحدود أحياناً بين أعراض فئتين واسعتين من الاضطرابات كما كان يصنف سابقاً هما العصاب والذهان فالقلق الشديد مثلاً قد يكون عرضاً لعصاب وقد يكون عرضاً للشخصية السوداوية لهو انقسام كما كان يتقدم الطب النفسي والكشف عن أمراض نفسية جديدة اثر في هذا التوجه وأصبحت مصادر علم النفس تنزع نحو التصنيف الوارد في الدليل الشخصي والإحصائي للاضطرابات العقلية وقد أورد هذا الدليل حوالي (٢٣٠) نوعاً، من الاضطرابات النفسية موزعة على (١٧) فقرة أو صنف وهي كما يأتي:

١. الاضطرابات التي تظهر في الطفولة أو المراهقة مثل اضطرابات التعلم.

٢. الهذاء والعتة وفقد الذاكرة وغير ذلك من الاضطرابات مثل الزهايمر.

٣. الاضطرابات الناتجة عن حالة طبية عامة مثل الاضطراب الذهاني الناتج عن الصرع.

٤. الاضطرابات المتعلقة بالمخدرات كالإدمان على الكحول والكوكايين.

٥. الاضطرابات الذهانية مثل الانفصام والهلوسة.
٦. اضطرابات المزاج مثل اضطراب المزاج الرئيسي والهوس اللاهتياجي.
٧. اضطرابات القلق مثل الرهاق - الخوف المرضي - والوسواس القهري والقلق العام.
٨. الاضطرابات الجسمية التحولية مثل الاضطراب التحولي والعمى النفسي.
٩. اضطرابات الهوس مثل الهوس المصحوب بأعراض جسمية.
١٠. اضطرابات الهوية الجنسية مثل اضطراب الرغبة الجنسية العارمة.
١١. الاضطرابات التفكيرية مثل اضطراب تفكك الذات وازدواج الشخصية.
١٢. اضطراب الأكل مثل فقد الشهية للطعام والشهه العصبي.
١٣. اضطرابات النوم مثل الأرق الدائم والهلع الليلي.
١٤. اضطرابات ضبط الاندفاع مثل هوس السرقة والمقامرة المرضية.
١٥. اضطرابات التكيف المصحوب بالطبع الاكتئابى.
١٦. اضطرابات الشخصية مثل اضطراب الشخصية الاجتماعية النرجسية.
١٧. التخلف العقلي مثل العجز عن إعادة الذات.