مقدمة في علم النفس :

إن الأنسان يعيش في بيئة من الناس والأشياء وهو يسعى فيها ويكد للظفر بطعامه ومأواه ولأرضاء حاجاته المادية والمعنوية وهو في سعيه هذا يلقى موانع وعقبات ومشاكل مادية وأجتماعية مختلفة ويجد نفسه مضطرا الى التوفيق بين مطالبه وأمكانات البيئة والى تعديل سلوكه حتى يتلائم مع ما يعرض له من ظروف وأحداث ومواقف جديدة وذلك عن طريق التفكير والتقدير وأستخدام ذكائه أو تعلم طرق جديدة للسلوك يستعين بها على حل مايلقاه من مشكلات.

كما يجد نفسه مضطرا لما تفرضه عليه البيئة وخاصة الأجتماعية من قيود وألتزامات بل إنه يرى نفسه في كثير من الأحيان مرغما على أن يصبر ويتحمل الألم أو يلجأ الى أساليب وحيل ملتوية من أجل إرضاء حاجاته ومطالبه ويكون في ذلك معرضا للرضا والسخط والغضب والخوف والحب والكره والأقدام والأحجام والنجاح والأخفاق وهو في تفاعله هذا يتأثر وينفعل بشتى الأنفعالات ويرغب ويفكر ويصمم وينفذ ويتعلم كما أنه يعبر عن أفكاره ومشاعره باللفظ مرة وبالحركة أخرى ويحاول أنواعا مختلفة من السلوك ...

كل هذه الأوجه المختلفة من النشاط العقلي والأنفعالي والجسمي والحركي التي تبدو في تعامل الأنسان مع بيئته وتفاعله معها والتي تعكس تأثيره فيها وتأثره بها هي موضوع دراسة علم النفس فهو يبحث في كل مايفعله الأنسان ويقوله أي كل ما يصدر عنه من سلوك حركي أو لفظي كالمشي والكلام والكتابة والهرب.

وكذلك كل مايصدر عن الأنسان من نشاط عقلي كالأدراك والتذكر والتخيل والتفكير والتعلم والأبتكار وكل ما يستشعره من تأثرات وجدانية وأنفعالية كالأحساس بالألم والشعور بالضيق أو الأرتياح وكل ما يميل إليه أو يريده أو يرغب فيه أو ينفر منه.

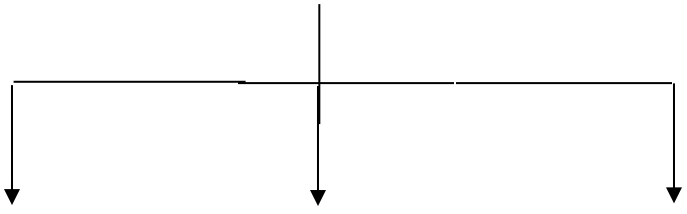
مفهوم علم النفس (Psychology)

علم النفس هو العلم الذي يدرس السلوك سواءً كان هذا السلوك ظاهراً أو باطناً فهو يدرس السلوك الظاهر كالأفعال التي يقوم بها الفرد، والسلوك الباطن كالتفكير والتخيل والتذكر. وعلم النفس الحديث بدأ مع إنشاء أول مختبر لعلم النفس التجريبي في ألمانيا على يد فونت عام (1879) وأصبح علماً له موضوعه ومنهجه القائم على التجربة مما أدى إلى إحداث تطور كبير في مسيرة هذا العلم فظهرت مدارس عديدة في العالم نذكر منها المدرسة السلوكية ويمثلها واطسن ومدرسة التحليل النفسي ويمثلها فرويد ومدرسة الجشطلت ويمثلها فيرتهيمر. وينقسم علم النفس إلى فروع كثيرة نذكر منها، علم النفس العام، وعلم النفس الفسيولوجي وعلم النفس التربوي وعلم نفس النمو وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس العسكري، وعلم النفس الجنائي وعلم النفس المهني .

تعريف علم النفس : هو العلم الذي يدرس سلوك الأفراد و ما وراءه من دوافع و عمليات عقلية دراسة علمية ليكشف عن القوانين التي تفسر هذا السلوك للتنبؤ بأشكاله و توجيهه.

و يقصد بالسلوك: جميع أوجه النشاط و الاستجابات التي تصدر عن الكائن الحي نتيجة تفاعله مع البيئة المحيطة به سواء كان نشاطاً حركياً أو عقليا أو حالات انفعالية.

فالسلوك له ثلاث جوانب رئيسية



الجانب المعرفي(عقلي) الجانب الحركي الجانب الانفعالي

الجانب المعرفي : يتناول الإدراك – التمييز – التصور – التخيل (الإدراك بأنك جالس في المحاضرة – تفكر في المستقبل– تمييز الطفل بين الأشخاص الغرباء ووالديه – التمييز بين الساخن والحار) .

الجانب الحركي: مثل الاستجابات الحركية (ضرب الباب – فتح الباب – الاستجابة لإشارات المرور – الكتابة على الآلة الكاتبة – ركوب السيارة).

الجانب الانفعالي: وهو الحالة الانفعالية المصاحبة للسلوك (ضحك – فرح حزن – غضب– كره – حُب).

ان دراسة السلوك دراسة علمية دقيقة جعلت الانسان محورا للاهتمام , لذلك فالهدف من دراسة السلوك زيادة رفاهية الانسان وزيادة انسانيته مماجعل لعلم النفس مهما للفرد في كل ادواره.

اهداف علم النفس:

أ- فهم السلوك وتفسيره :

قد يبدو أن الهدف الأول لعلم النفس هو جمع وقائع وصياغة مبادئ هامة وقوانين يمكن بها فهم السلوك الإنساني وتفسيره ، لأن هذا يساعدنا علي فهم أنفسنا وفهم من نتعامل معهم من الناس وذلك عن طريق :

1- فهم الدوافع الحقيقية التي تحركنا وتحرك غيرنا من الناس .

2- فهم نواحي القوة والضعف في شخصياتنا وما لدينا من إمكانيات واستعدادات.

3- معرفة أسباب ما يبدو في سلوكنا أو سلوك غيرنا من انحراف ، حتى نحاول تعديل السلوك بما يجعلنا أكثر تسامحاً وسعادة وإنتاجا.

4- الكشف عن العوامل التي تفسد تفكيرنا أو تعطل عملية التعلم لدينا أو تميل بنا إلي شرود الذهن المستمر أو تجعلنا ننسي كثيراً مما حصلناه ووعيناه.

ب- التنبؤ بما سيكون عليه السلوك :

إن فهم ظاهرة ما ومعرفة أسبابها وخصائصها يساعد كثيراً على التنبؤ بحدوثها وعلى ضبطها والتحكم فيها، فإذا عرفنا مثلاً أن التربية وأساليب التنشئة الخاطئة والظروف الصعبة في مرحلة الطفولة تمهد الطريق لإصابة الطفل بمرض نفسي في المراحل اللاحقة من حياته ، وبذلك فإننا قد استطعنا أن نتنبأ بالمصير النفسي للطفل الذي نشأ على هذه التربية ، فنبتعد عن مثل هذه التربية القاسية في تنشئة أطفالنا .

مثال آخر إذا عرفنا استعداد فرد لمهنة معينة وعدم استعداده لأخرى ، أو استعداد طالب لدراسة معينة وعدم استعداده لأخرى أمكن لنا ذلك إلى حد بعيد أن نجنبه الفشل من إقحامه في مهنة أو دراسة ليس مؤهلاً لها.

والواقع أن التنبؤ بالسلوك الإنساني أمر بالغ الصعوبة، وذلك لتعدد العوامل والدوافع التي تنشطه وتوجهه وتعديله ، لذا كانت تنبؤات عالم النفس كتنبؤات عالم الأرصاد الجوية عرضة لقدر من الخطأ يفوق ما يحدث في بعض العلوم المضبوطة غير أن هذا لا يذهب بقيمة وفائدة .التنبؤ في علم النفس

ج- ضبط السلوك والتحكم فيه وتعديله وتحسينه :

إذا عرفنا الدوافع التي تحركنا إزاء أصدقائنا وزملائنا وأولادنا ، قد نستطيع أن نتحكم في سلوكنا محاولين ضبطه والتحكم فيه بتعديله وتحريره وتحسينه ، حتى يكون سلوكاً حميداً يكاد يرضي عنه الجميع ،وفي الواقع نجد الإنسان كلما ازداد علمه وفهمه قل خطؤه واستطاع أن يتهيأ للمستقبل بشكل صحيح

مدارس علم النفس المعاصرة :

1. المدرسة السلوكية :

أسسها واطسن وهو امريكي الجنسية وهي مدرسة تنظر الى الأنسان أنه أشبه بالآلة الميكانيكية المعقدة وترى أن البيئة هي المسؤول الوحيد عن تشكيل سلوك الفرد إذ ان الفرد يكتسب كل سلوكه من البيئة التي ينشأ فيها وتهمل دور الوراثة واستعدادات الفرد الموروثة ومالها من دور كبير في سلوكه فليست هناك غرائز أو ذكاء و الذي فسرته هذه المدرسة أن السلوك هو مجموعة معقدة من عادات يكتسبها الفرد أثناء حياته.

ويتفق السلوكيين الأوائل علي المعتقدات الآتية :

1- يجب أن يدرس علماء النفس الأحداث البيئية (المثيرات) والسلوك الملاحظ (الاستجابات)

2- تأثير الخبرة أكثر من الوراثة في السلوك

3- يجب التخلي عن الاستيطان واستخدام التجريب والملاحظة والقياس

4- يجب أن يهدف علم النفس إلي وصف السلوك وتفسيرة والتنبؤ به وضبطه وتولي المهام العلمية مثل نصح وإرشاد الوالدين والمعلمين ورجال الأعمال

2. مدرسة التحليل النفسي :

تعتبر مدرسة التحليل النفسي من أقدم مدارس علم النفس وأكثرها شيوعاً وتأثيراً في العلم وفي غيره من علوم الإنسان حتي الآن . بل أن تأثيرها قد أمتد ليشمل الفن والأدب والطب والفلسفة والاجتماع والتربية منذ بدء انتشار أفكارها في أوائل القرن العشرين وحتي الآن .

ويعتبر عالم النفس النمساوي سيجمون فرويد صاحب الفضل في انشاء هذه المدرسة ،

وتركز مدرسة التحليل النفسي علي :

1- الجانب اللاشعوري له أثر في تفسير السلوك

2- أن طفولة الفرد تؤثر تأثيراً كبيراً عليه بعد أن يصبح انساناً بالغاً وأن ظروف هذه الطفولة

قد تكون سبباً في العديد من الأمراض النفسية

3- أن الأهتمام بدراسة الشخصية يجب أن يشمل الشخصيات المرضية والشخصيات السوية

4- امكانية تطبيق المنهج العلمي في تفسير الأحلام

3. مدرسة الجشطلت :

ظهرت سيكولوجية الجشطلت في ألمانيا حوالي عام ١٩١٢ على يد جماعة برلين: وماكس فيرتهايمر (١٨٨٠ – 1943) وزميليه، (كيرت كوفكا) (١٨٨٦ – ١٩٤١) و(ولفجانج كوهلر) (١٨٨٧ – ١٩٦٧). والجشطلت كلمة ألمانية تعني الصيغة الكلية أو الشكل أو النمط، وقد استمد الاسم من دراسات معينة على الإدراك البصري للشكل المكان مع أنه استخدم قبل ذلك في مجال الموسيقى. وتتناول مدرسة الجشطلت الظواهر النفسية باعتبارها وحدات أولية كلية تبع سلوكاً منظماً، وليس على نحو اعتباطي أو مكونة من عناصر غير مركبة، كما ترى أن الكل أكبر من مجموع أجزائه، وأن تحليل الكل إلى أجزائه يفسده، ويفقده مضمونه الفريد. ولذلك يجب أن يركز علماء النفس اهتمامهم على (التراكيب الكلية). فإذا نظرنا إلى (مربع)، فإن الشكل الكلي هو الذي يجعل المربع يبدو مربعا، وليس الأجزاء، لأن المربع أكثر من كونه أربعة خطوط سوداء، أنه أربعة خطوط سوداء ذات علاقات خاصة بعضها ببعض.
و(المربعية) تعتمد في الحقيقة على (العلاقة) وليس الخطوط، فإن أربع نقط يمكنها أيضا أن تصنع مربعا، بالطريقة ذاتها مثل أربعة خطوط حمراء. وهذا هو معنى أن الكل مختلف عن مجموع أجزائه، لأن الكل يتكون من أجزاء ذات (علاقات) معينة .

4- المدرسة المعرفية:

أهم ممثليها جان بياجيه ويرى أصحاب هذه المدرسة أن على عالم النفس أن يهتم بالعمليات المعرفية كالذكاء ، و هي جوانب من السلوك لا تخضع للملاحظة المباشرة لكنها تلعب دوراً

واضحاً في توجيه السلوك والشخصية و التعلم و يرى بياجيه أن تأثير البيئة على الإنسان يقوم بمدى وعيه بها و لهذا يتغير إدراك البيئة لدى الشخص بتغير نموه .

5- المدرسة الإنسانية :

أهم ممثليها ماسلو وترى هذه المدرسة أن الإنسان بطبيعته مدفوع لفعل الخير و أنه ينطوي على دافع رئيسي للنمو و الارتقاء و تحقيق الذات – و لهذا يرى علماء الاتجاه الإنساني أن وظيفة عالم النفس هي أن يكتشف في كل إنسان حقيقته و إعانته على تحقيقها من خلال التوجيه و الإرشاد.

ومن خلال هذا الأستعراض الموجز لهذه المدارس نجد أن هناك عوامل كثيرة

تشترك فيها هذه المدارس من ذلك أنها تدرس سلوك الأنسان كما أنها تستخدم المنهج التجريبي في البحث وهذا من شأنه أن يقارب بين نتائجها ويقارب بين وجهات نظرها.

فروع علم النفس و ميادينه

لاتساع علم النفس وتعدد وسائله أضطر أصحابه إلى التخصص في جوانب :

فرعية نظرية : لتفسر سلوك الإنسان

فروع تطبيقية : لحل المشكلات التي تواجه الإنسان .

الميادين النظرية :

1 – علم النفس العام :

يعتبر علم النفس العام بمثابة المصدر الرئيس الذى تتفرع منه الميادين التخصصية في مجال علم النفس، ولذلك لابد لكل إنسان يرغب في دراسة علم النفس أن يبتدىء أولاً بدراسة علم النفس العام قبل دراسة الفروع الأخرى التى تعتبر أكثر تقدمًا وتخصصًا من علم النفس العام .

– يركز علم النفس العام على دراسة المبادئ العامة لسلوك الإنسان الراشد السوي (أي يستخلص الأسس العامة للسلوك الإنساني ويصرف النظر عن الحالات الخاصة) مثل دراسة الدوافع والانفعالات والذكاء ....

– يدرس أساليب البحث ووسائل جمع المعلومات في علم النفس وكذلك مدارس علم النفس التي حاولت تفسير السلوك .

2 – علم النفس الفسيولوجي :

يتناول علم النفس الفسيولوجى الموضوعات ذات الصلة بوظائف الأعضاء، وخاصةً تلك الوظائف التى تؤثر في السلوك الإنسانى، كالجهاز العصبى وتركيبه والوظائف التى يقوم بها، فهو الجهاز الذى يصل الإنسان بالعالم الخارجى .

ولذلك يتناول علم النفس الفسيولوجى الجهاز العصبى وأعضاء الحس، والغدد الصماء وصلتها بأفكارنا الحياتية، فهو يحاول مثلاً أن يحدد كيف يحدث الإحساس؟، وكيف ينتقل التيار العصبى في الأعصاب؟، وكيف يسيطر المخ على الشعور والسلوك؟

وهو يدرس الوظائف المختلفة للغدد الصماء، وكيفية تأثيرها في السلوك؟

كذلك يدرس الأساس الفسيولوجى للدوافع، وكيف يحدث إحساسنا بالجوع والعطش والرغبة الجنسية ... وغيرها من الدوافع الفسيولوجية .

ومن ضمن اختصاصاته علم النفس الفسيولوجى أيضًا تحديد المراكز المختلفة المكونة للمخ واختصاصات كل مركز، ومنها الإدراك السمعى والبصرى ومناطق التحكم في النشاط الحركى، وتلك التى تختص بالكلام، كما يشمل الانفعالات ومثيراتها ومظاهرها الفسيولوجية والبيولوجية .

3 – علم النفس الاجتماعي :

هو علم يقوم بالدراسة العلمية لسلوك الكائن الحى ككائن اجتماعى يعيش في مجتمع مع أقرانه يتفاعل معهم فيتأثر بهم ويؤثر فيهم – أى يتأثر بسلوكهم، ويؤثر في سلوكهم

– يدرس العلاقة بين الفرد والجماعة (مثل : التنشئة الاجتماعية – سيكولوجية الجماهير – تماسك الجماعة – الأدوار الاجتماعية – الدعاية – الرأي العام – الشائعات – القيادة) .

– يدرس الانحرافات والأمراض الاجتماعية .

4 – علم نفس النمو :

يهتم بدراسة مراحل النمو المختلفة أثناء الحمل وبعد الميلاد وفترة الرضاعة والفطام والطفولة المبكرة والوسطى والمتأخرة والبلوغ والمراهقة والشباب والرجولة والشيخوخة وأرذل العمر، وخصائص كل مرحلة عمرية، ومظاهر النمو من النواحى الجسمية والحركية والحسية والعقلية والنفسية والانفعالية والاجتماعية .

ويسمى البعض علم النفس النمو, بعلم النفس التكوينى, أى العلم الذى يدرس تطور العمليات النفسية أو نموها في مراحل العمر المتعاقبة, مستعينًا بالطريقة التكوينية

وعلم نفس النمو لا يهتم بعمليات النمو الجسمى فحسب، من حيث نمو العضلات واستطالة العظام، وطول الجسم، وزيادة وزنه، إنما يهتم بما يصاحب ذلك من نمو حشوى، ونمو فسيولوجى، ونمو في العمليات العقلية، ونمو في الإحساس والإدراك والانفعال ... الخ .

5 – علم النفس الفارق :

ويعرف أيضًا بسيكولوجية الفروق الفردية؛ ويهدف هذا العلم إلى دراسة الفروق الفردية والجماعية للسمات البشرية، وأسباب وأوجه الاتفاق والاختلاف بين البشر في الذكاء والشخصية والاستعدادات والمواهب الخاصة ... وغيرها

ويلاحظ أن علم النفس العام يكشف لنا الحقائق التى تبين كيف يتشابه الأفراد، بينما يكشف لنا علم النفس الفارق عن كيف يختلف الأفراد وإلى أى مدى يختلفون .

وعلم النفس الفارق يتصل اتصالاً وثيقًا بعلم النفس التجريبى من ناحية، وبالدراسات الأنثروبيولوجية من ناحية أخرى، أضف إلى ذلك علوم الأحياء والتشريح والفسيولوجيا بالنسبة للإنسان والحيوان .

6 – علم نفس الحيوان :

يهتم بدراسة الأسس النفسية العامة لسلوك الحيوان، ويقوم علماء النفس بدراسة سلوك الحيوان، لأنه من السهل إجراء التجارب العملية على الحيوان، بينما يصعب أو يستحيل في بعض الحالات إجراء مثل هذه التجارب على الإنسان .

فمن السهل مثلاً القيام باستئصال جزء من مخ الحيوان لمعرفة تأثير ذلك على سلوك الحيوان، بينما يكون من المستحيل إجراء مثل هذه التجربة على الإنسان.

وقد استطاع علماء النفس من خلال هذه التجارب أن يحددوا وظائف المخ، وأن يعينوا فيه مراكز خاصة للوظائف الحسية والحركية، كما ساعدت التجارب على الحيوان أيضًا دراسة الوراثة، ومعرفة علاقة الهرمونات بالسلوك .

7 – علم النفس المقارن :

يقارن سلوك الإنسان بالحيوان ،وسلوك الطفل بسلوك الراشد ،وسلوك الإنسان البدائي بسلوك المتحضر ،وسلوك الشخص السوي بسلوك الشاذ .

8 – علم نفس الشواذ :

يدرس سلوك فئات خاصة في المجتمع وينقسم إلى فرعين :

أ – علم نفس الموهوبين .

ب – علم النفس المرضي :يدرس الاضطرابات السلوكية وأسبابها وكيفية مواجهتها ومساعدة من يعانون منها ،سواء كانت انحرافات سلوكية (الجناح – السرقة) ،أو عصابية أي نفسية (القلق ،الهستريا ،الوساوس،توهم المرض) أو ذهانية أي عقلية (الفصام ،الهوس ،الاكتئاب ،البارانويا).

الميادين التطبيقية :

1 – علم النفس التربوي :

– يحتاج المعلم أن يلم بثلاثة أمور : المادة التي يدرسها ،ونفسية التلاميذ وعقلياتهم ،وكيفية أيصال المعلومات لهم.

– وعلم النفس التربوي يعنى بدراسة الخصائص الرئيسية لمراحل النمو ليستطيع المربون وضع المناهج الدراسية المناسبة لكل مرحلة .

– يعنى بدراسة المبادئ والشروط الأساسية للتعلم حتى يستطيع المربون إكساب التلاميذ المعلومات والعادات والاتجاهات السليمة .

– يراعي الفروق الفردية بين الطلاب في القدرات والميول .

– يهتم بحل المشكلات التعليمية ،ولا تكون الحلول سريعة وفورية لتعدد العوامل فيها وتغيرها .

– يعنى بإجراء التجارب لمعرفة أحسن المناهج التعليمية ،وهو في ذلك يستخدم المقاييس المختلفة للذكاء والقدرات العقلية والتحصيل الدراسي .

2 – علم النفس الصناعي :

– يطبق مبادئ علم النفس في مجال الصناعة لزيادة الكفاءة الانتاجية للعامل .

– يدرس أسباب التعب في الصناعة وأثرها في تقليل الإنتاج .

– يستخدم الاختبارات النفسية لاختيار أصلح العمال ووضعهم في المكان المناسب لاستعداداتهم العقلية والنفسية .

– يطبق مبادئ التعلم في برامج التدريب الصناعي .

– يدرس أسباب الحوادث ويحاول وضع أساليب لتقليلها .

– يدرس العلاقات الاجتماعية والمشكلات التي تحصل في العلاقات الاجتماعية في المصانع (حمزة:1992) .

3 – علم النفس التجاري :

– يهتم بدراسة دوافع الشراء وحاجات المستهلكين وتقدير اتجاهاتهم النفسية نحو المنتجات الموجودة، وذلك من خلال إجراء بعض الاستفتاءات والاختبارات .

– يبحث في سيكولوجية الإعلان، وتصميم الإعلان وتكوينه ونوعه وحجمه وموضوعه، وطرق التفاهم بين البائع والمشترى، هذا بالإضافة إلى ما يتسم به البائع من النشاط والتفاؤل وروح الفكاهة .

4 – علم النفس الجنائي :

يعرف بسيكولوجية الجريمة، وهو فرع تطبيقى من علم نفس الشواذ

– يدرس الدوافع الشعورية واللاشعورية التى تحفز على ارتكاب الجريمة ودوافعها، وأفضل الطرق لعلاجها مستخدمًا الأسلوب العلمى في العلاج .

– يدرس علم النفس الجنائى الإجرام في خطواته المختلفة بدايةً من اكتشاف الجريمة ومحاكمة المجرم ومعاملته منذ القبض عليه، انتهاءً بمدة عقوبته أو إصلاحه، ثم تتبعه عقب خروجه إلى المجتمع، ليندمج فيه كمواطن صالح .

5 – علم النفس القضائي.:

يدرس العوامل النفسية الشعورية واللاشعورية التى يحتمل أن يكون لها الأثر في جميع من يشتركون في الدعوى الجنائية: القاضى – المتهم – المحامى – الجمهور .

ولا يهتم بدراسة الدوافع التى أدت بالمتهم لارتكاب جريمته، بقدر ما يبحث في أقواله أمام القضاء، وحالته أثناء القبض عليه .

كما يبحث في أثر الرأى العام والصحافة والإذاعة، وما يتردد بين الناس من إشاعات في توجيه الدعوى .

6 – علم النفس العسكري أو الحربي :.

– يطبق مبادئ علم النفس في الجيش لزيادة كفاءة القوات المحاربة .

– يستخدم الاختبارات النفسية لاختيار أنسب الجنود وتوزيعهم على الوحدات بما يناسب قدراتهم واستعداداتهم

– يطبق مبادئ التعلم في برامج التدريب العسكري .

– يدرس المشكلات النفسية المتعلقة باستخدام الحواس في ميدان القتال حتى يستطيع الجنود توظيف حواسهم على أحسن وجه .

– يدرس سيكولوجية القيادة والروح المعنوية والدعاية والحرب النفسية .

– علاج وتأهيل الجنود بعد القتال من المصابين بصدمات نفسية أو تشوهات بدنية .

7 – 8 – علم النفس الإكلينيكي وعلم النفس الإرشادي :

<table>
<tr><td colspan="2">وجه الشبه بين علم النفس الإكلينيكي وعلم النفس الإرشادي</td></tr>
<tr><td colspan="2">يساعد على التوافق والحياة المطمئنة الخالية من المشكلات النفسية .
يقومون بثلاث وظائف :
1 – البحث
2 – التشخيص عن طريق المقابلة أو الاختبارات النفسية ..
3 – العلاج بوسائل متعددة تختلف عن وسائل الأطباء النفسيين فهم لا يستخدمون العقاقير ولا الجراحة ولا الصدمات الكهربائية</td></tr>
<tr><td>علم النفس الإرشادي</td><td>علم النفس الإكلينيكي</td></tr>
<tr><td>يهتم بالمشكلات التوافقية للأفراد الأسوياء وغالبا عند الصغار وأهم موضوعاته مشكلات التوافق التربوي والمهني والاجتماعي</td><td>يهتم بالمشكلات الأكثر حدة مثل الأمراض النفسية والتخلف العقلي ،وجنوح الأحداث والإدمان</td></tr>
</table>

الدوافع

إن هذا الموضوع من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وأثارة فصاحب العمل يهمه أن يعرف مالذي يدفع العمال إلى الأضراب بالرغم من كفاية الاجور وأعتدال ساعات العمل وكذلك المدرس يحتاج إلى معرفة دوافع تلاميذه ليتسنى له أن يستغلها في تحفيزهم على التعلم وكذلك لو تسائلنا عن سبب مجازفة خص معين بحياته لينقذ آخر؟ ولماذا يقضي العالم ساعات طويلة مبتعدا عن لذات الحياة ؟ وسبب تكريس شخص جهوده لجمع المال ولآخر لخدمة الفقراء والمحتاجين.

اوبشكل عام فأن معرفة الانسان دوافع غيره تساعده على إقامة علاقات جيدة مع الآخرين في حين أن الجهل بتلك الدوافع يكون مصدرا للكثير من المتاعب والمشاكل المختلفة ,لقد حدد علماء النفس مفهوم الدوافع بأنها تلك العوامل التي تنشط السلوك وتوجهه نحو هدف معين فمن المبادئ المقررة أن(لكل سلوك دافع). من كل ذلك نستطيع أن نعرف الدافع بأنه(حالة من الأثارة والتنبه داخل الكائن الحي تؤدي إلى سلوك باحث عن هدف بسبب حاجة ما تعمل على تحريك السلوك وتنشيطه وتوجيهه),علما أن مستوى الدافع يزداد كلما أصبح الهدف أكثر جاذبية والدافع مصطلح عام وشامل وتحوي اللغة ألفاظا كثيرة تحمل معنى الدافع مثل : الحافز ,الباعث ,الحاجة ,الرغبة,الميل.....الخ ويمكن وصف الدافع بالصورة الآتية :

مثير ← حالة توتر ← سلوك موجه ← غاية ترضي الدافع ← انتهاء السلوك

وظائف الدافع

هناك ثلاث وظائف اساسية للدافع هي:

1. تحريك وتنشيط السلوك بعد ان يكون في مرحلة من الاستقرار او الاتزان النسبي فالدوافع تحرك السلوك او تكون هي نفسها دلالات تنشط العضوية لارضاء بعض الحاجات الاساسية.

2. توجية السلوك نحو وجهة معينة دون اخرى فالدوافع بهذا المعنى انتقائية أي انها تساعد الفرد على انتقاء الوسائل لتحقيق الحاجات عن طريق وضعه على اتصال مع بعض المثيرات المهمة لبقائة .

3. المحافظة على استدامة تنشيط السلوك مادام بقيت الحاجة قائمة ، فالدوافع بما انها تحرك السلوك فانها في نفس الوقت تعمل على المحافظة عليه حتى يتم اشباع الحاجة.

قياس قوة الدافع:

يشير مصطلح الدافعية الى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من اجل اعادة التوازن. فالدافع بهذا المفهوم يشير الى نزعة للوصول الى هدف معين وهذا الهدف قد يكون ارضاء حاجات داخلية او رغبات داخلية.وعندما يكون الهدف خارجيا أي مرتبطا بالبيئة الخارجية يسمى الحوافز او الباعث فالطعام هو حافز او باعث لانه يشبع دافع الجوع فالدافعية اذن هي عبارة عن الحالات الداخلية للعضوية التي تحرك السلوك وتوجيهه نحو تحقيق هدف او غرض معين وتحافظ على استمراريته حتى يتحقق ذلك الهدف.

ويرتبط مع مفهوم الدافع والحاجة مفهوم اخر هو الاتزان الذي يشير الى نزعة الجسد العامة للحفاظ على بيئه داخلية ثابة نسبيا.ان حيد الظروف الداخلية عن وضع معين يشكل ملحوظ يؤدي الى حدوث توتر تسعى العضوية الى خفضه والعوده مره اخرى الى حاله التوازن وبهذا ينظر العلماء الذين يتنبئون وجهة النظر هذه الى السلوك الانساني على انه حلقة مستمره من التوتر وخفض التوتر فالجوع مثلا يمثل توتر ناجما عن تغيرات في كيمياء الدم وعن افرازات العصارات المختلفة ويولد الحاجة الى الطعام ويعمل اشباع دافع الجوع على نقص هذا التوتر الذي لا يلبث ان يعود بعد فترة معينة.

انواع الدوافع:

ويمكن تصنيف الدوافع إلى نوعين فطرية ومكتسبة :

1- الدوافع الفطرية :هي التي تنتقل عن طريق الوراثة ولايحتاج الفرد الى تعلمها أو أكتسابها عن طريق النشاط التلقائي للفرد أو عن طريق الخبرة والممارسة والتدريب .

ومن ميزاته : ظهوره منذ الولادة وعام ومشترك بين أفراد النوع الواحد وثبات هدفه الطبيعي أي أنه يكون مقرره في فطرته مثل بناء العش عند الطيور وهجرة الأسماك وأدخار الطعام عند النمل .

من ذلك يتبين أن الدافع الفطري هو ما كانت مثيراته فطرية وهدفه فطري ويعد ثبات الهدف من أهم العلامات التي تميزالدافع الفطري حتى أننا نستطيع تعريف الدافع الفطري بأنه كل مايدفع الفرد إنسانا كان أم حيوانا إلى إلتماس أهداف طبيعية موروثة أي مقررة من قبل في فطرته مغروزة في جهازه العصبي لذا تسمى الدوافع الفطرية بالغرائز.

.

2- الدوافع المكتسبة : يمكن أن تصنف هذه الدوافع إلى ثلاثة أصناف :

الاول يكتسبه الانسان من خبراته اليومية وتفاعله الاجتماعي مهما أختلفت الحضارة التي ينتمي إليها مثل الدافع الاجتماعي وهذه هي الدوافع الاجتماعية المشتركة العامة مثل ميل الانسان إلى العيش في جماعات وإلى الاجتماع ببني جنسه والاشتراك معهم في أوج نشاطاتهم كذلك كان يعتقد الى عهد قريب أن الأنسان يرث ميلا فطريا الى محاكاة أفعال غيره من الناس وحركاتهم بطريقة مقصودة أو غير مقصودة فالمحاكاة شائعة بين الأطفال والكبار بين الأفراد والأمم غير أن كثيرا من العلماء اليوم يميلون الى أعتبارها دافعا مكتسبا يتعلمه الأنسان لأنه يرى أن من صالحه أن يتعلمه.

الثاني هي الدوافع الاجتماعية الحضارية وهي دوافع تنميها بعض الحضارات وتعمل على تدعيمها في حين لاتشجع ظهوره حضارات أخرى كدافع السيطرة وحب التملك والعدوان وكانت هذه الدوافع إلى عهد قريب تعد في قائمة الغرائز أي أنها مشتركة بين جميع الناس في كل سلالة وكل عصر حتى أثبتت البحوث أن هذه الدوافع لاوجود لها في كثير من المجتمعات البدائية وهو يبدو في ميل الأنسان الى العيش في جماعات والأشتراك مع بني جنسه في نشاطاتهم المختلفة وكان العلماء يرون أنه دافع فطري وأن الأنسان أجتماعي بطبعه.

غير أن الكثير من العلماء اليوم يميلون الى عده مكتسبا وان السبب في أنتشاره بين الناس جميعا على أختلاف حضاراتهم وبيئاتهم يكمن في الفطرة مع أن هناك رأي آخر يقول بأن هذا الدافع مكتسب على أساس أن الأنسان في كل زمان ومكان يولد ضعيفا عاجزا تتوقف حياته على من حوله فهو يعتمد على والديه في طفولته لتلبية حاجاته المختلفة وهو يشعر بالألم والوحدة والوحشة إن ترك وحده.

وكلما تقدم بالعمر زادت ثقته بأن نموه وأمنه وسعادته مرهونة بعلاقاته الأجتماعية وهذا يدعوه الى تثبيت علاقته وتدعيمها وتوسيعها فإن لم يوفق لذلك شعر بالضيق والعزلة والقلق وعلى هذا الأساس يكتسب الفرد الدافع الأجتماعي دون الحاجة الى إفتراض أنه دافع فطري .

ومن الأمثلة الأخرى على هذا النوع من الدوافع هي دوافع السيطرة وتوكيد الذات وتبدو واضحة في ميل الفرد الى الظهور والتفوق والغلبة والتزعم والتنافس فما التنافس إلا صراع يستهدف الأنتصار على الآخرين ويتضمن إحباط جهودهم وعرقلة نجاحهم وهذا يبدو واضحا في الحضارة الغربية إذ يغشى التنافس المرير جوانب الحياة الأجتماعية والشخصية للفرد بشكل كبير.

إلا أن البحوث أثبتت أن دافع السيطرة لا أثر له في بعض الشعوب والقبائل البدائية ففي قبيلة (أرابش) التي تقطن غينيا الجديدة تعد السيطرة وتوكيد الذات سلوكا شاذا إن بدا لدى أحد الأفراد ..إذ أنها قبيلة يسود أفرادها التعاون والمسالمة والصداقة وإنكار الذات وهم ينفرون من التسلط والتزعم ولا يطيقونه بما يحمل القبيلة عند الحاجة على أن تفرض الزعامة على بعض الأفراد بالرغم منهم .

الثالث الدوافع الأجتماعية الفردية مثل الأتجاهات والعواطف والميول ، فالأتجاه النفسي إستعداد وجداني مكتسب ثابت نسبيا يحدد شعور الفرد وسلوكه نحو موضوعات معينة ويتضمن حكما عليها بالقبول أو الرفض وهذه الموضوعات قد تكون أشياء كالميل الى كتاب معين أو النفور من طعام معين أو شخص معين أو تعصب لجماعة دون أخرى أو أفكار ومبادئ ونظم أجتماعية أو مشاكل أجتماعية كالميل الى الديمقراطية أو الأعراض عن حركات التجديد.

بل قد تكون ذات الفرد نفسه موضوعا لأتجاه نفسي كحب الذات كحب الذات أو أحترامها أو السخط عليها وهذه الأتجاهات هامة وذات أثر كبير في شعور الفرد وسلوكه فمن كره نفسه كره غيره ومن ظن بنفسه السوء مال الى الظن بالناس وهكذا .

الأنفعالات:

يقصد بالانفعال حالة جسمية نفسية تتخذ صورة أزمة عابرة مفاجئة يضطرب لها الأنسان كله جسميا ونفسيا ، ونحن ننفعل حين تثار دوافعنا الفطرية أو المكتسبة ويكون الأنفعال عنيفا إذا كانت الأثارة عنيفة وبصورة مفاجئة وغير متوقعة بحيث لا نستطيع أن نتصرف تصرفا ملائما ولا يكون لدينا وقت كما هي الحال حين تفاجئنا سيارة مسرعة في الطريق أو حين يرسب طالب في الأمتحان على غير توقع ومن ناحية أخرى نحن ننفعل حين يعاق دافع من دوافعنا الأساسية أي يعطل السلوك الصادر عنه ويمنع من بلوغ الهدف.
أما إذا إنساب السلوك سهلا إالى غايته لم يشعر الفرد بالأنفعال إلا بشيء قليل ونحن ننفعل حين ترضى حاجاتنا وميولنا وأمانينا إرضاءا فجائيا لا نتوقعه كأن ينجح طالب كان من المتحقق رسوبه هنا ينخفض التوتر والضيق فجأة ويحل الأبتهاج والفرح .

جوانب الأنفعال :إذا حللنا إنفعالا كالخوف أو الغضب لرأينا أنه يتألف من ثلاث جوانب يمكن ملاحظتها ودراستها دراسة علمية هي:

1. **جانب شعوري ذاتي** يخبره الشخص المنفعل وحده ويختلف من إنفعال لآخر تبعا لنوع الأنفعال .
2. **جانب خارجي ظاهر** يشتمل على مختلف التعبيرات والحركات والأيماءات التي تبدو على الشخص المنفعل وهذا هو الجانب الذي نحكم منه على نوع الأنفعال عند الآخرين .
3. **جانب فسيولوجي داخلي** كخفقان القلب وتغير ضغط الدم وأظطراب التنفس وزيادة إفرازات الغدد الصم .

إن هذه الجوانب الثلاثة للأنفعال ليست جوانب منفصلة أو ينتج بعضها عن بعض بل إستجابة كاملة تصدر من الأنسان ككل من حيث هو وحدة نفسية جسمية أجتماعية كما أن الجانب الشعوري الداخلي هو الذي يطبع الأنفعال بطابعه الخاص ويميزه عن غيره من الأنفعالات لأن التغيرات الفسيولوجية الداخلية تكاد تكون متشابهة في جميع الأنفعالات فهي في

الحزن تكاد تكون كما في الفرح كما انه لا توجد نماذج تعبيرية خاصة بكل إنفعال وبذلك يتضح لنا أته لايمكن الأستدلال على نوع الأنفعال مباشرة من التغيرات الفسيولوجية أو من التعبيرات الخارجية وحدها .

خصائص الانفعال

1. الانفعال ينمو مع العمر بنمو السلوك الانفعالي تدريجيا في هذه المرحلة من ردود الفعل العامة نحو سلوك انفعالي خاص يرتبط بالفروق والمواقف
2. تتميز بالتنوع والانتقال الى انفعال اخر (من الانشراح الى الانقباض)
3. يتكون الانفعال من ثلاث عناصر او مظاهر هي وجود موقف محدد يفسره الفرد تبعا لخبرته الخاصة وثانيا استجابة داخلية ذاتية وظهور تغيرات فسيولوجية وعمليات ذهنية وثالثا تغيرات جسمية مقبولة سواء كانت لغوية او حركية
4. الانفعالات تأخذ صفة العمومية وطرق التعبير عن الانفعالات مختلفة الى حد كبير بين مختلف الناس
5. التغير في درجتها وشدتها فالدهشة عندما تتضخم تصبح حيرة والغضب الشديد يصبح هياجا
6. التغير في درجة التشابهة والاشمئزاز اكثر قربا من الحزن عما هو علية من السرور
7. التغير من درجة القطبية فالحب نقيض الكراهية والحزن نقيض السرور

التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للانفعال:

1. زيادة التوصيل الكهربائي للجلد ويتمثل بتصبب العرق او رطوبة الجلد وهو مظهر الاستجابة الجلدية
2. تغيرات ضغط الدم ومقداره وتكوينة ومعدل ضربات القلب
3. تغيرات في التنفس ودورته اكثر سرعه او اقل سرعه
4. زيادة درجة الحرارة وتصبب العرق على الجلد في حالة الاستثارة الانفعالية الخائف تبرد يديه والغاضب يكون ساخنا في منطقة العنق

5. يختلف التغير في حجم العينين واتساعها باختلاف مستوى الضوء وباختلاف الحالة الانفعالية
6. ضبط افرازات الغدة اللعابية بواسطة الجهاز العصبي السمبثاوي واللاسمبثاوي مثل جفاف الفم في حالة الخوف
7. التوترات العضلية والتغيرات في ملامح الوجه ونبرة الصوت
8. استجابة الاعصاب التي تؤدي الى وقوف شعر الجلد في حالة الخوف

اهمية الانفعالات:

ان للانفعالات فوائد ووظائف مختلفة فهي تثيرنا وتساعدنا في تنظيم خبراتنا وتحافظ عليها كما انها توحي للاخرين بنوع الانفعال الذي يحتمل ان تقوم به وفيما يلي اهم وظائف الانفعال:

اولا: الاثارة

تدفعنا الانفعالات الى العمل وهي بمثابة اشارة الى ان شيئا مهما سوف يحدث فالحيوان الذي يصيح خائفا عندما يرى عدوا قادما يصبح اكثر استعدادا للاستجابة والدفاع عن نفسه وبالتالي احتمالات بقائه على قيد الحياة اكثر.

تعطي الانفعالات السلوك قوة وزخم على اختلافها وتضادها مثل الغضب والفرح وتحرك نظام الطوارئ في الجسم

ففي حالة الطفل فان الانفعال يتكون من عدة مكونات في حالة الاثارة

1. ادراك الموقف الانفعالي
2. التغيرات الفسيولوجية الداخلية
3. التغيرات الجسمية الخارجية الظاهرة
4. الخبرة الشعورية
5. التكيف للموقف الانفعالي

ثانيا: التنظيم

تساعدنا الانفعالات في تنظيم خبراتنا فحالاتنا الانفعالية هي التي تشكل ادراكنا لذاتنا وادراكنا للاخرين فأذا صدف ان كان مدرسك في حالة غضب فأنه قد لا يكون من المناسب ان تطلب منه السماح لك بتسليم واجب مدرسي في وقت متأخر عن الموعد المقرر لذلك وقد يكون غضب المدرس ناشئا عن خلاف حول مشكلة عائلية في اليوم السابق او بسبب انزعاجه من زحمة السير في طريقه الى العمل وهذه الانفعالات مع اختلاف مصادرها واسبابها فمن المحتمل ان تمتد الى امور اخرى تقع في محيط المدرس وبذلك يصبح سلوكه غير عادي ومن هنا يمكن القول ان الانفعالات تنظم شعورنا اتجاه الاشياء.

ثالثا: توجيه السلوك والمحافظة عليه

الحيوان الهائج يمكن ان يهاجم والشخص الخائف يمكن ان يهرب في الحال,بينما الشخص المبتهج فأنه يميل الى العمل والنشاط , ان الانفعالات هي موجهات للسلوك ولها ادوار تكيفية,تخيل السلوك الذي يدخل على بعضهم جراء اكل الاطعمه الحلوه المذاق الا يدفعنا هذا الشعور الى البحث عن اشياء حلوة المذاق لنأكلها فالانفعالات ليست فقط موجهة للسلوك وانما هي تحافظ على استمراريته ايضا

الادراك

يعتبر الإدراك هو معالجة الدماغ للمعلومات التي تأتي من الحواس، بحيث يقوم النظام العصبي المركزي المعقد على تحديد وتنظيم وتفسير المعلومات لفهم العالم المحيط بنا، وتتم هذه المعالجة خارج وعي الإنسان، وتعتبر هذه العمليّة الحسيّة فرديّة، لذلك يواجه العديد من الأشخاص نفس الموقف ولكنهم يدركونها بطريقة تختلف عن اللآخر، وتساعد على رؤية العالم كمكان مستقر بالرغم من تغيّر المعلومات الحسية التي نتلقاها وتكون غير كاملة أحياناً.

قام الناس بدراسة الإدراك لحاجتهم إلى حل مشاكل معيّنة في حياتهم، والذي ينشأ بسبب فضولهم الفكري حول أنفسهم والعالم من حولهم. ومن الضروري معرفة نوع المطالب الإدراكيّة التي يمكن وضعها على الأحاسيس البشريّة دون المساس بالسلامة والصحة العقليّة. فعند إدراك الشخص لحدث معيّن يقوم الدماغ باختيار وتنظيم وإدماج المعلومات الحسيّة لبناء حدث ما، فهو الذي يخلق الوجوه والألحان والأوهام من المواد الخام من الإحساس، فهذا التعقيد مهم في إدراك الأحداث وهذا ما نصّ عليه نظريّة (جستالت)، فالناس بحاجة إلى الإدراك لحل مشاكل معيّنة في حياتهم، وتحديد الظروف البيئة الخطيرة المحتملة التي تهدد حواس الإنسان، وتضعف قدرته على اتخاذ القرارت.

ويعرف الادراك بأنه عملية تأويل الاحساسات بشكل يزودنا بمعلومات عما في عالمنا الخارجي من أشياء أو هو العملية التي تتم بها معرفتنا لما حولنا من أشياء عن طريق الحواس كأن أدرك أن هذا الشخص الماثل أمامي صديق لي وأن هذا الحيوان الذي أراه أسد وأن هذه الرائحة التي أشمها هي نوع معين من الورد.

يرتبطُ الإدراك بالإحساس ارتباطاً وثيقاً، ولا يمكن أبداً الفصل بينهما، وذلك لأنهما جزء من عمليّة واحدة ومستمرة، أما في العمليّات البشريّة فإن العملية تحفّز وتترجم الحواس إلى تجارب منظّمة، وبما أن هناك العديد من المحفّزات في البيئة المحيطة وتجذب انتباه الناس من خلال حواسهم فهم قادرون على إعطاء وصف دقيق للمشاهد والروائح والأصوات التي تستقر في تجربتهم الواعيّة.

مثال: يوضح الفرق بين الاحساس والادراك : لتوضيح الفرق بينهما تخيل أنك تنظر الى صورة رجل على بعد مترين ثم على بعد أربعة أمتار فالخيال الواقع على الشبكية هو إحساس بحيث يختلف حجمه كلما أبتعدت عن الصورة ورغم تغير الاحساس بالابتعاد عن الصورة إلا أن المدرك وهو صورة الرجل لايتأثر بذلك .

فالاحساس هو بمثابة تشكيل تصور أو أنطباع حسي في حين أن الادراك هو تفسير لهذا الانطباع وأعطائه المعنى الخاص به .

الفرق بين الأنتباه والأدراك : يمكن توضيح الفرق بينهما بمثال فقد ينتبه جمع من الناس إلى موقف معين كسماع خطبة ولكن يختلف إدراك كل منهم عن الآخر وذلك لأختلاف ثقافتهم وخبراتهم السابقة وذكائهم .

<u>خطوات عمليّة الإدراك هناك بعض الخطوات التي تحدث من خلالها عمليّة الإدراك:</u>

<u>التحفيز</u>

إن البيئة من العالم حولنا مليء بالمحفزات التي يمكن أن تجذب انتباهنا من خلال الحواس المختلفة، والحافز البيئي هو كل شيء في البيئة المحيطة بنا، بحيث لدينا القدرة على إدراكه، ويشمل ذلك أي شيء يمكن رؤيته أو لمسه أو تذوقه أو شمه أو سماعه.

<u>التفسير</u>

بعد إدراك أي شيء من المحفّزات البيئيّة من حولنا، يتم نقل رسالة مرئيّة إلى الدماغ لتفسيرها.

<u>المعالجة</u>

تخضع الرسائل المفسّرة من قبل الدماغ للمعالجة العصبية، بحيث يعتمد المسار الذي تتبعه إشارة معينة على نوع الإشارة (أي إشارة سمعية أو إشارة بصرية)، وبعدها من خلال سلسلة من الخلايا العصبية المترابطة الموجودة في جميع أنحاء الجسم ، تنتشر الإشارات الكهربائية من خلايا المستقبلات إلى الدماغ وبالتالي يدرك الشخص للمحفّزات في البيئة ويعي بوجودها.

التمييز

الإدراك لا يقتصر فقط على أن تصبح مدركًا لوعي المحفزات، بل من الضروري أيضًا لعقلنا تصنيف وتفسير ما الذي نستشعره، بحيث القدرة على تفسير وإعطاء معنى للكائن تكون الخطوة التالية، والمعروفة باسم الاعتراف.

الفعل

يعتبر الفعل آخر مرحلة من عمليّة الإدراك، بحيث تكون كاستجابة على المحفّزات البيئيّة، وقد يشمل مجموعة متنوعة من الإجراءات مثل النشاط الحركي .

اهمية الادراك

الادراك عملية معرفية تشتمل على انشطة عديده منها(الانتباه,الاحساس,الوعي,الذاكره,وتجهيز المعلومات,اللغة) كما يرتبط بالتعلم ارتباطا وثيقا ومع ان العمليات المعرفية متشابهه ومتفاعله فأن الادراك يعد اكثر الانشطة المعرفية اساسية ومنه تنبثق العمليات الاخرى,كما يعد الادراك نقطة التقاء المعرفة بالواقع والادراك عملية معرفية نشطة.

الاسس النفسية والعصبية للادراك:

يتعرض الانسان للمثيرات الفيزيائية كالصوت والضوء وغيرهما ولكن الانسان لا يستجيب لهما جميعا,اذ لابد ان تصل الى درجة من الشدة(ارتفاع الصوت,تصاعد الضوء) حتى تؤثر في الانسان فتستقبلها اجهزته الحسيه ويغيرها جهازه العصبي وتصدر عنه الاستجابة المناسبة لها,والاستجابات عملية سيكولوجية لا تسير دائما جنبا الى جنب مع الاحداث الفيزيائية في العالم الطبيعي الخارجي.

الانتباه

إن الأنتباه هو عملية إستعداد للأدراك فهو أختبار وتهيؤ ذهني أو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين أستعدادا لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه .إذ تعمل أعضاء الحس المختلفة على إستشعار وجود المثيرات البيئية وخصائصها المتعلقة بها من خلال عدد من الوسائل كالضوء والصوت والرائحة والمذاق.

ويتم نقل هذه الأحساسات عبر الأعصاب الحسية إلى الجهاز العصبي وتفسر في مناطق من الدماغ وتصدر الأيعازات من الدماغ لأتخاذ بعض الأجراآت الحركية حيالها وهكذا فإن هذه الأجساسات يتم ترجمتها إلى خبرات للأحتفاض بها كي تشكل لاحقا نقطة مرجعية للسلوك .

يمكن تعريف الأنتباه : أنه عملية توجيه وتركيز الشعور على الأحساسات الناتجة بفعل مثيرات خارجية موجودة في المجال البيئي الأدراكي للفرد أو المثيرات الداخلية التي تحدث داخله .

فكرة عامة عن الأتتباه : يزخر العالم الخارجي بكثير من المنبهات الحسية المختلفة البصرية والذوقية وغيرها كما أن جسم الأنسان نفسه مصدر لكثير من المنبهات الصادرة من أحشائه وعضلاته ومفاصله والفرد لا ينتبه لجميع هذه المنبهات بل يختار منها ما يهمه لحاجاته وحالاته النفسية الموقتة والدائمية كما أنه يختار بعض الموضوعات ويركز شعوره فيه فهو يتجاهل ماعداه ولا يهتم له وتسمى عملية الأختيار هذه بالأنتباه .

أنواع الأنتباه : يقسم الأنتباه من حيث مثيراته إلى :

1. الأنتباه القسري : وفيه يتجه الأنتباه إلى المثير رغم إرادة الفرد كالأنتباه إلى ضوء خاطف أو ألم مفاجيء وهنا يفرض المثير نفسه فرضا فيرغم الفرد على أختياره دون غيره من المثيرات

.2. الأنتباه التلقائي : وهو أنتباه الفرد إلى شيىء يهتم به ويميل إليه وهو أنتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهدا بل يمضي سهلا .

3- الأنتباه الأرادي : وهو الي يحتاج من الفرد جهد قد يكون كبيرا مثل الأنتباه إلى محاضرة أو حديث ممل وهنا يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الأنتباه وهو جهد ينجم

عن محاولة الفرد للتغلب على ما يعتريه من ملل أو شرود ذهن إذ لا بد أن ينتبه بحكم الحاجة أو الضرورة.

العوامل المؤثرة على الأنتباه

تنقسم العوامل المؤثرة على الأنتباه الى قسمين :

1- عوامل ذاتية : وهي عوامل تتعلق بالشخص نفسه وتؤدي إلى الأنتباه وترجع الى ماتعود عليه الفرد

فالذي يتكون لديه أتجاه نحو الموسيقى نراه يميل لسماع الأصوات الموسيقية أكثر من غيرها وعالم النبات لديه عادة الأنتباه الى أنواع النباتات وكيف تنمو .

2- عوامل موضوعية :ويقصد بها العوامل المتعلقة بالمثير الذي يجذب الأنتباه وتدفع الفرد الى الأنتباه إليها بالرغم من وجود أشياء أخرى مثل :

1. الحركة والتغير : إذ أن الأشكال المتحركة تتميز تجذب الأنتباه إليها وكذلك التغير في اللون أو الشكل أو الصوت مثل الأعلانات المتحركة .

2. الشدة : فالصوت المرتفع واللامع واللون الغامق يثير الأنتباه أكثر من غيره

3. الأنفراد : إذ أن الشيء المنفرد على أرضية يجذب الأنتباه أكثر من غيره الذي يكون محاطا بأشياء أخرى مماثلة مثل نخلة في حديقة أزهار .

4. التكرار: فتكرار المثير مرات عدة يؤدي إلى جذب الأنتباه إليه .

5. التنسيق : فالشيء المنسق يجذب الأنتباه إليه مثل اللوحات ،الحدائق.

التعلم:

إن الأنسان أكثر الكائنات الحية حاجة الى التعلم كما أنه أقدرها على ذلك فالحيوانات تولد مزودة بالفطرة بأنماط سلوكية تعرف بالغرائز كغريزة بناء العش والهجرة من مكان لآخر عند الطيور والأسماك وكغريزة إدخار الطعام عند النمل وهي أنماط تكفي لأشباع حاجاتها وتمكنها من التكيف لبيئاتها المحدودة والضيقة نسبيا

أما الأنسان فلا يوجد لديه عند ولادته إلا النزر القليل من هذه الأنماط السلوكية الفطرية وهي لا تتعدى عملية الرضاعة والزحف والمشي والقبض على الأشياء باليد وإصدار الأصوات لذا كان عجزه عند ولادته عن مواجهة مطالب الحياة المادية والأجتماعية أكبر من أي حيوان آخر ومن ثم كان لزاما أن تطول مدة حضانته ورعايته حتى يتعلم ويكتسب أنواع من السلوك تمكنه من إرضاء دوافعه وحاجاته التي لا حصر لها وتمكنه من العيش في بيئته الأنسانية المعقدة المتغيرة التي تتطلب مرونة بالغة في التكيف والتوافق .

من ذلك نستطيع تعريف التعلم بأنه تغير ثابت في السلوك والخبرة ينجم عن النشاط الذاتي للفرد وليس نتيجة للنضج الطبيعي أو ظروف عارضة .

للتعلم شروط ثلاثة لا يتم إلا بدونها:

1. وجود الفرد أو الكائن الحي أمام موقف جديد أو عقبة تعترض إرضاء دوافعه وحاجاته أي أمام مشكلة يتعين عليه حلها .
2. يجب أن يكون هناك دافع يحمل الفرد على التعلم .
3. بلوغ الفرد أو الكائن الحي مستوى من النضج الطبيعي يسمح له بالتعلم .

انواع التعلم

1. التعلم المبرمج

التعلم المبرمج طريقة للتدريس او للمراجعه تقدم فيه المواد المراد تعلمها في خطوات متتابعة ومخططة بصورة جيدة اما عن طريق مراجع او حاسبات الية ويطلب من الافراد ان

يستجيبو لمشكلة معينة وبعد ذلك يراجعون اجاباتهم عنها لتحديد صوابها او خطئها وتحقق الاجابة التغذية الراجعة او التدعيم الفوري.

2. التعلم بالملاحظة

وضع نظرية التعلم بالملاحظة عالم النفس الامريكي(البرت باندورا) ولها اسماء عديده(التعلم عن طريق الاقتداء او القدوه والتعلم بالمحاكاة) والافتراض الاساسي هنا ان قطاعا كبيرا من التعلم يعتمد على ملاحظه الكائن العضوي لسلوك غيره من افراد جنسه وان جانبا كبيرا من استجابات الانسان يتم لمجرد ملاحظة غيره من الناس مثل تعلم السباحه والسياقه والرمي بالمسدس.

3. التعلم بالحاسب

دخل الحاسب كافة مجالات الحياة ومنها مجال التعلم فبدلا من شرح المدرس للتلاميذ ومذاكرتهم وتقييمه لهم الامتحان فقد دخل الحاسب ليحل محل المدرس في كثير من مجالات التعليم كالعلوم وادارة الاعمال الهندسية.

نظريات التعلم :

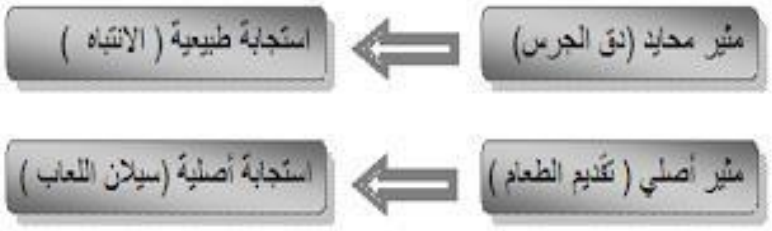
1. نظرية التعلم الشرطي لبافلوف :

تعرف هذه النظرية بتسميات أخرى مثل نظرية التعلم الاستجابي Respondent " "Learningأو الإشراط الانعكاسي "Reflexive Conditioning "أو الإشراط البافلوفي "Pavlovian Conditioning"نسبة إلى العالم الروسي الشهير إيفان بافلوف " 1849_ 1936". كما ساهم العالم الأمريكي جون واطسون أيضاً في تطوير مفاهيم هذه النظرية**.**

العالم الروسي بافلوف باحث في فسيولوجي الحيوان و كان يجري بحثاً حول تأثير اللعاب على عملية الهضم فأحضر كلب اً وأجرى له عملية جراحية لتركيب أنبوبة اختبار لقياس مقدار اللعاب المفرز عند الكلب..

*فكان يقوم بدق الجرس فيستجيب الكلب بالانتباه
ثم مباشرة

*يقدم الطعام للكلب فيستجيب بسيلان اللعاب وبدأ يكرر
العملية من أجل قياس كمية اللعاب في كل مرة



عندها فوجئ بعد عدد من التكرارات أنه عند دق الجرس سال لعاب القبل قبل تقديم الطعام...
إذن يحدث عملية ارتباط بين المثير المحايد والمثير الأصلي (الطبيعي) , بحيث أصبح المثير المحايد قادر على استدعاء الاستجابة الأصلية (الشرطية)
لذا سميّ المثير المحايد بالمثير الشرطي , وسميت الاستجابة الأصلية بالإستجابة الشرطية
حيث أن المثير الشرطي أصبح مشروطاً بمصاحبة المثير الأصلي (الطبيعي) حتى يستطيع استدعاء الاستجابة الأصلية (الطبيعية) , والاستجابة الشرطية أصبحت مشروطة بمصاحبة المثيرين المحايد والأصلي حتى تستطيع الاتيان مع المثير المحايد وسميت هذه العملية بالاشتراط الكلاسيكي

إذن **تعريف الإشراط الكلاسيكي** بأنه عملية اقتران بين مثير شرطي ومثير غير شرطي بحيث يتمكن المثير الشرطي(الذي كان أصلاً مثيراً محايداً) من انتزاع الاستجابة التي ينتزعها المثير غير الشرطي

دور الأشراط في التعلم :

للتعلم الشرطي دور مهم في عملية التعلم ويبدو ذلك واضحا في تعلم الطفل للكلام فهو ينطق كلمة (بابا) ويسمع نفسه وهو ينطقها أي أن النطق أرتبط بسماع الكلمة فتصبح الكلمة المسموعة مثيرا شرطيا يدعوا الطفل الى نطقها مرة أخرى (أستجابة شرطية) .

وفي تعلم القراءة يعرض المعلم للتلميذ رسم حيوان صغير والى جانبه أسم الحيوان ففي أول الأمر لايكون هناك أرتباط من أي نوع بين الرسم والكلمة وبالتدريب فيمكن الأستغناء عن صورة الحيوان وهنا تكفي رؤية الكلمة لأثارة المعنى الدال عليها في ذهن المتعلم وهكذا تستمر عملية التعليم .

2. نظرية التعلم بالأستبصار :

يعتبر ماكس فرتيمر(1880-1943) مؤسس النظرية القشطلتية وانظم إليه ولفنج كوهلر (1887-1967). وكيرت كوفكا(1886-1941) وقد نشرا أبحاث النظرية أكثر من فرتيمر ثم ارتبط بهم كيرت ليفن(1891-1947) وأسس نظرية المجال.

ولدت النظرية في ألمانيا وقدمت إلى الولايات المتحدة في العشرينات على يد كوفكا وكوهلر وفي 1925 ظهرت النسخة الانجليزية للتقرير الذي يضم تجربة كوهلر المشهورة عن حل المشكلات عند الشمبانزي ، وأول المنشورات كان مقال تحت عنوان الإدراك مقدمة للنظرية الجشتلطية (غازدا1983)

لقد ظهرت السيكولوجية الجشطلت في ألمانيا في نفس الوقت الذي ظهرت فيه المدرسة السلوكية في أمريكا. إن كلمة الجشطلت معناها صيغة أو شكل، وترجع هذه التسمية إلى دراسة هذه المدرسة المدركات الحسية حيث بينت أن حقيقة الإدراك تكمن في الشكل والبناء العام ، وليس في العناصر والأجزاء. و ثارت هذه المدرسة على نظام علم النفس و خاصة على المدرسة الارتباطية وفكرة الارتباط ، و قالت بأن الخبرة تأتي في صورة مركبة فما الداعي لتحليلها إلي ارتباط . ولا يمكن رد السلوك إلى مثير واستجابة، فالسلوك الكلي هو السلوك الهادف الذي يحققه الفرد بتفاعله مع البيئة.

تجارب الجشطلت:

•تجارب كوهلر:

صمم بعض التجارب على الشمبانزي وفي هذه التجارب كانت جميع عناصر المشكلة واضحة وظاهرة للحيوان ، وكانت الحركات المطلوبة والمؤيدة للحل في مستوى قدرة الحيوان ، وبالرغم من ذلك فقد أقر كوهلر ضرورة وجود عائق ، فإن الحيوان يجب أن يضطر أن يأخذ طريقا ملتويا حتى يصل إلى هدفه ، ولكن كوهلر يراعي مع هذا أن يستطيع الحيوان منذ البداية أن يطوف بالمجال كله ، حتى يستطيع أن إذا كانت لديه قوة الاستبصار ، أن يحل المشكلة من غير حاجة إلى عناء المحاولة والخطأ.

والمسألة هي ما إذا كان الحيوان أن يستطيع أن يدرك العلاقة بينها ويصل إلى الهدف...

"إننا لا نتكلم عن السلوك كما لو كان هو الذكاء عندما يهدف الإنسان أو الحيوان إلى الوصول إلى غرضه عن الطريق المباشر الذي يحدث بصورة طبيعية وظاهرة ، وإنما نميل إلى الكلام

عن الذكاء عندما يضطر الإنسان أو الحيوان _ نظرا لسد الطريق الموصل إلى الهدف _ إلى اتخاذ طرق أخرى ملتفة تلائم الظروف الجديدة وتوصله إلى الهدف...

وفيما يلي عرض لبعض أنواع هذه التجارب

التجربة الأولى:

وضع الشمبانزي في القفص ، وكان الطعام) موزة (معاتمة في سقف القفص بحيث لا يمكن الوصول إليه مباشرة وفي ركن القفص وضع الصندوق .. أخذ الشمبانزي ينظر إلى الفاكهة ويحاول الوصول إليها بمد يده بالوثب ولكنه فشل ثم أخذ ينتظر من ركن إلأى ركن في حيرة . وأخيرا لا حظ الصندوق فنظر إليه ونظر إلى الموزة فوقه ووصل إلى هدفه ، بد أن الحيوان في هذه التجربة أدرك العلاقة بين الصندوق وإمكان الوصول إلى الموزة..

التجربة الثانية:

وضع كوهلر داخل القفص عصوين قصيرتين لا تكفي الواحدة منهما لجذب الطعام ، وإنما يمكن إدخال أحدهما في طرف الأخرى لعمل عصا طويلة ، وقد أجرى كوهلر تجربته هذه على أذكى حيواناته) وهو الشمبانزي سلطان (إلا أنه لم يستطع أن يحل المشكلة بسهولة ، بل استغرق وقتا طويلا في محاولات بائسة في جذب الطعام باستخدام إحدى العصوين وفي فترة من فترات الراحة جلس) سلطان (على صندوق داخل القفص وأخذ يلعب بالعصوين ويحركهما ، وأثناء لعبه وضع إحداهما في طرف الأخرى وبمجرد أن وجد الحيوان نفسه وبيده عصا طويلة قفز من مكانه بسرعة ، واستعمل العصا الطويلة في جذب الموزة ونجح في ذلك

ويلاحظ هنا أن الحيوان لا بد أنه أدرك العلاقة بين العصوين وأن إحداهما لا تكفي للوصول إلى الطعام ، هذا الادراك ينبني بلا شك على فهم للموقف وإدراك العلاقة بين أجزائه

خلاصة تجارب كوهلر:

أولا : أن الوصول إلى الحل يأتي يأتي فجأة نتيجة مايسمى بالاستبصار.

ثانيا : أن الاستبصار يعتمد على ادراك وتنظيم أجزاء الموقف.

ثالثا : متى ما توصل الحيوان إلى الحل عن طريق الاستبصار فإنه يمكنه أن يكرره بسهولة.

رابعا : أن الحل الذي يصل إليه الحيوان عن طريق الاستبصار يمكن أن يطبق في المواقف الجديدة.

الشخصية :

إن كلمة الشخصية في اللغة العربية مشتقة من شخص شخوصا أي أرتفع والشخص هو سواد الأنسان تراه عن بعد وفي اللاتينية تعني القناع لأن الممثلون كانوا يلبسون القناع عند ظهورهم على المسرح لأخفاء معالمهم الحقيقية فأصبح المعنى ملازم لمفهوم الشخصية وظهرت تعريفات عدة لهذا المفهوم وهناك من وضعها في ثلاث مجموعات :

المجموعة الأولى : وتتفق هذه المجموعة مع المدرسة السلوكية بزعامة واطسن الذي عرف الشخصية بأنها جميع النشاطات التي نلاحظها عند الفرد عن طريق ملاحظته ملاحظة فعلية خارجية لمدة طويلة من الزمن تسمح لنا بالتعرف عليه .

وعرفها ماي بأنها كل ما يجعل الفرد فعالا ومؤثرا في الآخرين وعرفها فلمبخ بأنها مجموعة الأعمال أو العادات التي تؤثر في الآخرين أي أنها الهالة الأجتماعية للفرد .

والملاحظ في تعريفات هذه المجموعة أنها تقترب كثيرا من المفهوم العامي للشخصية فيقال أن فلان ذو شخصية قوية ولكن نلاحظ أن التعاريف السابقة لاتساعد في أي تحديد علمي للشخصية.

المجموعة الثانية :أتجهت الى التعريف الجوهري للشخصية وهو يقوم على نظرة معظم تعريفاتالفلاسفة ورجال الدين فأنهم يعرفونهامن خلال طبيعة الفرد الداخلية فقد عرفها ستيرن بأنها: وحدة دينامية ذات تكوينات متعددة ويضيف الى ذلك أن الفرد يظل يسعى للوصول الى التوصل لهذه الوحدة كهدف له في حياته ولم يوضح أية تفاصيل عن هذه الوحدة أو تكويناتها ،وعرفها وارين بأنها: التنظيم العقلي للأنسان عند مرحلة معينة من مراحل نموه .

وتعريفات هذه المجموعة تحاول أن تتلافى الصعوبات التي تنشأ من تعريف الشخصية بأنها تأثير في الآخرين وتحاول أن تصف الشخصية بأنها الأنماط السلوكية المختلفة التي يستجيب بها الفرد للمؤثرات التي تقع عليه سواء كانت هذه الأنماط تعبيرات لملامح الوجه أو الأشارات الجسمية أو التعابير الكلامية وطرق التفكير وتعد هذه تعريفات أكثر موضوعية من التعريفات الأولى ومن الممكن أن يطبق أساليب الملاحظة والبحث العلمي .

المجموعة الثالثة : اتجهت هذه المجموعة الى أستخدام مفهوم التوافق الأجتماعي في تعريف الشخصية ،فقد عرفها ركسوود بأنها عبارة عن التوازن بين السمات التي يتقبلها المجتمع والسمات التي لايتقبلها.

وعرفها ودورث بأنها الأسلوب الذي يتبعه الفرد في أداء أي نوع من أنواع النشاط وكل هذه التعاريف في المجموعات الثلاث أسهمت في توضيح الأختلاف في وجهات النظر الى مفهوم الشخصية وهو أختلاف لايرجع الى موضوع الشخصية فحسب بل يرجع الى الخلاف في وجهات النظر حول الأتجاهات النظرية التي تكمن وراء هذه التعريفات .

العوامل المؤثرة في الشخصية :

1. عوامل داخلية وتكوينية وتشمل :

الوراثة والبيئة :هناك عوامل تتحدد بالوراثة بدرجة كبيرة وتؤثر في شخصية الفرد فإذا نقص مثلا أفراز الغدة الدرقية عتد الفرد فأته يكون خاملا ولايقوى على التركيز وكذلك إذا أختل أفراز الغدة النخامية فسيضطرب معها التوازن الجسمي بوجه عام ، إن مايلاحظ على الأطفال المولودين حديثا من فروق في النشاط العام والحركات الذاتية والتعبيرات الأنفعالية كل ذلك يؤكد أثر الوراثة في تحديد الخصائص الجسمية والبدنية والعقلية والأنفعالية العامة للفرد وهذه الفروق الأولية تدل على خصائص الشخصية لأن الأفراد يبدؤون حياتهم وهم مختلفون من الناحية التكوينية وفي أجهزتهم العصبية وفي سائر أعضائهم الجسمية كما أن الأختلافات بينهم على هذه الصورة تؤدي الى فروق وظيفية تؤثر في شخصياتهم وبذلك تتشكل الفروق الضاهرة التي تميز الاشخاص بعضهم عن البعض.

2.التوازن الكيميائي : من البديهي أن جسم الأنسان تجري بداخله عمليات كيميائية بالغة الدقة والتعقيد إذ تلعب أفرازات الغدد دورا كبيرا في تحقيق التوازن الكيميائي داخل الجسم وخصوصا الغدد الصم مثلا البنكرياس يفرز مادة الأنسولين التي تسيطر على عملية التمثيل الغذائي

للسكريات وإذا قل إفرازها زادت فيها نسبة السكر في الدم ويتسبب في مرض السكري وقد تؤدي بالشخص الى أن يصبح كئيب دائما .

3- النواحي الجسمية : إذ أن الشخص القوي البنية المفتول العضلات يميل الى السيطرة وتولي المراكز القيادية وقد يكون هذا راجعا الى خبراته الطفولية والأجتماعية إذ أن الأطفال كانوا يخافون منه ولايستطيعون منافسته أو التغلب عليه ويتركون له مواقف العنف عند مواجهة المجموعة لها وبذلك تتكون لديه روح الزعامة وحب السيطرة وعلى العكس نلاحظ أن الشخص النحيف يميل الى الخوف والأبتعاد عن المنافسة فينسحب من تكوين علاقات أجتماعية ويصبح أكثر ميلا للوحدة والتفكير والتأمل .

عوامل بيئية وثقافية :مثل التعلم فإنه يؤثر بشكل كبير في تكوين شخصية الفرد لأن الخبرات التي يتعلمها في حاته تجعل منه شخصا متميزا عن الآخرين من أقرانه الذين لم تسنح لهم الفرصة بأكتساب تلك الخبرات التي أستطاع أن يحصل عليها سواء كانت علمية أو أخلاقية أو معنوية فالمهم أنها ساعدت في تشكيل وتكوين شخصيته بشكل أكثر نضوجا من غيره

إن الفروق بين الأشخاص لا تظهر في أستعداداتهم وذكائهم وصفاتهم الجسمية فقط ولكنها تظهر في سمات شخصياتهم التي تميز سلوكهم وتعطي لكل واحد منهم ميزاته التي يمتاز بها عن غيره ومن ذلك يمكن تعريف خصائص الشخصية بأنها تلك الصفات التي يمكن أن نفرق على أساسها بين فرد وآخر وهي ميل محدد للفرد .

خصائص الشخصية

هناك من يقسم خصائص الشخصية الى :

1- **الافتراضية** :- ان الشخصية مكون افتراضي يتم التعرف عليه من خلال السلوك الذي يمكن ملاحظته وقياسه

2- **التفرد** :- تتميز الشخصية بالتفرد ، حيث تختلف من شخص لاخر

3- **التكامل** :- الشخصية هي نظام متكامل من الجوانب البدنية والمعرفية والانفعالية للفرد

4- **الديناميكية** :- الشخصية هي نتاج للعلاقة المتحركة غير الثابتة بين الفرد من جهة وبيئته الثقافية من جهة اخرى

5- **الاستعداد للسلوك** :- الشخصية هي تنظيم مستعد لانماط معينة في السلوك

6- **الزمنية** :- ترتبط الشخصية بالزمن حيث لها ماضي وحاضر ومستقبل

انماط الشخصية

1- **الشخصية الاضطهادية:**

وهي الشخصية التي يكون فيها الشخص قليل الصداقات ،فهو لا يحب ان يمون صداقات مع الاخرين وخاصة العائلية ، حيث يسعى لعزل اسرته عن الاخرين واذا كان شخصا متزوجا فهو شخص سيء الظن متشدد ولا يثق في اقرب الناس اليه ،ويعتقد بخيانة كثيرين من الناس له ،كما تمتاز شخصيته بفشلها في التعامل مع الاخرين ولا تثق بهم وشكاكة وغيورة جدا ،وعلى مستوى العمل يفضل العمل بمفرده ولا ينجح في التعاون معالاخرين والعمل ضمن فريق ويمتاز بانه كاتم للأس ارر ولا يبو بالسر.

2- **الشخصية السيكوباتية:**

الشخصية الإجرامية، كان قديما في روسيا يختارون السجانين من هذه الشخصية ،لعدم شعوره بالذنب عند قيامه بالتعذيب للمسجونين ،كما ان هذا الشخص لا يستجيب للثواب والعقاب ويعادي اجهزة النظام كالشرطة، ويكون ماديا حيث يستغل الجميع لتحقيق مصلحته الذاتية ،ويكون انانيا صاحب ضمير ضعيف ،ولا يتحمل المسئولية ،ويحب تحقيق اللذة بأية وسيلة ،ويسعى دائما للحصول عليها في كل مكان ،وبأي ثمن ،ولا يتعلم من اغلاطه ويميل الى الانحراف الجنسي الى الاجرام.

3- **الشخصية الإجتنابية:**

وهي الشخصية التي تتجنب الاخرين وتفضل عدم التعامل معهم بسبب عائد اليهم الا انها تخاف ان يرفضوها على الرغم من انها تتمنى تكوين علاقات مع الاخرين الا انها تفشل في تحقيق ذلك ،ويفضل اصحاب هذه الشخصية العزلة والانفراد .

4- **الشخصية الفصامية:**

هذه الشخصية تحمل بذور مرض الفصام ،26% من المصابين بمرض الفصام عندهم هذه الشخصية، الشخصية الفصامية هي شخصية باردة المشاعر، ذلك الشخص الذي يستمتع بالانطواء، لا ينطوي خجلا من الناس أو عدم الثقة بالنفس إنما يستمتع بذلك الانطواء، ميزة هذه

الشخصية في برودة الانفعالات، ربما عند الزواج تتعب معه زوجته، تقول لا يحبني (هذا الشخص يقاس بالأفعال والمواقف، لا يقاس بالكلمات)

5- **الشخصية شبه الفصامية (الانطوائية) :**

خجول جدا غير اجتماعي صفاته قريبة من صفات الشخصية الاجتنابية مع فارق ان الشخصية الاجتنابية تبتعد عن الناس لأنها تخشاهم اما الشخصية الانطوائية فهي تبتعد عنهم لأنها لا تريدهم.

6- **الشخصية النرجسية:**

يسعى صاحب هذه الشخصية لتعظيم ذاته له طموح عال كثير التفاخر بالماضي والحاضر ،ويدعي بعض صفات النبل والشرف والتميز ،فضلا عن كونه شخصية مغرورة متعالية متغطرسة، تتكبر عن على من تحتها.

7- **الشخصية الهستيرية:**

ويظهر هذا النوع من الشخصيات عند النساء اكثر من الذكور حيث يميل اصحاب هذه الشخصية الى حب الظهور وجذب الانتباه وخاصة عند الجنس الاخر ،وتتصف بسرعة الانفعال وتقلب المزاج والعاطفة القوية المتغيرة ،وتتبنى اتجاهات نصح وارشاد الاخرين ،وهي شخصية غير متزنة انفعاليا فلها رد فعل شديد اكثر مما يتطلبه الموقف .

8- **الشخصية الوسواسية:**

ومن صفات هذه الشخصية انها تتميز بالدقة ، والنظام ، والنزعة للكمال والاهتمام بأدق التفاصيل. ويختلف مفهوم الشخصية الوسواسية عن مفهوم الوسواس القهري حيث ان الوسواس القهري يعتبر من الامراض النفسية و التي تحتاج إلى علاج.

9- **الشخصية الانهزامية :**

ومن صفات هذه الشخصية انها تتمتع بضعف العزيمة، ولا تخطط ،وتتحدث أكثر مما تفعل قليلة الفعل كثيرة الكلام ،كثييرة الشكوى ضد الظروف ،وتنحني امام ابسط العواصف، تعاني من تسلط اسري في الطفولة وقهر في البيت وخضوع للغير في كل نواحي الحياة الشخصية ،

والشخصية الانهزامية هي شخصية لا تهزم إلا نفسها.. تبحث وتجد في البحث بهمة وحماس لكي توقع نفسها في الخطأ لتأسى على حالها ونفسها وتشفق على ذاتها.. وتستدرج الناس لكى يسيئوا إليها أو يلعنوها ،وكأنها تتلذذ بالهزيمة والمهانة ثم تعود وتبكى وتشكوا قسوة الناس ،وعدم تحملهم لأخطائها البسيطة الغير مقصودة.. تضغط على الناس بشدة أو تحرجهم أو يطالبهم بما هو فوق طاقتهم ويستمر في مضايقتهم حتى ينفجروا فيه.. وبذلك تحقق هذه الشخصية بغيتها في إيقاع الناس في خطأ عدم سيطرتهم على انفعالاتهم الغاضبة.. ويهمها في النهاية أن تعمق احساس الآخرين بالذنب لخطئهم في حقها.. بينما الحقيقة أنها هي التي تدفعهم دفعاً وباصرار للصراخ فيها .

ومنبع هذا السلوك هو عدم ثقتها بنفسها وعدم تيقنها من حب الآخرين لها واهتمامهم وترحيبهم بوجودها بينهم، ولذا فهي تضغط علهم لتكتشف مدى تحملهم وتقبلهم لها.

10- **الشخصية العاجزة:**

ومن صفات هذه الشخصية انها تتميز بالسلبية ،وضعف النشاط الجسمي والعقلي ،وعدم الاستمرار أو المثابرة على نهج واحد لمدة طويلة وينقص صاحبها الطموح ، ويشكو من عدم التكيف مع المجتمع، وكثيرا ما يفشل هؤلاء في الدراسة ،وهم دائمو التنقل من عمل إلى عمل لعدم استطاعتهم تحمل المسئولية.

11- **الشخصية البارنودية(جنون العظمة)** :

ومن صفات هذه الشخصية انه يتميز بحساسية مفرطة نحو الحاق الهزائم والرفض وعدم مغفرة الاهانات وجرح المشاعر ويحمل في داخله ميل الى الضغينة بشكل مستمر وميل الى التقليل من قدرات الاخرين حتى المقربين من خلال سوء تفسير الافعال المحببة للآخرين ،ويتصف اصحاب هذه الشخصية بالذكاء والجاذبية ولديهم القدرة على التأثير على الاخرين.

12- **الشخصية السادية:**

وهي الشخصية التي يستمتع اصحابها بالحاق الاذى بالآخرين سواء كان اذى جسدي او معنوي وهذا النمط يكون عند الذكور اكثر من الاناث ومن صفات هذه الشخصية استخدام الوحشية او

العنف بهدف السيطرة، اهانة واحتقار الناس امام الاخرين ،معاملة المرؤوسين يخشون وخاصة التلاميذ والاطفال والمرضى.

13- **الشخصية المازوخية:**

وهي الشخصية السايكوباثية المضادة للمجتمع حيث تكون عندها العدوانية عظيمة ولا يمكن وصفها بشكل طبيعي فتضفي على صاحبها روح العدوانية القاسية وتجد هذه الشخصية المتعة والراحة عندما يتعدى عليها الاخرين بالأذى الجسدي او المعنوي لذا فهي تسعى دائما ان تكون في اذى الاخرين.

طرائق البحث و أدواته في علم النفس

– يستخدم علم النفس مجموعة من الطرائق المتعددة و الأدوات المختلفة للوصول إلى هدفه.

أولاً– الطرق المستخدمة في علم النفس :

تعريف الطريقة : هي جملة من المبادئ و القواعد التي تساعد الباحث للوصول إلى هدفه المنشود.

1 – التجريب:

يعتمد استخدام المنهج التجريبي على عملية التجريب والتطبيق العمليّ للعلوم النظريّة، وهو من أدق مناهج البحث، واعتُبر هذا المنهج عند بعض الفلاسفة أمثال جون لوك وديفيد هيوم المصدر الوحيد للمعرفة؛ حيث يعتمد هذا المنهج على تطبيق الملاحظة العلميّة الدقيقة، وتحويل الأفكار الناتجة عنها إلى فرضيات علمية تعتمد على التجربة أكثر من مرّة؛ بهدف الوصول إلى نتائج واضحة وقابلة للتطبيق، ثمّ تتحوّل بعد إثباتها إلى قوانين علميّة، وقد استفادت العلوم الإنسانيّة بشكل عام وعلم النّفس بشكل خاص من التطبيقات والخطوات العلميّة للمنهج التجريبيّ، إلا أن الظواهر الإنسانيّة السلوكيّة غير ماديّة وغير ثابتة وتتميّز بالتجريد والوعي والإرادة؛ لذلك من الصعب تقييدها بالإجراءات التجريبيّة في المختبرات، فأصبح المختبر الذي تُدرّس فيه الظواهر السلوكيّة وتخضع للتجربة هو البيئة الطبيعيّة العامة التي توجد بها هذه الظواهر، مثل المدرسة والمجتمع والأسرة، فصارت العملية التجريبيّة تعتمد على مبدأ الملاحظة المقصودة والموجّهة، فيُمثّل المنهج التجريبيّ دراسة لمجموعة من التأثيرات والعلاقات بين عدّة متغيرات، وتُفسّر هذه العلاقات باستخدام التحكم والضبط والتجريب.

وبذلك فالتجريب نعني به إدخال عامل جديد على موقف معين ثم معرفة أثر هذا العامل الجديد على ذلك الموقف بشرط إبقاء العوامل الأخرى ثابتة كمعرفة أي نوع من أنواع التعليم أفضل هل هو التعليم عن طريق التدريب المركز أو عن طريق التدريب الموزع بين مجموعتين متكافئتين من الأشخاص في/العمر و مستوى الذكاء والجنس/ فتبين بأن التدريب الموزع في التجربة أفضل من التدريب المركز.

2-دراسة الحالة:

هي طريقة متكاملة في دراسة حالة شخص واحد أو حالة مجموعة من الأشخاص بجميع تفاصيلها، للتعرف على المشكلة البحثية أو ظاهرة الدراسة في البحث العلمي، فهي من أكثر أدوات الدراسة منتشرة التي يمكن استخدامها لدراسة حالة بشرية، أو حالة تخص الحيوانات، أو النباتات على عكس أدوات الدراسة المتعددة التي لا يمكن استخدامها في جميع الحالات، ومن أمثلة دراسة الحالة: دراسة العنف الأسري، دراسة حالة المدن، دراسة الطقس في مدينة ما، دراسة حالة معينة في الحيوانات، دراسة حالة عن الخجل عند المراهقين، دراسة العنف عند المرأة، دراسة العاملين في مكان محدد .

كما ان لها أهمية في مجال الطب النفسي: حيث يتم فيها فهم شامل لتاريخ الفرد و يدرس فيها الباحث الحالات الفردية بهدف علاجها يستخدم في ذلك مجموعة من الأجهزة الخاصة ومن الطرق الخاصة في دراسة تاريخ الحالة (المقابلة) وفي هذه الطريقة يحصل الباحث على المعلومات من الفرد ذاته أو من محيطه .

3-الاستبطان (التأمل الباطني):

تقوم هذه الطريقة على تأمل الفرد لنفسه وما يجري في شعوره من خبرات حسية وعقلية وانفعالية (درجتها تحليلها،تأويلها) فيقسم إلى:

1-الاستبطان البسيط: ويقصد به وصف بسيط لما يشعر به الفرد في حياته اليومية كأن يصف لصديقه ما يشعر به من ضيق أو قلق .

2 - الاستبطان المنظم(العلمي):

ويقصد به التأمل والتفكير العميق في الحالات الشعورية الذاتية وتحليلها ومعرفة أسبابها ونتائجها وقد تكون هذه الحالات حاضرة كأن يطلب من فرد أن يصف حالته الداخلية وهو يفكر في حل مسألة ،أو قد تكون الحالات ماضية كأن يطلب من فرد أن يصف حالة سروره عند نجاحه في الامتحان.

ثانياً-الأدوات المستخدمة في علم النفس:

تعريف الأداة:هي وسيلة منهجية تقوم على قواعد ومبادئ محددة تساعد على جمع البيانات المطلوبة للبحث النفسي. وأهم هذه الأدوات:

1)- **الملاحظة :** وهي وسيلة هامة من وسائل جمع البيانات في الدراسات النفسية فهي أساسية :لأنها تمكننا من تسجيل معرفة السلوك كما وقع فعلاً وهي نوعان:

1-الملاحظة البسيطة: وهي ملاحظة الظواهر كما تحدث تلقائياً دون إخضاعها للضبط ودون استخدام أدوات دقيقة للقياس ويستخدم في كثير من ميادين علم النفس كملاحظة ألعاب الطفل

2- الملاحظة العلمية: وهي ملاحظة تستخدم أدوات دقيقة للقياس وتخضع للضبط العلمي بالنسبة للباحث وبالنسبة للمبحوثين وبالنسبة للموقف الذي تجري فيه الملاحظة

2)-المقابلة: ويقصد به التبادل اللفظي بين الباحث والمبحوث عن طريق أسئلة للتوصل إلى معلومات معينة وتشتمل على تعليقات وتفسيرات الباحث ويختلف هدفها باختلاف مجال الحياة المستعملة فيه

3)- الاختبارات والروائز : وتسمى بالوسائل الإسقاطية تقوم هذه الوسائل على أساس أن يتعرض الفرد لموقف غامض غير محدد يدل على نظرته للعالم وطريقة تعامله مع الآخرين ومن بين هذه الوسائل:

أ -اختبار روشاخ :

يتكون من عشر بطاقات من الورق المقوى وعلى كل بطاقة بقعة حبر لا معنى لها يطلب من الفرد أن يذكر ما يراه في كل بطاقة فكل مفحوص يرى فيها ما يتخيله مما يساعد على كشف مشكلاته النفسية.

ب-اختبار تفهم الموضوع: -

ويتكون من مجموعة من الصور تتراوح في درجة وضوحها وهي تشير إلى مواقف وأشخاصويطلب من المفحوص أن يتخيل ثلاث قصص عن كل صورة من الماضي والحاضر والمستقبل فيكشف الشخص عن مشكلاته الشخصية في سرد القصة بفقد حذره

ج -اختبار اللعب :

من أهم الوسائل في تشخيص وعلاج مشكلات الأطفال النفسية يلاحظ الباحث الطفل وهو يلعب مع مجموعة من الألعاب في حجرة فسيحة دون أن يراه الطفل ويعبر الطفل أثناء لعبه عن رغباته واتجاهاته نحو بعض الأشخاص الذين تمثلهم اللعب الوالدين ويلعب خيال الطفل دوراً كبيراً في هذه المجالات