من كتب
تسيم فخري الدباغ
التاريخ / / ١٩٨

الجمهورية العراقية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

مقدمة في علم النفس
لطلبة كليات الطب

تأليف
الدكتور فخري الدباغ

الطبعة الأولى

١٩٨٢ م ١٤٠٢ هـ

تقديم

يسرني ان اتقدم بهذا الكتاب لطلبة كليات الطب خاصة ولمختلف طلبة العلم والثقافة عامة.

ان كتب علم النفس العربية عديدة ولاتتشابه مع بعضها قط إخراجاً او اسلوبا، اذ ان كلاً منها منظم وموجه نحو ميادين متخصصة تهم اقسام علم النفس والتربية والاجتماع او نحو ميادين تثقيفية عامة. لذلك كان من مستلزمات تعريب التعليم الجامعي في العراق وجود كتاب في علم النفس العام يكون اكثر ارتباطا بالعلوم الطبية – السلوكية (البيولوجية – التشريحية، والفسلجية – الباثولوجية والكيميائية ..) ويكون اساسا ومقدمة لموضوع الطب النفسي الذي يدرس في كليات الطب فقط. وهكذا حاولت ان اختار من مواضيع علم النفس العام تلك النواحي التي تهم الطبيب وتوسعت فيها ، بينما لم اغفل المواضيع العامة الاخرى التي يمكن ان يتوسع فيها دارسو علوم التربية والنفس والاجتماع ، فيصبح الكتاب بمجمله مفيدا وشيقا للمثقف المتتبع ايضا .

وأملي ان يكون هذا الكتاب أنسب تكمله وتقدمه لكتابي (اصول الطب النفساني) كفرع من العلوم الطبية السريرية. وقد راعيت في اختيار المصطلحات العلمية ماسبق وأقرته المجامع العلمية واللغوية العربية والمعجم الطبي الموحد، رغم ان كثيراً من المصطلحات النفسية العلمية الحديثة الاجنبية ماتزال مفتقدة إلى المصطلح الدقيق ... والله الموفق ..

الدكتور فخري الدباغ
استاذ الطب النفسي
كلية الطب – جامعة الموصل
الموصل في ١٩٨٢/١/١

الباب الاول

تاريخ علم النفس

علم النفس كما نعرفه الآن حديث جدا لم يتجاوز عمره مئة وخمسين عاما. واصطلاح «علم النفس »ظهر في النصف الثاني من القرن التاسع عشر واصبح من العلوم المعاصرة ذات المنهج العلمي المعروف ، بعد ان انسلخ عن الفلسفة ، حيث كان اساتذة علم النفس في العالم الغربي يحتاون كراسي اساتذة الفلسفة في المعاهد والجامعات ، الى ان استقل واعترفت به الاوساط الفكرية والعلمية كعلم معاصر مستقل بكيانه ..

اما علم النفس — كدراسة للسلوك البشري — فهو قديم جدا ، وربما يمتد الى اول مراحل الفكر الانساني عندما بدأ الانسان يفكر وينقب ويحلل ابناء جنسه من البشر ويتساءل عن سر الخليقة وعن الموت والحياة والمرض . فعلم النفس كان موزعا اذن بين الفلسفة والدين والاخلاق والشعر والادب والخرافة والسياسة . لكن الفلسفة والادب لعبا الدور الاساس في تحليل النفس البشرية . ونذكر من الادبـــاء والشعراء : الجاحظ ، ابي تمام والمتنبي وابي العلاء يقول المتنبي :

وعين الرضا عن كل عيب كليلة ولكن عين السخط تبدي المساويا

ويقول ايضا :

الرأي قبل شجاعة الشجعان هـو اول وهـي المحل الثاني

ومن الادباء والكتاب نذكر الغزالي وشكسبير ، وتولستوى ودوستوفسكى والبرتومورافيا ..وغيرهم العشرات من الذين تناولوا تحليل وتفسير السلوك حسب إجتهاداتهم . ودرس الجاحظ (الحيوان) كذلك .

وقبل استعراض تاريخ علم النفس أوكد بأنه لايطابق تاريخ الطب النفساني ، فلكل منهما مجاله وتعريفه الخاص رغم ان التداخل بينهما كثير والعلاقة وثيقة

الى حدود قد يغدو من العسير فصل الواحد عن الآخر . فعلم النفس هو علم السلوك – اى علم النفس(او الروح) وعلاقتها بالعقل والجسم ،اما الطب النفساني فهو تطبيق طبي وعلم دراسة اسباب الامراض النفسية والوقاية منها وعلاجها . لكن الطب النفساني يستعين بعلم النفس بصورة دائمية كما يستعين بالعلوم الطبية الاخرى . لذلك نلاحظ في معظم كتب علم النفس – ان لم يكن جميعها – ان ما تذكره عن تاريخ علم النفس هو ما يتعلق كثيراً بالطب النفساني . وقد بذلت جهدي لان افصل بين الاثنين واقتصر على تاريخ علم النفس ككيان نسبي ، وتركت تاريخ الطب النفساني الى الكتب المختصة في هذا الحقل مثل كتابي (اصول الطب النفساني ، ١٩٧٦) .

وقد وجدت لغرض التبسيط والتوضيح ، تقسيم تاريخ علم النفس الى بضع مراحل تاريخية هي ليست منفصلة او منقطعة عن بعضها، لكنها يمكن ان تلقى اضواء على تطور علم النفس القديم الى علم النفس المعاصر. وهذه المراحل هي :

اولا – المرحلة البدائية الخرافية .
ثانياً – المرحلة الفلسفية الطبيعية.
ثالثاً – المرحلة التطبيقية العربية .
رابعاً – المرحلة الناهضة (قبل العلمية) .
خامساً – المرحلة العلمية (اي علم النفس المعاصر) .

اولا – المرحلة البدائية – الخرافية:

وهي غامضة جداً وتتلخص في كنه مفهوم الانسان للروح والحياة والجسد والخلود . ونستطيع دراسة هذه المفاهيم عن السلوك والنفس بدراسة طقوس وافكار وعادات الحضارات الاولى في وادي الرافدين (سومر وبابل وأكد) وفي اوراق البردي للفراعنة الاوائل قبل خمسة آلاف عام حيث يرد ذكر للعلاقة بين العقل والمخ (او الدماغ)، وفي خرافات واساطير اليونان القديمة، وفي اعتقادات الهنود والصينيين عن الروح وتناسخ الارواح..

ثانيا – المرحلة الفلسفية – الطبيعية:

وتمثل هذه المرحلة ربيع الفكر اليوناني وبداية الحضارة الرومانية، حيث برزت الفلسفة اليونانية والطب اليوناني، وتغلغل اثره في الفكر البشري الى يومنا هذا. وتتميز هذه المرحلة بالتفكير العميق والمدقق في احوال النفس والروح والسلوك وعلاقتها بالجسم، وبالاقتراب من الامور الطبيعية – الفلسفية، أي ربط ظواهر السلوك باعضاء الجسم كما سنرى بايجاز..

فابتداءً بـ (فيثاغوس) pythagorus (القرن السادس ق.م.) كان يقول بعدم فناء الارواح، وانها تدخل اجسام كل الموجودات وهو ما يشابه فلسفة تناسخ الارواح.

و (ديموقريطس) Demokritos (القرن الخامس ق . م.) يرى ان العقل والنفس شيء واحد، وان الكائن مركب من ذرات لاعد لها، وان السعادة تكون بضبط النفس

واعتبر (سقراط) socrates (٤٧٠ – ٣٩٩ ق. م.) ان النفس البشرية موجودة قبل الجسم وان الجسم قالبها ..

اما (افلاطون) plato (٤٢٧ – ٣٤٧ ق. م.) و (ارسطو) Aristotle (٣٨٤ – ٣٢٢ ق. م.) ، فقد كانت لنظريتهما تأثير عميق المدى في الفكر البشري وفلاسفة وعلماء النفس الحديثين: فقد كتب ارسطو عن (الذاكرة)، وان الشيء يذكرنا بشيء آخر اما لشبه به او لفارق عنه، او لاتصاله وتماسه معه. وهذه الشروط الثلاث للتذكر دعاها بعدئذ فلاسفة المدرسة الانكليزية في القرنين الثامن والتاسع عشر بـ(قوانين الترابط) Laws of association . واعتبر ارسطو ان النفس جوهر وانها والجسد حقيقة واحدة . وقال بخلود النفس بعد الموت وانها وجدت مع البدن وليس قبله ، ولكنها تبقى بعده – فهي (ابدية) .

اما افلاطون فكان يعتقد بأن النفس (ازلية) قديمة نزلت لتحل في الجسم وتتعرض لجهاد ورياضة . تهبط اولا ثم ترتفع وتسمو بعد انفصالها فتصبح عندئذ ابدية. وكان افلاطون قد قسم العالم الى عالمين : روحي ازلي، ومادي جسدي . وبعد ان تنزل الروح لتحل في الجسد تنشأ عنها وتتفرع ثلاثة انواع من النفوس .

أ— النفس العاملة ومركزها الرأس، وهي العقل.

ب— النفس العصبية ومكانها القلب.

جـ— النفس الشهوانية وموضعها البطن.

وجاء (ابيوقرط) Hippocrates ابو الطب (٤٦٠ — ٣٧ ق.م.) ليؤسس النظرية العلمية الطبيعية في السلوك(والمرض). فقد ربط العقل بالجسم ، وربط بنية المخلوق بشخصيته ، وتقدم بنظريته عن الاخلاط او الامزجة humours أي أنه بدأ علم نفس الفوارق باعتبار ان الافراد يختلفون في طباعهم حسب السوائل السائدة والدائرة في اجسامهم. فاضطرابات السلوك ترجع الى العقل وليس الى ظاهرة روحية غيبية.

وكان (جالينوس) Galen (١٣١ —٢٠١م) قد طور نظرية الاخلاط هذه بحيث صنف الناس الى أربعة أصناف حسب اخلاطهم وهي :

أ— الشخصية الدموية Sanguine

ب— الشخصية البلغمية Phlegmatic

جـ— الشخصية الصفراوية Choleric

د— الشخصية السوداوية Melancholic

وعزا ذلك الى تغلب وسيادة سائل دموي او بلغمي او صفراوي في جسم ذلك الانسان مما يؤثر في استجاباته وسلوكه . فالدموي مرح والسوداوى متشائم منعزل.. الخ. ولا بد من القول ان نظريته هذه اثرت في نظريات الاطباء العرب.. كما انها اساس نظرية (كريتشمر) في الشخصية . ويعتبر جالينوس حقاً مؤسس علم الفسلجة التجريبي والفوارق الشخصية .

ثالثا ـ المرحلة التطبيقية ـ العربية

وبظهور العقيدة الاسلامية وسطوع الحضارة العربية ، استطاع المفكرون والحكماء والفلاسفة والاطباء العرب تطوير الفلسفة الاغريقية وادخلوا عليها الصبغة التطبيقية والاخلاقية والدينية والاجتماعية. فلا يمكن القول كما يدعي بعض المستشرقين ومفكري الغرب المغرضين بان الفكر العربي والاسلامي هو استنساخ للفكر اليوناني ، بل انه امتداد حضاري فكري مع تطوير ملحوظ.

ففي مسألة الروح والنفس والجسد والسلوك قال سبحانه وتعالى: (الله يتوفى الانفس حين موتها) (١).. اي ان النفس الاولى تزول بزوال الحياة، مثلما قال احد مفكري العرب: (اذا نام النائم قبض الله نفسه، ولم يقبض روحه) وقال ابن سيده(ان بين النفس والروح فرق).وقال (ابو اسحق): النفس في كلام العرب يجري على ضربين: أحدهما قولك (خرجت نفس فلان أي روحه..)و(في نفس فلان ان يفعل كذا..) اي في روعه. والضرب الاخر في معنى النفس (جملة الشيء وحقيقته) فتقول فلان قتل نفسه وأهلك نفسه أي اوقع الهلاك بذاته كلها وحقيقته. والقول (لأعلم مافي نفسك) أي لاأعلم ما تضمر وما حقيقتك ولا ما عندك.

اذن فعند الاسلام الحنيف وضحت الفوارق بين الروح والنفس. وربما هي ان الروح اصل النفس ، اما النفس فمحددة بالعقل والذات والارادة . وفي كتاب الله الكريم آيات متعددة تشير الى ذلك: (ولا تقتلوا أنفسكم..)(٢) (ومن قتل نفساً بغير نفس او فساد في الارض فكأنما قتل الناس جميعاً..)(٣) كما أوضح القرآن الكريم مسؤولية الاعمال والسلوك: (ونفسٍ وما سواها، فالهمها فجورها وتقواها.. قد أفلح من زكّاها وقد خاب من دسّاها) (٤)

(١) الزمر : ٤٢
(٢) النساء : ٢٨
(٣) المائدة : ٣٥
(٤) الشمس : ٧

و(بل الانسان على نفسه بصيرة ولو ألقى معاذيره..) (١) اما الروح فهي من امر الله ..

والغزالي (توفي في ١١١١ م) يفرق بين الروح والنفس اذ ان لكل منهما مفهوماً (مثلما جعلها القرآن حقيقتين)، وجعل النفس عاقلة. وبهذا امتاز ألانسان على الحيوان. فالحيوان جسم وروح بينما الانسان جسم ونفس وروح، فكأن الروح شعلة الحياة والنفس جوهر قائم بذاته. وفي كتابه (المنقذ من الضلال) يتبع اسلوب التأمل الباطني (الاستبطان) لدراسة احوال النفس وحوافزها وقد عاد الى دراسة «الظاهرة» والى الفصل بين الملاحِظ والملاحَظ. ويصنف الغزالي دوافع السلوك الى أربعة :

الطعام والجنس والمال والجاه (اي السيطرة). واساسها غريزة الطعام اذ تتفرع الثلاثة البقية عنها ويسميها الغزالي «شهوة البطن» . فالخروج عن الاعتدال او الميزان الصحيح (بين الافراط والتفريط) يسبب المرض النفساني. ووصف الغزالي العلاج بالجوع وغض البصر والاشتغال بشيء يستولى على القلب. وفي كتابه (الاحياء) مباحث عن الخوف والرجاء والحقد والحسدوالكبر والغضب والعداوة بأسلوب ومنهج علمي مما يعتبر دراسة للانفعالاتوالسلوك. وقد قيل بحق ان الامام الغزالي هو مؤسس لعلم النفس الاسلامي ..

وقد اتبع (ابن سينا) Avicenna (٩٨٠ — ١٠٣٧م) فلسفة ارسطو بقوله ان النفس حادثة مع حدوث البدن فما يصح ان يكون وجودها سابقاً لوجوده .. ولابن سينا جولات في قضايا نفسية علاجية ، وعلاقة النبض بالانفعالات، وله كتاب (شفاء النفس) عدا كتبه الفلسفية .. و(القانون في الطب) الشهير.

اما الرازي Rhazes (٨٦٤ — ٩٣٢م) الذي سبق ابن سينا في قضايا الروح والنفس فقد اشار الى ان : (مزاج الجسم تابع لاخلاق النفس) وله

(١) القيامة : ١٤

كتاب في (الطب الروحاني).وقد كتب الجاحظ والفارابي عن النفس ايضا..

وقد درس (اخوان الصفا) النفس والعقل، واشاروا الى ان النفس الازلية تصير الى العقل المفكر وان كانت مرتبطة بنفس العالم.

ولا يفرق (ابن مسكويه) (ت ١٠٣٠م) بين النفس والعقل ويراهما شيئاً واحدا، وكأن العقل قوة من قوة النفس ومظهراً من مظاهرها ولها وظائف الفكر والغضب والشهوة..

وكتب (ابن قيم الجوزية) (ت ١٣٥٠م) عن الروح والنفس والاخلاق، وعن الاذكياء والاغبياء.

اما (ابن خلدون) (١٣٣٢ – ١٤٠٦م) المفكر الاجتماعي، فقد اشار الى ان الاصل في الادراك هو المحسوسات، وان جميع الحيوانات من الناطق وغير الناطق مشتركة في هذا الادراك الحسي، ولكن الانسان يتميز عنها بادراك «الكليات» وهي مجردة من المحسوسات. وهذا بأعتقادنا هو جوهر مدرسة (الجشتالت) في علم النفس الحديث.

اذن فان العلماء والحكماء المسلمين والعرب درسوا السلوك الانساني والنفس البشرية وطبقوا دراساتهم عملياً في ممارسة شفاء النفس وكتبوا عن الجنس والحب والشهوات والانفعالات، كما عالجوا القضايا الاجتماعية المؤثرة في السلوك.

رابعا – المرحلة الناهضة (قبل العلمية)

من الاندلس...وعن الشرق العربي الاسلامي، ومن فلاسفة واطباء العرب انتقل الفكر الحضاري الى اوربا والعالم الغربي .. وبدأت هناك حقبة التنوير ثم مرحلة النهضة. وفيها ظهرت محاولات واجتهادات فلسفية وعلمية كان لها دور في تطوير علم النفس الحديث نذكر ابرزها :

فقد جاء (ديكارت) Descartes (١٥٩٦ – ١٦٥٠م) بفلسفته التي احدثت اثرها في علم النفس والسلوك. فقد اعتبر الجسم (مادة) منفصلة عن

النفس (او الروح)، وان النفس هي قوة التفكير والشعور . وأعتبر الانسان أشبه بالماكنة او الآلة يستجيب لكل جزء فيها لحوافز خارجية او داخلية كرد فعل انعكاسي ... فديكارت هو أول من اشار الى المنعكسات العصبية nerve reflex ، وطبق المعلومات الفيزيائية على السلوك. وفسر منعكسات الجسم تجاه حوافز الاحاسيس والمشاعر بوجود سائل يجري في الاعصاب التي هي أشبه بالانابيب المنتشرة في الجسم والمؤدية اخيراً الى الدماغ ومنه الى العضلات ليحركها كمنعكس آلي. واعتبر ديكارت النفس موجودة في الدماغ وهي التي تدخل في المنعكسات العصبية، بينما الحيوان مجرد من الروح فأفعاله آلية اما روح الانسان فهي التي تفكر، وهي غير مادية. ان فلسفة ديكارت فصلت من جديد بين النفس والجسم، كما فصلت علم النفس عن الفلسفة وادخلته في عداد العلوم الفيزيائية والمادية ..

وكان الفنان (بوتشيللي) الايطالي (١٤٤٧ — ١٥١٠م) قد ادخل علم النفس الى الادراك الحسي الجمـالي وتذوق المظاهر الجمالية aesthetics مثل الموسيقى والتصوير والادب والتمثيل والرياضة ، اذ اشار الى ادراك تأثير الخطوط على المزاج كما يستدل على ذلك من طريقة تصفيف الشعر في صور الاشخاص في رسومه ونحته.

ومنذ أواخر القرن السابع عشر وحتى أواخر القرن الثامن عشر بدأت مدرسة فكرية هامة في انكلترا دعيت بالفلسفة الترابطية وضمت سلسلة من المفكرين والفلاسفة الانكليز ابتداء من (هوبز) Hobbes الى (لوك) locke و(هيوم) Hume (فسبنسر) Spencer ، ة (بيركلي) Berkely . واذا تجاوزنا عن التفاصيل والاختلافات الدقيقة بينهم ، فان (الترابطية) associationism عالجت مسألة التفكير والتعلم على اساس الترابط والعلاقات بين الاشياء والافكار او التجارب. فالترابط هو محور العمليات العقلية او نشاط الدماغ . فالمعرفة تأتي من التجربة، والتجربة هي التي تخلق الرابطة او تكشفها،والرابطة تجذب الافكار الى بعضها. ولكن الافكار قد تتجاذب او تتنافر ايضاً. اما اهم عنصر

لترابط الافكار والتجارب والذكريات والرموز فهي القرب والتماس والتشابه. ان الفلسفة الترابطية تعد الاساس لكل نظريات الترابط والتعلم في علم النفس الحديث .

واعتقد (غال) Gall (١٧٥٨ – ١٨٢٨م) بأن علم الفراسة للدماغ ودراسة التشريح الوصفي للرأس Phrenology يساعد على تقييم مواهب الفرد حسب شكل وانحناءات الجمجمة التي تدل على ما تحتها من تقسيمات ومناطق الدماغ وتعتبر هذه المحاولة (التشريحية) خطوة حسية – علمية لدراسة الفوارق بين شخصيات الناس رغم ثبات خطئها بعدئذ.

ومن احداث تاريخ علم النفس المهمة ظهور نظرية التنويم المغناطيسي Hypnotism على يد الطبيب السويسري (فريدريك ميزمر) F.A.Mesmer (١٧٣٤ – ١٨١٥م) . ففي عام ١٧٨٥ م تقدم بفرضية تجمع بين علم التنجيم (الميتافيزيقي) astrology وعلم الجاذبية والكهربائية المكتشفتين حديثاً آنذاك. فافترض وجود سائل خفيف (سماوي) ينتقل من القوى الكونية العليا وكائناتها الى اجسام الحيوانات فالبشر ، وان السلوك يتأثر بهذه القوى المغناطيسية التي سماها (المغناطيسية الحيوانية) animal magnetism . وحاول التأثير في سلوك الانسان بهذه القوة المغناطيسية عن طريق التنويم (بادوات او بايماء اليدين والاصابع). ودعيت نظريته بال (الميزمرية) Mesmerism والتي استغلها الكثير من الدجالين والمشعوذين ، وكادت ان تندثر حتى برزت من جديد اهمية (التنويم) العلمية Hypnosis على ايدي العلماء شاركو وجانيه وبروير وفرويد، ثم اصبح التنويم المغناطيسي بعدئذ في خدمة الاغراض الطبية العامة . لكن النظرية التي استند اليها (ميزمر) تلاشت لعقمها وعدم ثبات تفسير اصولها .

وكانت فلسفة (كيركجارد) في الدانمرك و (هسرل) بداية الفلسفة الوجودية وعلم الظاهراتيه Phenomenology حيث اعتبر الانسان محور الوجود ، وان مايدركه هو الحقيقة .. فالظاهرة هي حقيقة الشعور.

خامسا ـ المرحلة العلمية :

منذ القرن الثامن عشر وعلوم الكمياء والفيزياء والطب والفسلجه تنتعش وتتقدم ، وهكذا بدأ علم النفس يستفيد من هذا التقدم في العلوم ليطور نفسه ويتفهم المزيد من سلوك الانسان .. وبدأت المرحلة العلمية لتكون حجر الاساس لمدارس علم النفس المعاصرة. والحقيقة ان علم النفس الحديث بدأ منذ النصف الثاني للقرن الثامن عشر بالتجارب الفيزيائية والفسلجية في الحركة والاحساس وتفسير البصريات من (هيلمهولتز) Helmholtz (١٨٢١ ـ ١٨٩٤م) ، الى (مولر) Muller (١٨٠١ ـ ١٨٥٨م) . وبرز (شيرنجتون) Sherrington و (لاشلى) Lashley ثم (بروكا) Broca (١٨٢٤ ـ ١٨٨٠م) في علم الفسلجة ووظائف الجهاز العصبي وعلاقة السلوك بالاحساس والمنعكسات العصبية ومراكز المخ.

ويبدوان عام١٨٦٠م كانبداية مرحلة علمالنفس التجريبي المنسق والمستقل، وكان على يد علماء نفس المان. فقد نشر العالم (فيخنر) fechner (١٨٠١ ـ ١٨٨٧م) كتابه عن (مبادىء علم النفس الفسلجي). وكانت اهتماماته ميتا فيزيقية بدأت من تفسير الروح والمادة والكون حتى انتهت الى الاحساس والمنبهات (من صوت وضوء ووزن) اي الى مجال الفيزياء المادية .

وتبعه(فيبر) Weber (١٧٩٥ ـ ١٨٧٨م)الذي اعلن عنتجاربه ومعادلاته، ثم ظهر العالم (فندت) Wundt (٨٣٢ ـ ١٩٢٠م) واعلناستقلال علم النفس التجريبي عن الفلسفة، وأسس أول مختبر نفساني تجريبي في (لايبزج). وكان (فيبر) مهتماً بقياس الاحساس والاعتماد على تحليل مكونات الشعور.. اما (فندت) فكان مؤسس مدرسة علم النفس التركيبي، فدرس الشعور ونشر عام ١٨٧٩ مجلة أسماها (دراسات فلسفية) ، وكان لايزال يحتل آنذاك منصب استاذ الفلسفة وتتلمذ عليه (تيتشنر) و (كاتل).

وفي روسيا كـــان بافلوف وبيختريف يجرون ابحاثهم في علم النفس الفسلجي، اما في فرنسا فكان (جانيه) و (شاركو) يحاولان تفسير بعض الامراض

النفسية كالهستريا. وفي فرنسا ايضاً بدأ (بينيل) Pinel حملته من اجل معاملة انسانية للمرضى النفسيين، بينما كان (بينيه) Binet يدرس الذكاء عند الاطفال وطرق تعليم وتربية الاطفال المتخلفين عقلياً.

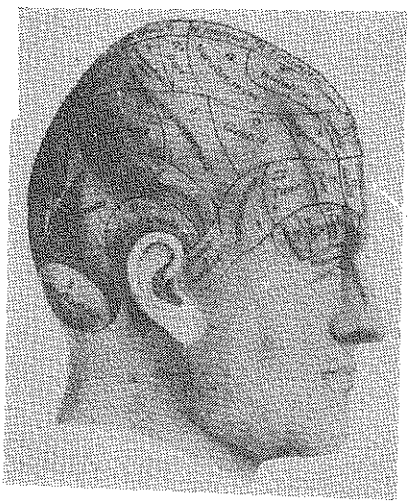
وهكذا، وفي أواخر القرن التاسع عشر ظهرت ملامح بارزة لمدارس علم النفس المعاصرة — التي ستتطرق اليها في آخر الكتاب — ، لكن دخول علم النفس في المرحلة العلمية يمكن أن نميزه بالخصائص التالية :

١ — تبنيه المنهج العلمي كلما أمكن ذلك .

٢ — توخيه هدفاً وغاية في كل دراسة أو بحث .

٣ — اختباره الفرضيات التي سبق أن وضعتها الفلسفة .

٤ — الاستعانة بالتجارب الحيوانية إضافة الى الانسانية، فكان ذلك بداية



صورة —(١)— تبين محاولة العالم (غال) لاستخدام علم (فراسة الدماغ) لفهم المقدرات العقلية

٥ ــ الاستعانة والتعامل مع علم الفسلجة ووظائف الجهاز العصبي، فكان ذلك بداية علم النفس الفسلجي .

واذا كان لنا أن نصيف شيئاً آخر الى تاريخ علم النفس ــ وعلم النفس الاجتماعي في الاخص ــ ، فإن علم الاجناس البشرية (الانثروبولوجي anthropology والثقافات العرقية القديمة ، ethnology قد أحدث تأثيره الملحوظ في الدراسات والنظريات الجديدة لمدارس علم النفس وفروعها اذ كشفت هذه البحوث عن مفهوم السلوك في اطار الثقافة والجماعة وعن مفهوم الشذوذ والسواء ،وعن تأثير العوامل الثقافية في استجابات الانسان وتفكيره وانفعالاته . فدراسات (فريزر) Frazer و (مالينوفسكي) Malinowski و (روث بندكت) R.Benedict و (مرجريث ميد) M.Mead كونت رافدا غنياً لعلم النفس الحديث .

البـــاب الثـــاني

- ـ الفصل الاول :

علم النفس : طبيعته ، مناهجه وأبحاثه ، ميادينه

- ـ الفصل الثاني :

السلوك واساسه البيولوجي

- ـ الفصل الثالث :

التطور النفسي

الفصل الاول

علم النفس : طبيعته، مناهجه ، ابحاثه، ميادينه .

طبيعة علم النفس :

بعد أن استبعدت الفلسفة عن علم النفس ، أصبح محور علم النفس سلوك الانسان (والحيوان). ومن التعاريف الدارجة والمقبولة حالياً نذكر :

ـ «هو العلم الذي يدرس السلوك والعمليات العقلية»

ـ «هو دراسة النشاط العقلي ..»

ـ «هو العلم الذي يدرس الحياة النفسية من مشاعر وأحاسيس وميول ورغبات وأفعال ..»..

وبتقدم الحضارة وتعقد المدنية الحديثة اتسعت مجالات علم النفس واهتماماته وتشعبت فروعه لتتناول مرافق الحياة المختلفة وتدرسها وتحل مشاكلها ، فلم يبق من علم النفس العام general Psychology إلا الإطار العام الشمولي الذي يتناول الموضوع لأغراض التعليم والتعريف به .

وعالم النفس psychologist هو الشخص المختص في أحد ميادين علم النفس المتعددة ، ومؤهلاته أولا شهادة جامعية أولية في علوم التربية وعلم النفس أو الأدب والاجتماع أو علوم الأحياء، أي انه لايشترط أن يكون طبيباً ، فالطب يشترط فقط في اختصاص الطب النفساني psychiatry

ويؤثر علم النفس في حياتنا بما يستخلصه من نتائج عن معرفتنا بالسلوك البشري أو الحيواني ، وبتطوير العلوم البيولوجية والطبية والقوانين والأنظمة والسياسة العامة في تنظيم وتوجيه التربية والتعليم والخدمات العامة ، والمفاهيم الاخلاقية أو المعتقدات والاعتبارات السائدة والقديمة لأنه يدرس المسائل الماضية القديمة كما يدرس المسائل الحديثة والمستجدة التي تبرز من حين لآخر، فهو يجيب على تساؤلات كثيرة تراود كل مفكر : لماذا يحب الانسان ؟ ولماذا يكره ؟.. ولماذا يقتل ؟ أو ينتحر ؟.. وكيف ينام أو يسهر .. ، أو ينسى

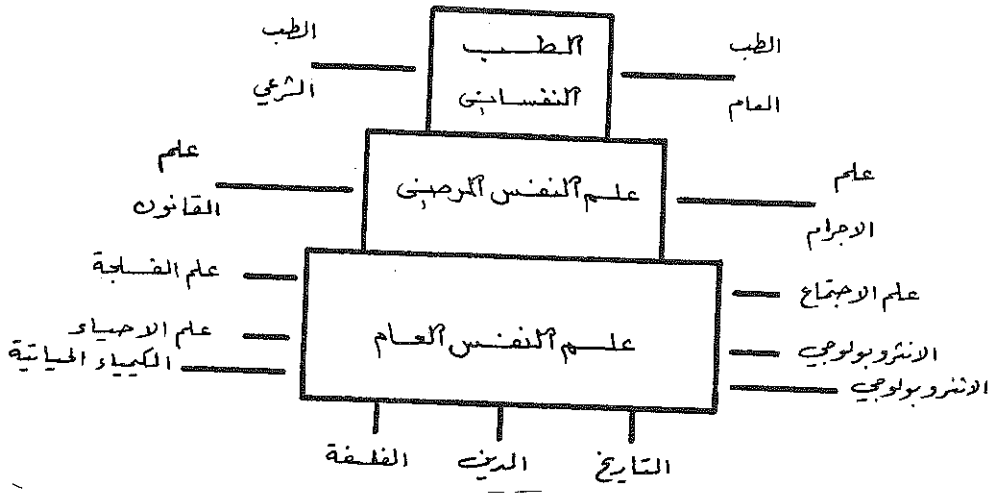
ويتذكر ..، أو يمرح ويكتئب .. ، ويطلق ويتزوج ؟.. ولماذا ينحرف الطفل أو يصاب بسلس البول أو يسرق أو يكذب أو يخاف ويترك المدرسة . وما هو تأثير التلفاز على سلوك الطفل ، وكيف تؤثر الوراثة في الذكاء ؟ .. وكيف نفسر الادمان والجريمة والشذوذ الجنسي . وماذا عن الظواهر الخارقة من تنبؤ أو قراءة أفكار ؟.

وهكذا نجد أن علم النفس بدراسته لشتى مجالات حياة الانسان (والحيوان) يستمد معرفته وأصوله من دراسات لعلوم أخرى ضرورية له ومصادر غنية مثل : علم الاجناس البشرية (الانثروبولوجي) anthroplogy ، والثقافات العرقية القديمة (الاتنولوجي) ethnology ، وعلم الاجتماع Sociology والاقتصاد economics ،والسياسة Poilitics والدين Religion والثقافةالمحلية Culture (والتي تشمل مفهوم التقاليد Traditions والعادات Habits والأخلاق السائدة Ethics ، والمبادىء والعقائد Doctrines والاعراف والاعتبارات Conventions ، والمثل السامية Ideals) كذلك يحتاج علم النفس الى علوم الفسلجة Physiology والحياة biology وشيئاً عن الكيمياء الحياتية biochemistry . والمخطط رقم (٢) يوضح علاقة علم النفس العام (السوي) بعلم النفس المرضي Psychopathology ، وبالطب النفساني psychiatry ويبين مدى الروابط العلمية بين هذه العلوم المتقاربة (والمتداخلة) بالعلوم الطبيعية والانسانية الاخرى .

وللتبسيط فقط يمكن تشبيه موقع علم النفس من الطب النفساني كموقع الفسلجة من علم الامراض والطب ، أما الحقيقة ، فإن علم النفس ، وعلم نفس الشواذ هو أوسع قاعدة وأكثر تفرعاً وارتباطاً بالطب النفساني من ارتباط الفسلجة بالطب .

كيف ندرس علم النفس؟

هنالك بضعة سبل لدراسة السلوك وتفسيره ، ولذلك فإن الظاهرة الواحدة يمكن معالجتها من زوايا مختلفة وبأساليب متفرقة . ولكل اسلوب «فلسفة



مخطط (٢) – علاقة علم النفس بالعلوم الاخرى

ونظرية»، لكنها لاتعتبر منفردة ومستقلة تماماً عن غيرها ، بل يمكن القول أن كل منهج يركز على ناحية من السلوك أكثر من غيره .ولا توجد طريقة (خاطئة) وأخرى (صائبة) صرفة ، لأنها جميعاً تكمل الواحدة الاخرى وتساعدنا على فهم النفس البشرية . كذلك يمكن استعراض طرق ومنهاج دراسة علم النفس بما يلي :

مناهج علم النفس :

يستمد علم النفس دراساته باتباع بضعة مناهج هي :

اولا – بالعلوم العصبيه البيولوجيه Neurobiological Sciences

حيث أن سلوك الكائن الحي وتجاربه مرتبط بنشاط الدماغ والجهاز العصبي وأجهزة الجسم الاخرى ، فإن دراسة فسلجة الجهاز العصبي وما يؤثر فيه من عوامـــل وظروف وأسباب تغيير أحواله تساعدنا على فهم السلوك .

وإذا ما لاحظنا الظروف والأحوال الطبيعية أو التجريبية التي نهيئها نحن إستطعنا تسجيل وربط وفهم الآليات العقلية والاستجابات الفسلجية والقوى الفكرية والجسمية المختلفة . ويمتد هذا المنهج إلى حدود اجراء تجارب منوعة وعديدة على الحيوانات ، أو ملاحظة مايحدث لدى الانسان من تغيرات سلوكية أثناء بعض الاصابات أو الامراض أو العمليات الجراحية على الدماغ.

ثانيا – بالعلوم السلوكية Behavioural sciences

بما أن علم النفس يدرس السلوك : كأن يدرس كيف يتناول الشخص فطوره ويمتطي دراجته ويتكلم ويضحك ويبكي ..، فإن دراسة هذه العمليات من الخارج – أي بالملاحظة الموضوعية – بدل دراستها من الداخل هو أسلوب آخر لمعرفة السلوك ،وهكذا اعتقد العالم(واتسون) Watson مؤسس المدرسة السلوكية منذ عـام ١٩٠٠م .. behaviorism التي ترتكز على معادلة أساسية بسيطة هي أن الحافز يؤدي إلى استجابة ،أو الفعل إلى رد فعل .وطور ذلك العالم (سكينر) Skinner (تولد ١٩٠٤، استاذ جامعة هارفرد) بتجارب شهيرة على الحيوانات ، وأصبحت السلوكية منهجاً في علم النفس يدعى : (علم نفس الحافز والاستجابة) Stimulss-response psychology – لكن العلوم السلوكية الآن أصبحت أوسع من مجرد معادلة انعكاسية آلية ، وضمت مجموعة من وجهات نظر ونظريات علمية وسعت المفهوم الضيق القديم ، فأدخلت الى الحافز والاستجابة عدة عوامل انفعالية ودوافعية وفكرية ، ثم امتدت الى دراسة أبعاد الشخصية .

ثالثا – المنهج الادراكي (المعرفي) Cognitive

وهو المنهج الذي يعارض كون الانسان مجردمستقبل سلبي للحوافز بل انه يمتلك عقلاً يتعامل بالمعلومات التي تصله فيحولها الى أشكال وأصناف . فالاحساس الذي يدخل إلى عقلنا عن طريق الحواس (كالضوء الى العين مثلا ..) هو حافز مادي لكنه بعد أن يدخل العقل يتحول بسلسلة عمليات

عصبية ادراكية الى «معرفة» نظرية أو حسية — من قراءة وخزن وتذكر — ، ثم ماذا عن المشاكل والعقبات التي تعترض الانسان في حياته والتي يحلها بالتفكير والفطنة والمنطق ؟..

هذا المبدأ في دراسة علم النفس جاء مضاداً للنظرية السلوكية وموضوعيتها المتزمتة التي تنفي الحياة العقلية والفكر الاستبطاني introspective والتي هي محور إهتمام المنهج الادراكي .فالاسلوب الادراكي يشبه العقل بالعقل الالكتروني الهائل (الكومبيوتر) Computor الذي يبرمج ويحل الرموز مع اختبارات متعددة تفوق جداً أي كومبيوتر معروف الى الآن كما يقول العالم النفسي (كينيث كريك) K. Craik

رابعا — منهج التحليل النفسي Psychoanalytical :

وهو الاسلوب الذي ابتكره (فرويد) وتلامذته. وتعتمد طريقة التحليل النفسي على دراسة مجموعة كبيرة من المرضى النفسيين، وليس على تجارب مخططة .لكن هذه النظرية أثرت في علم النفس الحديث، فهي تستند على افتراض وجود (اللاشعور) بجانب الشعور في الحياة العقلية ، وعلى وجود دوافع للموت والحياة والجنس اصلها نوازع فطرية وغرائز. كما تعتمد على تفسير حيوي (دينمي) Dynamic ومنطقي لظهور المرض النفسي او السوي بسبب الكبت او بعض الآليات العقلية ذات المعنى والمغزى. وهذه المدرسة الدينمية في علم النفس استقطبت الكثيرين من العلماء. وكان من الرواد (ادلر) و(يونج) وتلامذتهم الذين تبنوا اساليب أخرى لتفسير السلوك والدوافع، لكنها تلتقي جميعاً في ان السلوك هو حاصل ونتيجة دوافع نفسية ذاتية تكونت في مرحلة الطفولة او بعدها. ولا تعتبر الانسان مجرد آلة مستقبلة مستجيبة لحوافز الية كما لاتعتبره مجرد قوة ذهنية مثالية، ولكنه كائن حي ذو اهداف متطورة تسعى الى اللذة او الجنس او تحقيق الذات او السيطرة والنجاح، وهي دوافع تؤثر في اليقظة (حالة الشعور) وفي الحلم (حالة اللاشعور) . فالسلوك له مغزى واضح او رمزي وليس مجرد عادة واستجابة. والمغزى هو دينمية السلوك البشري .

وسنجد تفاصيل نظرية التحليل النفسي في فصول قادمة متفرقة، كما ستتطرق اليها في موضوع مدارس علم النفس.

خامسا : – الاسلوب الانساني Humanistic :

يؤكد هذا المنهج على الشعور والتجربة الذاتية، اي بما يحسه الفرد ويفسره هو من احداث تبدو له ظاهراً كحقيقة واقعة وهذا هو جوهر «الظاهراتية» في دراسة علم النفس Phenomenology . فما يبدو للانسان ويدركه ويفسره هو الحقيقة التي يجب على العالم النفسي فهمها وتقصمها ودراستها، وان تلك هي خير طريقة لدراسة الطبيعة البشرية . فبدلا من افتراض ان السلوك (آلي) حسب وجهة نظر السلوكية، او انه يسير وفق تأثير اللاشعور والكبت حسب وجهة نظر الفرويدية، فان المنهج الانساني تعتبر الانسان هو مركز الوجود وهو صاحب (الارادة الحرة) Free Will ومسؤول عن افعاله وسلوكه وليس مفعولا او مسيراً متأثراً بقوى خارجة عن ارادته، فهو الفاعل الايجابي الذي يتحكم بمصيره. وهذا مايضاد الحتمية Determinism التي تتخلل نظرية التحليل النفسي ، كما انها لاتعتمد على الاسلوب العلمي في دراسة العوامل والمتغيرات النفسية التي توجه السلوك او تتنبأ بما يمكن حدوثه مستقبلا.

فوجهة النظر الانسانية الظاهراتية تعتمد على فهم الانسان وحده وعقليته الداخلية وتجاربه الذاتية، لان الانسان لايخضع للتجربة والتنبؤ مثل الحيوانات التجريبية المختبرية، بل ان سلوكه يتضح من خلال فهمه وادراكه للحياة وعلى اللحظة الآنية للتجربة والموقف .

وقد سمى المنهج بالانساني لعدم موافقته على التجارب الحيوانية وتركيزه على الانسان كنواة للوجود يدفعه للحياة والنمو و (تحقيق الذات) Self-actual ization وسنجد كيف انتقلت هذه المفاهيم الى اسلوب في العلاج النفسي دعى بالاسلوب النزالي encounter group للجماعات العلاجية ، كما انتقل المنهج الى طرق تصوفية وغيبيّة ، وابتعد عن اى منهج علمي بل على حل المشاكل كما هي وتقوية قابليات الانسان .

ميادين علم النفس :

في خلال حقبة قصيرة من تاريخ علم النفس المعاصر توسعت ميادين ابحاثه واهدافه وخدماته ، واصبح علماء النفس اليوم يعملون في شتى المجالات : من جامعات ومدارس ومستشفيات وعيادات ومعاهد ومصانع ومراكز ابحاث ومحاكم وخبراء في اجهزة الجيش والأمن والشرطة . ومن علم النفس العام الذى كان البداية والأم في علم السلوك تفرعت منه الاختصاصات الدقيقة . ويمكن تقسيم ميادين علم النفس الى مايلي :

١ ــ علم النفس الفسلجي Physiological Psychology

ويبحث في مدى علاقة وارتباط العمليات والانشطة البدنية المختلفة (الفسلجية) للكائن الحي بسلوكه ــ اى بروابط الوظائف الفسلجية البيولوجية بالظواهر السلوكية ، مثلا : كيف تؤثر الهرمونات الجنسية في السلوك ، ماهو تأثير بعض العقاقير المخدرة والمسكنة على الذاكرة او تنظيم العمليات العقلية ، واى منطقة من الدماغ تدير الكلام والكتابة والذاكرة والشهوة والجوع .. الخ ، وماالذى يطرأ على الجهاز العصبي في الحالة كذا من الشعور او الظروف المناخية ..

٢ ــ علم النفس التجريبي : Experimental Psychology

وهو الذى يستخدم وسائل تجريبية (مختبرية) في دراسة سلوك الكائن الحي ، مثل استجابة الفرد لحافز او مؤثرات معينة في ظروف معينة . وتتعدى هذه الدراسة الى الحيوانات التجريبية حيث تصبح التجارب قياسية ودقيقة وهكذا نجد علاقة بين علم النفس التجريبي وعلم النفس الفسلجي وعلم النفس الحيواني animal psychology . ونستطيع الاستنتاج ان استعمال اصطلاح (تجريبي) غير دقيق لان معظم مجالات علم النفس الحديث الان هي تجريبية ، وربما الاصح الاقتصار على تسميته بعلم نفس الحيوان .

٣ – علم النفس التطبيقي : applied psychology

هو استخدام الاسس والاصول في علم النفس ونتائج ابحاثه في الاغراض التطبيقية العملية لخدمة الانسان ومجتمعه – أى الانتقال بعلم النفس النظرى – المختبرى الى مجالات الحياة العملية في المصنع والمزرعة والجيش والاعلام والصحة النفسية . فعلم النفس الحديث – مثل بقية العلوم التقنية – يساعد على حلول مشاكل وتسهيل امور حياتية اجتماعية .

فدراسة الحواس والالوان مثلا يساعدنا على معرفة اي الالوان اكثر وضوحاً للسائق لتريحه في الطرقات العامة وفي الليل او النهار ليكون على دراية وانتباه لاشارات المرور .. الخ .

٤ – علم نفس النمو والتطور Developmental psychology

وهو الذى يدرس نمو الانسان والعوامل التي تؤطر السلوك وتصوغه من الولادة حتى الشيخوخة . ويتضمن ذلك دراسة قابلية معينة فيه كتطور اللغة وتغيرات نمو الطفل في حقبة من الزمن : في الروضة او المراهقة ..الخ. لذلك يدخل ضمن هذا الميدان علم نفس الطفل Child psychology ، فالطفل هو والد الرجل ، ودراسة نمو الطفل النفسي تلقي الاضواء على كيفية تكامل شخصية الدماغ .

٥ – علم النفس الاجتماعي Social Psychology

هو امتداد لعلم نفس النمو لأنه يدرس العلاقات الاجتماعية اثناء النمو في الاسرة والمدرسة والمجتمع – أى النمو في اطار الابوين والاخوة والزملاء والناس عامة ، ودراسة التلاحم والتفاعل في علاقات الانسان مع الاخرين هو الذى يؤثر في تغيير وتقرير استجابته وسلوكه واتجاهاته . ويهتم علم النفس الاجتماعي بروحية الجماعة – فهو علم النفس الجماعة وسلوكها ، ومنها يمتد إلى دراسة الرأى العام والاحصائيات العامة واتجاهات الجمهور نحو ظاهرة معينة ، وعوامل الاقتصاد والسياسة والفن والمسرح ، ويدرس الظواهر

الاجتماعية الطارئة او السائدة مثل الانتخابات .. والحروب والازمات والاضطرابات، ويدخل ضمن ذلك دراسة تأثير الدعاية والاعلام في السلوك العام والتحولات وعوامل التكييف والمواءمة مع الاعراف والتقاليد والعادات وكذلك دراسة الحركات العدائية والعنف والتعصب والتطرف والتحيز بين شتى الجماعات البشرية مثل : العائلة .. والجمعية .. والحزب .. والمدرسة ومحل العمل .. والطائفة الدينية .. والجمهور عموماً .

٦ ـ علم نفس الشخصية Personality Psychology :

وبما ان الشخصية هي حصيلة النمو والتفاعل الاجتماعي فان علم نفس الشخصية يستمد اصوله من ويشترك مع علم نفس النمو وعلم نفس الاجتماعي في دراسة تكوين الشخصية وظروف وعوامل سماتها وطباعها وانماطها . فهو يدرس الفوارق الشخصية .

٧ ـ علم النفس السريري (الاكلينيكي) Clinical Psychology :

وهو علم نفس تطبيقي في مجال الطب النفساني ـ أى استخدام علم النفس كأداة سريرية مساعدة لأغراض فحص وتقييم وعلاج المرضى النفسانيين بالوسائل التالية :

أ ـ في إكمال وتدقيق وتشخيص المرضى النفسيين والاضطرابات السلوكية

ب ـ في إجراء الفحوصات النفسية لشخصيات المرضى وقياساتها .

جـ ـ في إجراء الفحوصات النفسية لقياس ذكاء المرضى وانجازاتهم .

د ـ في إجراء البحوث النفسية على المرضى من اجل تطوير فهمنا لحالات المرضى وسلوكهم في ظروف معينة .

هـ ـ في ادارة العلاج النفسي الذى هو جزء من الطب النفساني .

و ـ في تقديم الخدمات النفسية المذكورة اعلاه في وحدات الطب النفساني و معاهد الرعاية الاجتماعية للمنحرفين والمعوقين ومحاكم الاحداث والمدارس الاصلاحية ..

ز – المشاركة مع علم النفس التربوي في المدارس في تقييم القابليات والاستعدادات والفوارق الشخصية للطلبة وامراضهم ..

٨ – علم نفس التربوي Psychology education (School) :

يستخدم اسس علم النفس في التربية الصحيحة للجيل واتخاذ انجع السبل في مناهج التدريس والتربية واصول التعليم وتحسين الاداء وتنمية القابليات والمواهب ، وتحسين الحفظ والذاكرة وسرعة الفهم، وتعليم المعلم كيفية ادارة الصف والتعامل مع مشاكل الطلبة النفسية (فعلم النفس التربوي دليل المربي وخادم الاصلاح التربوي) .

٩ – علم النفس الصناعي Industrial psychology :

ويسمى ايضاً بعلم النفس الهندسي engineering P. او المهني Occupational P .فالعمل جزء حيوي من سلوك الانسان يستأهل الدراسة والعناية الفائقة. والانسان في الحقل الصناعي يتعرض الى انواع الحوافز والبواعث والظروف التي تؤثر في انتاجيته او شعوره بالكفاءة والرغبة في العمل (صحته النفسية). وهنا يقوم علم النفس الصناعي بدراسة هذه الظواهر ، مثل : تأثر الصوت والصخب على العامل ووجبات الطعام، وفترات الاستراحة، وتأثير الموسيقى اثناء عمل معين، واسباب الغياب والانقطاع عن العمل او المرض، اضافة الى دراسة كل مافي بيئة المعمل من مواد او سموم قد تؤثر في صحة العامل نفسياً وجسمياً ، لذلك دعي هذا النوع من الاتجاه ايضاً بعلم نفس البيئة.

١٠ – علم نفس القياسات Psychometric psychology :

هو بالحقيقة جزء من علم النفس السريري، لكن اختصاصه الدقيق الوحيد يقتصر على ابتكار او تحسين مختلف الاختبارات والاستبارات والمعايير التي تقيس لنا جوانب الملكات العقلية للانسان من ذكاء وقابلية وموهبة واستعداد وميول وشخصية، ومهنة مناسبة لها. الخ . فاختبار رائد الفضاء او المقاتل الفدائي (الكوماندوز) من المغاوير Comandos ، او طالب الطب او الاداري او قائد الجماعة يكون بجهود هذا الفرع من علم النفس.

١١ ــ علم نفس الخوارق (فوق الادراكي) Parapsychology .

وهو علم نفس جانبي يحاذي ويجاور فروع علم النفس المعروفة لكنه يستقل بميدان خاص وغريب من بعض القابليات العقلية الحسية والظواهر غير الاعتيادية التي يمتلكها بعض الافراد او أقلية محدودة منهم. فهو يدخل في اطراف الغيبيات والسحر والميتافيزيقيا، ولكنه يستخدم المنهاج العلمي التجريبي في ذلك،لذلك اعترفت به معظم الجامعات العالمية واصبحت له اقسام مختصة تدرس ظواهر الاحساس الخارق مثل :

قراءة الأفكار عن بعد (التيليباثي) أو مايدعى بـ(التخاطر) telepathy أو القدرة على رؤية الأشياء والناس على بعد عشرات أومئات الكيلومترات، أيمايسمى بـ(الإستبصار) Clairvoyance ، أو التنبؤ المسبق Precognition، أي تحريك المواد عن بعد Psychokinesis . كل هذه الخوارق من الإدراك الحسي تدعى بالـ(ESP) extra sensory perception ،وأحد فروعه هو علم نفس الغيبيات metapsychology

١٢ ــ فروع اخرى لعلم النفس :

لاغرابة اذا قلنا ان فروعاً واختصاصات أخرى لعلم النفس تظهر وتتكون بتقدم العلوم النفسية السلوكية والإجتماعية ، نذكر منها :

أ ــ علم النفس العسكري military P.

الذي يطبق بحوث علم النفس على تحسين الكفاءة النفسية للمقاتلي وروحه المعنوية ، وكيفية خذل العدو واضعاف معنوياته ودحره ..

ب ــ علم نفس الطب الشرعي (أو القضائي) Forensic P. والذي يتناول قضايا الطب العدلي بالدراسة والتشخيص في المحاكم والمدارس الإصلاحية والتأهيلية . وهو يختلف قليلا عن علم النفس الجنائي Criminal P الذي يدرس دوافع الجريمة والإنحراف الإجتماعي بغض النظر عن علاقتها بالدعاوي والمحاكم ، بل يحلل جذور العدوان وشخصيات المجرمين .

جـ – علم النفس الحاسبي Computor Psychology :

وهو الذي يتخصص في قضايا العقل الإلكتروني (الكومبيوتر) والآلات الحاسبة ووظائف البرمجة والتواصل وعمل العقل البشري ..

د – علم نفس الفوارق differential psychology

فهو مرتبط بالحقيقة بعلوم نفس الطفل ، والنمو والقياسات التي تؤدي بالنتيجة الى كشف وتحديد الفوارق السلوكية بين الافراد والجماعات .

هـ – علم نفس الشواذ abnormal psychology

وهو الذي يدرس السلوك غير السوي والامراض النفسية ، ويفسر مغزى الاعراض الشاذة ، لذلك هو باتصال وثيق وجزء من الطب النفساني .

اساليب بحوث علم النفس

قلنا ان علم النفس الحديث يعتمد اصول التجربة والبحث العلمي . وقد يجري التجربة بعد تخطيطها وتحديد هدفها والعوامل factors والمتغيرات variables قيد البحث أو التي يعتقد انها ذات اهمية فيها .. ويمكن اجراء التجربة في (مختبر نفساني) psychological laboratory على فرد أو مجموعة أفراد ،أو في منطقة جغرافية معينة من البلد ، أو بين جماعة معينة من السكان أو من المهن أو من طبقات السكان ، وتقيم التجارب بالوسائل التالية :

أ – بالتجربة العلمية المصممة مسبقاً designed experiment في مختبره مثلا : تأثير العقار الفلاني على التذكر أو الخوف أوالنبض ..

ب – بالملاحظة الخارجية للسلوك وتسجيلها objective study وهي الدراسات الموضوعية التي كانت ركناً اساسياً من النظرية السلوكية .

جـ – بالدراسات الميدانية field Study ، أي باستخدام الإستفتاء والمقابلات لعشرات ومئات الأشخاص ثم تحليل اجاباتهم وردود الأفعال أو دراسة استجاباتهم في ظرف معين في منطقة معينة ..

د ــ بالاختبار الموقفي Situatuional study ، أي بدراسة استجابات الأفراد المختلفة عند تعرضهم الى موقف وحالة معينة سبق ان خططت لها التجربة ..

هـ ــ بالتاريخ الشخصي autobiography ، أو باستحصال «السيرة الذاتية» والنواحي الحساسة العلمية عن الشخص موضوع البحث مثلما يدون أي طبيب معلوماته عن تاريخ مرض معين وعن حياة المريض الذي جاء لاستشارته . وتفيد النقاط التي ترد في تلك السيرة الذاتية في تحليل ماضيه وعوامل نضج شخصيته واسرار دوافعه ..، وهذه هي التي تنفع قضايا ومنهج التحليل النفسي الديني ..

و ــ بالتأمل الذاتي (الإستبطان) Introspection والذي يفترض ان الإنسان الفطن هو الاقدر والاكفأ في وصف مايطرأ عليه من تغيير في استجابة الظروف وحوافز معينة. فالاستبطان وسيلة دقيقة لتسجيل كل شاردة وواردة خلال عملية تجريبية (أو طبيعية عابرة) ، ولكن يمكن اعتمادها لتفسير السلوك والإحاسيس والادراكات المختلفة . فالملاحظة الذاتية هي خير جهاز في وجهة نظر المنهج الإستبطاني في البحوث النفسية . ولا شك ان المعارضين والناقدين للطريقة موجودون .

ز ــ واخيراً فان كل تجربة في علم النفس يجب ان تخضع الى نوع من التنظيم و الى التنسيق والتحليل الإحصائي الذي يصف ويميز العوامل والمتغيرات والنتائج ويحلل العلاقات بينهما ودرجتها ونسبتها أو مدى صحتها وثباتها ودقتها. فدراسة ما تتطلب أن تتوزع الاصناف الى ذكور واناث، واخرى الى مقدار جرعة من عقار مقارنة بفترة معينة من الزمن أو مقارنة بسرعة استجابة الفرد الى المحافز الفلاني ، وهكذا تتجمع لدينا وتتكون المخططات والمنحنيات والرموز الإحصائية التي تعكس التجربة وتوضحها .....

الفصل الثاني

الأساس البيولوجي للسلوك

ان ابسط سلوك يقوم به الإنسان ــ كرمشة جفن ، الى أعقده واصعبه ــ كحل مسألة حسابية عليا ، يتطلب تناسقاً في فعاليات الجهاز العصبي والعضلي بمساعدة وافرازات الغدد الصم . ولو تصورنا الطيار الحربي وامامه عشرات من اللوحات والبوصلات والارقام وهو في معركة جوية ، فان هذا الجهاز العصبي يعمل بكـــل ذرة فيه للحفاظ عـــلى تنظيم سلوك مناسب وناجح ودقيق من ثانية الى أخرى ..

ولكي يستطيع الدماغ ــ وهو القائد الأعلى للجهاز العصبي كله، أن يقوم بهذه الادارة المنتظمة المتغيرة دائماً حسب الظروف المتغيرة ، فان عليه ان يحتفظ بسجل معلومات سابقة ، وبمعلومات جديدة متواردة دائماً أي بتغذية راجعة feedback من المعلومات في كل لحظة ترده من سائر اعضاء الجسم ذات النهايات العصبية المختصة nerve endings من الجلد والعضلات والمفاصل والعينين وبقية اجهزة الحس وكميات من الهرمونات المنتشرة في الدم والسوائل الأخرى ، ودرجة حـرارة الـجسم وكميـات ودرجـة ضـغـط الـغـازات الحيوية والأملاح ..الخ ..الخ ..

والحقيقة انه لايمكن فهم السلوك الإنساني ووظائفه العقلية بصورة صحيحة مالم نعرف الأسس الفسلجية (البيولوجية) الضرورية لانجازه والمصاحبة لتغيراته وربما المسببة له أحيانا . والاساس البيولوجي للسلوك هو الذي يوفر للانسان وسائل التكيف والتوافق وحفظ التوازن الداخلي للجسم أمام التغيرات الداخلية والخارجية أو مايسمى بـ (الثبات الداخلي) ــ homeostasis وهذا هو محور علم النفس الفسلجي . وبما اننا أعددنا هذا الكتاب لطلبة كليات الطب الذين يدرسون بتفصيل علوم الفسلجة والكمياء الحياتيه وعلوم الإحياء والتشريح والاجنة والانسجة، فان من غير المجدي الاعادة والتكرار فيها بذكر

تفاصيل عنها ، لكن من المناسب والاوفق مع اهداف الكتاب ذكر النواحي البارزة ذات العلاقة المباشرة بالسلوك .

ويمكن تقسيم الاسس البيولوجية للسلوك biobgical basis الى الاجهزة أو الوظائف التالية :

أولا ــ الجهاز العصبي المركزي (الدماغ واجزاؤه) ..
ثانياً ــ الجهاز العصبي المحيطي والمستقل (الأوتونومي)
ثالثاً ــ الجهاز الغدي (الغدد الصماء والهرمونات)
رابعاً ــ الوراثة وعناصرها ..

علاقة السلوك بالكيان البيولوجي :

للتأكيد على ان السلوك يستند الى التركيب والفعاليات البيولوجية ــ الفسلجية للكائن الحي ، يمكننا ايراد النقاط التالية :

١ ــ ان بعض الحاجات الغريزية الاولية هي بيولوجية صرفة ، كالجوع والعطش والحاجة الى الهواء (الأوكسجين) والدفء والجنس .وتدفع هذه الحاجات عند اشتدادها الى سلوك لاشباعها ..

٢ ــ ان الجهاز العصبي بادارة الدماغ يجمع المعلومات الحسية من المحيط الداخلي في الجسم وعن البيئة الخارجية حول الكائن الحي بصورة مستمرة لتوفير الطاقة الادارية التنظيمية اليقظة للدماغ ..

٣ ــ ان مايحدثه السلوك من تغيير لغرض التكيف والتوافق كاستجابة للظروف، يرجع مرة ثانية كمعلومات جديدة حيوية يستفيد منها الدماغ للخطوات التالية، وهذه التغذية الحيوية الراجعة biofeedback هي سر التهيوء والاستعداد الجاهز المستمر في الكائن الحي .

٤ ــ ان الدماغ هو عضو العقل ــ أي ان العقل والشعور وظيفة ، وهو مركز التفكير واللغة (من كتابة وكلام وقراءة) ، وهو الذي يحل المعضلات المختلفة بالادراك ومعرفة الاحاسيس . ولا بد في هذه المناسبة من ذكر بعض

نظريات علم النفس أو علمائه التي تغامر وتقول ان السلوك هو نتيجة التغير للفسلجي، وان الفكرة تأتي من التغير الجسمي وليس العكس . وكانت هذه هي فكرة العالم (وليم جيمس) الذي قيل انه وضع العربة أمام الحصان خلاف الوضع الطبيعي ،بل ان هذا هو اساس مبدأ السلوكية القديمة لواتسون التي تقول اننا نفكر لان حبالنا الصوتية تتحرك بلغة وكلام . ومهما يكن ، فان العلاقة بين الدماغ والعقل والأحاسيس لاشك فيها ..

٥ ــ ان التغيرات الفسلجية في الجهاز العصبي المستقل (الودي وغير الودي) والهرمونات التي تحدث لاي سبب ــ وحتى نتيجة عقار أو تغير محيطي أو تلقائي ــ تؤثر في السلوك. فافراز كمية من الادرينالين من الجهاز العصبي الودي (السمبثاوي) يؤدي الى توتر عضلي وخفقان وارتجاف وشعور بالخوف والعدائية والتحفز.

٦ ــ ان وراثة الصفات البيولوجية في الجينات والكروموسومات ذات تأثير ملحوظ وبارز في السلوك ايضاً، فهي تدخل في رسم الاطار العام للشخصية والسمات البيولوجية وحتى الاستعداد والقابليات ،واحتمال التعرض لاعراض معينة ــ ومنها الامراض النفسية التي تهمنا في علم النفس.

اولا ــ الجهاز العصبي وتنظيماته

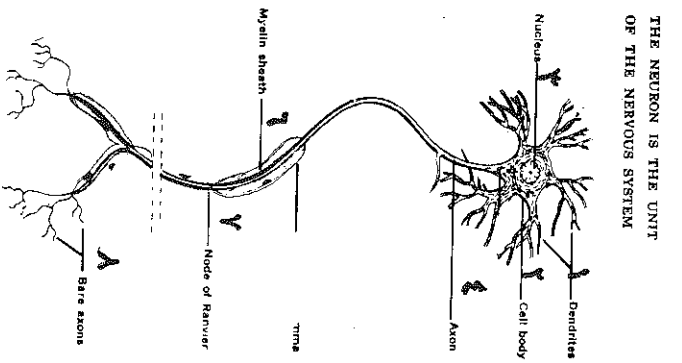
ينتظم الجهاز العصبي بالاجزاء والوحدات او الاجهزة التالية:

١ ــ وحدة الجهاز العصبي :

يتألف الدماغ البشري من حوالي ١٠ ــ ١٢ بليون خلية عصبية متخصصة تسمى (العصبة) neurone ، وهذه العصبة هي الوحدة الاساسية وقاعدة الجهاز العصبي .

وتحمل العصبة في داخلها اسرار التعلم والذاكرة والتسجيل والخزن والتفكير، وتقوم بالعمليات العصبية والعقلية المختلفة حسب اختصاصاتها وتركيبها واحجامها المختلفة. وعندما نتكلم عن الخلية العصبية (العصبة)

فاننا نعنى جميع اجزائها أي : جسم الخلية cell body ونواتها nucleus ، والتفرعات التشجرية المرتبطة بها والتي هي على نوعين : التفرعات الشجرية القصيرة والعديدة والتي تقوم بوظيفة المستقبل للايعازات dendrides receptors — اي موردة afferent ومستلمة للايعازات العصبية (والناقلة — إلى) جسم العصبة ، . اما التفرع الثاني المهم فهو ليف عصبي طويل واحد يدعى (المحورة) axon وهو اطول التشجيرات والمصدر efferent — اي الناقل للايعاز العصبي من العصبة إلى خارجها . وتكون الالياف العصبية مكسوة (بغلاف عصبي) neurilemna مع (غمد النخاعين) myelin sheath — او بدونه ، الذي يتقطع من مسافة لأخرى على امتداد المحورة ومحل التقطع (او التخصر) يسمى (عقدة رانفير) node of Ranvier ،(انظر الشكل ٣).



شكل — ٣ — صورة لخلية عصبية (عصبة) — نموذجية — مع اجزائها وشجيراتها ، علما ان اشكال وتفرعات العصبة تختلف من منطقة لاخرى في الجهاز العصبي.
١ — تفرعات تشجرية ٢ — جسم العصبة ٣ — نواة ٤ — محورة ٥ — غلاف عصبي ٦ — غمد النخاعين ٧ — عقدة رانفيير ٨ — محورات عارية

وتتلقى الخلايا العصبية (العصبات) معلوماتها من الاطراف البعيدة في كل انحاء الجسم عن طريق المستلمات العصبية receptors التي تسجل وتنقل اي تغيير فيزيائي او كيميائي يحدث في منطقتها، لكنها تنقلها بشكل دفعات أو (نبضات) impulses كهربائية كلغة خاصة بالجهاز العصبي. والنهايات العصبية المستلمة متخصصة فقط تجاه طاقات او حوافز معينة لاغيرها. ففي العين تستلم التغيرات الكهرو مغناطيسية (الضوئية) فقط ، وفي الاذن تكون حساسة تجاه ضغط الهواء وموجاته ، وفي الانف تجاه شكل وحجم الجزئيات المذابة على الغشاء المخاطي، وفي المفاصل تجاه اختلاف الضغط الفيزيائي .. وهكذا. اما النهايات العصبية فهي التي تنقل الاوامر (المثيرات) والنواهي (المثبطات) من الجهاز العصبي إلى الاطراف periphery من انسجة او افرازات الغدد او تقلصات وانبساط مختلف العضلات والشرايين وسرعة نبضات القلب، ورخاوة المثانة، ودرجة فتحة بؤبؤ العين pupil .

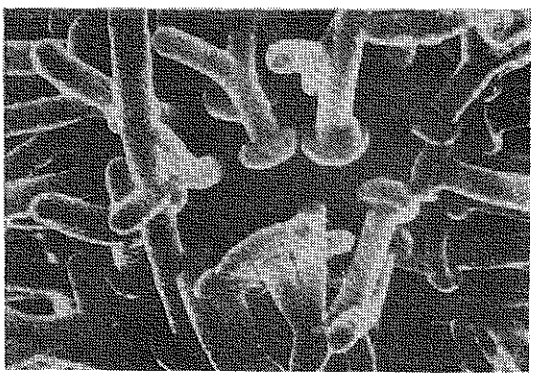
اما الحجيرات العصبية الدبقية glial Cells فهي لاتقوم فقط بتغذية وضم وتمتين التصاق الالياف العصبية والعصبات الاخرى ببعضها كما كان يظن سابقا، بل ان الابحاث الحديثة تدل على وجود دور فعال لها في عمليات كيميائية معقدة بين الالياف والعصبات المجاورة وفي نقل الايعازات .

ويسير الايعاز في الالياف ويعبر الاشتباكات بينها ليس كما يسير التيار الكهربائي الاعتيادي في السلك الناقل والذي ينتقل بسرعة الضوء (١٨٦ الف ميل في الثانية) ، بل ان سرعة التيار العصبي (الدفعة) في جسم الانسان تتراوح بين (٣ ــ ٣٠٠) كيلو متر في الساعة حسب طبيعة وغلظ الألياف العصبية (وعوامل اخرى). كما انه يستند في انتقاله إلى تغير (كهرو ــ كيميائي) electro chemical بين داخل العصبة وخارجها مما يؤدي إلى تغير في (الوسع الكهربائي) electric potential ..،وهكذا تنتقل الدفعة من التيار العصبي .. وتقفز من عقدة إلى عقدة .

٢ ـ الاشتباكات العصبية Synapses :

تلتقي الفروع العصبية التشجرية مع بعضها ومع غلاف جسم العصبة Cell membrane في منطقة تدعى (الاشتباك العصبي) Synapse ، والتي يبلغ عددها حوالي (١٢بليون) اشتباك . وفي هذه المنطقة يتم نقل المعلومات والايعازات او (الرسائل) من مكان إلى مكان أخر بواسطة مواد كيميائية ناقلة neurotransmitters ، وقد تتصل مجموعة المحورات axons ـ التي تزيد على الآلاف عددا ـ بالتشجيرات الدقيقة المرتبطة بجسم عصبة واحدة فقط. (انظر الشكل ٤).

ان الاشتباكات العصبية التي تنقل الايعازات حسب قواعد معينة لها دور حيوي في تنظيم الجهاز العصبي والسلوك. وقد ثبت مؤخراً ان عدد هذه الاشتباكات واحجامها وحساسيتها يزداد ويتعقد كلما ازدادت معرفة الانسان بتعرضه إلى التجارب الذاتية والتعلم المستمر.



صورة (٤)صورةمكبرة جدا بالمجهر الالكتروني لاحد الاشتباكات العصبية تبين نهايات الاعصاب البرعمية الشكل والفراغ الدقيق بينها .

٣ـ الناقلات العصبية الكيميائية neurotransmitters :

نظراً لوجود فاصل فيزيائي (جغرافي) gap بين كل عصبة واخرى (الصورة٤)، وهو الاشتباك العصبي، فان هذا الفراغ المجهري الدقيق يعتمد على مادة لنقل الايعازات العصبية تدعى بـ(الناقل العصبي الكيميائي) .وتؤثر المادة على غشاء العصبة المستقبلة وتغير من (وسعها) الكهربائي potential وفي نفوذيتها permeability ، وتوجد حالات قليلة يمكن ان ينتقل فيها الايعاز الكهربائي مباشرة وبدون واسطة.

ان المادة الكيميائية قد تكون منبهة (استفزازية) excitatory او تكون ناهية (كابحة) inhibitory ، وذلك حسب طبيعة ووظيفة تلك المنطقة من الاشتباك العصبي . ونستطيع تصور كيف ان الخلية محاطة بالاشتباكات الا ستفزازية او الكابحة، وان فعاليتها تتحدد بمدى التوازن ومحصلة قوى الاثارة والتهدئة في ظرف معين من تجارب الحياة .. وفي كل لحظة .

وقد كشف العلم عن مجموعة من هذه الناقلات العصبية الحيوية (الكيميائية) العاملة في الاشتباكات العصبية فهي تصنف حسب موقعها، وحسب مفعولها . وعادة ماتوجد في نطاق مجموعتين متضادتين. فالجهاز العصبي الودي sympathetic عادة — وعلى الاغلب — يؤدي إلى افراز ناقلات (الكاتيكول امينات) Catechol amines ،بينما الجهاز العصبي غير الودي parasympatheic يؤدي إلى افراز مادة (الاستيل كولين) واتباعها. ولكل ذلك شواذ. كما توجد ناقلات اخرى لاتوجد الا في اقسام معينة داخل الجهاز العصبي المركزي. وادناه عرض موجز ومبسط لما يحويه الجهاز العصبي من ناقلات عصبية مهمة ومفعولها وعلاقتها بالسلوك البشري :

أ ـ الاستيل كولين acetylcholine (ACH) :

وهي موجودة في معظم الاشتباكات العصبية وفي كل نهاية عصبية تنتهي إلى عضلة مخططة striated في الجسم، وهي مسؤولة عن تقلص العضلات.

فالمادة او العقار السام الذي يبطل مفعول (الاستيل كولين) يمكن ان يؤدي إلى شلل وقتي في الجهاز الحركي او إلى الموت احيانا، مثل سموم بعض الجراثيم botulinus toxin ، ومادة (الكوراري) Curare التي كان يستعملها الهنود الحمر في رمى السهام السامة على الاعداء ، وبعض الغازات السامة التي تستعمل في الحروب.

ب — النور ادرينالين noradrenaline ، او (النور ابينفرين) :

وهي موجودة في افراز الاعصاب الودية عادة، ومولدة لمادة الادرينالين ومن تأثيرها المحافظة على درجة التوتر tone في الاعصاب الودية ، وتنظيم آليات جريان الدم في الاوعية الدموية.

جـ — الادرينالين adrenaline : او (الابينفرين):

هي مادة مصاحبة ومتولدة من (النور ادرينالين) وموجودة بكثرة في لب medulla الغدة الكظرية suprarenal gland . ويؤثر الادرينالين في التغذية والتمثيل، وله دور فعال في الحالات الطارئة والمفاجئة التي يتعرض لها الانسان والحيوان مثل التأهب لحالات الدفاع أو الهجوم ومايترتب عليهما من توتر عضلي وجريان الدم وضربات القلب وضغط الدم..

د — الدوبامين dopamine :

وهو المولد السلف precursor لمادة (النورادرينالين). ونجده في الغدد القاعدية للدماغ basal ganglia والجسم المقلم corpus striatum ، وتوجد أدلة أن له فائدة في وظائف الجهاز العصبي خارج الهرمي extrapyramidal system وفي النواة الذنبية caudate nucleus ،ولهذا فان مادة (ل — دوبا) L- dopa المهد السابق للدوبامين يفيد في مرض (باركنسون). ان منع وابطال مفعول الدوبامين ومولداته في الدماغ تؤدي إلى اضطرابات في الجهاز الحركي والسلوكي للانسان. وعقارات الـ(MAOI) monoamine oxidase inhibitors) لها هذا المفعول،وتستعمل ضد الكابة مثلا.

إن مجموعة (النورادرينالين، الادرينالين، الدوبامين) تدعى (بالكاتيكول أمينات) Catechol- amines لانها تحتوي جميعا في تركيبها على جذر اميني amine.وعقارات الـ MAOI المذكورة انفا توقف وتبطل مفعولها بتجريدها من الجذر الاميني de - amination .

هـ ــ السيروتونين serotonin :

ومايسمى كيميائيا ايضا بـ 5 -Hydroxytryptamine . وهو مادة ناقلة في الاشتباكات العصبية وموجودة في عدة اجزاء من الدماغ الهضمي والصفائح الدموية Plate'ets . كما يوجد في فاكهة الموز .ويتكون أصلا من سلفه مادة الـ(تريبتوفان) tryptophan داخل الجسم . وتحتوي جزئية السيروتونين على نواة (اندول) Indole وهي موجودة ايضا في مركبات وادوية مهلوسة hallucinogens مثل الـ(ل.س.د) L.S.D. ، وللسيرتونين تأثيرات في النوم وحالات الانفعال والكابة والهياج والمرح.

و ــ الهستامين histamine :

يؤثر في مستقبلات عصبية خاصة تولدها نهايات عصبية معينة histaminergic وتوجد في المهاد التحتاني .

ز ــ وهناك مجموعة من مواد ناقلة قليلة ومحدودة في بعض العصبات هي :

١ ــ حامض الكلوتاميك L- glutamic acid

الذي له نفس المفعول في الحيوانات ، ويرتبط بمفعوله حامض (الكامابو تيرك) GAMA aminobutyric acid ــ الذي يهدىء ويكف عصبات المخ ..

٢ ــ الكلايسين Glycine

المهدىء الكاف لاستفزازات الحبل الشوكي .

٣ــ وحامض الاسبارتيك L-aspartic

ح ــ مادة (بي) substance -p

وهي من نوع (البيبتايد المتعدد) polypeptide وموجودة في المادة الهلامية للحبل الشوكي susbs. gelatinosa والمهاد التحتاني .

ط – البروستوكلاندين prostoglandin ؛

وهي مشتقات حوامض دهنية fatty acid derivatives ، وموجودة في السائل المنوي للرجال وفي بعض اجزاء الدماغ وفي النهايات العصبية ، ويحتمل كونها ناقلة في الاشتباكات العصبية .

ي– مواد ناقلة داخل الجهاز العصبي المركزي لها علاقة وثيقة بالاحساس بألالم أو ازالته اكتشفت حديثا ، لكنها ذات تأثير في ادراكنا للاحساس بالالم وكيف تسيطر الارادة (أي المخ) على الإحساس بالالم وتحتمله .... وهي قيد الدراسة ولاتزال الابحاث جارية ، نذكرها هنا للتعريف بها في المستقبل :

١ – الاندورفين endorphine وهي مختصر لاصطلاح (مورفين داخلي) end - morphine ، وموجودة في الحبل الشوكي ولها مفعول تخدير على الاحساس الاول بالألم .

٢ – الإنكيفالين – ب– B-enke-phalin التي يعتقد وجودها في الغدة النخامية الأمامية والتي لها مفعول تقليل الشعور بالالم عن طريق الارادة الواعية والسيطرة العليا .

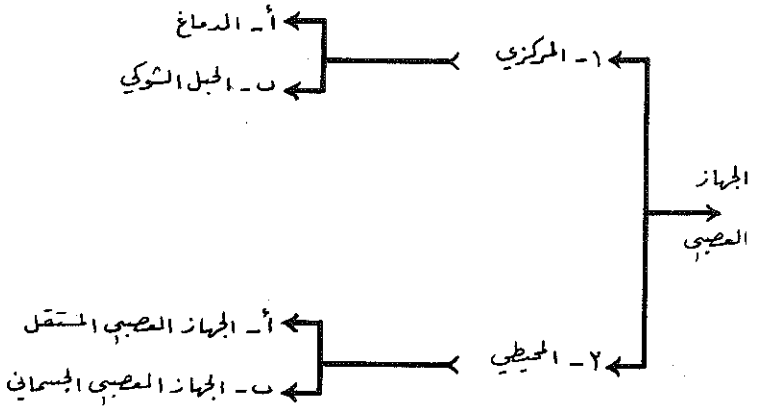
٣ – وهناك مواد ناقلة أخرى قيد الدرس مثل الـ(سوماتوستاتين) somatostatin و(نيوروتينسين) Neurotensin

ان مجمل مااستعرضناه اعلاه من الناقلات العصبية المعروفة يدل على مدى تدخها وتأثيرها في سلوك الإنسان . فمنها نستطيع الان فهم بعض الحقائق عن عملية التذكر والنساوة وخزن المعلومات ، كما نستطيع تفسير مفعول كثير من المواد والعقاقير النفسية المفعول Psychotropics مثل مادة (الكلوربرومازين) أو اللارجاكتيل Chlorpromazine التي نستعملها لمعالجة

الذهان والهيجان لانه يبطل افراز النورادينالين في الإشتباكات العصبية فيقلل من التوتر والهياج . وهكذا فان اضطراب كميـــات توزيع وتوازن الناقلات العصبية قد يؤدي الى تغيير أو انحراف في السلوك .

تنظيم الجهاز العصبي :

ان الجهاز العصبي يعمل حسب التقسيم الآتي :



الدماغ واجزاؤه : The Brain

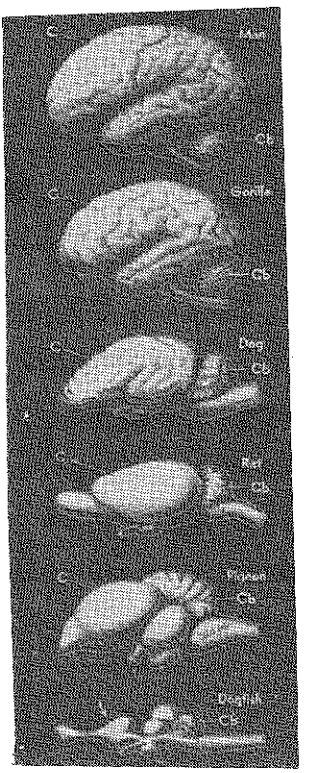
أ ـ المخ والقشرة السنجابية : cerebrum

المخ وقشرته السنجابية Cerebral Cortex هو الجزء الاحدث تطوراً والمركز الأعلى للدماغ ، والذي يحتل حجماً كبيراً عند الانسان اذا ماقورن باعلى مراتب عالم الحيوان ـ وهي القرود والشمبانزي ـ أو بالحيوانات الأخرى الأدنى منها في سلم التطور (انظر الشكل ٥). وبتعدد وكثرة طيات واخاديد تلافيف المخ Convolutions تتوفر مساحات شاسعة من نسيج المخ السنجابي

الذي يقوم باعلى واعقد وادق وظائف الفكـــر والادراك والسلوك . ويقوم نصفا كرتي المخ بالسيطرة على حركة جميع اعضاء الجسم وادراك الاحاسيس الدقيقة الواردة اليه . ويحتوي المخ عـــلى مراكز أو بقع مختصة بالحركة والاحساس والروية والسمع والشم والمذاق . لكن هـــذه البقع تعتبر قليلة بالنسبة الى مساحات أخرى واسعة ومنتشرة عـــلى سطح المخ والتي تقوم بوظائف التنسيق والربط والتنظيم بين وظائف اجزاء المخ المختصة ، لذلك سميت بالمساحات الترابطية associtaion areas .فبعمليات معقدة من الربط ،الاختيار والتنظيم يقوم المخ بوظائف التعلم . والذاكرة والتفكير واللغة

وبشيء من التفصيل نجد تخصصاً آخر في هذه المراكز الترابطية :

فالمركز الجبهي Frontal يبدو ان له دور في التفكير وحل المسائل المعقدة ، اضافة الى التحكم بالوجدان والانفعالات العالية (الاجتماعية)



الشكل – ٥ – يوضح ويقارن بين حجم المخ عند الانسان ثم القرود (الغوريلا) ثم الكلاب، ثم القنران، ثم كلب البحر .

ولقد رمزنا للمخ بحرف (C)، وللمخيخ بـ(Cb)

والحديثة وقد وجد ان تخريب هذه المراكز عند القرود يحرمها من قابلية حل المشاكل .

فلو وضعنا وعائين امام قرد، وكان الوعاء الايمن يحوي طعاما، ثم غطينا الوعائين وأحدثنا تخريبا في المركز الجبهي لدماغه، واعدناه إلى الوعائين لما تمكن من معرفة الوعاء الاول الحاوي على الطعام ولاحل المشكلة .اما المراكز الخلفية الترابطية – القفوية occipital والصدغية temporal فتقوم بوظائف معقدة في مجالات الفهم وادراك معنى الصور او الكلمات المقروءة والمسموعة او الملموسة .. فهي وثيقة الصلة باللغة والذاكرة والخيال.

وانقسام المخ إلى نصفين متساويين متناظرين (كصورة المرآة) لايعني انهما منفصلين .فهناك جسم غليظ من الياف عصبية يربطهما مثل الجسر الواسع ويسمى بال (الجسم الثفني) Corpus Callosum ..، وهكذا نجد بين نصفي كرة المخ تعاونا وتنسيقا في العمل بحيث تكون المحصلة عمل الدماغ كوحدة متكاملة منسجمة نفتقدها عندما نقطع هذا الجسر بينهما .

ومع ذلك فان لكل نصف كرة المخ وظائف تخصصية تختلف عن الاخرى نوعا ما :

ففي الانسان الذي هو ايمن اليد Right – handed – وهم يشكلون اغلبية الناس – يكون نصف كرة المخ الايسر هو النصف المسيطر على الدماغ dominant hemisphere – أي الذي يتولى إدارة فعاليات الدماغ جميعها وتسيير أمور النصف الايمن الخاضع لها.ويتولى النصف الايسر مسؤولية ضبط الفعاليات السلوكية التالية:

السيطرة على حركة النصف الايمن من الجسم ،ادارة وظائف اللغة – من كتابة وكلام، استلام وادراك الاحاسيس الجسمية العامة والدقيقة من لمس وضغط والم ..، اجراء العمليات الحسابية ، والقابلية العلمية والمنطق. اما نصف كرة المخ الايمن – ولو انها خاضعة للايسر – فهي ايضا تسيطر

على حركة النصف المعاكس – الايسر – من الجسم، وعلى ادراك الاحاسيس، لكنها لاتسيطر على اللغة او العمليات الحسابية، بل تقوم باعمال سلوكية أخرى تعتبر (تكميلية)وضرورية للوظائف الانسانية العليا مثل: القابليات الفنية والموسيقية والاحلام والعواطف .

وتنعكس الآية تماما عندالإنسان اعسر اليد left-handed ،حيث تتبادل نصفا كرة المخ الادوار .. ويصبح النصف الايمن هو المسيطر.

الدماغ المشطور Split brain

بما ان الجسم الرابط (الثفني) بين نصفي كرة المخ ينقل المعلومات ويبادلها بينهما حالا ،فقد اجريت التجارب والعمليات لقص هذا الجسم الثفني وتسجيل مايحدث نتيجة ذلك. ومايهمنا في مجال سلوك الانسان الامور التالية:

أ– في حالات الصرع العام كان قطع الجسم الثفني سببا في منع انتقال حالة الصرع من نصف الجسم المختلج الى النصف الثاني، وفي تقليل حدة نوبة الصرع ذاتها وتخفيفها.

ب– ان النصف الايسر من المخ وهو (المسيطر في أيمن اليد) يتحكم في اللغة.

جـ– ويسيطر ويحل المشاكل المعقدة والعمليات التحليلية المنطقية.

د– ويسيطر على العمليات الحسابية ..

هـ– لكن النصف الايمن يفهم قليلا في اللغة البسيطة.

و– ويفهم النصف الايمن في الابعاد الزمنية،

ز– كما يدرك العمق والاشكال والانماط والتصاميم.

ح– وبمقارنة مقدرة وتخصص نصفي كرة المخ نجد أننا لو طلبنا استجابة من النصف الايمن للمخ، فان الاستجابة غير اللغوية تكون سريعة، بينما لو اردنا ايضاحا لغويا لاستغرق مدة اطول لان النصف الايمن يستعين بالايسر (المسيطر) الذي هو متخصص باللغة.

. ط – وقد وجد ايضاً ان تخريب النصف الايسر من المخ في اوائل الطفولة يؤدي بالنصف الايمن الى استلام المهمة وأخذ وظيفة النصف الايسر بالسيطرة على وظيفة اللغة. اما لو تم تخريبه في دور البلوغ اي بعد اكتمال تخصص النصف الايسر في اللغة، عندئذ يفقد الانسان قابلية اللغة ولا يتمكن النصف الايمن من استلام المهمة.

تخطيط الدماغ الكهربائي:

(EEG)electroenceph alorophy;

من الاكتشافات التي فتحت ابواباً جديدة لمعرفة فعاليات ووظائف وامراض الدماغ وانعكاساتها على السلوك هو تسجيل تغيرات الموجات الكهربائية الناتجة عن نشاط خلاياه والتي يمكن ملاحظتها على شاشة تلفزيون خاص (المرقاب) monitor او على الورق بشكل مخطط. فمنذ عام ١٩٢٤ تمكن العالم (بيرجر) Berger من تسجيل تموجات كهربائية تلقائية منبعثة من مخ الانسان. وتطورت الاجهزة والدراسات بحيث يمكن الآن تحديد طبيعة مخطط الدماغ بالنسبة الى سرعة وحجم وفولتية ذبذبات الموجات الدماغية بواسطة ٨ – ١٦ قطب او مسار موزعة على اماكن مختلفة من الرأس تناظر الفصوص المخية المختلفة: الجبهية والجدارية والصدغية والقفوية .

وتتميز الموجات الكهربائية المنبعثة من فعاليات الدماغ في الانسان البالغ الصحيح بما يلي:

ان قوتها من ٥٠ – ١٠٠ مايكروفولت ،وذبذبتها من ٨ – ١٣ مرة في الثانية، وأنسب منطقة لالتقاطها من الجهة القفوية. لكن انواع الموجات الكهربائية في مخطط الدماغ ليست ذات طبيعة او هيئة واحدة، اذ تختلف حسب الاعمار والمناطق الدماغية وحالات اليقظة والانتباه والنوم والامراض وادناه ملخص لأهم هذه الموجات :

١ — موجات (الفا) ،ويرمز لها بالحرف اليوناني (a)، سرعتها ٨ — ١٣ ذبذبة في الثانية وقوتها من ٥٠ — ١٠٠ مايكروفولت، وهي من اهم الموجات الطبيعية في دماغ الانسان. ويمكن التقاطها بوضوح من المناطق البصرية والحسية للمخ (القفوية) ، وخاصة في حالات الهدوء والراحة الفكرية لانها تختفي او تسرع ذبذبتها عند الانتباه او النظر (فتح العين) او التوتر والتهيج .وتوجد بصورة طبيعية لدى البالغين .

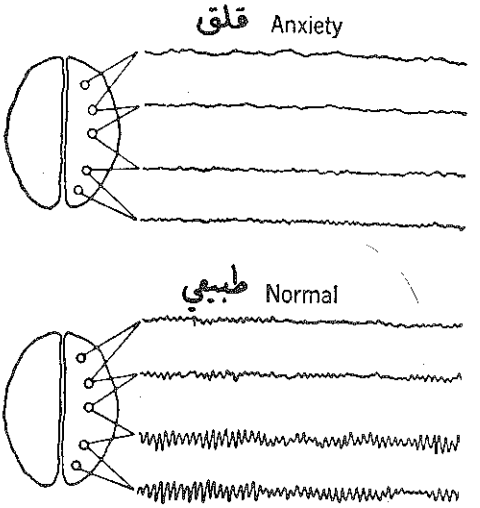
٢ — موجات (ديلتا) ويرمز لها بالحرف (δ)، سرعتها من ١ — ٣ مرة في الثانية وقوتها متنوعة تصل الى ١٠٠ مايكروفولت .وتوجد بكثرة لدى الرضع والاطفال وفي حالات النوم. ويمكن التقاطها من المنطقة الامامية الجبهية للمخ. واذا وجدت عند البالغين دلت على وجود امراض .

٣ — موجات (ثيتا) ويرمز لها بالحرف(θ)،سرعتها من ٤ — ٧ مرة في الثانية، وذات فولتية متنوعة . توجد لدى الاطفال والصبيان.وتكون اكثر وضوحاً والتقاطا في المناطق الوسطى والصدغية للدماغ. واذا وجدت لدى البالغين دلت على وجود نوع من الاضطراب النفس او امراض الشخصية او امراض الدماغ .

٤ — موجات (بيتا)، ويرمز لها بالحرف (β) ،سرعتها تزيد على ١٤ وتتراوح من ١٨ — ٢٥ مرة في الثانية، وقوتها ذات فولتية واطئة . تلتقط بوضوح من المناطق الوسطى والجدارية للمخ (المنطقة الحركية خاصة)، وفي المراحل الاولى من النوم.وتوجد لدى البالغين وفي حالات التوتر والقلق.

ويمكن اثارة دفعات وفعالية الموجات الدماغية باستفزازات ومحفزات معينة كالادوية او التموجات الضوئية المسلطة على العين او النهجان — بزيادة سرعة التنفس.

والصورة رقم — ٦ — تبين بعض هذه الموجات ومحلات التقاطها من فروة الرأس .



شكل ـ ٦ ـ ، يبين الموجات الطبيعية لمخطط الدماغ، وتغيرها في حالة القلق .

ان سلوك الانسان مرتبط بفعاليات الدماغ وبالتغذية الحيوية الراجعة biofeedback، لذلك يفيدنا مخطاط الدماغ في دراسة أو تغيير السلوك وفي العلاج ايضاً. وحاول بعض العلماء تصنيف الناس حسب طراز الموجات الدماغية لهم.

ب ـ المهاد Thalamus :

وهو محطة ترحيل relay station أو محطة تحويل وتوجيه لمختلف المعلومات التي ترده من المراكز الدنيا أو من المراكز العليا. ويحتوي في بعض اقسامه على مراكز للسيطرة على النوم واليقظة، وهذا الجزء هو متمم للجهاز الحافي الخطير الأهمية كما سنرى .

ج ـ المهاد التحتاني Hypothalamus :

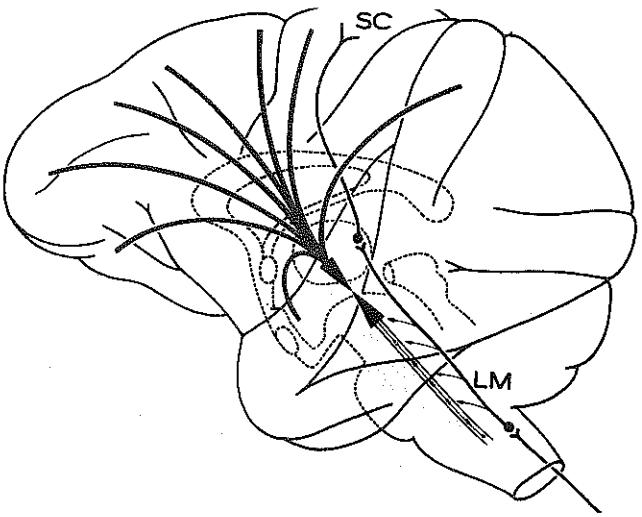
وهو جزء اصغر بكثير من المهاد ويقع تحته . أما دوره في الدوافع والسلوك فكبير جداً ، ففي المهاد التحتاني عدة مراكز تسيطر على فعاليات الأكل والشرب والنشاط والجنس وحرارة الجسم وتنظم نشاط الغدة

النخامية ، وفي تنظيم التوازن والإنسجام الثابت المستوى بين مختلف فعاليات اعضاء الجسم والذي سميناه بالثبات الداخلي (homeostasis) أي التوازن الوظيفي السوي في حالة الصحة والشعور بالكفاءة ، وهو – بالمفهوم الفسلجي – البيولوجي – الاعتدال والأنتظام والتنسيق والثبات في حرارة الجسم وضربات القلب وضغط الدم وكميات الهورمونات في الدم. فإذا ماحدث اضطراب بسبب عوامل انفعالية أو شدائد خارجية أو امراض – شدائد داخلية – يحاول المهاد التحتاني اعادة التوازن والثبات الى أصله ومستواه الطبيعي .

د– الجهاز الشبكي : Reticular System

ويتكون من شبكة دوائر عصبية neural circuits تمتد من سويقة الدماغ brain stem (وهو المؤلف من النخاع المستطيل medulla oblongata ، والجسر pons والدماغ الوسيط midbrain) الى المناطق العليا حتى يصل المهاد .

ويلعب هذا النسيج العصبي الشبكي ذو الخلايا الخاصة دوراً هاماً في ضبط وتنظيم حالات اليقظة والانتباه . فإذا مااستفززنا الجهاز بتيار كهربائي عند قطة أو كلب وجدناه ينام ، فاذا ماغيرنا سرعة ذبذبة التيار تحول الى حالة الانتباه واستيقظ . ويرتبط الجهاز الشبكي بالمهاد والمهاد التحتاني . وله دور في تركيز الانتباه في بؤرة العين أو مجال معين ،ولعله ايضاً يعمل بشكل مصفاة ترشح مختلف الرسائل أو المعلومات والحوافز الحسية الصاعدة الى الدماغ فيسمح لبعضها بالمسير والوصول الى المخ – أي الوعي ، ويعيق غيرها أويوقفها. لذلك نجد ان الإنسان في لحظات التركيز العميق لاتشغله أوتهمه حوافز جانبية – ثانوية ، من أصوات أو احداث أو مزعجات أو حتى الآلام . (انظر الشكل ٧) .

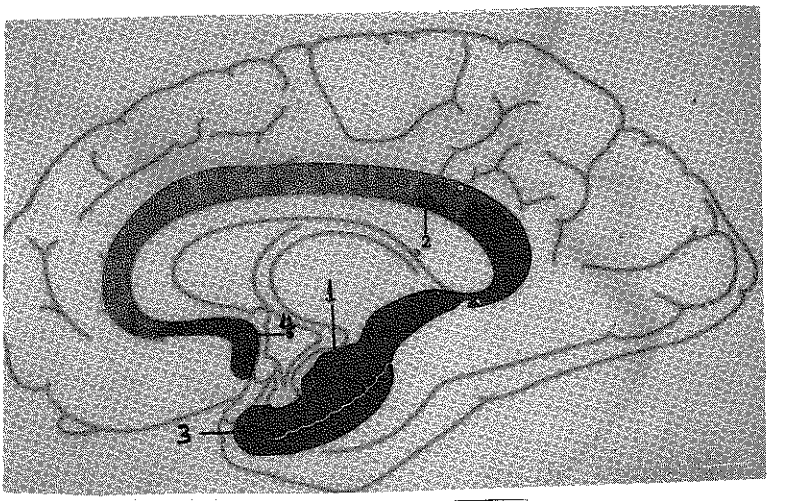


الشكل – ٧ – مخطط يبين توزيع وانتشار الجهاز الشبكي الصاعد والنازل في الدماغ والذي يستلم تفرعات ومعلومات من الحزمة الأنسية العصبية medial Fillet (Lm) الصاعدة إلى قشرة المخ السنجابية الحسية Sensory cortex(csc) والحاملة للاحاسيس الجسمية العامة.

هـ – الجهاز الحافي Limbic system :

اذا نظرنا الى مقطع سهمي للدماغ saggittal section من الناحية الانسية الوسطية (بين نصفي كرة المخ تماما) ، لوجدنا مجموعة مراكز وانسجة متواصلة ومترابطة بينها بالجيرة والالياف العصبية وبالعمل الوظيفي كذلك وهي : قرن أمون hippocampus ، النواة اللوزية amygdaloid nucleus والتلفيف الحزامي Cingulate gyrus ، وفي المقدمة نسيج حاجز septal area ، وهذه الأجزاء المترابطة بحزمة من الالياف العصبية نسميها (الجهاز الحافي) الذي يرتبط بدوره من الامام بالفص الجبهي وقبل الجبهي

للدماغ Prefrontal ومن الأسفل (أونهايته الخلفية) يرتبط بالمهاد والمهاد التحتاني فالجهاز الشبكي ، وهكذا يصبح حلقة وصل بين مراكز المخ العليا والسفلى (انظر الشكل ٨) .



الشكل – ٨ – الجهاز الحافي واجزاؤه

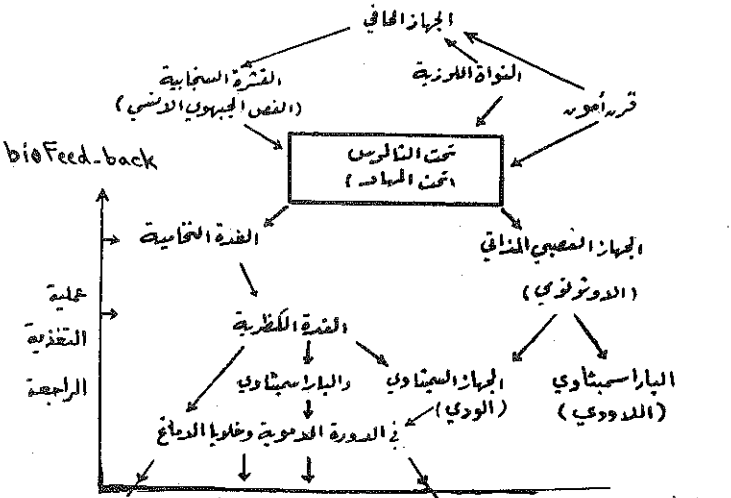
١ – قرن آمون ٢ – التلفيف الحزامي

٣ – النواة اللوزية ٤ – الحاجز – مقدمة الجهاز الحافي

والجهاز الحافي حديث العمر التطوري (الزمني) في أدمغة الحيوانات ، اذ لانعثر عليه في الحيوانات التي هي أدنى تسلسلاً من طور الثدييات mammals أي مفقودة في الزواحف والأسماك ومادونها .

ان ارتباطات الجهاز الحافي تدل على دوره الوسيط والحيوي في ضبطه السلوك الغريزي للانسان (والحيوانات العليا) بحيث تكون استجاباته متطورة وليست نمطية مقننة stereotyped كما في الحيوانات الدنيا . ولقرن آمون علاقة بالذاكرة لان تخريبه تجريبياً يؤدي الى فقدان قابلية خزن اية معلومات جديدة في الدماغ بينما تبقى الذكريات القديمة (السابقة) حية .

وللجهاز الحافي دور في الإنفعالات والسلوك الوجداني والجنسي ، فقد وجد ان القرود التي جرى تخريب في اجزاء من هذا الجهاز تثور بغضب لأتفه استفزاز ، فأن تلك الاجزاء كانت ضابطة ومهدئة للانفعالات . أما القردة التي جرى تخريب في مراكز من جهازها الحافي وفقدت عدوانيتها وثورتها اذا ماهوجمت ، فأنها تتجاهل المعتدي وتبقى هادئة ... والشكل (٩) يبين بمخطط الإرتباطات التشريحية والعلاقات الوظيفية للجهاز الحافي مع بقية اجزاء الدماغ والغدد الصم والناقلات العصبية. واجمالاً ، يمكن الآن فهم وظائف الاجزاء الدماغية السابقة الذكر بما يلي : ان الأساس البيولوجي

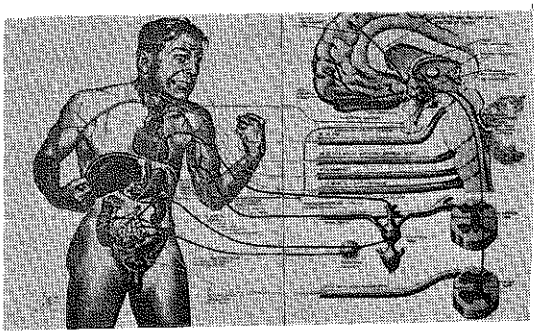


تفرز المواد التالية: ادرينالين، نورادرينالين ، هايدروكورتيزون ، دوبامين ، سيروتونين ، استيل كولين)

المخطط – ٩ –

للسلوك يمكن تفسيره بأن المهاد والمهاد التحتاني هي مراكز مهمة للانفعالات والوجدان . وهي تتلقى ايعازات واثارات استفزازية أو ناهية من الجهاز الحافي الذي يرتبط بدوره بالمراكز العليا في المخ . وتحت ظرف معين وازاء إثارة أودفع خاص يتبادل الجهاز الحافي تعليماته وضوابطه ويرسل منها الى المهاد والمهاد التحتاني حيث تقوم مراكز أخرى بالايعاز الى الجهاز العصبي

المستقل . autonomic N.S (بجزئيه الودي واللاودي) ، والى الغدة النخامية . وهذان بدورهما يؤثران في عمل الغدة الكظرية Suprarenal التي تفرز مادتي النوارديناليين، بينما يطرأ تغير آخر على كميات المواد العصبية الناقلة المؤثرة في السلوك مثل: الاستيل كولين، الدوبامين ، والهايدروكورتيزون وهكذا نجد تفسيراً لما يصحب الإنفعال من تغيرات جسمية ـ فسلجية ، كما يمكن تفسير حدوث بعض الامراض النفسجسمية Psychosomatic عند تكرر الشدة والإنفعال. والصورة (١٠) توضح حالة حدة الغضب التي يشترك فيها معظم اجزاء الدماغ والجهازان العصبي الودي واللاودي والغدد الصماء في التأثير على مختلف اعضاء الجسم .



صورة ـ ١٠ ـ حالة حدة الغضب rage

الجهاز العصبي المستقل autonomic N.S.:

قلنا ان الجهاز العصبي المحيطي يتألف من قسمين رئيسين:

أ ـ الجهاز العصبي الجسماني، Somatic N.S. وهو الذي يسيطر على حركات العضلات الارادية Voluntary muscle كما يستلم ويورد الاحاسيس الجسمية المختلفة من الجلد والمفاصل والعضلات.

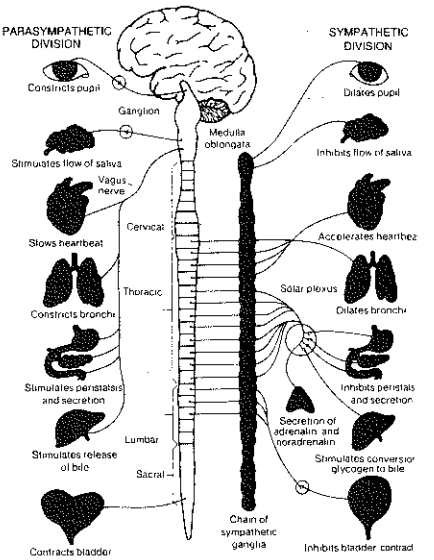
ب ـ الجهاز العصبي المستقل . وهو المسؤول عن حركة العضلات اللاارادية (الملساء) involuntary (plane) M. ، وعلى نشاط الغدد الصماء وغير الصماء.

وقد سمي بالجهاز المستقل (الذاتي) لان له خاصية التلقائية والاستمرارية في النشاط دون تدخل الوعي. وهكذا تستمر حركة الدورة الدموية وتقلص وانبساط العضلات وجدران الاوعية الدموية والجهاز الهضمي والبولي والتناسلي ـ وغيرها في حالة النوم واليقظة سواء بسواء مع فارق السرعة والشدة فقط. وينقسم الجهاز العصبي المستقل حسب وظيفته إلى جزئين مهمين:

١ ـ الجهاز العصبي الودي (السمبثاوي) Sympathetic N.S والذي تخرج فروعه من اجزاء النخاع الشوكي في المنطقتين الصدرية والقطنية. ويتولى الجهاز الودي تحفيز الغدد والنهايات العصبية المستقبلة للادرينالين والنورا درينالين والدوبامين ـ اي التي تؤدي بالنتيجة الى تهيئة الانسان إلى حالة الدفاع والتحفز والهجوم مثل: ارتفاع ضغط الدم، ازدياد سرعة ضربات القلب، توتر العضلات، تقلص الشرايين، التعرق وافراز هورمونات تتعلق بنشاط التغذية للجسم وزيادة سكر الدم .الخ. وتأثيره عام على الجسم جميعه تقريبا، وهو المسؤول عن حالات الطوارىء والشدائد..

٢ ـ الجهاز العصبي اللاودي (البارا سمبثاوي) Parasympathetic N.S: وهو الذي يناقض احيانا عمل الجهاز الودي فهو يبطىء من نبضات القلب ويسرع من عملية الهضم وتقلص الامعاء والمثانة.لكنه يتعاون احيانا اخرى مع الجهاز الودي ، فهو بالحقيقة ليس معاكسا تماماً له بل يشكل معه

مجموعة حوافز وتأثيرات على الجسم والدماغ. ويعتمد الجهاز اللاودي في مفعوله على افراز مادة الاستيل كولين ويعمل في نطاق اعضاء معينة وليس على الجسم بكامله. وهو المسؤول عن حالات الهدوء والثبات والتركيز والاستفادة من مخزون الجسم الغذائي والايظي .(انظر الشكل (١١



شكل – ١١ – يوضح الجهازين العصبيين الودي واللاودي وتوزيعهما على مختلف اعضاء الجسم واللذين يشكلان الجهاز العصبي المستقل، كما يبين مفعول كل واحد على نفس العضو من الجسم.

ان مثال تعاون الجهازين الودي واللاودي مايحدث اثناء العملية الجنسية للذكر. فالانتصاب (النعوظ) erection يعتمد على الجهاز اللاودي، بينما القذف ejaculation يعتمد على الجهاز الودي . لذلك اثناء حالات الانفعال الشديد (بمفعول الجهاز الودي) قد يحدث تفريغ المثانة والامعاء لمحتوياتهما (بمفعول الجهاز اللاودي)..

ثانيا – جهاز الغدد الصماء Endocrine System

ان مايحدث من تغييرات في السلوك السلوك بمفعول الجهاز العصبي المستقل يتم بمعونة فعاليات بعض الغدد العصم المرتبطة ارتباطا وثيقا به، وهي التي

تفرز الهورمونات hormones ذات الخصائص الكيميائية الناقلة والتي تنتقل الى الدم وتسري فيه ومعه. والهرمونات مواد ضرورية وحيوية لتنظيم سلوك الانسان كالجهاز العصبي بحيث تضمن الثبات الداخلي . وتلعب الهرمونات دورها في النمو والسلوك الجنسي وفي مستوى الانفعال والطاقة الوجدانية للاثارة والشدائد. وتستجيب بعض الغدد الصم لاستثارة الجهاز العصبي المستقل لها، بينما تستجيب غدد اخرى لحالات واوضاع الجسم الداخلية الاخرى .

الغدة النخامية Pituitary gland

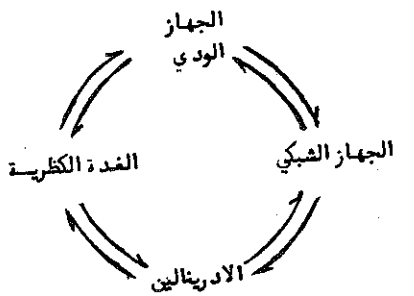
هي بالحقيقة جزء صغير من الدماغ يقع في اسفله معلق بالمهاد التحتاني، وتعتبر الغدة النخاعية (سيدة) الغدد واهمها واخطرها في الجسم فهي تفرز اكبر عدد من الهورمونات المختلفة المؤثرة والمكيفة لنشاط الغدد الاخرى بجزئيها الامامي والخلفي anterior & posterior pituitary ، وبذلك تسيطر على تقلصات الرحم وافراز الحليب من ثدي الانثى ، وعلى تنظيم كميات الماء في الجسم، وضغط الدم،وعلى توقيت ودرجة نمو اعضاء الجسم ،وعلى فعالية الغدة الدرقية Thyroid ، وعلى الغدد الجنسية، وجزء من الغدة الكظرية. وللغدة النخامية دور في سلوك التقارب والتودد الجنسي والتكاثر بين الحيوانات.

والغدة الكظرية Suprarenal G.

هي مزدوجة في جهتي الجسم فوق الكليتين. وتلعب دوراً بالغ الخطورة في تهيئة الكائن للشدائد والطوارىء .وتتلقى بعض نهايات الجهاز العصبي الودي. وهي مكونة من نسيجين او جزئين مختلفين : القشرة الخارجية Cortex واللب medulla .

ويفرز لب الغدة مادتي الادرينالين والنوادرينالين السالفتي الذكر، واضافة إلى ماذكرنا من وظائف الادرينالين ،فانها تحفز الجهاز الشبكي

في الدماغ الذي له تأثير ايضا على الجهاز الودي، وبذلك يستثار من جديد الجهاز الودي الذي يعود فيثير الغدة الكظرية ..، وينتج عن ذلك دورة تأثير مستمرة من تحفيز يعقبه تحفيز آخر، وبهذه الدورة المغلقة نجد حالة التوتر الانفعالي المستمرّ والذي لايزول او يخف حال زوال السبب الاول للاثارة (انظر المخطط ١٢). وهذه الظاهرة الفسلجية تفسر كيف ان الحيوان المتوحش المتحفز بعنف يستمر على حالته تلك بعد القبض عليه وحبسه فلايستطيع الهدوء والارتخاء حالا، بل ان مفعول الشدة والخوف والغضب يستمر



مخطط – ١٢ –

في جهازه العصبي إلى حد الانهيار والصدمة – وحتى الموت . واضافة الى ماذكرنا من مفعول النوردأرينالين سابقا ،فانه ينتقل في الدم ليصعد الى الغدة النخامية فيستفزها لافراز هورمون يؤثر على قشرة الغدة الكظرية التي تنشط فتفرز مجموعة هورمونات شحمانية (ستيرويد) Steroids احدهاهو (الكورتزول) Cortisol الذي يستفز الكبد لافراز سكر الكلوكوز إلى الدم ليكون مصدر طاقة للاستهلاك السريع اثناء الشدة، كذلك يهيء الكورتيزول الجسم لعمليات الايض metabolism وإلى مقاومة الصدمات والشدائد . ان استعمالات مواد ومشتقات الكورتيزول لمدة طويلة تؤدي الى احداث تغييرات وجدانية في الانسان مثل الكآبة واضطرابات سلوكية اخرى.

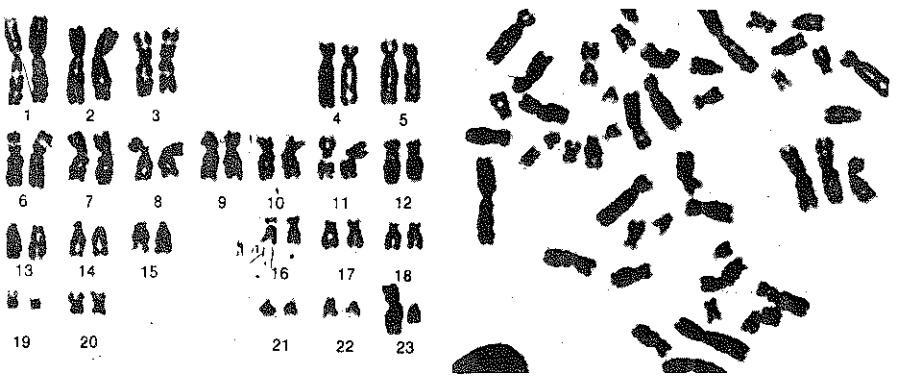
ثالثاً – السلوك والوراثة

والركن الثالث في التفسير البيولوجي للسلوك هي الوراثة Heredity ، وهو مايدخل ضمن مجال علم السلوك الوراثي Behaviour genetics الذي يدرس تأثير الوراثة في الطباع والامزجة والثبات الوجداني وكيفية انتقالها من جيل لآخر .

ان (الجينة) gene هي اصغر وادق الأجزاء الحاملة للصفات الوراثية، ومن مجموعة مايقارب الالف جينة يتكون شريط وراثي يدعي (الكروموسوم) Chromosome .ويمتلك الأنسان(٤٦) كروموسوم (٢٣) من بويضة الأنثى و(٢٣) من الذكر. ولكثرة عدد الجينات فأن من شبه المحال وجود شخصين متشابهين تماماً اللهم الا في حالة التوائم المتماثلة identical twins لانهما أخوة نائجة عن تلقيح بويضة واحدة انقسمت الى جزئين متساويين متماثلين، فهما شخصان وحيدا البيضة monovular (monozgotic) .

ان اغلب الصفات السلوكية – كالذكاء والانفعالية والبنية – تنتقل عبر مجموعات من الجينات المتفاعلة ، لذلك لايمكن ايجاد القوانين البسيطة ، لكيفية انتقالها وراثياً ، فهي ليست كصفات لون العينين أو الشعر أو فصيلة الدم.وبامكان الآن صبغ الكروموسومات وعزلها وترقيمها ووضعها بشكل خارطة منتظمة تدعى(لوحة)الكروموسومات Chromosome Chart(انظرالصورة١٣). وبهذه الوسيلة يمكن تحديد الشذوذ والعاهات في بعض الكروسومات.وتحدث هذه الاضطرابات اثناء الإنقسام الحجيري أو بسبب بعض العقاقيرأو الأمراض أو الإشعاع الذري الذي تتعرض له الأم الحامل مما قد يؤدي الى حدوث امراض خلقية – بنيوية أو سلوكية ايضاً ، مثلا :

ان الكروموسومات الجنسية : الانثية (X) والذكرية (Y) قد تتعرض الى تغيير أو زيادة . فالذكر الطبيعي (XY) قد يولد وهو يحمل (Y) اضافي أي ان كروموسوم الجنس هو (X Y Y) ، وقد وجد ان مثل هؤلاء الأشخاص



الصورة – ١٣ – كروموسومات انسان ذكر قبل وبعد ترتيبها بشكل لوحة.

عادة مايكون مديد القامة ويميل الى العنف ، وان نسبة لابأس بها منهم ، يدخلون السجن بسبب مشاكلهم الشخصية في الطباع والتعامل مع الآخرين – وبسبب جرائمهم .

كيف ندرس العوامل الوراثية ؟

١ – في الحيوانات (مثل الفئران) يمكن إجراء (الانسال الانتقائي) Selective breeding ،أي أننا نكثر من تزاوج وتكاثر الحيوانات التي سبق وان علمناها سلوكاً معيناً في المختبر التجريبي . وبذلك يمكن عزل مجموعات (ذكية)او(غبية)على مدى اجيال منها ، وهكذا يمكن عزل صفة (قوة الذاكرة)مثلا..الخ.

وقد امكن إنسال وتكثير الكلاب الشرسة والوديعة ، كما امكن عزل الدجاج النشيط جنسيا والاعتدائي عن غيرها . وعند الحشرات امكن عزل اللواتي تنجذب نحو الضياء . وعند الفئران امكن عزل التي تحب المشروبات الكحولية عن التي تكرهها .

والنتيجة المستخلصة ،ان الصفة التي تتأثر بالوراثة يمكن عزلها بالانتقاء التزاوجي، اما اذا لم تتأثر بذلك فاننا نفترض بأنها تعتمد على المحيط وليس على الجينات .

٢ ــ وفي الانسان ، أصبح من اطرف واهم التجارب تلك التي تدرس سلوك وامراض الناس المتقاربين وراثيا حيث لايمكن اخلاقيا اجراء اى انسال وتزاوج وتكاثر كما في عالم الحيوان ، لكن الدراسات تتم باسلوبين :

أ ــ دراسة سلوك الاسر والاقارب وعلاقتهم بظاهرة معينة وببعضهم .

ب ــ دراسة احوال التوائم المتماثلة والتوائم المتآخية fraternal – twins

ــ اى غير المتماثلة او ثنائية البيضة non – idential, dizygotic

والخلاصة ،

ان معضلة الوراثة والمحيط شهيرة وعريقة . والمتعصبين للوراثة يجادلـــون المتطرفين حول تأثير المحيط . لكن ما يمكن اجماله هنا : ان الصفات الوراثية تجعل لدى الانسان استعداداً كامناً لشئ .. ، لكن العوامل المحيطية تؤثر في ظهوره وموعده او في تأخيره .. ،فيتفاعل المحيط مع الوراثة ، وتعتمد المحصلة على مدى التفاعل وقوته . الوراثة عامل ممهد والمحيط يرسب ويقرر سلبا او ايجاباً ، عدا بعض الصفات القوية الوراثية المسيطرة التي يتحتم ظهورها ولا يمكن للمحيط ان يؤثر فيها قطعاً .

رابعا ــ عمليات الاحساس

وهي مكملة للاساس البيولوجي للسلوك . وآثرنا ادراجها في هذا الفصل بدل ان تكون مستقلة لعلاقتها الوظيفية به .

ابواب المعرفة :

تردنا كل المعلومات عن العالم الخارجي بواسطة اعضاء الحس . كما انها اجهزة للانذار والتحذير ، وهي مداخل الالم واللذة . وباعضاء الحس نميز الاشياء والفوارق بينها . وبها ندرك العالم وانفسنا وموقعنا منه . هذا هو الاحساس sensation

وليس الاحساس بالاشياء هي كل ما في عملية الاحساس ، لان الادراك الحسي perception يتطلب عملية دقيقة ومعقدة من قبل الدماغ لاجل فرز المعلومات وجمعها وتنظيمها لتصبح ذات مغزى ومدلول ومعنى . فما هي فائدة صوت او لون او حرارة وبرودة ، . اذا لم يعرف العقل (معنى) الصوت ونغمته ومصدره ، او شكل الصورة وما ترمز له وما فيها من جمال — او قبح — وعلاقتها بالاشياء والظواهر الاخرى .

كذلك على الانسان في عالم التقنية الهائل ان يتطور ويلم بالاجهزة الدقيقة امامه، وعليه ان يتصرف في حالات الشدة واضطرابات الاحساس كحالة رائد الفضاء عندما يصل مرحلة فقد الوزن وتغير المقاييس والارقام عنده .

ومن الاطالة والاعادة استعراض البصر والسمع واللمس ، والذوق والشم الخ لان موضوع الفسلجة يغطيها بالتفصيل ، لكن ما يهمنا ذكره في علم النفس الفسلجي الامور التالية :

١ — ان الشعور باى منبه حسي stimulus لايتم الا اذا وصل او تجاوز الحد الادنى او (العتبة) threshold المعينة الخاصة بغريزة وخلق الانسان : فنقطة ضوء وسط ظلام قد لا تراها العين البشرية ما لم تصل درجة معينة من البريق واللمعان ، ولا يمكن للاذن البشرية التقاط صوت الا اذا كان قد وصل كذا ذبذبة معينة في الثانية (وهي عند الانسان ٢٠ ذبذبة في الثانية — هيرتز) وهذا الحد الادنى من عتبة المنبهات يدعى بالعتبه المطلقة absolute Threshold

٢ — وبما ان الحد الادنى لاى منبه يشعر به الانسان يختلف بتغير ظروف الانسان الوجدانية والجسمية، فان العتبة المطلقة تختلف قليلا من شخص لآخر وهذه العلاقة بين المنبه الفيزيائي والحالةالنفسية تدعى بالوظيفة النفسية— الفيزيائية Psychophysical Function.

٣ — كذلك فان تمييز الفوارق بين منبهين من نوع واحد لايتم الا اذا كان الفرق بينهما قد وصل درجة مناسبة. فلو سلطنا بقعتين من الضوء

الاحمر على شاشة، فان الشخص لايدرك الفرق بينهما الا بعد ان يكون فرق درجة طول الموجات الضوئية بينهما قد وصلت حداً معيناً قابلا للتمييز وهو الحد الذي يمكننا من تمييز الفوارق بين ضوئين او صوتين او ثقلين ويدعى بـ(العتبة الفارقة) difference Threshold .

٤ ــ ان العالم النفسي الفيزيائي (فيبر) E. Weber . وضع معادلة حسابية تبين كيف ان الانسان لايميز الفرق بين منبهين مالم تصل نسبة العتبة الفارقة درجة ثابتة لامحيد عنها، وسماها (ك) K . وهذا هو قانون (فيبر) Weber's Law .

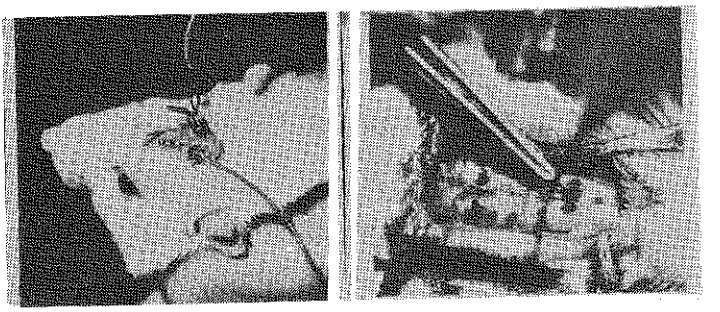
٥ ــ ان مجالات الاحساس قد انفتحت امام الانسان وتوسعت بواسطة اجهزة صناعية جاءت بحكم اختراعاته هو ، وهذا هو مفعول التقنية التي ادخلت ادوات عديدة ووسعت وعمقت مدى وحدود الاحساس: مثل المجهر الالكتروني، والتلسكوب.. ، والاقمار الصناعية هذا عدا المراصد ومكبرات الصوت والتلفاز والمذياع.

علم النفس التجريبي البيولوجي:

ولنا ان نتسائل الان بعد استعراضنا الاساس البيولوجي للسلوك ، ماذا وكيف توصل اليه العلم الحديث في مجال التجارب والسلوك؟

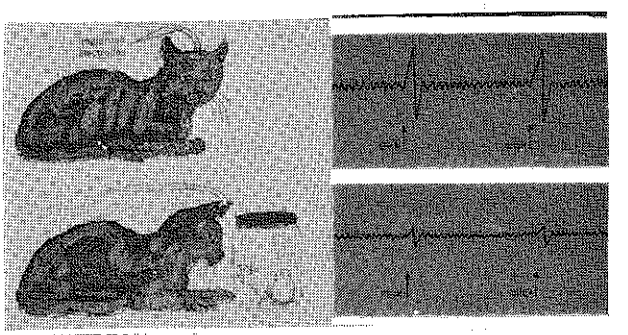
١ ــ ان بالامكان ادخال مسار كهربائي (الكترود) electrode دقيق النهاية جداً الى حدود ١/٢٠٠٠ من المليمتر بعملية جراحية دماغية على الحيوانات (وحتى الانسان في ظروف طبية معينة)، وبالامكان ايصال نهاية المسار الى عصبة او مجموعة خلايا عصبية لمركز معين في الدماغ وقياس القوة الكهربائية فيه او ايصال كهربائية منبهة له (انظر الشكل ١٤).

٢ ــ وبهذا الاسلوب يمكن تحفيز العصبة او مجاميعها في مناطق الدماغ قيد الدرس ومعرفة وظيفتها ومفعولها والى اي مدى من الجسم تؤثر وفي اي عضو منه، واي هرمون، واي سلوك.



شكل – ١٤ – كيفية ادخال المسارات الكهربائية في دماغ الحيوان (فأر)

٣ – وبدراسة التغييرات في تخطيط الدماغ اثناء حالات السلوك المختلفة من هدوء ونوم ويقظة وغضب وهياج (انظر الشكل ١٥).



شكل – ١٥ – دراسةوتخطيط دماغالقط في حالة الهدوء والارتقاء،ثم مايطرأ عليه من تغيير عند التحفز والهياج (رؤية فئران أمامه)

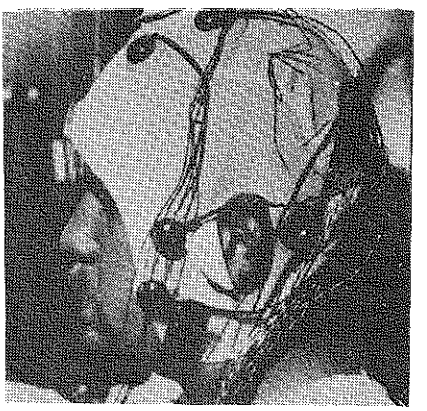
٤ ــ وبدراسة مايطرأ على فعاليات المخ من تغيرات نتيجة المنبهات والحوافز التي تبثها النهايات العصبية المنتشرة طبيعياً في شتى اعضاء وأنسجة الجسم (أي بالتنبيه المحيطي للاعصاب ومراقبة التغيير المركزي في المخ).

٥ ــ وبدراسة مايطرأ من تغييرات على السلوك في حالة تخريب او اقتطاع جزء معين من الدماغ.

٦ ــ ودراسة مناطق الدماغ المختلفة ووظائفها او علاقتها بالسلوك والوجدان بوضع مسارات كهربائية ثابتة ثم ملاحظة مايطرأ على الانسان من شعور (او على الحيوان من تغير سلوكي) في مختلف الظروف والمتغيرات المرضية او الفسلجية او المختبرية، ومقارنة ذلك بأي تغيير في كمية او شدة او سرعة التيار المنبه الكهربائي (انظر الشكل ١٦).

٧ ــ كما بالامكان دراسة التغيرات الدماغية وفي الاشتباكات العصبية والعصبات بعد مرور الحيوان بسلسلة من عمليات تدريب وتعلم..

٨ ــ أو دراسة التغييرات في الذاكرة والخزن والحفظ والتذكر بالتعامل مع مختلف المواد والعقاقير الكيميائية الطبيعية او الصناعية في جسم ودماغ



صورة ــ ١٩ ــ شخص مزروع في بعض مناطق دماغه مسارات كهربائية ــ كان يعاني من الكآبة ومحاولات الانتحار، ولكن تنبيه بعض تلك المناطق بتيار كهربائي خفيف جعله يشعر بالانشراح واللذة.

الكائن. فمثلا، ان البحوث تشير الى دور عقار (الفايسوستكمين) Phybostigmine في زيادة كمية الاستيل كولين وفي تحسين قابلية التعلم وحدة التذكر في الانسان.

٩ – وكذلك بدراسة بعض الظواهر البيولوجية الطارئة او النادرة والاستفادة منها في القاء اضواء جديدة على ما تجمع لدينا من معلومات عنها سابقا (انظر الشكل ١٧)



صورة – ١٧ – وليد ملتصق الجسمين منفصل الرأسين . احدهما يقظ والثاني نائم . دليل على ان النوم واليقظة لاعلاقة لهما بالدورة الدموية المشتركة.

الفصل الثالث

التطور النفسي

من بين جميع المخلوقات الثديية يحتاج طفل الانسان الى اطول رعاية من قبل الام والوالدين ، اى انه اقل اطفال الثدييات نضجاً ساعة ولادته . وبصورة عامة انه كلما تدرجت الحيوانات في سلم الرقي والتطور السلالي احتاج الطفل الى فترة اطول للنضج والتعلم والتدريب حتى يصل درجة الاعتماد على نفسه . ان طفل حيوان (الليمور) Lemur —وهو من ابسط انواع القرود —يولد ويستطيع بعد فترة وجيزة من ولادته ان يتحرك وان يأكل طعام الكبار ويعتنى بنفسه . لكن طفل القرود العليا يحتاج الى عدة اشهر، وطفل (البابوون) Baboon يبقى مع أمه بضعة سنوات. اما طفل الانسان فانه يحتاج الى عدة سنوات معتمداً على امه ووالده في الغذاء والحماية والتعلم وتفهم العلاقات مع الآخرين الى ان يتمكن من الاكتفاء الذاتي .

ان سلوك البالغ وصفاته الشخصية تتأثر بما يحدث اثناء الطفولة ، « والطفل هو والد البالغ » كلام دارج وصحيح .فالطفولة منبع واساس المستقبل ... ومعرفة كيف ان تؤثر تجارب الطفولة في صياغة سلوك البالغ، تعيننا على تخطيط منهج تربوي وصحي واجتماعي سليم، كما تعيننا على فهم مشاكل اجتماعية كبيرة: مثل، العنف والاعتداء والجريمة والانتحار، وشعور الغربة. كذلك نستعين بتأثير علاقة وموقف الوالدين وسلوكهما على انفعالية وسلوك الطفل.

العوامل المؤثرة في النمو :

اولا — يتطور الطفل بتفاعل مستمر بين المحيط والوراثة. وفي موعد تلقيح بويضة الانثى وتكون النطفة والجنين تقرر الصفات الوراثية وبرامجها المسطورة على شرائط الكروموسومات وفي الجينات تقرر كثيرا من الصفات

وسمات الشخص: اولا، انه سيكون انساناً وليس سمكة او طير ، كما تقرر طوله ولون بشرته وعينيه واستعداداته المزاجية ،وتقرر جنسه ذكرا ام انثى . وهكذا فان النزعات والقابليات البيولوجية تحددها الوراثة اولا بما في ذلك امكانات الذكاء ومداه.

ثانياً — وخلال فترة الحمل يكون الجنين اثناء نموه محاطا بظروف خارجية اغلبها متعلقة بالدم والغذاء الذي يأتيه من مشيمة والدته، كما ويتأثر بحالة الام الصحية او العقاقير التي تتناولها، وبالظروف التي تتعرض لها وتؤثر في الرحم والجنين: مثل الاشعاعات الذرية او الصدمات او الالتهابات وتلك هي العوامل المحيطية الخارجية الاولى.

ثالثا — ثم تبدأ فترة الولادة وحوادثها . ومن بعدها يعيش الرضيع والطفل في اجواء جديدة اخرى هي مجموعة لاحصر لها من التجارب الجديدة التي تنهال عليه مرحليا وتنقل اليه ما ندعوه بالعوامل الاسرية والاجتماعية والثقافية وما يتعلق بها من عادات تربوية وأعراف ومثل وتقاليد ، والتي تصوغ وتؤثر في استجابات وسلوك الطفل .

ونذكر على سبيل المثال: في قبيلة(اوتكو) Utku من الاسكيمو حيث يعتبر الاعتداء والعنف صفة غير مرغوبة . لذلك لايشجع الوالدان اطفالهم منذ سن مبكرة على اظهار او تعزيز هذا النوع من السلوك عن طريق الصمت او الاهمال وعدم الالتفات الى بوادر الاعتداء والغضب ، فيتعلم طفل الاسكيمو أن الهدوء والمسالمة والوداعة هي الانماط السلوكية المقبولة والمحبوبة.ونجد خلاف هذا السلوك في مجتمعات بدائية او متقدمة — على رغم اختلاف الاسرة الواحدة عن الاسرة الاخرى ، او مجموعة عن اخرى .. وهكذا ..

المحيط ام الوراثة ؟

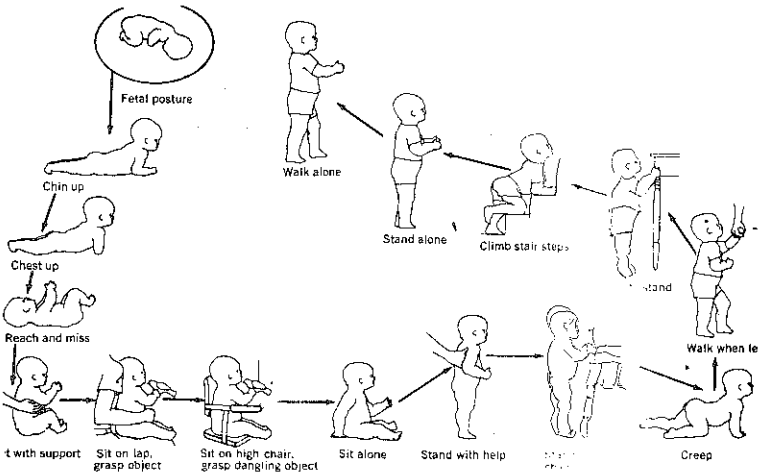
هذان العاملان الحيويان سيعترضاننا دوما في كل مجالات علم النفس ، و في الفصول القادمة ، اذ ان السؤال البارز هو : ايهما اشد تأثيرا في السلوك، المحيط ام الوراثة ؟ (او : الطبع ام التطبع nature & nurture).

والحقيقة ان الجواب الحتمي الاخير لم يتقرر بعد ، لكن آخر ما توصل اليه العلم الحديث هو انه لايمكن الفصل بين المحيط والوراثه ، فالتفاعل بينهما مستمر وبين مد وجزر تبعا لكل حالة وميدان . ولنأخذ مثلا كيفية نشوء اللغة والكلام ، فان كل طفل بشري يخلق وهو مؤهل لتعلم الكلام . لكن لن يستطيع التكلم قبل الوصول الىمرحلة من النمو العصبي– البيولوجي، ولن يتم ذلك قبل سنة من العمر ..،ولن يكون اولا بشكل جمل كاملة قطعا. لكنه بعد هذا التاريخ قد تتمكن اسر وامهات من تشجيع وتحفيز اطفالهن على الكلام والنطق المبكر بالاثارة والمكافئات فتتمكن من الاسراع في «انطاق» الطفل قبل اطفال آخرين . وهكذا تنضج اهمية العوامل البيولوجية الوراثية ، ثم كيفية تأثير المحيط فيها . وسنرى فيما يلي نماذج اخرى لهذا التفاعل .

النضوج :

يتحدد النضج الجسماني بالوراثة البيولوجية ، ويتضح بالنمو والتغير الجسمي الذي لا يرتبط بعوامل المحيط كثيرا بل بجداول زمنية شبه صارمة نلحظها ونرصدها منذ تطور الجنين الى رضيع ، والى طفل ، والى صبي ..فبالغ . ولا ريب ان ظروفا محيطية (من غذاء ومرض وحوادث) تؤثر في كل ذلك لكن وجود النمو الحركي في نفس المراحل الزمنية عند كل اطفال العالم يؤكد ان النمو الحركي والجسماني هو وظيفة وراثية – بيولوجية . ونلاحظ ان النمو الجسماني والنضج الانفعالي والنفسي يسير وفق مسار مرحلي متسلسل ومتناسق لايمكن ان يسبق الواحد الآخر . حيث نجد تعلم المشي قبل الركض ، ونطق الكلمات قبل الجمل ، وعد الارقام قبل فهم معناها . وهكذا يمكن تتبع النمو بشكل مراحل من رضاعة – فطفولة – فمراهقة – فبلوغ . (انظر الشكل ١٨) .

وقد اهتم علماء النفس بتأثير المحيط في عملية النمو. فالمعروف ان المشي مثلا يحتاج الى تعليم وتدريب فهو صفة بيولوجية، لكن شيئاً من المؤثرات



الشكل – ١٨ – كيف ينمو ويتطور الطفل الطبيعي حركيا وجسميابتسلسل مرحلي ثابت :
١ – وضع الجنين ٢ – الذقن مرفوع – ٣ – الصدر مرفوع ٤ – بلوغ شيء وفقده ٥ – يجلس بمساعدة ٦ – يجلس في حجر الام ويمسك شيئا ٧ – يجلس على كرسي ويمسك شيئاً متحركاً ٨ – يجلس لوحده ٩ – يقف بمساعدة ١٠ – يقف مستنداإلى كرسي ١١ – يزحف ١٢ – يمشي بمساعدة ١٣ – يقف بسحب نفسه ١٤ – يتسلق اعلى الدرج ١٥ – يقف لوحده ١٦ – يمشي لوحده

والمحفزات المحيطية قد تكون ضرورية له. ووجد ان الاطفال الناشئين في معاهد او مياتم تنقصها الاثارات والتشجيعات تكون مواعيد جلوسهم وزحفهم ومشيهم متأخرة عن الاطفال الاعتياديين، لكنهم مايلبثوا ان يلحقوا بالركب ويصلوا الى نفس مرحلة التطور العضوي للآخرين. وقد وجد مثلا ان اطفال عشيرة من قرية هندية في غواتيمالا يترعرعون داخل اكواخ لانوافذ لها في السنة الاولى من العمر فلا تتاح لهم فرصة الزحف الحر والملاعبة او الاستثارة من قبل الوالدين. لكنهم بعد خروجهم من الاكواخ تبدو عليهم علامات التأخر الجسماني، ثم مايلبثوا ان يصلوا الى الحد الطبيعي بعد سنة وحتى الثالثة من العمر .

الاثارة المفرطة :

لقد وجد بالتجربة ان المهارة والقابلية الحركية للاطفال يمكن تسريعها اذا تعرض الطفل الى محيط محفز ومشوق: مثل ملاعبة ولمس الطفل اكثر من المعتاد او رفع القماط والرباطات عنه، ووضع الالعاب والاجراس حوله والكلام معه ومكافأته على ماينجزه. كل هذه المحفزات تزيد من حدة انتباه الطفل وتعوده حركة او عمل معين. لكن الشيء الآخر الذي يحدد كل محاولات الاثارة المفرطة ان الطفل لن يتقدم ويسرع في مهارته ونموه اذا لم يبلغ مرحلة القابلية والنضج البيولوجي الذي يسبق ذلك. فالاثارة لن تجعل الطفل يمشي او يتكلم قبل وصوله (بيولوجيا) مرحلة الاستعداد للمشي او الكلام.

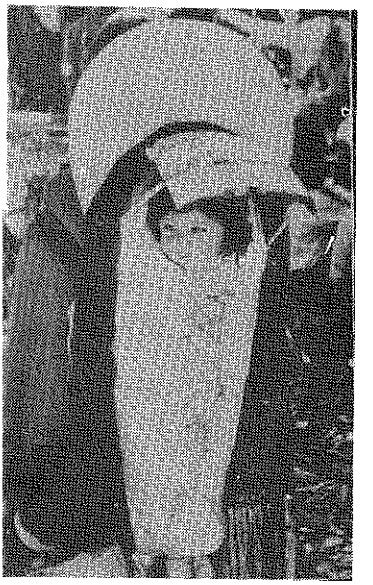
كذلك ، فان الخبرة القديمة التي تقدمها الاثارة المبكرة لاتدوم طويلا اي انها وقتية وعندما يتكلم طفل اعتيادي وطفل تلقى تمرينا واثارة قديمة فهما سواء لكن الحرمان المستمر من فرص التعليم الثقافي والحركي واللعب واللغة خلال السنوات الثلاث الاولى يعرقل فعلا عملية التطور الطبيعي اذ يصبح الطفل متأخراً عن زملائه في النضج الفكري والعاطفي في المراحل الدراسية الاولى.

وهكذا نجد ان المعوقات البيولوجية يمكن تلافيها، اما المعوقات العقلية فربما تحدث اضرارا مستديمة في عملية النضوج.

ورغم القيود وتحديد الحركة عند رضيع الاسكيمو المحمول على ظهر أمه، فانه يلاحق النمو العضوي الطبيعي بعدئذ صورة (١٩)

التطور الادراكي:

ان مايدركه البالغ من امور حياتية بديهية، لم تكن كذلك وهو طفل . فاذا ادرك البالغ مثلا ان ذراعه هي جزءاً من جسمه، وانها متكئة على المائدة وان المائدة شيء تابع لاثاث الغرفة، وان بيته يقع هنا في المنطقة الفلانية ،



صورة – ١٩ – طفل الاسكيمو ينمو طبيعياً رغم قيود الرضاعة الأولى

واذا ماذهب الى دكان بائع الفاكهة ويعرف كيف يعود الى ذلك البيت ، واذا ماالتقى بشخص وعرف انه غريب او قريب او صديق او اخ له ، فان كل هذه الامور البسيطةالادراك عند البالغ يتعلمها الطفل من خلال نمو وتطور ونضج ادراكي عقلي ومحدد بجدول زمني يتدخل فيه عاملا الوراثة والمحيط

وقد اختص واشتهر العالم التربوي النفسي السويسري جان بياجيه (١٨٩٦) J. Piaget بدراسة نضج الاطفال وادراكهم لامور الحياة . وكانت ملاحظاته المسجلة ودراساته قد بدأت مع اطفاله في بيته ثم انتقلت الى مدى اوسع. وهو الذي كون نظريته المعروفة حول هذا الموضوع والتي يمكن تلخيصها بما يلي، مع ملاحظة ان الاعمار المذكورة ليست صارمة وثابتة:

١ – في السنتين الاوليين من العمر : هي مرحلة الاساس الحركي Sensorimotor stage ،وخلالها يستطيع الطفل التفريق بين ذاته وغيره ، كما ويفهم تأثير حركته على العالم الخارجي. فاذا حرك جرساً سمع صوته. كما يتعلم ان الشيء موجود ولو اختفى عن نظره..

٢ ــ في السنوات (٢ ــ ٧) من العمر : هي مرحلة ماقبل الاداء Preoperational stage ،وفيها يستخدم الطفل اللغة،ويرمز او يشير للاشياء بالكلمات والصور، لكنه يبقى منغلقاً على نفسه فهو مركز العالم. كما ويصعب عليه فهم وجهة نظر الآخرين..

٣ ــ في السنوات (٧ ــ ١٢) من العمر: وهي مرحلة الاداء الجامد Concrete operational S. ، وفيها يصبح الطفل قابلا على التفكير المنطقي ، ثم يدرك بالتدريج معنى الارقام والكتلة والاحجام ثم الوزن. ويصنف الاشياء حسب نسق معين ويفهم معنى العلاقات بينها (مثلا ان آ أطول من ب ، وم اثقل من ن .. الخ..)

٤ ــ في السنوات (١٢ ــ وما بعدها)من العمر : وهي مرحلة الاداء العرفي « Formal operational S. ، وفيها يستطيع الطفل ان يفكر بمفهوم تجريدي ، ويلاحق الفرضيات المنطقية ، ويدرك النظريات ويستخلص العناصر المعضلة ويستعرض حلولها ، ويهتم بالمسائل النظرية وبالمثل والمبادئ وبالمستقبل الخ .

ان هذه المراحل والتطورات ليست جامدة وثابتة ، اى ان لها استثناءات . وقد اعتبر (بياجيه) اصطلاح «الادائي » operational بمعنى «العملية العقلية التي تنقل المعلومات وتحللها وتعرف الجواب والحل ونقائضها » ، كأن نقسم البرتقالة الى خمس قطع ثم نعرف كيف انها تعود الى شكلها الكروي اذا جمعنا تلك الاجزاء جنبا الى بعضها .

التطور الاجتماعي والشخصية :

ان التماس الاجتماعي الاول للطفل هم الاشخاص الذين يرعونه ويربونه ــ وهي الام اساسا . فاسلوب تعامل الام مع حاجات الطفل (بالصبر او الحنان او الاهتمام او الشدة او الضجر او الاهمال .. الخ)تؤثر فيه وفي استجاباته وموقفه تجاه الاخرين بعدئذ . ويعتقد بعض علماء النفس انه حتى ثقة الانسان

بالاخرين تقررها تجاربه التي يمر بها خلال السنوات الاولى من عمره ، منهم مثلا (باولبي) و (اريكسون) Bowlby & Erilkson.

ان ابتسام الطفل الرضيع خلال الشهرين الاولين من عمره امام وجه امه يشعر الام وتعلقه بها ، فتستجيب لذلك بالمداعبة والترقيص والكلام او الغناء والعطف .. رغم ان علم النفس الفسلجي يؤكد ان الابتسامة هي بيولوجية وطبيعية عند الرضيع ولا تعنى او تشير الى تلك الانفعالات المعقدة ، لكنها مع ذلك ظاهرة تشد الام الى طفلها . ووجود الابتسامة في الشهرين الاولين لدى كل اطفال العالم – وحتى العميان الذين لايرون وجوه امهاتهم – دليل على ان الابتسامة هي مرحلة نمو (بيولوجية) . لكن الاهم في الظاهرة هي ان الطفل المبتسم الذي تستجيب له الام بمزيد من المداعبة والابتسام والحنان يتعلم شيئا : هو العطف والدفء والامان ،،،، . وان الذي يلقى برودا وعبوسا ولا مبالاة يتعلم شيئا آخر .. ، وهكذا ، وبعد أشهر نجد ان الطفل يبتسم للوجوه الاليفة والصديقة ، كما انه يتضايق او حتى يخاف من الوجوه الغريبة والعابسة.وفي الشهر الثامن يميز الطفل بوضوح وجوه المعارف عن الغرباء .

الارتباط والمودة : attachment

ويتعلم الطفل الاقتراب من امه، فاذا بدأ يزحف يتبعها. وهذا الميل الى القرب والشعور بالامان مع أشخاص معينين هو المودة. كذلك تبدى اطفال الحيوانات الاخرى ميلها لامهاتها بعوامل وسبل اخرى : فللقرد الصغير يتعلق بصدر امه، والقطط تتسلق على ظهر الام او تزحف تحت بطنها، وفراخ البط تركض وراء الام. وقد وجد علماء النفس بتجارب على صغار القردة ان التعلق بالام ليس لانها مصدر غذاء وحياة الصغير بل لاسباب اخرى اضافة الى الغذاء هي : نعومة ملمس جلد الام ، ودفئها ، وتأرجحها وهي في حضنها. ومع ذلك، كان نمو القردة الطفلة (مع ام

اصطناعية) ذا تأثير سيء عليها بعد ستة أشهر، لانها اصبحت تتصرف عشوائياً وهي انثى بالغة ، اذ اصبحت اعتدائية وغير منسجمة جنسياً مع الذكور كما انها اذا حملت وولدت لم تعرف بتربية صغارها بصورة صحيحة ممايدل على ان وجود الام مع طفلها القرد يعلمه انماطا سلوكية طبيعية لاتتوفر عند الام المختبرية (اللعبة) التي صنعت لغرض التجربة .

اما في الجنس البشري، فان ارتباط الطفل بأمه والمودة بينهما امر حيوي جدا لنموه وتطوره النفسي لان هذا الارتباط يوفر للطفل مايلي :

أ ــ الشعور بالامن ، وبالقدرة الشجاعة على استطلاع المحيط الخارجي وهو بجانبها ..

ب ــ الاساس الذي يستمد منه الطفل كيفية اقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين

ويقول (باولبي) ان الفشل في تأسيس علاقات مع الآخرين اثناء البلوغ يرجع الى علاقة واهية مع الام اثناء الطفولة (او من يقوم بدورها في احوال اخرى..). وقد تبين ان الطفل يصبح مرتبطاً بأمه منذ السنة الاولى من العمر ، ولكن نوعية الارتباط تتوقف على استجابة ودرجة امومة الام فهناك ارتباط آمن مستقر ، وهناك ارتباط قلق مزعزع. اما الفراق الطويل فأنه يهدد نفسية الطفل كما سنرى.

الاختلاط بالاخرين :

وكما ان ارتباط الطفل وتعامله مع شخص قريب حنون يمثل الام والاب امر حيوي للاتزان العاطفي، فان اختلاطه ولعبه مع اطفال اخرين مهم ايضا ،ومثلما وجد كيف ان طفل القرد الذي حرم من اللعب مع الاخرين وبقي ملازما لامه اصبح اكثر اضطرابا وتوحشا وخوفاً من الآخرين وجاهلا بالانسجام الجنسي ــ فكذلك الانسان .

ويتعلم الطفل البشري «المهارات الاجتماعية» Social Skills بالاختلاط مع الاطفال الآخرين ، وهي فرصة الاخذ والعطاء والمغامرة واختبار إستجابات الاخرين وانفعالاتهم والتي تمثل مكافآت او عقابات له – وحسب الظروف. وباللعب يتعلم الطفل اشياء كثيرة منها نتائج اي سلوك يحدث اثناء اللعب كالعنف والاعتداء او الانسحاب

الآخرون اذن «نماذج» امام الطفل يتعامل معهم ويتعلم منهم. فقد لوحظ مثلا ان الاطفال الذين لاحظوا مجموعة اخرى من الاطفال وهم يتبادلون الهدايا والجوائز في جو من المودة والسخاء ، قاموا بنفس العملية بعد ان اتيحت لهم فرصة اللعب وتلقى الهدايا، فالنماذج الاخرى من الاطفال يقلدها الطفل، وهكذا يتعلم الكرم والتسامح والمسالمة او العنف والصراخ والانانية..

اساليب التنشئة وتأثيرها في سلوك البالغ :

تختلف اساليب وعادات تنشئة الاطفال من قطر إلى قطر ومن منطقة إلى اخرى بل من بيت إلى بيت. وتنحصر الاساليب العامة باطار من التراث والتقاليد والثقافة المحلية واعراف الطبقة الاجتماعية المنتمي اليها. ومن اساليب التنشئة المهمة هي: كيفية تنظيم عمليات التبول والتغوط، والنظافة، وتناول الطعام، وفترة الرضاعة، وموعد الفطام، وكيف تؤدب الطفل اونربيه، في أثناء كشف أو لمس اعضاء التناسل او مص الاصابع او البكاء طلبا للطعام..الخ.

ويتصرف الوالدان تجاه هذه الظواهر بدرجات مختلفة حسب ثقافتهم وماتلقونه من علوم سائدة وحسب بنائهم النفسي وشخصياتهم وتربيتهم من قبل ذويهم عندما كانوا أطفالا. لذلك نرى درجات متفاوتة من الصرامة والتزمت او القسوة او رحابة الصدر والحلم او الصبر والحنان والهدوء الى حدود الاهمال والنبذ وعدم الاكتراث.

وحاول علماء النفس ربط اساليب تنشئة الطفل بشخصيته المستقبلية بعد البلوغ ، لكن المحاولات لم تكن موفقة تماما، واختلفت النظريات وتعددت ، ولذلك اسباب ايضا .لكن مايمكن الاعتماد عليه هو وجود علاقة فعلية حقيقية بين اسلوب تنشئة الطفل وشخصيته المستقبلية (ونجد هذا التاكيد في نظرية فرويد) . لكن التجربة التالية توضح مدى تأثير موقف الوالدين في شخصية الاطفال تاركين النظريات المتطرفة التي تحاول برمجة او «جدولة» الاستجابات المستقبلية وفق اساليب تنشئة الطفل :

فقد تم اختيار خمس خصال لقياس كفاءة اطفال تتراوح اعمارهم بين ٤ ــ ٥ سنوات وهي : أ ــ ضبط النفس ب ــ الحيوية والنشاط جـ ــ الاهتمام والمتعة بالظواهر الجديدة غير المتوقعة د ــ الاعتماد على النفس هـ ــ الحنان والعطف على الاطفال الآخرين.

ثم درس الباحث ذوي الاطفال قيد الدراسة واساليبهم في تنشئة اطفالهم، فتبين له مايلي :

١ ــ ان أكفأ الاطفال من ناحية الخصال المذكورة اعلاه لهم والدان يتمتعان بالصفات التالية : الدفء الوجداني، الحب، التعبير الواضح عن رغباتهم مع اطفالهم ،احترام ارائهم في الوقت الذي يعاملونهم بحزم ووضوح تجاه الافعال غير المقبولة.

٢ ــ اما الاطفال من الدرجة الثانية الذين كانوا على درجة متوسطة من ضبط النفس والاعتماد عليها ويعانون شيئا من الخجل وعدم الثقة بالآخرين، فقد كان ذووهم من الذين لايتمتعون بدرجة كافية من العطف والحنان..

٣ ــ وكان ذوو الاطفال الأقل نضجاً والادنى كفاءة من الاخرين غير منتظمين في تمشية مبادىء واصول التربية المتعارف عليها ولايهتمون برأي اطفالهم .

وأدناه امثلة على مواقف الوالدين الخاطئة واحتمالات استجابات الطفل وطباعه المستقبلية في البلوغ :

الموقف الخاطئ	استجابة الطفل المتوقعة
أ ــ الرفض، النبذ، الاهمال	عدم الشعور بالامن ، التمرد ، السلبية، البحث عن اخرين كمصدر عطف ، جذب الاخرين ، عداء، سلوك اجرامي .
ب ــ التسلط او القسوة	الاستسلام، الخضوع ــ اوالتمرد، شعور بالنقص، الاعتماد على الآخرين فقد الابداعية . ، الكبت الشديد
ج ــ الفوضى وسرعة التقلب	اضطراب القيم لدى الطفل، التردد، اضطراب المشاعر ، عدم الثبات الوجداني .
د ــ النقد والنمطية	سلبية، عدم نتضج وجداني ، سلوك عدائي ،عدم الثقة بالنفس .
هـ ــ المثالية والكمالية في الطموح	صراع شديد، توتر وتحفز،اوجمود واستسلام واحباط، امتهان الذات،
و ــ الحماية المفرطة	ضعف الشخصية ،القلق ، الانانية، عدم القدرة على مواجهة الواقع او المفاجآت
ز ــ التدليل والتساهل	الانانية، التعالي ، قصور النضج المغالاة في جلب انتباه الاخرين، عدم التحمل، عدم الاستقلالية.
ط ــ مغالاة نحو عملية الابراز والتبول	نمطية السلوك، عجز وعناد، حصر ووسوسة، شعور بالذنب.

ى ـ العراك بين الوالدين	نظرة مضطربة الى الاسرة والزواج ، قلق، شعور بالحرمان.. ، حقد .
ك ـ الامراض النفسية للوالدين	اكتساب عادات عصابية مثل : القلق، الوسوسة، الخوف..، العراك
ل ـ الانفصال او الطلاق	فقد النموذج المثالي للتقمص والاقتداء عدم الشعور بالامن،الحرمان الوجداني، عدم الاستقرار ..

الاقتداء Identification

عندما يكبر الطفل يكتسب اتجاهات وانماط من السلوك تشابه الى حد ما سلوك الابوين والمعارف القريبين منه، وقد تصل درجة التشابه والمماثلة احيانا في اسلوب الحديث والمشى والتعبير حداً يثير الدهشة. وعملية التقليد والاقتداء بسلوك الآخرين هي وراء ذلك . وقد جاءنا مفهوم « الاقتداء » Identification من نظرية فرويد في التحليل النفسى، اذ افترض فرويد ان الاقتداء عملية لاشعورية يمتص الفرد اثناءها صفات وخصال وانفعالات شخص آخر اغلب ما يكون قريباً منه وحبيبا اليه ـ مثل الام والاب والمربية.

ان الاقتداء يشعر الطفل بالقدرة لانه اخذ شيئا من الكبار وقوتهم. ويعتبر فرويد ان الاقتداء يتجاوز حد التقليد الى اعتقاد الطفل بأنه هو الام او الاب كما يتضح ذلك اثناء لعبه او تعامله مع الاطفال الآخرين. وعن طريق الاقتداء يتكون لدى الطفل «ضميره» واستجاباته ودوره في الحياة: كأم وزوجة او اب وزوج. وغالبا مايتم الاقتداء مع الجنس المغاير للطفل او مع نظيره من الجنس نفسه .

ويعتبر علماء نفس آخرون ـ لايؤيدون فرويد ـ بأن الاقتداء قد يكون غير كامل، وان الطفل يقلد بعض صفات والديه ويترك غيرها، كما انه يمكن





الصورتان ٢٠و٢١ – امثلة على الاقتداء بالكبار

ان يقتدي بأشخاص آخرين: كالمعلم والزملاء والممثلين في قصص شهيرة او تمثيليات التلفاز والسينما – وحتى بالشخصيات الاجتماعية والسياسية البارزة.

ويعتبر علماء النفس عموما ان الاقتداء – بغض النظر عن كيفية حدوثه واسبابه – هو عملية حقيقية في تطور الطفل وانه ركيزة عملية تحول الطفل الفردي الى «شخص اجتماعي» Socialization لانه يكتسب انماطاً سلوكية جديدة ويغير من سلوكه وفق الآخرين. وبما ان الوالدين هما اول من يصادفهما الطفل ويعايشهما فلاشك انهما الجسر الاول والمصدر الاساس لعملية الاقتداء . وغالبا مايقتدى الطفل بأمه والطفلة بوالدها .

الادوار الجنسية Sex Roles

ان النظرية الجنسية في الطفولة لفرويد سنتطرق اليها في فصل مدارس علم النفس، ومايهمنا هنا ونحن نتحدث في علم النفس العام وفي آخر مااتفق

عليه علماء نفس الطفولة والنمو: ان الطفل يتعلم دوره الجنسي (كذكر او انثى) من محيطه وثقافته – اى يتعلم القيم والمعايير والحدود المخصصة لجنسه في ذلك المجتمع والثقافة Sex-role Standards . والثقافة المحلية هي التي تحدد دور الانثى والذكر وهو دور تتوارثه الاجيال رغم كونه يتعرض الى تغييرات من حين لآخر. فمعاييرنا الآن تختلف عما كانت عليه قبل خمسين عاما او قرنا او قرنين مثلا .

ان معيار الانوثة مثلا معروفة بكونها (أي الانثى) : مطيعة ، خاضعة للرجل، معتمدة عليه في معاشها، لاتميل للمنافسة والتحدي .. ، وان الرجل قد يثير السخرية اذا قام باعمال البيت من طبخ او خياطة او ابدى لينا وميوعة. وتنتقل هذه القيم من الاب إلى الطفل الذكر ومن الام إلى الطفلة الانثى .

ثم يبدأ محيط الاسرة والمجتمع بتصنيفه الخاص لواجبات وادوار الذكر والانثى، فيؤكد الفوارق الجنسية حتى قبل ان يدرك الطفل تلك الفوارق. فملابس الطفل الذكر من نوع وطراز ولون خاص، وللانثى من طرازولون آخر ، والعاب الذكر التي تقدم له غير العاب الانثى. وهذا التفريق الاجتماعي يطلق عليه «تنميط الجنس» Sex Typing ، وقد يكون مصطنعا وسابقا. لأوانه فقد وجد مثلا ان البنات يؤثرن العاب الذكور بدل العاب الاناث ، بينما الذكور غالبا مايختارون العاب الذكور فعلا ولعل سبب ذلك أن الضغط الاجتماعي يدفع بالذكر الى اختيار سلوك الرجال وتجنب السلوك الانثوي اللين – او الضعيف ، بينما لايهتم المجتمع فيما لو تصرفت الانثى الصغيرة كالذكر.

ان مراجعة لحوالي ألفين (٢٠٠٠) من الكتب والمقالات تؤكد ان افتراضات الفوارق بين الذكر والانثى (طلاقة اللسان او الحساب او التفكير التجريدي او العنف او الاستقلالية او الذكاء) هي مجرد خرافات متوارثة متواترة. أما بعض الفوارق بين الجنسين فهي موجودة فعلا وفي ميادين معينة ومراحل

معينة من العمر وخاصة من المراهقة ومابعدها . فالاناث يتميزن بقابلية الطلاقة اللغوية والذكور بالمهارة الحركية والحيزية Spatial ability . كذلك وجد فعلا ان الذكور أميل إلى الاعتداء والعنف — جسميا ولفظيا — من الاناث وابتداء من السنة الثانية من العمر .

التسلسل الولادي Birth order

ان عملية الاقتداء تتم كذلك — كما ذكرنا — مع الاخوة والاخوات، ولذلك فان تسلسل ولادة وعمر الطفل له اهمية من الناحية النفسية .فالطفل الوحيد يختلف عن الطفل البكر في العائلة متعددة الاطفال، وكلاهما يختلفان عن الطفل الاوسط والاصغر والصغير ..

كما ان جنس الاخوة له تأثير آخر. فالانثى ذات الاخوة الذكور الذين يكبرونها تميل إلى سلوك رجالي وتنافسهم اكثر من التي لها اخوات يكبرنها. وعادة مايكون الطفل البكر من ذوي الشخصيات «المسؤولة» ،والمتوسط «اجتماعيا محبوبا » ، والصغير «مدللاً فاسداً » . والانطباع بأن الولد او البنت البكر هو المسؤول الذكي المتفوق ليس بقاعدة عامة ثابتة .. فلكل ماذكرنا أبحاث تناقض ذلك.

المراهقة Adolescence

المراهقة مرحلة انتقال من الطفولة إلى البلوغ. وليس لها حدود ثابتةمن العمر، لكنها عادة ماتمتد من الثانية عشر وحتى العشرين Teens عندما يكتمل نمو الجسم تقريبا. وخلال هذه الفترة يمر الانسان بمرحلة النضج الجنسي (وهو نمو بيولوجي). وتكون له شخصية مستقلة عن الاسرة ويقرر أسلوب حياته (وهو تطور نفساني). وفي الايام الغابرة كانت فترة المراهقة قصيرة او غير محددة المعالم .. ، فالمسؤوليات ينقلها الكبار إلى الصغار بسرعة ويدربونهم على العمل والمشاركة الفعلية في امور البيت والحياة .. وحتى الزواج المبكر. وكانت تلك الحال في مجتمعنا الشرقي إلى مابعد الحرب العالمية الثانية..

ثم كان التحول الاجتماعي ، واصبح المراهق adolescent محدداً بقيود كثيرة. فهو لايستطيع العمل مبكرا، واذا اراد العمل فان عليه التدرب على حرف فنية معقدة. وزاد اعتماده المادي على والديه ، وطالت مرحلة تدريبه ودراسته ..، وهكذا طالت مرحلة المراهقة في عصرنا هذا. وقدوجد علماء النفس في طول فترة المراهقة بضعة فوائد، منها: التمهل ..، والهدوء، والتدرج في النمو الطبيعي وتكوين الذات والتعلم الأكثر والتهيؤ للمستقبل. لكنهم وجدوا ايضا مساوىء اخرى منها : كثرة الصراع والتمزق ، والحيرة بين تيارات مختلفة من الاهواء والايديولوجيات ،او الجنس او الشعور بالنقائص وبالعوز المادي للكبار.

النمو الجنسي :

وفي مرحلة المراهقة، يتعرض الانسان إلى فورة من نمو سريع مصحوبة بظهور الصفات الجنسية الثانوية (الخصائص الجسمانية للذكورة والانوثة) Secondary sexual characters . وتستغرق هذه المرحلة سنتين لتنتهي بالبلوغ Puberty المميزة بظهور الحيض عند الانثى وتكامل وجود الحويانات المنوية عند الذكر والتي يمكن كشفها ورؤيتها مجهريا في البول.

ان عمر البلوغ يتأرجح ويختلف كثيرا بين الأفراد في المجتمع الواحد وبين البيئات والمناطق وشعب واخر وعرق وآخر. فعند الفتيات يتراوح بين الـ(١١ ــ ١٧) سنة من العمر (والمعدل هو الثانية عشر حيث يبدأ الحيض) ، وكذلك عند الفتيان (والمعدل هو الرابعة عشر ــاي بتأخير سنتين عن الانثى). ويمكن ملاحظة فوارق البلوغ في صف واحد من مدرسة مختلطة في المرحلة الدراسية المتوسطة مثلا.

والمهم ان التفاوت الكبير بين الافراد بين موعد البلوغ الجنسي (البيولوجي) والنمو النفساني يؤدي إلى مضاعفات وردود افعال نفسية عند الجميع ، فالمتأخر البلوغ يشعر بشيء، والمبكر البلوغ يشعر بشيء آخر تجاه ذاته وتجاه غيره، ومن هذه المشاعر المختلفة نذكر: الشعور بالثقة او العجز..، او بالشذوذ

والغرابة ..، او بالخجل والاحراج والارتباك ، او بالنقص والقلق..، او بالدهشة او الخوف (من الطمث مثلا).. وتنعكس المشاعر المتضاربةعلى نشاط المراهق المدرسي ومشاركته الاجتماعية للاخرين وعلى الاداء والكفاءة الدراسية.

والشيء المهم الآخر في النمو الجنسي هو موقفالوالدين والجيل المتقدم من النشاط الجنسي للشباب المراهقين. وقد حدثت تغيرات (او انقلابات) سريعة وحادة في العالم الغربي انتشر مداها وصداها إلى شباب العالم ..من افلام الجنس، والحرية الجنسية .. والعلاقات الاخرى. كذلك اهتزت المعايير .فما كان مسموحا به للذكور ومحرما على الاناث اصبح يميل الآن إلى المساواة في عالم ليبرالي ديمقراطي كما نجده في أوربا الغربية وامريكا .

البحث عن الذات :

ان مرحلة المراهقة — فالبلوغ تستهدف . شعوريا او لاشعوريا — الى البحث عن «هوية» او ادراك الذات الفردية: من انا؟ .. ومن اكون؟ . والى اين المصير؟..وللإجابة على ذلك يحتاج الشاب الى فهم المعايير والقيم وسلوك الآخرين وتقييم كفاءة الذات. ولاريب ان بلورة الشعور بالذات عملية بطيئة ومستمرة، فهي قد بدأت من الاقتداء بالوالدين وبالزملاء وبالمعلمين..، وهي الآن في دور المزج والتركيب والصياغه والبناء.

ومن مخاطر البحث عن الذات اصطدام الشاب بالقيم والمفاهيم المتناقضة بحيث يقع في حيرة وارتباك تجاه الدور الذي عليه ان يتبناه، وهذا هو تشوش الدور Role confusion . ونستطيع تصور كيف ان اتخاذ المسار والدور الجديد للشخصية المستقلة يكون اسرع واسهل في مجتمع بسيط تكون فيه مجموعة القيم كبيرة وقليلة وواضحة، بينما يزداد الارتباك وتتضخم الحيرة في المجتمع المعقد الهائج بالافكار والتنافس العنيف.

ولا غرابة ان تظهر بعض الجماعات او الجمعيات ذات المبادىء او الاتجاهات المعينة التي تقدم للشباب مبادىء معينة واسسا محددة في الحياة لتمهد لهم سرعة القرار وبناء الذات الجديدة. ومنها الجماعات الدينية في الهند اوبين المسيحية او الاسلام او لدى الجماعات الرافضة والنافرة مثل حركة (الهيبز) .Hippies المعروفة .

ان نسبة من الشباب لايمرون بمرحلة عنيفة من البحث عن الذات اذ يستمرون في بلورة ماتلقوه في البيت والمدرسة، اما الآخرون فقد يعانون خلال سنوات طويلة في ايجاذ واكتشاف شخصياتهم البالغة، ومن هؤلاء من يظل فريسة الحيرة، ومن النوع المتردد الذي لايركن الى جماعة او لايخلص لاحد او لايرضى او يقنع بشيء.

مرحلة الشباب المبكر :

في هذه المرحلة يتزوج اغلب الشباب،ويجدون لهم عملا. وبصووة عامة (وباختلاف الثقافات والمجتمعات والاديان) يمكن تلخيص النواحي التالية :

١ ــ ان دور المرأة بدأ يتغير بسرعة من ربة بيت الى عاملة وموظفة ، ثم الى القيام بأعمال كانت شبه حكر على الرجال فأصبحت المرأة اكثر استقلالية واعتمادا على نفسها.

٢ــ لكن تقاليد الامور بقيت بيد رب الاسرة في الشرق، بينما اصبحت اكثر حرية في تقرير مصيرها في العالم الغربي.

٣ ــ ان الشاب يقع في الحب اسرع من الفتاة ، ويقدم على الزواج بافكار خيالية او لاواقعية فالزواج بالنسبة للذكر اسهل عليه لانه لايتضمن تغييراً خطيرا في حياته باعتباره سيبقى في نفس محله وعمله واتجاهه السابق .

٤ ــ لكن الانثى لاتقع في الحب بسرعة ، وهي عملية التفكير في زواجها ، ولايتحكم فيها الخيال والمثاليات بقدر مايهمها الضمان والاستقرار لان زواجها يتضمن تغييراً جذريا في حياتها كمسؤولة عن بيت وام في المستقبل، وبعد عن الوالدين.

٥ – ومع ذلك ، فان تكاليف الزواج اصبحت مرتفعة في الريف وبين الفلاحين، ولاتزال عوامل الكسب والاعراف العشائرية تسيطر على الزواج بدل الحرية النسبية والتساهل في معاملات الخطبة والزواج في المدن، اوفي الغرب ....

٦ – اما الزواج الناجح فلا يقاس بفوارق العمر بين الزوجين . ولم تثبت الابحاث ايهما انجح: ان يكون الزوجان متطابقين في الامزجة والطباع والافكار، او مكملين لبعضهما البعض – اى مختلفين ومكملين احدهما لنواقص الاخر – لكن الاسس العامة للزواج الناجح هي:

أ – الاحترام المتبادل بين الزوجين، او البحث عن النواحي التي تستوجب احترام الآخر.

ب – التحمل والصبر، او تقبل نواقص وهفوات الآخر برحابة صدر.

جـ – الاتفاق على اهداف كبيرة عامة يعملان سوية للوصول اليها.

مرحلة الشباب المتأخر :

ان مرحلة العمر بين ٤٠ – ٦٠ سنه تقريبا هي من ابرز وانضج مرحلة من حياة الانسان الانتاجية. وقد وجد احد الباحثين ان قمة الانتاجية والابداع هي في عمر السابعة والثلاثين، لكن استمرارية الانتاجية ومثابرتها وسطوعها يكون في أواسط هذا العمر ..، وهي السنوات التي تقود عجلة المجتمع الناضج بمفهوم المسؤولية والعنفوان . وفي هذه المرحلة يبدأ الانسان يفكر « فيما تبقى لـه من حياته » وليس « فيما كان عليه منذ طفولته » ، فموت والديه ووصوله الى اهداف معينة يجعله يفكر الآن بجدية ماذا يترك.. وماذا يتخلى عنه، وماذا يريد للسنوات القادمة . وهكذا يختار اشياء جديدة او يترك اشياء تافهة.

مرحلة الشيخوخة :

اما فيما بعد الـ (٦٠) من العمر، فتبدأ مشاكل جديدة يمكن اجمالها بأنها مشاكل متزايدة يوميا في كل مجتمع نامٍ يتقدم صحيا واقتصاديا واجتماعيا لازدياد أمد الحياة وعدد الشيوخ سنوياً:

أ ــ تبدأ الصحة الجسمية بالتدهور التدريجي ، فتحدد مجالات النشاط والفعالية

ب ــ يبدأ سن التقاعد ويحل الفراغ والوحدة .

جـ ــ تزول السلطات ومراكز النفوذ السابقة ، ويحل شعور بالذل أو المهانة او النسيان والتفاهة..

د ــ تتوالى الصدمات والنكبات بموت الاعزاء والاصدقاء واحداً بعد آخر، مما يذكر الفرد بالموت والنهاية القاتمة .

هـ ــ وهنالك مسألة الكمال والنضج امام مشكلة القنوط . فالشيخ هو ايضا في مرحلة النضج التام والذات المتكافئة والتجربة الطويلة، لكنها قد تصطدم وتجابه بالقنوط والالم اذا كانت نظرته لتلك الحياة الطويلة نظرة لوم وندم وعدم رضا وتقريع الذات .

الاجيال وفجواتها :

تميل بعض الاراء الى تأكيد اتساع الفجوة بين جيل وآخر. فجيل الآباء والامهات لما قبل الحرب العالمية الثانية ربما لايدركون ما تعنيه مشاكل الجيل الحالي من الحرية الجنسية ، وحبوب منع الحمل.. ، والتدخين او الادمان. كما ان القفزات التقنية أبعدت الجيل القديم عن الجيل الجديد الذي يعيش وسط عالم سريع التغير في التقنية والالكترونيات ووسائل التوصيل. وهذا ما يجعل سبل وفرص التفاهم بين الجيلين صعبة وبعيدة..

الا أن دراسات خاصة حول الموضوع اجريت في «اوساط جماهيرية» Mass media أثبتت أن النظرة التشاؤمية المذكورة ليست مبررة ، بل إن



الصورة – ٢٢ – كل جماعةعرقية أو عشيرة تستخدم اسلوبا معيناني حمل الرضيع وتنشئة الطفل.

وجهات النظر بين الجيلين متقاربة، وان كثيرا من افكار الشباب منسجمه مع افكار الكبار. ففي دراسة مقارنة بين الدانمارك والولايات المتحدةالامريكية تبين ان معظم الشباب يحملون افكار الوالدين من القيم السائدة في ذلك المجتمع (٨٨٪ قالوا انهم يحترمون والديهم، و(٨٠٪) يحترمون افكارهم ايضا و٧٨٪ يميلون اليهم بحرارة ومحبة ، لكن ٣٠٪ فقط اتفقوا معهم حول امور الجنس) . أى أن هناك نواحي تقارب كثيرة ونواحي تباعد معينة..

الباب الثالث

العمليات العقلية

- الفصل الاول :
  الادراك الحسي
- الفصل الثاني :
  الوعي والادراك
- الفصل الثالث :
  التعلم ونظرياته
- الفصل الرابع :
  الذاكرة ، التفكير ، اللغة

الفصل الاول :

الادراك الحسي Perception

الانسان محاط بعالم من المؤثرات الحسية: اشياء واحياء. وتدخل هذه المؤثرات وتصطدم بحواسه من خلال اجهزة الحواس المعروفة. لكن الشائق في موضوع الادراك الحسي انه لايدرك الحوافز المتفرقة لوحدها ولا كشيء ثابت مستقل ،بل يدركها كوحدة او نمط او مجموعة ذات مدلول.فمثلا، يسمع الانسان «لحنا» وليس مجموعة اصوات..، ويفهم جملة ومعنى وليس كلمة كلمة.. ، ويدرك صورة متكاملة في اطار وليس مجموعة وخطوط والوان. فالادراك الحسي Perception اذنعملية عقلية تنظم وتنسق اجزاء ومكونات الاحاسيس بشكل مفهوم ذي معنى .

ان ادراك المحسوسات في هيئة او منظومة ذات معنى هي بالحقيقة جوهر (نظرية الجشتالت) النفسية التي ستتحدث عنها بعدئذ في فصل مداومن علم النفس . والجشتالت gestalt يعنى باللغة الالمانية (الشكل) او المنظومة configuration او النموذج pattern . وتركز النظرية على ان الانسان يدرك (الكل) بدل (الاجزاء) وان الكل يختلف عن مجموعة اجزائه المتكون منها ويزيد عليها، وان عدة عوامل تتدخل في ادراكنا الحسي ستتناولها هنا بالتفصيل.

والادراك الحسي للاشياء والاحداث يتم في اطار زمني ومسافة مكانية كما يتضح في السمع والابصار . فالرؤية تتم في ثلاثة ابعاد من لون او حجم او شكل، ولكنها لاتنفصل عن الزمن – أي عملية تسلسل الحدث من تغير في الحركة والابعاد. كذلك السمع، لانه يعتمد على الزمن (اي تسلسل الموجات الصوتية وتتابعها في الزمن) وكذلك على تغيير الحركة ودرجة النغمة واللحن. وسنأخذ الرؤية والابصار كدليل لشرح عملية الادراك الحسي وعلاقتهما بنظرية الجشتالت .

ادراك الاشياء :

عندما ننظر الى مجموعة اشياء واشخاص في محل معين فاننا ندركها بصفاتها العامة وليست بصفتها الجزئية ..، فنرى الاشخاص باحجامهم والاشياء باشكالها والوانها وليس بمكونات اللون والحدود والملمس. ولنتناول كل صفة على حدة:

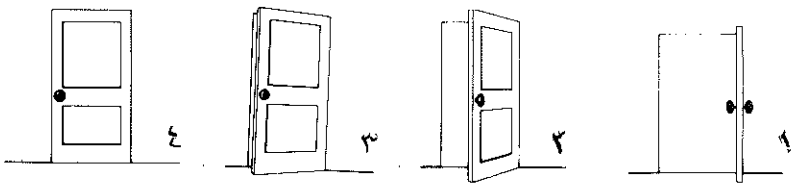
١ ــ اللون والتألق

صاحب السيارة الحمراء يراها حمراء في الظل او في الشمس او ضوء المصباح ، لانها «حمراء» في ذاكرته ، وهذا مايدعى بـ«ثبات اللون» Colour Constancy ،لكن الطماطة الحمراء التي لايعرفها ذلك الشخص سابقا يمكن ان يراها بنفسجية او قهوائية او رمادية لو جعلناه ينظر اليها من خلال انبوب يحجب عنه شكل الطماطة بحيث لاتبدو الاكشيء ملون يختلف لونه حسب الضوء الموجود داخل الانبوب . وهذا دليل على أن «معرفة لون الشيء» مسبقا لايغير من ادراكنا له بينما اختفاء الدليل في عقلنا يمكن ان يؤثر في ادراكنا له .

٢ ــ الشكل والحجم :

كذلك فاننا لو نظرنا الى باب غرفة في عدة اوضاع ونظرنا من خلاله الى باب غرفة ابعد وغرفة ثالثة ابعد لادركنا ان كل هذه الابواب هي متساوية في الحجم رغم ان حجمها على شبكية العين يختلف بالتأكيد حسب درجة انفتاحها وبعدها عن العين «انظر الشكل ٢٣)، وهذا الثبات الادراكي يدعى بثبات الشكل والحجم Shape & size Constancy

ان الثبات يعتمد بدون شك على التجربة والخبرة السابقة، فالطفل الجالس على قمة تل وهو ينظر إلى الشارع العام البعيد يرى السيارات وكأنها بحجم اللعب الصغيرة المسلية، فاذا ما نزل الى الشارع رأى السيارات باحجامها المختلفة الحقيقية. ان هذا الطفل اكتسب خبرة وتجربة جديدة وتعلم بعد ذلك ان



الشكل – ٢٣ الابواب الاربعة في الصورة تبدو متساوية في الحجم والشكل رغم اختلاف وضاعها (ثبات الحجم والشكل)

السيارة البعيدة او القريبة هي ذات حجم ثابت في عقله ، ويدرك عندئذ وبطريقة منسقة كيف يقدر حجم السيارة بالنسبة إلى بعدها عنه. وعندما نرى عن بعد كوب حليب وجزءا من فوهته فاننا ندرك انها فوهة دائرية الشكل رغم انها تقع على شبكية العين بشكل لوزي ضيق – وهذا هو ثبات الشكل

والمثال التالي يبين اثر التعلم والتجربة في تكوين الادراك الحسي : قصة ذلك القزم الذي رأى لاول مرة مجموعة من الجواميس على بعد منه في مزرعة فتصور انها حشرات هائمة، فلما اقترب منها كثيرا وجدها كبيرة مخيفة، ثم ادرك الحجم الحقيقي.

٢ – الموقع Location

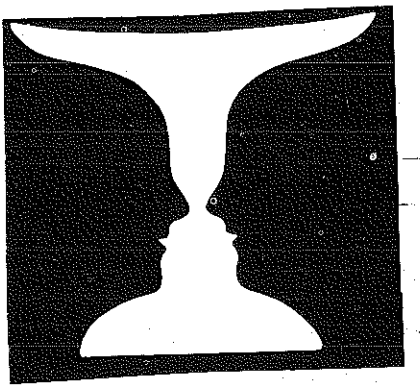
كذلك فان مواقع الاشياء والموجودات تبدو لنا في محلها الحقيقي رغم بعدها او قربها . وهذا مايدعى بـ«ثبات الموقع» location constansy

تنظيم الادراك الحسي:

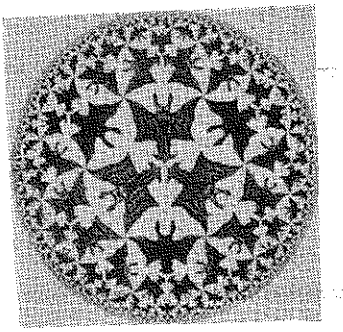
ان عقل الانسان يمتلك تلك القابليات على جمع الاحاسيس وتنظيمها وفق مدلولات واشارات وعلامات. وبدونها يتعرض ادراكه إلى التشـويه والتحريف والخداع. ومن اسس تنظيم الادراك مايلي:

أ- الشكل والخلفية :

ان ادراك الشكل figure يتم بـمـسـاعدة الخلفية background التي تقع فيها او امامها، ولولا الخلفية لما ادركنا الشكل وإلا انقلب الشكل فتلاشى واصبح خلفية لاشكل لها بينما عادت الخلفية شكلا بحد ذاتها ، وكأن الاثنين يتناوبان مع بعضهما او لايمكن استغناء الواحد عن الآخر. والمهم في ذلك ايضا اننا لايمكن ادراك الشيئين معاً وفي آن واحد – اي اننا نرى الشكل فقط بارزا بمساعدة خلفيته (الغائبة وقتيا عن الادراك)، ولايمكن رؤية الخلفية كشكل مستقل الا بعد اختفاء الشكل الاول. وفي الاشكال (٢٤و٢٥) حاول ان تجرب ذلك وسترى صحة ذلك.



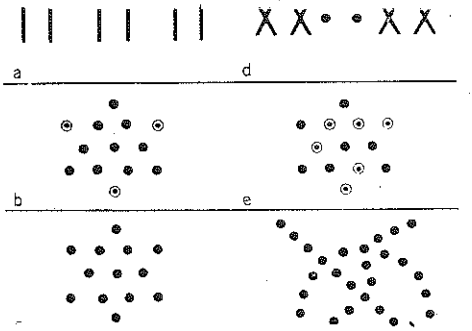
شكل – ٢٤ –
كأس ام وجهين لفتاة ؟ .. (الشكل والخلفية)



شكل – ٢٥ – لوحة محفورة على الخشب فيها ملائكة تطير . وفيها شياطين ايضا (الشكل والخلفية)

ولقد اثبتت التجارب ان الشخص الذي يرى الاشياء لاول مرة بعد اجراء عملية ترقيع للقرنية في عينيه يدركها بمساعدة خلفيتها قبل كل شيء. وحتى الاصوات نسمعها ونميزها من بين خلفيتها كأن تسمع الام صوت ابنها من بين مجموعة صاخبة اوضوضاءتلاميذ المدرسةالذين يلعبونفيساحةالمدرسة .

ب – **التجميع والتشكيل**: ويعتمد الادراك الحسي ايضا على عمليتي «التجميع grouping والتشكيل patterning لادراك الشكل بالقرب والبعد الموجود.بين مجموعة من المنظورات. والاشكال(٢٦، ٢٧) توضح كيف ان اشكال الاشياء والاجزاء يدركها العقل حسب تجمعها مع بعضها أو قربها وبعدها من بعضها او مماثلتها لاشكال معروفة لدينا سابقاً. فنحن لانرى نقاطا او خطوطاً او دوائر او بقعا.. بل ندركها بشكل وهيئة.. متأثرة بعوامل (الجشتالت). وهكذا فمجموع الاجزاء يشكل كُلاً له معنى.



شكل – ٢٦ – امثلة متعددة على ادراكنا الاشياء حسب تجمعاتم والنماذج والتشكيلات التي تكونها



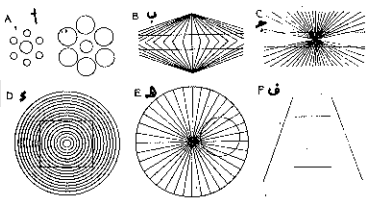
شكل – ٢٧ – مثال آخر على الاجزاء المتجمعة بشكل مألوف تجعلنا ندركة كاملا(وهنا يمثل شكل كلب)

خداع الادراك الحسي Illusions :

ان تنظيم الادراك الحسي يتعرض إلى التحريف والتشويش بفعل عوامل تتدخل في عملية الابصار وتخدع العملية العقلية عن الادراك الصحيح ، وهذا مايسمى بالخداع البصري visual illusion . ولم يستطع علماء النفس تفسير هذا التحريف distortion رغم دراسته لعدة سنوات . لكن (بونزو) Ponzo ابان كيف ان التشوش والخداع البصري يزداد من الطفولة إلى البلوغ وكأن تمكن البالغ من ادراك الابعاد الثلاثة يزيد من التشوش مقارنة بالطفل الذي لم يدرك بعد اهمية الابعاد. والشكل (٢٨) يوضح انواعا من الخداع البصري الذي يربك دقة العملية العقلية.

نظريات الادراك الحسي :

رغم الابحاث العلمية المستمرة في فسلجة الادراك الحسي والتي سنتطرق إلى نتف منها، فان هنالك اتجاهين متناقضين في التفسير: الاول ــ الذي يقول ان الادراك يعتمد على عملية آلية موجودة فطريا (اي غريزيا) في الجهاز العصبي بحيث لاوجود لدور ايجابي للدماغ في فهم الاحاسيس الواردة الينا من اعضاء الحس، فهو كآلة تصوير جامدة تفسر وتطبع مايرد اليها كما هي



شكل ــ ٢٨ ــ امثلة على الخداع البصري

أ ــ الدائرتان الوسطيتان متساويتان

ب، ج ــ الخطوط الطويلة متوازية وليست منحنية ،

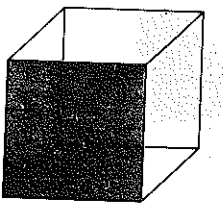
د، هـ ــ المربع والدائرة الصغيرة حقيقيان ..

ف ــ الخطان المحصوران بين الطويلين متساويان

والثاني — الذي يعتبر الادراك الحسي عملية ايجابية تقوم بها مراكز الدماغ بالتحليل والتركيب والبناء بحيث ان مايقع على شبكية العين (أوأي عضو حسي) يتحول إلى «مفهوم» Concept بعد أن يطرأ عليه تعديل وتطوير ، وهي كما توضحها (نظرية نايسر) Neisser التي اطلق عليها «التحليل بالتركيب» analysis by synthesis

وتشير الدلائل إلى ان المسألة مزيج من الاثنين، فهي عملية تستند على تركيب الجهاز العصبي وعلى دوره الايجابي في تركيب وتحليل المحسوسات، كما يتضح من الامثلة التالية:

أ— ان الاشكال المنقلبة Reverssible figures تدل على ان اننا ندرك الاشياء ليس كما هي بل بعد عملية بحث وتدقيق، وكأن الدماغ يبحث عن نظرية ومنطق لحل المعضلة. والخداع الذي ابتكره العالم السويسري (نيكر) Necker عام ١٨٣٢م اقرب مثال على ذلك (الشكل ٢٩)، فالوجه المظلل الداكن يمكن ان نراه من الامام وبقية المكعب متجها إلى الوراء والاسفل ،



شكل -٢٩- مكعب نيكر

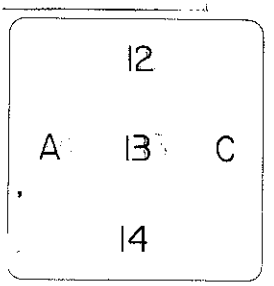
كما يمكن ان نراه في مؤخرة المكعب الذي يقع امامنا. اما في الشكل (٣٠) فيمكننا ان نرى وجه فتاة فاهد الفيقة، كما يمكن ان نرى وجه امرأة عجوز متجعدة الوجه. (علما اننا لايمكن الا ان نرى وجها واحدا في لحظة واحدة — تأكيدا لظاهرة الشكل والخلفية).

ب — والمحتوى والتجربة السابقة تأثير في انحياز العقل إلى ادراك او مفهوم معين من بين اختيارات اخرى ممكنة. فمثلا نجد في الشكل (٣١) ان الرقم (او الحرف) الوسط يمكن ان ندركه كرقم (13) او كحرف (B) بالقياس إلى التدرج الافقي او التدرج العمودي.

جـ — ان الخداع البصري عند البالغين غالبا ماينتج عن التناقض بين الشكل ذي الابعاد الثلاثة والمرسوم على مجال بعدين (اي على ورقة او صفيحة)



شكل — ٣٠ — فتاة ام عجوز ؟

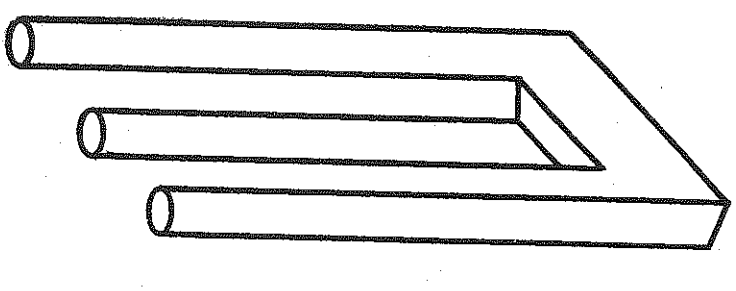


شكل — ٣١ — الشيء الوسطي يمكن ان يكون B او 13

كما يتضح ذلك من «الشكل المستحيل» رقم (٣٢) حيث ان النهايات المدورة الثلاثة تنتهي بذراعين على شكل الحرف (U) او الشوكة الرنانة ... وهو شيء مستحيل الوجود ..، لكنه يمكن ان يوجد في العقل بعد عملية التشويش الادراكي.

ادراك الحركة : Movement Perception

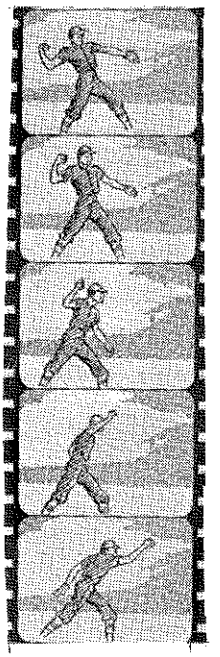
أ ـ بما ان مجرى الاحداث يتم في بعدين: مكاني وزماني ، فان كل حركة (وحتى سماع لحن موسيقي) ندركها بمزج البعدين المكاني والزماني. ولادراك الحركة نظريات مختلفة ايضاً، لكن النظرية المقبولة الاولى هي « نظرية جيبسون » Gibson التي تقول أن الشيء المتحرك يخلف وراءه ظلالاً ـ أي يتحرك على خلفيته ، وهكذا فأن العينين هما في حالة حركة (حتى ولو كانتا ثابتتين) وهي عكس النظرية القديمة التي تقول ان ادراك الحركة ينتج بسبب تتابع المنبهات والحوافز على خلايا شبكية العين. والذي يؤيد نظرية جيبسون ان الحركة التي تتم بدون وجود خلفية تشوش الادراك كما يحدث لنا عادة عندما نتصور ان سيارتنا الواقفة تتراجع الى الوراء او تتقدم الى امام اذا صادف وجود حافلة كبيرة بجانبها تتحرك هي وليست سيارتنا، بسبب اختفاء بقية الاشياء المرئية .



شكل ـ ٣٢ ـ خداع بصري

ب – ومع ذلك ، فان الانسان يدرك الحركة دون ان تحدث فعلا، فهي يمكن ان تكون «حركة ظاهرية» apparent motion ،ويحدث هذا عندما يفتقد الانسان الدلائل والاشارات التي تعينه على تحديد الثبات والحركة ، كأن ينظر الى نقطة ضوء في ظلام دامس حيث تبدو له نقطة الضوء وكأنها تتحرك باتجاهات مختلفة وهذا مايطلق عليه «تأثير الحركة الذاتية»autokinetic effect ، وهي احدى المشاكل التي يعانيها الطيارون في الليل

ج– ومن الظواهر الاخرى للحركة الظاهرية الخادعة هي اساس الحركة في الافلام السينمائية . فالشريط السينمائي هو مجموعة مسلسلة من صور ثابتة ليس فيها حركة لكن كل صورة تختلف قليلا عن التي تليها قليلا في الاوضاع والاتجاهات للاشخاص والاشياء فيها . فاذا عرضنا الصور (الثابتة) بسُرعة معينة على الشاشة فان الفاصل الزمني القصير (الذي هو اجزاء من الثانية) فان العين تنخدع وترى حركة حقيقية « ظاهرية » على الشاشة بينما هي في الاصل والحقيقة مجموعة متتابعة من صور جامدة ، وهذا ما يدعى بالحركة الدورانية Stroboscopic motion (انظر الشكل ٣٣) .



شكل –٣٣ الحركة في الفلم السينمائي هو خداع بصري لانه بالحقيقة مجموعة صور جامدة غير متحركة جمعتها فترة زمنية (وسرعة معينة) لتبدو كحركة فعلية.

اما الامثلة الاخرى على الخداع الحركي فنراها بكثرة في المحلات العامة من المطاعم والمعارض ودور الترفيه حيث نرى اعلانات اضواء النيون وهي تتحرك باشكال واتجاهات مختلفة بينما الحقيقة ان الحركة معدومة لكن تسلسل وتتابع الضوء بسرعة وحقبة زمنية معينة من مكان الى آخر يشعر الانسان بأن الشيء كله يدور او يتموج ، وهذه ما تدعى ايضا (بظاهرة فاى) Phi-phenomenon (خداع الحركة) .

د — اما في حالة حركة الانسان ذاته (كالمشي او الركض) فان شعوره بحركة الاشياء تأتيه من النهايات العصبية في عضلاته ومفاصله ، لكن المشكلة تظهر عندما يكون راكباً جسما متحركاً كالسيارة او الطائرة .. ، فعندئذ يتعرض الى خداع وتشوش احيانا عندما يفتقد المعلومات والمؤشرات الدالة على حركة الطائرة او حركة ما يجاورها من اشياء متحركة ويحدث هذا للطيارين في الليل اذ تعينهم بوصلاتهم و مقاييسهم على ذلك .

ادراك العمق : Depth Perception

ان العمق هو البعد الثالث بعد الطول والعرض . وبما ان شبكة العين مسطحة (ذات بعدين) ، فان تفسير ادراك العمق يهمنا في دراسة العمليات العقلية :

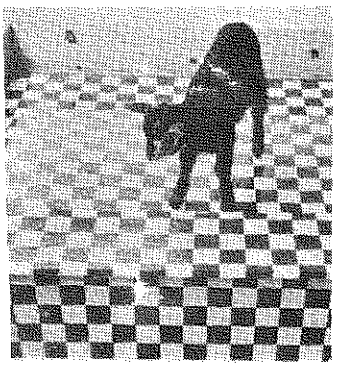
أ — ان وجود عينين يساعد على ادراك المسافة والعمق رغم ان العين الواحدة تستطيع ذلك لوحدها رغم ضيق مجالها البصري . لكن الرؤية المجسمة تكون ادق بوجود العينين التي تتسلم الصور من زوايا مختلفة قليلا . ومزج الصورتين وادراكهما كصورة واحدة مجسمة لايمكن ان يتم في العين او والاعصاب البصرية الناقلة والسائرة في جهتي اليسار واليمين من كرة الدماغ بل يتم في المركز البصري في مؤخرة المخ (نظرية كاوفمان) Kaufman Theory. وهكذا فان احد اسس ادراك العمق (او التجسيم) هو استخدام العينين binocular رغم امكانيته بالعين الواحدة (احادي النظر) monocular .

ب — وقد ابانت التجارب ان الكائن (حيواناً وانساناً) يتمكن من ادراك العمق طالما يستطيع الحركة. وتدرك الدجاجة الحفر والمنحدرات خلال ٢٤ ساعة

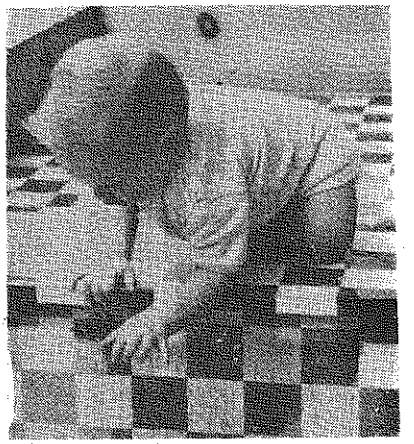
من ولادتها، كذلك يدركها صغار الغنم والماعز، والطفل البشري الذي يزحف (كما يتبين من الصورتين ٣٤، ٣٥) حيث قد صممت ارضية غرفة تجريبية مسطحة مستقيمة مغطاة بزجاج شفاف وتحتها الارضية ذات المربعات ولكن نصفها الثاني منحدر بشكل جرف عمودي. لكن الطفل (والماعز) يتوقفان عند حافة الهوة خوفاً من السقوط رغم ان الزجاج الثخين مستمر مع بقية ارض الغرفة افقياً

ج – ومع ذلك، فان فن الرسم والتصوير يستطيع ان يقدم لأحادي البصر monocular Vision وسائل فنية لادراك العمق، وهي الدلائل Clues والمؤشرات التي تفيدنا جميعاً لادراك ليس العمق فحسب بل البعد والمسافات والاحجام. وهذه الدلائل الفنية نراها موضحة في الشكل (٣٦) وتتلخص بمايلي: –

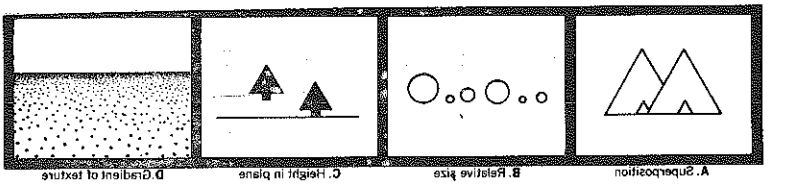
أ – بالتداخل، اي بوضع شيء او جزء آخر منه فوق جزء آخر superimposition



شكل ٣٤ –



شكل ٣٥ –



شكل – ٣٦ – اربعة اشكال فنية ذات دلائل مساعدة على ادراك الابعاد

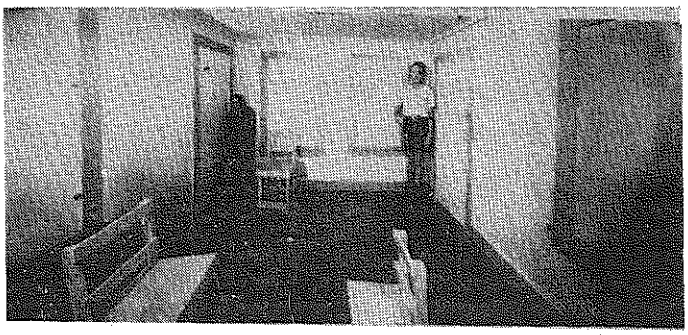
كما موضح في الشكل (A)

ب – باختلاف الاحجام فيما بينها نسبياً كما في (B)

ج – باختلاف مستوى ارتفاع الاشياء عن بعضها، كما في (C).

د – بتدريج كثافة التنقيط او الظلال، كما في (D).

ان فن الرسم والتصوير يستطيع ايضاً تحريف الادراك الحسي وادراك العمق، كما يظهر في الصورة (٣٧) بحيث نجد غرفة غير متساوية الاضلاع ومنحرفة بحيث يبدو الطفل في زاوية اكبر واطول من الرجل الواقف في الزاوية المجاورة .



صورة – ٣٧ – الغرفة المحرفة

الادراك والتعلم

ان ماتقدم ذكره عن اسس تنظيم الادراك الحسي والحركي والعمقي (البعدي والحيزي) يطرح امام علم النفس مشكلة هي: هل ان هذا الادراك المجسم للمحسوسات وعلاقتها بالفراغ والخلفية هو قابلية غريزية في الجهاز العصبي ام انها وليدة التجربة والتعلم – اي انها تثير من جديد مسألةالطبع والتطبع. ونحن نعرف منذ قرون وجود مدرستين او اتجاهين في تفسير الادراك هما : نظرية «الطبيعيين» nativists (او الفطريين)مثل (ديكارت وكانت) والتي تقول بأننا خلقنا ونحن نمتلك قابلية الاحساس بالاشياء كما هي. والثانية

هي نظرية «التجريبيين» empiricists (مثل لوك وبيركلي) الذين ادعوا اننا ندرك الاشياء بعد التجربة والتفاعل مع الدنيا المحيطة بنا . ويميل علماء النفس المحدثين إلى الاستفادة من النظريتين. والمسائل التالية يمكنها توضيح ذلك :

١ — الرؤية بعد فقد الابصار :

كان احد زملاء (لوك) قد سأله مره : لو افترضنا ان شخصاً ما ولد اعمى ، ثم تعلم باللمس الفرق بين الكرة والمكعب من نفس الملمس والوزن والحجم ..، ولو أننا افترضنا ان الشخص هذا استرجع بصره ورأى امامه الكرة والمكعب .. فهل يستطيع التميز بينهما بالنظر؟ . وكان جواب (لوك) انه لن يتمكن من ذلك ومؤكداً نظريته التجريبية. وقد سارت التجارب العلمية الحديثة على نفس النسق. فقد وجد ان الشخص الاعمى منذ الولادة والذي اعيد اليه بصره يقع في حيرة شديدة من كثرة وزحمة الاثارات والمنبهات البصرية ، لكنه يرى الاشياء وخلفيتها ويعرف الحركة ويدرك العمق، مما يدل ان هذه القابليات غريزية في الجهاز العصبي. لكنه لم يستطع التمييز بين المربع والمثلث الا بعد ان عد زواياهما، ولم يميز الاشياء المعروفة مثل الوجوه او السكن او المفتاح ولم يميز بين عصا طويلةوقصيرة بالنظر الا بعد لمسهما. كما لم يتمكن من التفكير المجرد والتصميم مثلا : صعوبة معرفة المربع الابيض اذا تغير موضعه او قلب على رأسه او كان لونه أحمر .

وتثبت كل هذه التجارب ان جزءاً كبيراً من الادراك الحسي يتطور وينضج تدريجيا بالتجربة والتعلم وبناء الاحاسيس الاولية البسيطة منذ الطفولة ..

٢ — تأثير الحرمان البصري visual deprivation :

ولاختبار النتائج السابقة اجريت تجارب معاكسة بملاحظة نتائج الحرمان من الرؤية لفترات معينة. واجريت التجارب على صغار الحيوانات مثل القردة. فقد وجد انتنشئة اطفال الشمبانزي في الظلام لمدة (١٦) شهراً يؤدي إلى عاهات بصرية شديدة عند تعرضهم للضوء، ثم إلى تخريبات في عصبات العين وجهاز

الرؤية، مما يدل على انكمية من الضوء هي ضرورية لنمو الجهاز العصبي البصري والا تعرض لنسبة من الضمور والتلف. وفي تجربة اخرى باستعمال نظارات تسمح بمرور شيء من الضوء ولكن لا تسمح برؤية الاشياء باشكالها الثابتة بل مموهة غير واضحة. وقد وجد أن اطفال الشمبانزي والقطط تستطيع الرؤية بعد ثلاثة اشهر من التجربة لكنها غير قادرة على التمييز البصري الدقيق كمتابعة الاشياء المتحركة او ادراك العمق او التفريق بين الاشكال ، مما يدل على ان التجربة والتعلم تضيف إلى قابلية الادراك البصري عناصر كثيرة لا يمكن للغريزة وحدها ان تقدمها .

ولو استطاع اطفال البشر الكلام والافصاح عن مشاعرهم اكثر من ذلك عن قضايا الادراك الحسي، مثلما سبق وان ذكرنا مسألة«الخوف من السقوط» من علٍ إلى هاوية (الصورة ٣٤و ٣٥) ، فهل هي صفة فطرية غريزية ام مكتسبة ؟ ..

الادراك والانتباه Attention & perception :

ان ماندركه يتم بالانتخاب والاختبار، فنحن لانستجيب للمنبهات الكثيرة بنفس الشدة او الاهتمام، ولكننا نركز على بضعة منها او واحدة فقط. فالانتباه attention عملية عقلية تعزز لنا مانرغب ان نركز عليه من منبهات ومثيرات وتطرد او تصرف مالايهمنا منها. وعندما نريد قراءة قطعة معينة في كتاب باهتمام شديد فان تركيزنا عليها ينسينا برودة الغرفة او جرس الباب او الشعور بالعطش او ضيق ربطة العنق مثلا.

ويبدو ان جهازنا العصبي قد تهيأ لاستقبال كثير من الحوافز وتسجيلها لكنه لاينبه او يثير اهتمامنا الا لضرورات خاصة بنا. فاثناء حفلة استقبال صاخبة قد ننتبه فجأة الى صوت مألوف او حبيب الينا، او ننتبه الى من

ينادي اسمنا بينما لاننتبه الى عشرات ومئات الكلمات والجمل والاصوات الاخرى. كل ذلك يعني وجود شيء واحد من عملية انتباه انتقائية selective attention

وتشير التجارب العلمية الى ان جهازنا العصبي يستقبل المنبهات والاحاسيس ويسجلها كما هي بصورة عشوائية وقتية وبدون تدقيق وتحليل، لكن الاحاسيس الهامة والخاصة ذات العلاقة بنا هي التي ينتجها بعدئذ لتثير الانتباه. ولعل جهازاً اكثر تدقيقاً ينتقي من الثانية الاحاسيس الاكثر اهمية وعلاقة بحياتنا. اذن، ماهي الخصائص التي تستقطب انتباه الشخص اكثر من غيرها؟ بالامكان تعدادها فيما يأتي :

أ ـ الخواص الفيزيائية للمنبه : مثل الحجم والشدة والوضوح والحركة

ب ـ الحاجة الذاتية : فالجوع ينبهنا الى المطاعم ومناظر وروائح الطعام ، وصور الجميلات والعرايا تثير الدافع الجنسي .

ج ـ التوقعات : فالبحث عن ربطه عنق لشرائها في السوق تجعل انتباهنا متجها الى الاربطة في المحلات ـ بدل الاحذية مثلا ...

د ـ الحالة الانفعالية : فالغضب والعداء تجعلنا ننتبه الى الجمل الحساسة

هـ ـ الهواية: فمحب الطبيعة يتسمع الى الطيور..، والام تسمع صوت طفلها الباكي .

و ـ التجارب السابقة للشخص تتدخل في انتقائه للحوافز الحالية ..

ويهتم رجال الاعلان بهذه الخصائص لجلب انتباه الناس الى مايريدونه من اعلان حسب هوايات واهتمامات وتوقعات الجمهور في مجتمع معين . وهكذا نجد في المحلات التجارية وعلى مداخلها وفي الشوارع والصحف والمجلات ودور السينما مختلف الاساليب الدعائية التي تعتمد على خواص الضوء والصوت والاثارة والجنس والموسيقى ومشهيات الطعام والتراكيب والصيغ الغريبة لجلب انتباه المستهلك .

الانتباه والتغير الفسلجي

عندما يثير المنبه انتباهنا فاننا نتجه اليه بحواسنا حسب طبيعته بالنظر او بالسمع او بوضعية الجسم ،اي ان تغيرا وظيفيا يحدث في الجسم بفعل ذلك النوع من الانتباه ، وهذا ما نطلق عليه اصطلاح «المنعكس الموجه » Orienting reflex . ويحدث المنعكس الموجه في الانسان والحيوان ويتضمن عموما تغيرات فسلجية هي ذات علاقة بالانتباه Physiological correlates نذكر منها :

حركة جسمية معينة تجاه المنبه ، توسع في الاوعية الدموية للدماغ ، تقلص الاوعية الدموية المحيطية ، تغير في نشاط المخ الكهربائي (كما يبدو ذلك في مخطط الدماغ) ، وتغير في درجة توتر العضلات ونبضات القلب وسرعة التنفس . وتتلخص فائدة هذه التغيرات الفسلجية في شيئين ذوي اهمية للحفاظ على الكائن الحي :

الاول ــ الاسراع في تقبل المنبه

الثاني ــ الاستعداد للاستجابة اذا دعت الحاجة للعمل

وكل ما ذكرناه مثبت بتجارب مختبرية ، نذكر منها على سبيل المثال ان الاثارة والانتباه تجعل من نظر الانسان اكثر حدة ،فهو يرى الشئ واضحا قد كان في السابق يبدو باهتا

الادراك الحسي الخارق :

الادراك الحسي الخارق extrasensory perception (ESP) ظاهرة من السلوك البشري الذي اصبح قيد الدراسة العلمية في فرع علم النفس فوق الادراكي (علم نفس الخوارق Parapsychology). وهذا السلوك او القابلية المتجاوزة للعتبة او المستوى الادراكي الحسي الاعتيادي موجودة لدى اشخاص اقلية معدودين ، وكان ينظر اليهم سابقاً وكأنهم يمتلكون قوى سحرية او شيطانية او سماوية لكن علم النفس الخوارق يحاول اخضاع تلك

الظواهر الى التجربة والتدقيق وفرز الفطنين والدجالين عن الذين يمتلكونها فعلا . وتشمل قوى الادراك الحسي الخارق مايلي :

أ ـ التخاطر : telepathy ، اي قابلية قراءة افكار الآخرين او حشر افكار جديدة وايحائها لهم عن بعد ...

ب ـ الجلاء البصري clairvoyance ، اى قابلية رؤية الاشياء عن بعد شاسع قد يتجاوز عشرات او مئات الكيلومترات ووصفها بدقة .

ج ـ التنبؤ precognition ، اي الادراك المسبق بحدوث اشياء قبل وقوعها فعلا .

د ـ التحريك النفسي Psychokinesis ، اي امكانية تحريك وتطويع بعض الاشياء من بعد وبواسطة القوى العقلية (مثل الزام ظهور رقمين على قطعتي النرد) .

ان البحث في هذا النوع من النشاط الحسي الادراكي دخل مختبرات علمية في اقسام مختصة وفي جامعات مشهورة .وكان من رواده الاوائل العالم النفسي (راين) Rhine في امريكا..الذي كان يحارب الشعوذة ويركز على الحقائق المستخلصة التي اصبحت اكيدة وبعيدة عن مجالات وتأثيرات الخرافة والروحانيات او الفلسفة . ومع ذلك فلا يزال بعض علماء نفس آخرون مترددين هيابين من التسليم المطلق بها بسبب عدم اتفاق نتائج الابحاث من مكان لآخر وبين عالم نفسي وآخر .

الفصل الثاني

الوعي والارادة

كان الوعي ولا يزال موضع اهتمام المفكرين على اختلاف مذاهبهم . لكن مابعد فترة الستينات ظهرت حركات وموجات فكرية بين مجموعة من الشباب كانت تبحث عن آفاق جديدة في مجالات الوعي . وهكذا وجدنا من يبحث في علم نفس الخوارق، وعلم نفس ماوراء الطبيعة ، وفي مفعول بعض العقاقير على تعميق وتوسيع دائرة الوعي والادراك . وقد دعيت تلك العقاقير المهلوسة بالموسعات النفسية Psychedelics مثل الـ (ل. س . د) و(الميسكالين). واهتم آخرون بعالم السحر والجن occultism ،وكل هذه الاهتمامات حفزت علماء النفس على دراسة ظواهر سلوكية كانت مهملة ومتروكة مثل : النوم، والاحلام، والتنويم المغناطيسي ، وتأثير العقاقير على درجات وحدود الوعي.

الشعور Consciousness :

الشعور هو حالةمن الوعي awareness والانتباه او التيقظ Wakefullness ، والنشاط activity . فالاستيقاظ من النوم يجعلنا نشعر اين نحن ومن نكون وفي اي زمن . وحواسنا هي وسائلنا الدقيقة الممكنة مهما كانت احتمالات حدوث الخداع الحسي . لكننا نحتاج الى ذاكرة ايضاً لاكمال الشعور . وبالشعور والادراك يمكن ان نفكر ونتخيل ونبتكر . وكل مايدور من عمليات عقلية اثناء اليقظة والانتباه هو شعور ونشاط حتى احلام اليقظة، وحتى الاحلام الليلية التي نعيد تذكرها في مجال الشعور بعدئذ. وتتم العملية الشعورية في محيط من الانفعالات والاحتياجات والامال والقيم.

والشعور (او الوعي) يكون على نوعين:

أ ــ شعور سلبي، ويتمثل بالعمليات العقلية التي تستقبل مختلف المعلومات الحسية الجمالية من لذة وألم وفكر وآمال..

ب ــ شعور ايجابي وفعال ومبتكر يتميز بالتخطيط والعمل الآني او الاعداد لمشروع مقبل. فهو يتراوح من ابسط عملية (كسياقة سيارة وملاحظة الطريق) الى أعقدها (كوضع هيكل عام لتجربة مختبرية طويلة).

والعملية العقلية قد تكون مرة في حيز الشعور وقد تفلت منه الى مستويات اخرى خارج الشعور. وهذا امر طبيعي يحدث مرارا في حياتنا اليومية. فقد نتذكر شيئاً ثم ننساه ثم نعيد تذكره. وقد ننتبه الى ظاهرة ثم يتحول انتباهنا الى ظاهرة اخرى في لحظات ودقائق. وهذا التغير في حالات الشعور يجعل الوعي awarenes منقسماً الى درجات ومستويات.

مستويات الشعور :

مستويات الوعي او الشعور تكون كما يلي:

١ ــ الشعور او الوعي كما شرحناه آنفاً.

٢ ــ المستوى السابق للشعور (دون الشعور) Preconscious وهو الاصطلاح الذي تبناه فرويد بخصوص الذكريات التي هي غير شعورية لكنها جاهزة لان تبرز الى الشعور في الوقت المناسب. فما حدث في السفرة الفلانية قبل سنوات قد يكون منسيا لكنه يمكن ان يصل الى الشعور كذكريات زاهية حية، وهذا مايشابه تذكرنا لكلمة او اسم شخص او بيت شعر بعد بذل جهد يسير في تذكرها فنطلق عليها باللغة الدارجة وكأنها على طرف اللسان tip-of-the-tongue، وظاهرة طرف اللسان TOT هذه مثال لمستوى دون الشعور.

٣ ــ مستوى اللاشعور unconsciousness ، وهو مستوى اعمق مما سبق حيث توجد الذكريات او الحوادث مطمورة في العقل وبعيدة عن الشعور لكنها تختلف عن العملية غير الشعورية في انها تؤثر في سلوك الانسان وكلامه وافعاله اي انها تحاول البروز والظهور الى الشعور للتدخل في العمليات العقلية الشعورية وتحورها. وقد اشار فرويد ايضاً الى اهمية اللاشعور في

توجيه السلوك وبأنه ناتج عن عملية الكبت repression بسبب الصراعات النفسية والاحباطات. وفسر فرويد بعض الاغلاط الكتابية او الهفوات الكلامية كزلات اللسان slip-tongue ، وكذلك ظاهرة الاحلام بانها دليل على عمليات عقلية لاشعورية ذات هدف ومعنى ، لذلك تجاهد في الطوفان الى مستوى الشعور.

٤ ــ مستوى غير الشعور nonconscious ، وهي العملية العقلية التي لاتصل قط الى مستوى الشعور (وليس لها غاية او أهمية في وصولها الى الشعور)

مثال ذلك افراز الهورمونات داخل الجسم او تنظيم حرارته او كمية وتوزيع الاملاح في سوائله وحركة احشائه ، لذلك فان (غير الشعور) لايشابه (اللاشعور)

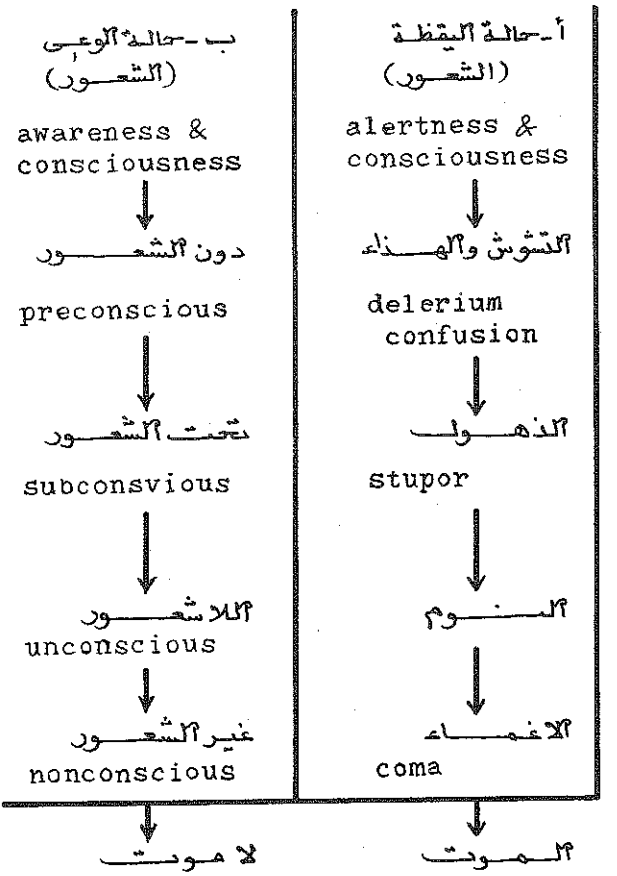
• ــ أما مستوى «تحت الشعور» Subconscious فهو مقارب إلى مستوى اللاشعور باعتباره أقرب منه إلى حدود الشعور والوعي وأسهل بروزاً وادراكاً وتذكراً من قبل العقل اليقظ.

والحقيقة أن نظرية فرويد في التحليل النفسي ترتكز على نظرية اللاشعور وقبل الشعور وتحت الشعور في تفسير السلوك ودينميته في اليقظة والأحلام .

الوعي والاغماء :

لابد هنا من التأكيد على ظاهرة طبية قد تلتبس على الكثيرين وحتى طلبة الطب ودارسي علم النفس وهي ، أننا عندما نتحدث عن الوعي والشعور ومستوياته فإننا نقصد مستويات العمليات العقلية من حيث قربها وبعدها عن حالة الوعي والانتباه والنشاط التام (كما في ب من المخطط ٣٨) ، أما الاغماء والنوم والذهول والهذاء والتشوش فهي حالات ومستويات من النشاط الوظيفي الفسلجي (أو المرضى) للدماغ لاتتعلق بالوعي والادراك بل بدرجة التيقظ awareness الوظيفية . وأبرز مثال على هذه الحالات هي مراحل اعطاء المخدر (البنج) anaesthesia قبل العمليات الجراحية حيث يمر الانسان

بسلسلة مراحل من أنشطة لتيقظ الدماغ تصل في آخرها إلى الاغماء وفقد كل احساس ،ثم تعود هذه المراحل بتسلسل عكسي عند الافاقة من التخدير، علماً أن عدم ضبط حالة التخدير قد يدفع بالاغماء إلى مرحلة الموت ..، وهذا مايحدث في اغماءات الامراض المختلفة التي تنتهي بالموت مثل الجلطة الدماغية والنزف وخذلان الكبد او الكليتين (كما هو موضح في آمن المخطط). اماحالات ومستويات العمليات العقلية — النفسية فانها لاتنتهي بالموت بل انها حالات ذهنية مختلفة البعد عن الوعي .



المخطط (٣٨) . الفرق بين درجات اليقظة ودرجات الوعي . .

الشعور والضبط والارادة :

الضبط control هو السيطرة ولذلك فهو مرتبط تماماً بالارادة Will .ولا شك ان ضبط السلوك الذاتي يعتمد على عدة عوامل اولها الشعور .لكن العالم النفسي الامريكي (وليم جيمس) W.James .ربط كل الضبط بالشعور فقط كما جاء في كتابه الشهير (اسس علم النفس) (عام ١٨٩٠م) principles of psychology ، واطلق على الشعور اصطلاح «العقلية» mentality . اما الآن ، فاننا نعرف ان الضبط السلوكي يمكن ان يكون شعورياً او لا شعورياً او بالاحرى يعتمد على عمليات عقلية ذات درجات مختلفة ولكنها متناسقة ومتعاونة . لكنه كلما كان الضبط ارادياً فان حصة الشعور فيه تكون اكثر . ان ضبط عمليات الجسم الداخلية تكاد تكون جميعها غير شعورية ، كما ان كثيراً من الاعمال الشعورية الارادية تصبح بمرور الزمن اعتيادية habitual – أي آلية بحيث نتمكن من قيادة السيارة مثلا ونحن نتحدث ونفكر ونخطط وتبقى السياقة في مجال الضبط على هامش الشعور . كذلك يمكن لعازف البيانو ان يتحدث مع شخص آخر وهو مستمر في عزفه . وهكذا نجد أن ضبط سلوك الكائن البشرى يتم على شتى المستويات : من المستوى الارادى – اى القصد والعمد – إلى مستوى العادة ، إلى تحت الشعور ودون الشعور ، واللاشعور . وهذا يعني ان الوعي ينقسم على نفسه ويتناسق في آن واحد، ومع ذلك ، فان نظرية (واتسون) Watson مؤسس السلوكية behaviorism في علم النفس رفضت وجود الشعور واتجهت إلى دراسة السلوك كظاهرة خارجية موضوعية كما سبق وان ذكرنا في (الباب الثاني – الفصل الثاني) وكما سنتطرق اليه بعدئذ ، اذ ان ذلك يعني نفي وجود العقل . اما المدرسة الاستبطانية في علم النفس فتعتمد التامل الذاتي (introspection) كوسيلة لدراسة الشعور الذى تعتبره محور العمليات العقلية .

تعدد الشخصية Multiple personality :

ان امكانية انقسام الشعور مع احتفاظه بقدرة الضبط يفسر لنا ظاهرة «تعدد الشخصية ، اذ اننا نجد في مثل هذه شخصاً (له جسم واحد) لكنه يتصرف

بصفات شخصية مختلفة . فقد يشعر بالسعادة والمرح ، ويشعر بعد وقت قصير بالقلق والكآبة . وهكذا فان الشخص اصبح ذو شخصية مزدوجة (أ،ب) double personality او شخصية ثلاثية triple peronality (آ، ب،ج) لكل منها ضوابطها العقلية واتجاهاتها ورغباتها المختلفة .وغالباً مايحدث نسيان بين شخصية واخرى بحيث لايعرف احدهما الآخر مثل حالة (ايفلين) التي وصفها العالم النفسي (اوزكود) عام ١٩٧٦م osgood وكانت تتصرف بثلاث شخصيات هي (ايفلين) و(جينا) و(مارى) . وهي مثال واضح على انشطار وتعدد الشخصية في الانسان الواحد عندما يقع تحت ضغوط نفسية تضطره الى السلوك المتعدد الخصال في الظروف المختلفة، وكما يلي :

أ— (جينا) — وهي الشخصية المريضة الاصلية ، عمرها ٣٠ سنة ، ايطالية الاصل ، اخلاقية المبادئ ، مستقيمة الاتجاه ، أمينة ، تتعصب احيانا . منطوية على نفسها عادة ومنكمشة ، تنتقد نفسها ، مضطربة لكنها حقودة .

ب— (مارى) — شخصيتها الثانية : كانت شخصية متحمسة ، مسترخية ، تحب الناس ، لها تصرفات طفولية . لكنها مرحة لاتكترث بعملها كثيرا وتميل الى الخداع والمكر في تعاملها ، وتميل الى الجنس والرجال .

ج— (ايفلين) — شخصيتها الثالثة ، كانت وسطا بين الاثنين وكأنها شخصية متوازنة ، ناضجة ، هادئة ، مسترخية ، واقعية ، وجدية في عملها . وهي الشخصية التي برزت وتكونت بتأثير العلاج .

وهنالك الحالة الاخرى الشهيرة التي وصفها العالم (كليكلي) Cleckley عام ١٩٥٥ وكانت سببا في نشر موضوع تعدد الشخصية بين العامة ، وعليها استند الفيلم السينمائي المعروف (ثلاث وجوه لحواء)The Three Faces of Eve. اما حالة (يونس) Jonah (او يوحنا) ذوالاربع شخصيات.Quadruple P فهي أيضا شيقة نذكرها هنا باختصار :

أ – (يونس) – الشخصية الاصلية المريضة – ،عمره ٢٧ سنة ، خجول خامل ، مؤدب ، سلبي ، ومتحفظ .

ب – (سامي) Sammy الشخصية الثانية المتميزة بذاكرة قوية ، يدافع ويحمي شخصية يونس عند الحاجة، ويتذكر نفسه منذ السادسة من العمر

ج – (الملك يونج) King Young الشخصية الثالثة ، وافر النشاط والحيوية الجنسية ..

د – (عبد الله) Abdulla الشخصية الرابعة الذي يتميز بالبرود ، والمشاكسة وحب القتال، وهو يغضب ويدافع عن يونس ويتذكر نفسه منذ التاسعة من العمر.

ان انقسام الشعور يفسر لنا نظرية فرويد في الكبت وتأثيره على انشطار الشخصية dissociation في مرض الرحام (الهستريا)، اي ان تعدد الشخصية اصبحت غير مقتصرة فقط على النظرية الفرويدية.

النوم والاحلام Sleep & Dreams

ان النوم حالة من الشعور المتغير، وليس حالة من اللاشعور المطلق. وفي اثنائه تحدث الاحلام (انظر الجدول ٢٨). والنوم (بيولوجيا) هو حالة ترميمية او حالة استجمام اختيارية للانسان. وهو ليس حالة من اللاشعور المطلق لاننا نتذكر احلامنا بعد الاستيقاظ منه. وهو ليس بالسكون التام ، لاننا نتحرك اثناءه، والبعض يمشي في نومه. وهو ليس حالة من عدم الاحساس لان الام تستيقظ على صوت بكاء رضيعها. وهو ليس عديم الهدف والنسق لان بعض الناس يقرر الاستيقاظ في وقت معين ويتمكن من ذلك فعلا دون ساعة تنبيه. ولكن النوم مع كل هذه الخصائص يعتبر حالة شعور متغير وهو ليس مايشعره كل انسان بين النوم واليقظة.

١ ــ النوم

تتراوح فترة النوم الطبيعية من (١٦ ــ ١٣) ساعة في الطفولة ، ثم الى معدل (٨) ساعات في البلوغ ، وقد تصل الى حدود (٣) ساعات ونادرا الى ساعة واحدة في الشيخوخة ، او عند بعض الاشخاص النوادر. ويسير النوم وفق تسلسل بيولوجي بين الليل والنهار وكأنه ساعة بيولوجية موقوتة موجودة في معظم الثدييات ويسمى بال Circadian Rhythm اي النسق اليومي. وهذا الانتظام البيولوجي في الساعة الحياتية للانسان يتعرض الى الاضطراب والى بلبلة وازعاج الانسان عندما يسافر بسرعة (بالطائرة مثلا) من الشرق الى الغرب او بالعكس بحيث يجد صعوبة اولية في التكيف للاوقات الجديدة.

ويختلف الناس في عمق نومهم فمنهم عميق النوم ، ومنهم خفيف النوم. وبمساعدة جهاز مخطط الدماغ EEG والدراسات الفسلجية العصبية وحشر احلام مصطنعة للنائم امكن معرفة درجات ومراحل وانواع النوم الطبيعي للانسان، وكما مبين ادناه:

تنقسم النوم حسب عمقه والنشاط الفسلجي والعقلي المصاحب له الى نوعين رئيسين :

١ ــ حالة النوم الخفيف ٢ ــ حالة النوم العميق

اولا ــ حالة النوم الخفيف:

وهي مجموعة مراحل تحتل حوالي ٧٥٪ من فترة النوم جميعها، وفيها تقل الاحلام كثيرا او تنعدم، كما ان حركة العين تقل اوتنعدم ايضا لذلك دعيت بمرحلة حركة العينين البطيئة non-rapid eye movements (NREM) وفي هذه المرحلة ايضا تهبط قوة وسرعة و ذبذبات فعالية المخ وتصل الى نوع امواج (ديلتا) التي تتراوح من ١ ــ ٤ مرة / الثانية ، وبسبب غالبية الذبذبات البطيئة في مخطط الدماغ دعيت ايضا بمرحلة النوم البطيء الموجات (SWS) Slow-Wave sleep . ان الاحلام التي قد تظهر خلال هذه المرحلة هي

بالحقيقة اقرب الى الافكار منها إلى احلام حقيقية ، كما ان نشاط الجهاز العصبي المستقل(ANS)يصل الى ادنى حدوده .

ان حالة النوم الخفيف (NREM) تنقسم بدورها الى اربعة انواع من الدرجات والموجات وهي (أ ، ب ، جـ، د) ،ولكنها تتميز جميعا بعدم وجود حركة كرتي العين السريعة (REM)، وتظهر عادة في الساعات الاولى من النوم ثم تختفي وتعود طيلة النوم ، واعمق مراحلها هو النوع (د) ، ومن الصعب ايقاظ النائم في هذه المراحل الاربعة من النوم وخاصة المرحلة الرابعة (د)

ثانيا – حالة النوم العميق :

وهي مرحلة من النوم تحتل حوالي ٢٥ ٪ من النوم جميعه ، وتتميز في تخطيط الدماغ بسرعة حركة العينين ، لذلك سميت بمرحلة حركة العينين السريعة Rapid Eye Movements (REM) وتحدث في هذه المرحلة الاحلام بكثرة وغزارة وكذلك مايصاحبها من انفعالات ، ويزداد نشاط الجهاز العصبي المستقل (الودي واللاودي). وتسود في هذه المرحلة موجات (الفا) اى بسرعة ٨ – ١٣ مرة / الثانية ، لكنها تكون ذات فولتيه واطئة. فاذا ايقظنا النائم اثناء هذة المرحلة قص علينا الاحلام التي رآها . وتحدث حالة النوم سريع حركة العينين هذه REM في الساعات الاخيرة من النوم عادة – اى قبل الاستيقاظ

ويختلف الاشخاص عن بعضهم في تفاصيل هذه الانواع وتناوبها، لكن ماذكرناه هو الشكل والنسق العام للاغلبية. وعليه فاننا ندرك الان ان مراحل النوم وموجات تخطيط الدماغ فيه هي خمسة: اربعة منها في المرحلة الخفيفة او (NREM)والخامسةهي المرحلة العميقة–سريعة حركة العينين–كثيرة الاحلام او (REM). وتتناوب المراحل مع بعضها اثناء فترة النوم كل (٩٠) دقيقة تقريباً.

ومن اضطرابات النوم المعروفة في علم النفس المرضى والطب النفسي :

أ ـ الخدار ، او كثرة النوم الانتيابي narcolepsy وهو الميل الشديد للنوم وعدم مقاومته في اي ظرف او زمان: في الحافلة او اثناء المشي او الصلاة.. او في مصنع شديد الضوضاء ..

ب ـ النوم اللانفسي ، او توقف التنفس اثناء النوم sleep apnoea بسبب خمود او ارتخاء شللي وقتي في فتحة الحنجوة مما يضطر المصاب الى الاستيقاظ بسرعة وإلاّ مات .

ج ـ الأرق insomnia ، او عدم النوم لاسباب كثيرة..

٢ ـ الاحلام:

الاحلام محصلات الخيال. وهي آنية لاارادية، لذلك فهي تختلف عن عملية التفكير الواعي. اما ضوابط ومؤثرات الاحلام فباطنية وغير ظاهرية، فهي اذن حالة انشطارية من الوعي.

وللاحلام نظريات وتفاسير عديدة منذ القدم ، تناولها المفكرون والفلاسفة والمنجمون والكهنة ورجال الدين ـ واخيرا علماء النفس . وتفسير الاحلام كاد ان يكون علما مستقلا باعتباره معلومات واخبار تنبوئية تكشف عن احداث المستقبل . وقصة النبي يوسف وتفسير الحلم الشهير لفرعون والذي حذره من سبع سنوات عجاف (او المجاعة)دليل على ذلك.

ولعل (فرويد) من ابرز علماء النفس الذين خاضوا في مجال. الاحلام ومغزاها والف فيها الابحاث والمحاضرات . وملخص نظريته (التي سنشرحها في مدرسته) هي ان الحلم دليل وجود اللاشعور ، وانه رغبة مكبوتة لم تتحقق في اليقظة فظهرت في المنام بشكل محور او محرف ، لذلك فان للحلم شكل ومحتوى ظاهرياً manifest content ، كما ان له مغزى وهدف حقيقي يكمن وراءه latent dream وهو الدافع الاصلي للحلم . وبهذا الاسلوب التنكري disguised يظهر الحلم في النوم وبحرية ولا يوقظ النائم ولا يزعجه . فهو حارس للنوم protector فاذا فشل في ذلك لشدة القلق

الذي يثيره فان النائم يستيقظ خائفا وجلا اذ يغدو حلمه كابوسا nightmare. ويتولى جزء من الدماغ الرقابة censorship على الاحلام بحيث تبقى الرغبات محورة وغير فاضحة او معيبة

اما نظرية (يونج) Yung في الاحلام فانه يعتبرها نتيجة تفاعل الشعور واللاشعور ومكونات الشخصية ببعضها ، وبأن الاحلام تعبيرات لقيم ومفاهيم سلالية عميقة يشترك فيها معظم البشر من شتى الاجناس والاقوام

التجارب الحديثة على الاحلام : وقد دلت التجارب الحديثة على بضعة امور تخص الاحلام وطبيعتها نذكرها فيما يلي:

أ ــ ان صعوبة ايقاظ النائم الذي هو في نوم حركة العين السريعة REM يعزز من نظرية فرويد بان الحلم هو حارس النوم، وانه يحدث في هذه المرحلة فعلا كما يؤكد ذلك النائم بعد ايقاظه مباشرة.

ب ــ اذا حاولنا ايقاظ النائم كلما بدأ مرحلة الحلم REM اي اذا حرمناه من رؤية الاحلام طيلة الليل، فان الليلة التي تليها تكون غزيرة الاحلام وتزيد فيها مدة النوم ذو حركة العين السريعة مما يؤيد ايضاً ان الحلم ضرورة لحراسة وامتداد النوم.

ج ــ لكن مايخالف هذه الاستنتاجات ان نوم الحركة السريعة للعينين REM موجودة في الاطفال الصغار ، وان هذه الاحلام لاتعبر فعلا عن اضطرابات عاطفية لم يتح للصغير معاناتها بعد. اما في الاطفال الكبار فانها تكون معبرة عن تلك الاضطرابات.

د ــ وتبين كذلك ان جميع الناس يحلمون، وان الذين يتذكرون احلامهم بعد اليقظة والذين لايتذكرونها سواء، فجميعهم يتعرض الى احلام مرحلة حركة العين السريعة REM ولكن المسألة تتعلق فقط في قابليتهم على تذكرها ليس الا، او لان الذين يستيقظون في وسط تلك المرحلة هم اكثر قابلية على تذكر الحلم من الذين يستيقظون في آخرها .

هـ — لكن المهم من هذه التجارب ايضاً ان حرمان النائم من الاحلام يجعل فعاليات النهار اكثر ازدحاما بالخيال واحلام اليقظة (كتعويض عن حرمان الليل)، وان ذلك يساعد المكتئبين على تحسن حالتهم النفسية، بينما كانت النظرة السابقة الى الحرمان من الاحلام انه يؤدي الى اضطراب عصابي او ذهاني.

و — وقد وجد ان مايحدث من امور حسية فيزيائية (أو جسمية) اثناء اجراء التجارب على النائم (كنطق اسماء معينة، او رش رذاذ ماء على وجهه بالقرب منه، او عزف لحن معين) تدخل كجزء من الحلم الذي يراه ويقصه بعدئذ ،لكن بمضامين واشكال اخرى

ز — ووجد ايضاً ان معظم حالات التكلم اثناء النوم تحدث في مرحلة النوم البطيء الذبذبات NREM ، وان جميع حالات التجوال في النوم somnambulism (سير النائم) تحدث في هذه المرحلة من النوم البطيء حركة العينين (NREM)

التنويم المغناطيسي Hypnotism

التنويم المغناطيسي (او الايحائي) مر بمراحل متعددة في تاريخ علم النفس : من الخرافة الى السحر والخيال، واخيرا الى التجربة العلمية. وقد ذكرنا في فصل تاريخ علم النفس كيف ان العالم (ميزمر) تقدم بنظريته عن (مغناطيسية الحيوان) وعن التنويم المغناطيسي وادعى بأنه يتم بواسطة قوى مغناطيسية آتية من الاجرام السماوية تدخل في أرواح الحيوانات ومنها الى الانسان. وفي عام ١٨٤٢م تمكن جراح بريطاني من بتر ساق مريض وهو تحت تأثير (التنويم الميزمري) وجرى قلع الاسنان ايضاً بدون ألم ودخل التنويم الايحائي حيز التجارب العلمية الدقيقة التمحيصية حتى توصل العلم الحديث الى مجموعة حقائق ثابتة اعترفت فيها الجمعيات الطبية العالمية كجزء من الحقائق الفسلجية، ومن ظواهر علم النفس والسلوك الطبيعي والشاذ، ولو انها بحاجة الى مزيد من التفسير، نذكرها فيما يلي:

١ ــ لاجراء وانجاح عملية التنويم المغناطيسي فان القائم بالتنويم يجب ان يكون خبيرا بالايحاء والتأثير ، والشخص النائم يجب ان يكون له الاستعداد للنوم ــ اى التعاون معه . فلا يمكن تنويم كل الناس على السواء .

٢ ــ بشئ من الايحاء يؤمر النائم بالاسترخاء والنوم والاصغاء الى المنوم . فهو اذن «نوم غير كامل »ولا يشبه النوم الاعتيادي ، ولا ضرورة للاوامر الصارمة من قبل المنوم ، اذ بالامكان لبعض الاشخاص ان ينوموا انفسهم بأنفسهم . وهذا التأثير الذاتي يفسر لنا كثيرا من الاعمال «السحرية» الخارقة التي نسمع بها عن فقراء الهنود واعمالهم دون حاجة الى عزوها الى قوة سحرية.

٣ ــ بعد ان يتم الدخول في حالة النوم ،يصبح الشخص النائم في حالة تقبل الايحاء والايعازات من المنوم.

٤ ــ يتحدد انتباه النائم في المجالات التي يوعز له بها المنوم . وفي هذه الحالة يستطيع المنوم ان يحور من الحقائق ويقدم للنائم الافكار والادوار والاعمال التي يريدها منه ..

٥ ــ تزداد قابلية الايحاء ويقوم النائم بالاعمال التي يأمره بها المنوم والادوار التي ينسبها له ..

٦ ــ ينسى النائم ما قام به من افعال بعد استيقاظه ، ويمكن استعادتها للذاكرة بأمر المنوم ــ أى انها تختلف عن النساوة الاعتيادية باعتبارها تحت إمرة الايحاء . فلو افترضنا ان المنوم طلب من النائم ان يسعل ثلاث مرات اذا استيقظ ، فانه سيفعل ذلك دون ان يدرك ان ذلك تنفيذ لايعازات المنوم .

٧ ــ لايشترط ان ينفذ الشخص النائم كل ما يوعز به اليه اذا كان ذلك مخالفا لمبادئ وقيم واتجاهات راسخة عنده . فمثلا ، قلما يمكن الايحاء للنائم ان يرتكب جريمة قتل ، او لامراة محتشمة ان تكشف عن فخذيها امام الجمهور .

٨ ــ ان الايحاء بفقدان الالم اثناء التنويم المغناطيسي هو الذي يسهل للطبيب اجراء عمليات جراحية أو قلع اسنان أو التوليد بدون ألم .

٩ – واخيرا فان التنويم المغناطيسي يعتمد على الايحاء والتعاون بين شخصين وفي اثنائه تكون فعاليات المخ ومخطط الدماغ مختلفة عن مخطط الدماغ اثناء النوم الطبيعي – أي أنه ليس نوماً طبيعياً .

تأثير العقاقير على الشعور :

للعقاقير المختلفة تأثيرات متعددة على الجهاز العصبي من : تنبيه أو استفزاز أو تثبيط وتقليل من حدة الشعور والانتباه والتيقظ ، وربما الانتهاء بالشخص الى الذهول والتشوش فالنوم وحتى الإغماء .

وقد عرف الإنسان القديم الخمر والحشيشة (الماريهوانا) marijuana– (Hashish) (والافيون opium والكوكايين Cocaine ،واخيرا(الهيروبين) Heroin والمسكالين mesciline وال (ل.س.د.) LSD . وهي من الأدوية الحديثة المصنوعة كيميائيا أو من مستخلصات نباتية طبيعية .وجميعها تؤدي الى تغيير حالة الشعور . واختلاف درجات ومستويات الشعور والتيقظ بمفعول العقاقير يذكرنا بالجدول (٣٨) السابق الذي يمثل ايضاً مستويات التخدير قبل العمليات أو حالات المرض الخطير والتسمم .

وللفائدة نذكر ادناه مفعول بعض العقاقير على درجات الشعور والإنتباه والتخيل أما تفاصيلها فموجودة في كتب الاقرباذين (أو علم الأدوية) pharmacology

أ – مجموعة العقاقير المهدئة والمسكنة والمنومة للجهاز العصبي وتشمل الكحول وأنواع مشروباته ، ومركبات الباربيتوريت barbiturates والافيون والهيروين ، والمهدئات النفسية الحديثة مثل الفاليوم (دايزبام) diazepam واللارجاكتيل (الكلور برومازين) chlorpromazim

ب– مجموعة العقاقير المنبهة والمستفزة للجهاز العصبي وتشمل :
مركبات الإمفيتامين amphetamines ، والكوكايين ، والمنشطات النفسية الحديثة مثل الريتالين Ritalin

ج- مجموعة العقاقير المهلوسة hallucinogen أي التي تحدث هلوسات وتخيلات وخداع الحواس فتوسع من حدود الشعور أو تعمقه الى درجة التشتيت أو الإستغراق الوجداني الصوفي ، وتنقل الشخص الى اجواء روحية أو حسية غريبة . ومن نتيجة الهلوسات والوعى الخادع الموهوم دعيت هذه العقاقير -كما ذكرنا سابقاً- بموسعات النفس Psychedelics - أي التي تشرح الصدر وتوسع الخيال ، ومن هذه المواد ألـ (ل س د) LSD والميسكالين (واالسلوسيبين) psylocybin ، وكذلك يدخل من ضمنها الحشيشة المستخرج من نبات القنب ومادته الفعالةهي Tetrahydrocannabionol(THC)

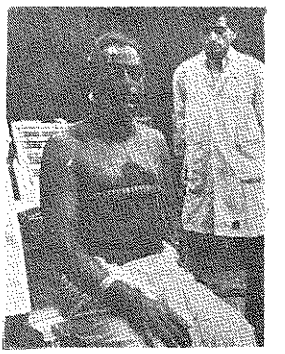
العقل الواعي والجسم :

وجدنا في فصل الاساس البيولوجي للسلوك كيف تؤثر المراكز العليا للدماغ والجهاز الحافي في المراكز الادنى منها وفي الجهاز العصبي المستقل وفي الناقلات العصبية الكيميائية ، ووجدنا ان بعضاً من هذه الناقلات العصبية موجودة في مناطق معينة من الجهاز العصبي ولها قابلية تقبل أو أزالة الشعور بالالم .

ان ذروة الشعور وقمة الوعي -وهو وسيلة الضبط والارادة- يفسر لنا بعض الظوا هر الحياتية الغريبة . فسيطرة بعض الناس على وظائف اجسامهم هي ابسط مثال على ذلك . ورياضة اليوجا Yoga هي رياضة تركيز الشعور بحيث يمكن لممارس اليوجا (اليوجى) Yogee ان يتحمل آلاما بدون اكتراث. والصورة (٣٩) تمثل احد مشاهير اليوجى الذي يستطيع السيطرة على نبضات قلبه وسرعة نبضات تنفسه وضغط دمه وعلى كمية الأوكسجين التي يحتاجها لبقائه على قيد الحياة في صندوق محكم . والصورة (٤٠) مثال على قابلية بعض الأشخاص التحكم في اعضاء جسمهم كجعل اللسان مقسماً الى تلافيف .

ان علاقة العقل والوعي بالجسم وسيطرته عليه لاشك فيها ، وهي موجودة عند أولئك الناس الذين يمارسون اعمالا خارقة مثل المشي على النار ، أو النوم

على المسامير ، أو امساك الجمر من الحديد دون الم أو حرق . وقد فسر العالم الفيزيائي (وولكر) Walker عام ١٩٧٧ عدم اصابة القدمين بحرق أثناء المشي على النار بأن الشخص يتمكن من زيادة كمية العرق في القدمين فيحميهما من الحرارة اضافة الى الضبط الإرادي للالم والمشي بسرعة . وقد قام العالم نفسه بعملية المشي على النار ثم الامساك بجمر نار ، وغمس اصابعه في رصاص مذاب دون ان يصاب بأذى وكل ذلك يعتبر دليلا على ان هذه العلميات لاعلاقة لها بالدين أو القوى الروحية أو التنويم الذاتي أو السحر ، بل بالضبط الأرادي والوعي للالم .... وللجسم .



– ٣٩ – صورة اليوجي راماناند وحوله اجهزة مختلفة توكد سيطرته على فعاليات جسمه.



صورة – ٤٠ – طفلة تتمكن من تقليص لسانها إلى اخاديد وتلافيف .

الفصل الثالث

التعلم .. ونظرياته

التعلم Learning هو اساس فهمنا للسلوك، ويمكن تعريفه بانه : «التغير المستمر نسبيا للسلوك والحاصل نتيجة تجربة سابقة له ». وقد لايتضح هذا التغير إلا بعد حدوث موقف او وضع يبرز التعلم او التغير الجديد. ولايعني التعلم ضرورة حدوث شيء في الفعل او الاداء دائما، كما ان ليس كل تغير في السلوك هو نتيجة التعلم لان بعض التغيرات تحدث بدون تجربة سابقة، ولذلك ادخلنا في التعريف عبارة «المستمر نسبيا» والمعتمد على «تجربة» .فقد تحدث تغيرات سلوكية بدون تجربة مسبقة كنتيجة للنمو والنضج او الاذى الجسمي او المرض. فالتعلم هو «كل مانكتسبه من التجربة» . والاكتساب هنا لايعني الربح والفائدة لان بعض التعلم قد لايكون مفيدا بل تعلما لعادات او اتجاهات سيئة وضارة

والسؤال الذي يتبادر للذهن هو: كيف يتعلم الانسان ؟

ان علماء النفس قد تقدموا بنظريات وتفسيرات عن آليات التعلم ، واجروا التجارب المختلفة على الحيوانات والانسان بشتى المستويات والاساليب — البسيطة والمعقدة — لوضع صيغة مقبولة تفسر عملية التعلم . وقد اتضحت لحد الآن ثلاثة طرق اساسية في التعلم هي :

اولا — التعلم بالترابط والاقتران Associative learning

والذي ينقسم بدوره إلى ثلاثة انواع هي:

أ — التعلم الشرطي الكلاسيكي (البافلوفي).

ب — التعلم الشرطي — الادائي .

ج – التعلم الشرطي المتعدد الاستجابات .

ثانيا – التعلم بالادراك والفهم Cogntive learning

ثالثا – التعلم بالتغذية الحيوية الراجعة Biofeedback learning

اولا – التعلم بالترابط والاقتران:

الترابط والاقتران association هي بالحقيقة نظرية فلسفية قديمة اشتهرت بالمدرسة الانكليزية (مثل الفلاسفة لوك وسبنسر وهيوم) كما ذكرنا في تاريخ علم النفس. وملخصها ان التجربة (او المعرفة الحديثة) لابد وانها ترتبط بتجربة قديمة سابقة لها عن طريق او وسيلة من وسائل الترابط كالمماثلة او الاقتران اوالتزامن فيما بينها ..

لكن تجارب (بافلوف) Pavlov (١٨٤٩ – ١٩٣٦م) العالم الفسلجي الروسي سجلت الخطوة العملية الاولى في تثبيت التعلم بالترابط – اي باعتماد الترابط والاقتران والتزامن في بناء وتكوين افعال ومنعكسات شرطية (سلوكية)جديدة. ومن تجاربه ونظريته تطورت النظريات والاتجاهات الاخرى ..، كما يأتي:

أ – التعلم الشرطي (البافلوفي)

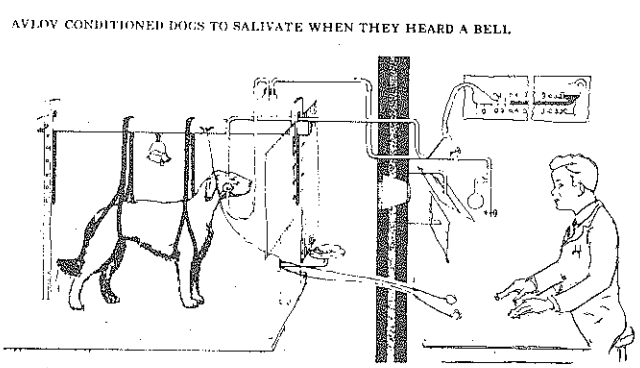
التعلم الشرطي Conditioned learning أول نظرية علمية في تفسير التعلم ؛ وكان بافلوف يعمل في دراسةوظائف الجهاز الهضمي وعلاقته بالجهاز العصبي عندما لفت نظره استجابة الكلاب التي كان يدرس عليها وظائف المعدة . فقد لاحظ أولا ان الكلب يفرز اللعاب في فمه حال رؤيته لطعامه – أي قبل ان يدخل الطعامفمه ويلامسه فكان الكلب (تعلم) ان (يربط) منظر الطعام بالاكل فاستجاب له برد فعل هو (افراز اللعاب).ومن هنا تحول بافلوف كلياً الى

التوسع في هذا المجال واجراء مختلف التجارب على قضية بناء الافعال والاستجابات الاشتراطية لدى الكلاب .

وقد اعد بافلوف وسيلة جراحية لجمع كمية اللعاب المسال من غدد الكلب اللعابية في فمه ووضعه في قفص تجريبي خاص في المختبر . فاذا قدم له الطعام في صحن امكن قياس كمية اللعاب المفرز (انظرالشكل٤) وكانت ألتجربة الأولى هي كما يلي :

١ ــ المنبه stimulus (وهو الطعام في فم الكلب) احدث افراز اللعاب، وهي استجابة فطرية غريزية في كل الحيوانات والإنسان ــ أي انه منعكس غير شرطي unconditioned reflex لان وجود مادة الطعام في الفم تؤدي الى استجابة response لامجال لمنعها . فالمعادلة هي : منبه غير شرطي (US) unconditioned stimulus أدى الى استجابة غير شرطية (UR) unconditiond response .

٢ ــ رؤية صحن الطعام هو منبه جديد يؤدي الى افراز اللعاب أي منبه شرطي conditioned stimulus (CS) أدى الى استجابة شرطية ــ أي متوقفة على الرؤية (CR) Conditioned response .



شكل ــ ٤١ ــ رسم ايضاحي لجهاز بافلوف على الكلاب وبناء المنعكس الاشتراطي بتنويع المنبهات وظروف التجارب

٣ ــ وضع بافلوف جرسا في قفص الكلب، ودق الجرس ثم جاء بالطعام الى الكلب فوجد ان (رنين الجرس) ادى الى (افراز اللعاب) حتى لو لم يقدم الطعام للكلب . أي ان الكلب تعلم العلاقة بين رنين الجرس ومجيء الطعام فتولد عنه منعكس (أوسلوك) جديد ارتبط بتجربة جديدة هي رنين الجرس، فاصبحت المعادلة هي ايضا منبه شرطي (CS) ــ هو الجرس يؤدي الى افراز اللعاب الذي اصبح استجابة شرطية (CR) مرتبطة ومقترنة بالجرس .

٤ ــ اضاف بافلوف منبهات وحوافز أخرى على التجربة السابقة بحيث استخدم الضوء الأحمر في القفص وجاء بالطعام بعده بقليل ، (وبالتكرار) عدة مرات وجد ايضاً ان الكلب يفرز اللعاب حالما يرى الضوء الأحمر ــ أي جعل الضوء هذه المرة هو المنبه الشرطي ، واصبحت المعادلة الان ضوء أحمر (منبه شرطي CS) تؤدي الى (استجابة شرطية CR) .

٥ ــ وبتعدد التجارب واستبدال منبهات وحوافز أخرى بالجرس والضوء تأكد لدى بافلوف بأنه بالامكان بناء منعكس شرطي فوق منعكس شرطي آخر وكلها بالاصل مستندة على المنعكس غير الشرطي الذي هو افراز اللعاب عند وجود الطعام في الفم ، أي ان بالامكان (تعليم) الكلاب على الإستجابات (أو عدم الاستجابات) بتغيير ظروف التجربة وقوانين أو (شروط) التعلم . ولولا هذه (الشروط) لما سماه (بالتعلم الشرطي) ، وهي :

أ ــ التقوية والتعزيز reinforcement ويعني ذلك انه كلما تعلم أو فهم الحيوان ان الجرس (أوالضوء) يتبعه وجود الطعام فعلا فان (المنبه الشرطي) يزداد قوة ويتعزز ويترسخ في دماغ الكلب بحيث يستجيب الحيوان بسرعة حتى بدون وجود الطعام .

والتعزيز بالحقيقة هوبمثابة مكافأة وثواب يتعلم بهاالحيوان على اعادة الإستجابة، ولذلك دعي المنبه الجديد (بالمعزز الشرطي) conditioned Reinforcement لانه عزز الإستجابة الفطرية السابقة ..

ب ــ التكرار أوالترابط association ، فكما أوضحنا ، أنه لولا تقديم الطعام خلال زمن قصير وربط المنبه بالطعام واقترانه به لما اكترث الحيوان

بالمنبه ، لكن التكرار والترابط زاد من قابلية الكلب على التعلم الشرطي .

جـ ـ الإطفاء extinction ، وهو عكس التعزيز ، بمعنى ان الكلب يبدأ بفقد الإستجابة تدريجيا بحيث تضعف وتزول كلما طالت مدة تقديم الطعام بعد الجرس (أو الضوء). وقد وجد بالتجربة ان انسب فترة زمنية لتقديم الطعام بعد المنبه هي أقل من نصف الثانية ، فاذا ما تجاوزتها وطالت اكثر حصل الفتور ثم الاطفاء ، او (الكف) innibition .

د ـ التعميم generalization : ومعناه ان الحيوان الذي تعلم الإستجابة الشرطية للجرس (أوالضوء الأحمر) فانه يستجيب بافراز اللعاب اذ ماسمع شيئا مقاربا لصوت الجرس أو رأى ضوءا يقارب اللون الأحمر.فكأن الكلب يعمم خاصية المنبه الشرطي ويوسعها قليلا ، أو بالاحرى أنه لايميز الفوارق القليلة أوالجزئية بين المنبهات المتقاربة . ولا يشترط في التعميم ان يكون المنبه من نفس الأصل ..فمثلا قد يكون (منظر) الجرس بديلا لصوته في احداث استجابة شرطية .

هـ ـ التمييز discrimination ، وهو عملية مكملة للتعزيز ، وتعني انه طالما كان الحيوان يستجيب للمنبهات المتقاربة (حسب قانون التعميم) ، فانه بنفس الوقت قابل للتعلم التمييزي أي للاستجابة لنوع خاص من المنبهات دون غيرها، فمثلا نتمكن من جعله يستجيب لذبذبة معينة واحدة من رنين الجرس وليس لذبذبة أخرى ..

ان ملخص تجارب بافلوف ونظريته تفيد بان الإنسان (والحيوان) يتعلم الأشياء تدريجيا ببناء منعكسات شرطية في جهازه العصبي وفق (شروط) وقوانين التعزيز والإرتباط والتمييز والتعميم والكف والإطفاء ، فهو يتعلم تجربة جديدة على تجربة قديمة بهذا الترابط الشرطي ـ أي ان كل تعلم هو استجابة لمنبه أو حافز يؤدي الى اكتساب سلوك جديد .

ومع ذلك فان العلماء ناقشو الناحية السلوكية الالية (منبه ـ استجابة) او (S-R) في تجارب بافلوف وقالوا ان المسألة ليست بهذه البساطة بل ان شيئا من الفهم

والادراك يتخلل العملية . فالحيوان يتعلم ويفهم كيف يستجيب لنوع معين من المنبهات (وحسب ذاكرته من التجارب السابقة) ، ولايقتصر على بناء منعكسات عصبية جامدة .لكننا سنرى كيف ان المدرسة السلوكية القديمة (لواتسون) اعتمدت كليا على (البافلوفية) pavlovism لتفسير السلوك البشري .

ب-التعلم الشرطي الادائي Operant Conditioning

ان التعلم الشرطي الكلاسيكي لبافلوف لايفسر كل سلوك معقد . فالحيوان الذي يتعلم حيلا من السلوك والافعال لا يمكن ان يتعلمها بآلية(منبه-إستجابة)فقط .

وقد اوضحت تجارب العالم النفسي (سكينر) **Skinner** مفهوم التعلم الشرطي الادائي (اوالاجرائي) ان هناك طرق اخرى للتعلم الشرطي، كما مبين ادناه: وضع سكينر جرذاً جائعا في قفصه المشهور بقفص سكيز **Skinner box** (انظر الصورة ٤٢). ويوجد في القفص قبضة معدنية صغيرة وتحتها فتحة مدورة يخرج منهاالطعام ووعاء تحت الفتحة.الحيوان طليق في القفص،يتحرك كيفما يشاء ويصادف ان يمسك بالقبضة ويضغط عليها ، (وقد سبق،



شكل – ٤٢ – الجرذ في قفص سكينر والتعلم الشرطي الادائي

لصاحب التجربة ان ربط حركة القبضة بخروج طعام من الفوهة تحتها). عندئذ تكون دفعة الجرذ للقبضة سببا في سقوط قطعة طعام في الوعاء فيلتهمها الجرذ الجائع ويتعلم ان ضغط القبضة يؤدي إلى حصوله على طعام، لذلك يعيد الكرة وبسرعة اكثر حتى يشبع.

ان هذه العملية من المنبه المؤدي إلى استجابة هي بالحقيقة عملية ادائية (اجرائية) Operant يقوم بها الجرذ ويحصل منها على نتيجة Consequence، وكلما كانت النتيجة ايجابية حدث التعزيز والتقوية في هذا المنعكس الشرطي. فاذا صادف ان منع المجرب ظهور الطعام عند ضغط القبضة فان الجرذ سيتهاون ولايكترث ويعاني من الكف — اي قد تنطفيء عنده هذه التجربة والتعلم الجديد (مثلما وجدنا في تجارب بافلوف).

ويستطيع المجرب ادخال عنصر (التمييز) فيما لو جعلنا الطعام يسقط من الفوهة عند اضاءة مصباح في القفص ، فيتعلم الجرذ ان يضغط على القبضة عند اشتعال الضوء فقط وليس في كل حالة. ويتضح من هذه التجربة ان التعلم الشرطي — الادائي يختلف عن التعلم الشرطي البافلوفي في النواحي التالية:

١ — ان الحيوان هنا حر طليق حسب ظروفه وليس مقيدا او ثابتا في القفص مثل كلب بافلوف ولاخيار له. فالحيوان هنا يقوم بعمل حر، بينما حيوان بافلوف سلبي.

٢ — ان التعلم الشرطي الادائي لم يعتمد او يستند على وجود منعكس غير شرطي (غريزي) سابق.

٣ — ان الحيوان يمارس تأثيره على المحيط والظروف بنشاط (اي باداء عملية ايجابية) فيتعلم النتائج ويعرف كيف يستفيد منها بالتعزيز.

٤ — ان درجة وقوة التعلم الشرطي الادائي يمكن قياسه كذلك بسرعة وقوة ضغط الحيوان على القبضة في القفص.

وهكذا جاء (سكينر) بطريقة اخرى للتعلم وقدم تفسيرا للسلوك الاكثر تعقيدا مما جاء به (بافلوف)، ولكن كلا الطريقتين (ترابطية..).

جـ ـ التعلم الشرطي المتعدد الاستجابات Multiple Response

ان التعلم كما وجدناه بالاسلوبين البافلوفي او الادائي يستطيع ان يغير ويحور او يقولب السلوك الحيواني (او الإنساني) في مجال معين ، لكن التجارب على الانسان لم تثبت قطعا ان السلوك يمكن ان يخطط ويؤثر بدقة بهذين الاسلوبين لان عوامل انفعالية وعقلية اخرى تتدخل في ذلك وتجعل من الاستجابات المتوقعة مختلفة ومعقدة. مثال ذلك:

التجربة الاولى:

كان المجرب يشجع مجموعة من الطلبة بكلمات (انت محق) .. و(اوافقك..) و(هذا صحيح) كلما كان الطالب يتفوه بكلمات مثل (انا اعتقد ...) و(يبدولي..) و(اتصور..) ، بينما كان المجرب لاينطق بأي اشارة مشجعة لمجموعة اخرى من الطلبة. وقد تبين ان (تشجيع) المجرب زاد لدى المجموعة الاولى من استعمالها لتلك التعابير الشخصية ،واطفأها عند المجموعة الثانية. وفي تجربة اخرى، لم تظهر نفس النتائج.

التجربة الثانية :

مجموعتان من اطفال الروضة ، طلب منهم رسم لوحات معينة باقلام ملونة ـ وهي تجربة ممتعة لجميع الاطفال ـ . لكن المجموعة (أ) اخبرت بأنها ستتلقى مكافأت وشهادات تكريمية على ذلك .اما المجموعة (ب) فابقيت بدون حوافز ومعززات. وكانت النتيجة ان استمرارية وسرعة الانجاز ظهرت في المجموعة (ب) أحسن من المجموعة(ا) ، وظهران البواعث والرغبة لعبت دورها في النتيجة المعكوسة غير المتوقعة..

يتبين مما تقدم ان سلوك الانسان بالتعلم الشرطي قد يتوقف على عدة عوامل اضافة الى الاستجابات الشرطية الكلاسيكية او الادائية . وكمثال على التعلم المتعدد الاستجابات والعوامل :

أ ــ تعلم المهارات الحركية الحسية المعقدة مثل سياقة السيارة التي تتطلب ضبط السياقة، والانتباه لاشارات المرور، وملاحظة سير العربات الاخرى والمارة ، او مثال الموسيقار الذي يعزف ويقرأ النوته ويعزف بمشاعر وجدانية .

ب ــ الحفظ والتذكر الآلي Rote memorizing وهو «الاستظهار دون فهم » وحفظ بالتكرار والاعادة لكلمات مترابطة منطقيا او غير مترابطة. وقد قام العالم (ابينجهاوس) Ebbinghaus بتجارب متعددة على الحفظ والذاكرة ورسم منحنيات للتعلم وكفاءته، وكلها تشير إلى ان المسألة ليست مجرد تعلم شرطي كلاسيكي او ادائي بل اكثر منهما.

التطبيقات العلمية في التعلم الترابطي :

ان التجارب العلمية المختبرية ليست نظرية كما تبدو لاول وهلة ، بل انها الاساس العلمي للسلوك البشري (او الحيواني) كما سنلخصها ادناه :

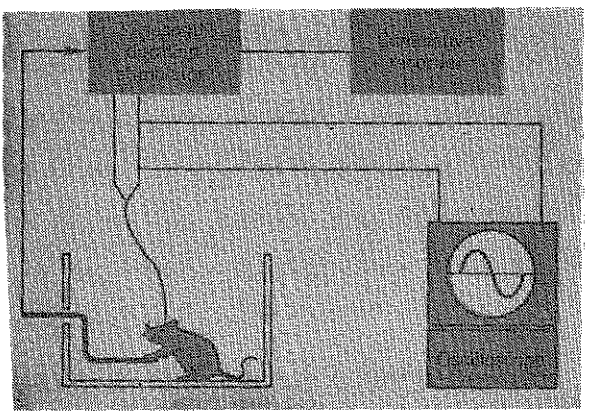
أ ــ ان مايدهشنا ويحيرنا احيانا في الملاعب والسيرك والتلفاز من مشاهدة حيوانات تقوم بالعاب وتمارين غريبة وعجيبة ماهي بالحقيقة الا تطبيقات للعمليات او المنعكسات الشرطية البافلوفية والادائية، بحيث ان اي عمل نريد أن يقوم به الحيوان يمكن ان نعززه شرطيا بالمكافأة، واي عمل نريد الايحدث يمكن ان نطفأه بعدم المكافأة او بالتسويف والاطالة، وهكذا يمكن لسمك الدولفين ان يقفز إلى ارتفاعات ومن خلال حلقات كبيرة معلقة في الهواء ،أو يرقص الحصان، او يتناول الدب طعامه على مائدة ،، او ينقر الطير حسب نسق معين ..الخ .

ب ــ والمهم عمليا كذلك ان جراحة الدماغ واكتشاف مراكز اللذة والالم والجنس والجوع والعطش في الدماغ ، ادى إلى وضع مسارات كهربائية electrodes في دماغ الحيوان التجريبي . فاذا امررنا التيار الكهربائي

بذبذبة معينة وقوة معينة وادت إلى شعور باللذة والمتعة فاننا نجده في قفصه يحاول الاستزادة من اللذة بالضغط على قبضة معينة تبث فيه التيار الكهربائي وتنبه دماغه Brain stimulation ،وبذلك يصبح الضغط على القبضة (استجابة معززة كهربائية) ادائية.وبالعكس، فان الضغط والتيار الذي يؤدي إلى الشعور بالالم يتجنبه الحيوان فتصبح القبضة (استجابة سالبة) — انظر الشكل٤٣ — .

وعند مقارنة ميل الحيوان إلى تحمل الالم من التيار الكهربائي ودرجة شعوره بالجوع نجده يتحمل الالم لكي يحصل على شيء من الطعام ..، وهكذا تتنوع التجارب.

اما في الانسان ،فان صعوبة إجراء تحفيز اجزاء الدماغ معروفة لاسباب أخلاقية، لكن التجارب التي تمت كانت من خلال واثناء اجراء العمليات الجراحية على مرضى الاورام والاكياس الدماغية والصرع ، حيث امكن استخدام المسارات الكهربائية وتسجيل تجربة المريض ومشاعره وسلوكه . وهكذا تم اكتشاف مراكز الجهاز الحافي وعلاقة النواة اللوزية وقرن امون بالمهاد التحتاني وبالمخ وبالجهاز العصبي المستقل.



شكل — ٤٣ — مخطط لفأر مزروع في دماغه مسارات كهربائية ويحفز نفسه بنفسه..

ج ــ كما تبين من التعلم الشرطي الكلاسيكي والادائي ان التعزيز reinforcement ــ او الثواب والمكافأة يمكن أن يقترن باشياء كثيرة ويمكن ان يجزأ .فالكلمة الطيبة والتشجيع والقبول او الترحيب الاجتماعي ، وحتى الوعد بالمكافأة (او الحلوى للطفل) يجعل من الانسان الصغير ميالا إلى ومتشبثا ومكررا لافعال واقوال تعلمها بالترابط والاقتران وعززها ورسخها بالتعزيز..

د ــ اما مسألة (العقاب) **punishment** ، وهو مانستخدمه في التجارب باحداث الالم أو بعدم تقديم الطعام ، فهو نقيض التعزيز والمكافأة في التعلم الشرطي. ويقول المثل : «اذا تركت العصا افسدت الفتى». فالغرامة والسجن (من قبل الدولة) والغضب والمقاطعة (من قبل الوالدين) هي ضوابط اجتماعية لاشك فيها تؤثر في سلوك الافراد (وتعليمهم)النظام والانتظام.

ومع ذلك، فقد وجد بعض علماء النفس امامهم معضلة تربوية ــ فلسفية ــ اجتماعية هي: ايهما اقدر على التأثير في سلوك الانسان وضبطه اوتغييره، العقاب ام الثواب ؟وقد وجدوا مايلي:

١ ــ ان العقاب غالبا مايكون اقل تأثيرا من الثواب لان العقاب يمنع السلوك وقتيا ولكنه لايضعفه.

٢ ــ اذا كان العقاب مؤثرا، فان الفرد يترك السلوك السيء ويفتش عن شيء آخر يستحق المكافآة..

٣ ــ ان العقاب يؤدي الى نتائج غير حميدة : كالتمرد أو الكره أو النفور من الشخص المعاقب (الأب ، الأم ، المعلم ، صاحب العمل) ، والى كره موقع العقاب (كالمدرسة أو البيت أو الدائرة) .

٤ ــ ان العقاب قد يثبت السلوك بدل ازالته ــ ربما نتيجة الخوف والقلق ، فمعاقبة الطفل على تبوله في الفراش قد يؤدي الى زيادة الفعلة .

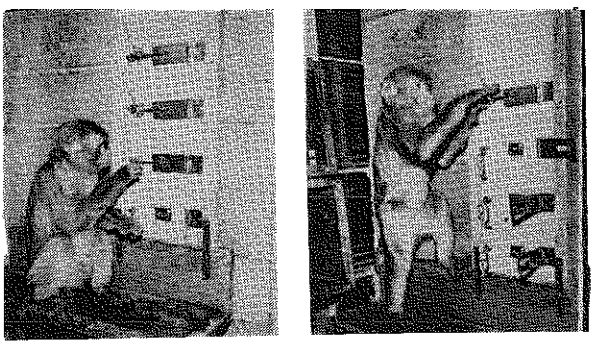
ان ماتقدم ذكره عن العقاب لايعني عدم جدوى العقاب لانه يدخل ضمن التوعية العامة والتثقيف والتعريف بالإنظمة والقوانين وفي مقدمتها : قوانين المرور ، كما ويساعد على تعليم الناس بتجنب المخاطر ، كالحريق والتيار الكهربائي والغرق ..

ثانيا ـ التعلم بالفهم والادراك : Cognitive Learning

ان الإتجاه الثاني في تفسير التعلم يرفض مسألة الالية ومعادلة الا (منبه ـ استجابة) (S-R) ، ويفترض ان الإنسان يعقل المشاكل ويفهم المسائل التي تواجهه ويقوم بحلها مثلما يحل المسألة الحسابية ـ أي بدرسها وإدراكها بابعادها واحتمالاتها أو على الأقل بمحاولة الخطأ والصواب rial & error: فيها حتى يتوصل الى الحل (انظر الصورة ٤٤) . وقد يستعين بالذاكرة ليجد الجواب ويمتلك تجربة جديدة تضاف الى تجاربه السابقة ، وبذلك يتم التعلم الإدراكي كما يعتقد ثورندايك صاحب قانون الأثر Law of Effect

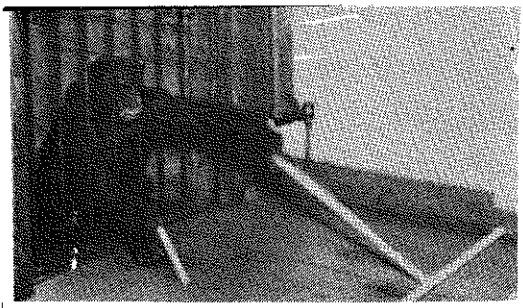
وقد اهتم علماء النفس بخبرات الإنسان المعقدة وقالوا بان الترابطية والشرطية لاتكفي لتفسير تعلم الإنسان للمعضلات والمسائل المطروحة امامه تكون مختلفة حسب مقدرة وذاكرة وتجارب ذلك الإنسان وحسب طبيعة المشكلات .

ومنذ ان اهتم مؤسسوا (مدرسة الجشتالت) بقضية العقل والفهم والشكل ، والخلفية ، كانو يقومون بتجارب على الحيوانات العليا وخاصة القرود ، والشمبانزى، واكتشفوا ان للبصيرة insight دورا مهما في التعلم وحل المشكلات. وتجارب العالم (كولر) Kohler مع الشمبانزي المسمى (سلطان) Sultan مشهورة ومعبرة جداً ،لانه استخدمه في حل معضلات معقدة كما هي موضحة في الصورتين (٤٥ ، ٤٦) وغيرها كثير ..

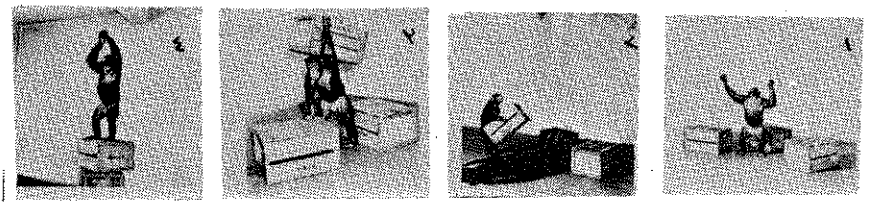


الصورة – ٤٤ – تجربة (ثورندايك) – اثر المحاولة والخطا في تعلم حل المشاكل. القرد الحبيس حاول فتح الباب والخروج بضعة مرات حتى توصل إلى الحل

ومنها نستدل على ان الشمبانزي الذي يحتل اعلى مرتبة ذهنية بين جميع الحيوانات ولا يفوقه الا الإنسان بالطبع ، يستعمل عقله وفطنته في ادراك جوانب المسألة ثم يحاول حلها . أما في الإنسان فانها تصل الى حدود أوسع بكثير بحيث يتمكن من حل المسألة الحسابية المعقدة والالغاز الصعبة بالتفكير المجرد البعيد جدا من الشرط والترابط بين منبه واستجابة آلية أو ادائية . ان قضايا البصيرة والفهم والإبداع والإلهام تدخل في نطاق التعلم الإدراكي للانسان ، ونلاحظ احيانا كيف نكتشف أو نبتكر حلولا لقضايا معقدة بسرعة مذهلة خاطفة وكأنها الهام أو ضياء يتوهج وسط ظلام دامس .



الصورة – ٤٥ – الشمبانزي (سلطان) يستعمل عقله ويغير من العصي حسب طولها ليسحب الموز البعيد عنه.



الصورة – ٤٦ – الشمبانزي سلطان في معضلة اخرى يحلها بوضع الصناديق فوق بعضها ليصل إلى الطعام المعلق عاليا من السقف

وقد دعا علماء النفس ظاهرة التعلم والحل من هذا النوع بـ(ظاهرةآها) Aha experience. إن تفسير التعلمالإدراكي بالبصيرة ليس من السهولة بمكان فهو العملية العقلية العصبية،لكن بضعة ظواهر عنها تقربنا من المسألة :

أ ــ ان البصيرة تعتمد على ترتيب اجزاء المشكلة . أي ان الخبرة الحقيقية والذاكرة والمعضلة الحالية لاتكفي ، ان ترتيبها وتنظيمها في العقل بشكل منطقي هو الذي يساعد على حلها .

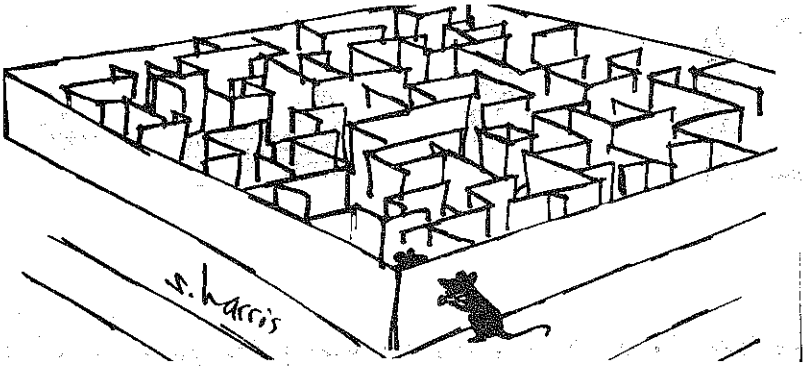
فالشمبانزي في قفصه يجد صعوبة في استعمال العصا لسحب الفاكهة (الصورة ٤٥) اذ كانت العصا بعيدة عن نظره .

ب ــ إن حل معضلة بالبصيرة قد يحدث فجأة .. ، لكنه في المرة القادمة يستعملها بسرعة فائقة . فالشمبانزي الذي نجح في تجربة العصي ، لايجد صعوبةفيحل المعضلة مرة ثانية ، لانه سيبحث عن العصي مباشرة .

ج ــ ان التجربة الجديدة التي جاءت بالتفكير المجرد والبصيرة لاتستخدم آليا بل تستعمل بطريقة عقلانية منطقية في مواقف أخرى مقاربة أو مغايرة لها قليلا .

التعلم الكامن Latent Learning

هو نوع من التعلم الإدراكي أطلقهالعالم النفسي (تولمان)Tolmanعلى تعلم الحيوانات (وخاصة الفئران) للخروج من متاهة مختبرية maze ، أو ما ندعوه (بمتاهة جحا) ــ(انظر الصورة ٤٧) ، حيث ان الفأر يجد له



الصورة ــ ٤٧ ــ الفأر في المتاهة (تعلم كامن)

منفذا خلال ممرات طويلة ملتوية . فاذا ماعيد الى نفس المتاهة كان خروجه منها أسرع وايسر في المرات القادمة .

ويقول تولمان بصدد ذلك ان الفأر لم يتعلم التخلص من المتاهة بصورة آلية — شرطية أي بتعلم آلي لسلسلة من اتجاهات نحو يمين أو يسار، بل انه خارطة ادراكية Cognitive map في عقله ساعدته على حل المشكلة بالبصيرة التي جاءت بالتدريج بصورة لاحقة وبدون حافز أو مكافأة — فهو تعلم كامن .

طرق جديدة للتعلم

دون ان نخرج عن الاتجاهين الرئيسين في نظريات التعلم وهما الترابطية من جهة والادراكية من جهة اخرى، فقد اكتشف علماء النفس وسائل اخرى للتعلم مستمدة ومشتقة من الاسس التي قدمتها النظريتان وذلك بظهور وتقدم التقنية ووسائل البحث العلمي والتربوي نذكر منها:

١ — التعلم بالتغذية الحيوية الراجعة Biofeedback learning

ولتوضيح المقصود بذلك نقول ان التعلم الشرطي (الادائي او البافلوفي) قد يكون اساسا لحدوث كثير من الامراض النفسجسمية psychosomatic disorders ، فمثلا اذا كان الطفل يخاف من حضور المدرسة ويؤدي خوفه إلى احداث اضطرابات في جهازه العصبي المستقل، وإلى اعراض الخفقان والصداع والاسهال والتقيؤ ، فان السماح له بعدم الذهاب إلى المدرسة وتوفر الاستراحة له بلهفة فان ذلك يعتبر «منبها معززاً »لتلك الاعراض ، مما يشجع الطفل على تكرار تلك الاعراض، وهكذا يتولد منعكس اودائرة شرطية تتألف من (استجابة) — هي مجموعة الاعراض المرضية، يتبعها (تعزيز) — هو البعد عن المدرسة.وعن طريق التعلم الشرطي الادائي (يتعلم) الطفل فعلا ان يكون مريضا كلما صادفته مشكله او موقف غير ملائم له.

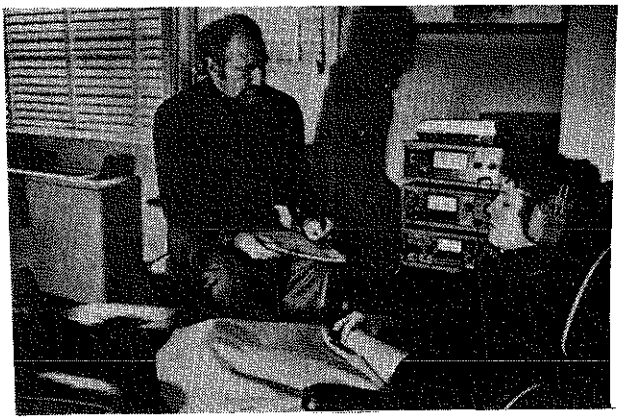
وفي علاج مثل هذه الامراض النفسجسمية يستند المعالج على الآلية المذكورة في حدوث المرض ويجعل المريض متحكما في اعراضه والسيطرة على سرعة ضربات قلبه او تشنج امعائه او صداعه او ضغط دمه وذلك بأن يربط العضو

المريض بجهاز امامه يؤشر له التغيير الحاصل عنده . (انظر الصورة٤٨) . فمثلا اذا ارتفع ضغط دمه عن الحد الطبيعي حدث في الجهاز الإلكتروني ضوء أو صوت بـه المريض فيعود الى ارادته وضبط ضغط دمه ..وهكذا قل عن دقات القلب وعن القلق والتوتر والتعرق الذي يظهر في مخطط الدماغ .

وبالتكرار والإعادة من قبل الجهاز الذي يزود المريض بالمعلومات الحيوية عن وظائف جسمه الداخلية **Biofeedback** يتم نوع جديد من التعلم يفيد كثيرا في شفاء عديد من الأمراض النفسجسمية ،وهو احدى العلاجات السلوكية الحديثة التي تعتمد على التعزيز الشرطي في الضبط الآني للانفعالات .

٢ – التعلم الشخصي Individual Learning

استغل علماء النفس والتربية والصناعة أسس التعلم في ابتكار طرق لتعلم الأنسان بنفسه لبعض الخبرات والقضايا وحتى الالعاب المسلية والرياضية . وقد وجد (سكينر) منذ عام ١٩٥٠ ان بالامكان التعويض عن بعض المحاضرات

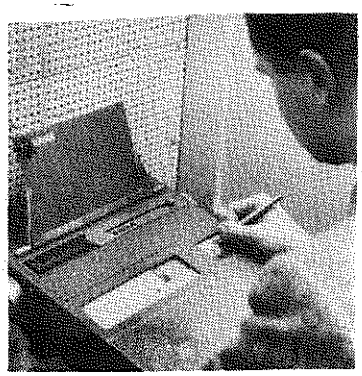


صورة – ٤٨ – العلاج بالتغذية الحيوية الراجعة باستعمال اجهزة مختلفة يراها المريض

لحلقات الدراسية بآلة أو جهاز تعليم teaching machine ؛وكانت آلة مبسطة حينئذ (انظر الصورة ٤٩)،فهي تحتوي على معلومات مهيئة مقاً وعلى اسئلة يجيب عليها الطالب كتابة على الجهازفاذا اجاب (بكلمة او ملة قصيرة) ادار الطالب البكرة ورأى الاجابة الصحية المطلوبة. ويمكن م الطالب منهجاً دراسياً قصيراً ويمتحن به في آخره .

٣ـ التعلم بالحاسبة الالكترونية (CAL) :

بتقدم التقنية تطور جهاز سكينر البسيط الى اجهزة الحاسبة الالكترونية ث يمكن للفرد أن يتعلم منهجاً متسلسلا من المعلومات ويعرف الخطأ من اب، ويعيد تصحيح نفسه بدون معلم، لان الجهاز الالكتروني يقوم المعلم.وهذا التعليم بالاستعانة بالحاسبة الالكترونية (CAL)- Computer Assisted-Learn يمهد لابراز مواهب وقابليات شخصية ، كما ر للطلبة دراسة المناهج بسرعة مختلفة ووفق الامزجة والطباع المختلفة د غفير جداً يعوض عن كثير من مشاكل التدريس. ان مايقوم به مبيوتر) هو الرد على اجابة الطالب بخصوص سؤال او معلومات . بانها—اى الاجابة—صحيحة او خطأ ، فيضطر الطالب المخطىء ان لايتقدم درس خطوة اخرى مالم يجد الاجابة الصحيحة، وعندئذ يستمر الى ، حتى يتوقف بسبب خطأ آخر ، وهكذا تتم عملية التعليم

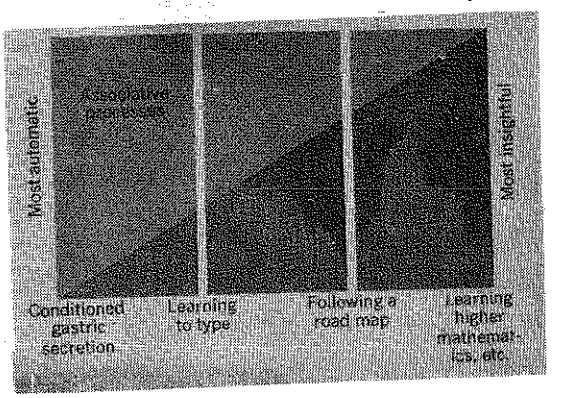


صورة ـ ٤٩ ـ آلة سكينر للتعلم الشخصي .

ان مجمل التعلم الشخصي وبالآلة الحاسبة يعتمد بالحقيقة على عنصر التغذية الحيوية الراجعة وعلى المنعكسات الشرطية وعلى الادراك.

كيف اذن يتعلم الانسان ؟

واخيرا، وبعد ان استعرضنا كل آلياتوتفاسير التعليم، هل نستطيع ان نقول بأية وسيلة يتعلم الانسان؟ الحقيقة هي ان الانسان يتعلم التجارب الجديدة بسلسلة متدرجة من الآليات تبدأمن ابسط معادلة فطرية غريزية (وهو منعكس المنبه والاستجابة) التي هيمحور نظرية بافلوف الكلاسيكية الشرطية..، يليها التعلم الشرطي الادائي المختلفالدرجات..، ثم الى التعلم بالخطأ والمحاولة الصائبة..، ثم بالتذكر الكامن،واخيرا الى اعقد عملية عقلية من الفهم والبصيرةوالادراك. والمخطط (٥٠) يوضح سلسلة طرق التعلم مجتمعة في الانسان الواحد..فابتداء من يسار المخطط نجد السلوك او المنعكس الشرطي(كافراز اللعاب وعصارات المعدة).. يليه سلوك شرطي ادائي (مثل الطبع على الآلةالكاتبة).. يليه التعلم الكامن وبالتذكر(مثل اتباع خريطة طريق معين اثناء السفر) وفي اقصى اليمين نجد اعقد انواع التعلم بالفهم والادراك التجريدي (مثل حلالعمليات الحسابية). وكما نرى في المخطط ايضاً اننا ننتقل من اليسارالى اليمين صعوداً على المثلث الغامق من السلوك الآلي البسيط (الترابطي ـ الشرطي) الى التفكير الادراكي ،حتى نصل الى ذروة التجريد .



صورة ـ ٥٠ ـ مخطط يوضح تسلسل طرق التعلم عند الانسان

ولعل غالبية تعلم الانسان يقع في وسط المخطط المذكور حيث نجد خليطاً من التعلم الترابطي الشرطي والتعلم الادراكي .ومع ان بعض علماء النفس يميل الى الانحياز لنوع واحد من التعلم، فان الحل العملي والواقعي لقضية التعلم هو التسليم باننا نتعلم بالاسلوبين حسب الظروف ونوعية التجارب التي نمر بها .

الفصل الرابع

الذاكرة .. التفكير .. ،اللغة ..

،الذاكرة والنساوة ،

كل تعلم يتضمن الذاكرة memory .وخلاف الذاكرة هي النساوة amnesia,forgetting .فاذا لم يتذكر الانسان ما سبق وان تعلمه قبل لحظة او دقيقة او يوم ،فانه سيضطر الى اعادة التعلم ، وهكذا سيبقى على حاله دون تقدم في سلم المعرفة والفكر والنضج . وبدون الذاكرة لن نستطيع تبادل حديث او الاستعداد لحوار او حتى التفكير بالذات لان الشعور بالذات يعتمد على نوع من الاستمرارية الفكرية التي هي الذاكرة نفسها .

مراحل واجزاء الذاكرة

لو فرضنا انك قابلت صديقك وعرفك على زميلة له اسمها (خنساء) ، وفي اليوم نفسه قابلتها صدفة مرة ثانية بعد الظهر في النادي وحييتها قائلا : «مساء الخير آنسة خنساء ، لقد تقابلنا صباح اليوم ».. ،فان هذه العملية تتضمن سلسلة مراحل في عملية الذاكرة هي :

١ — سجلت اسم (خنساء) في ذهنك ، وهذه هي مرحلة التأثير والتسجيل encoding stage —اى حولت صوتا وكلمة الى رمز واشارة يفهمها العقل ويضعها في (الذاكرة) .

٢ — احتفظت بذلك الاسم في (مكان ما) الى فترة ما بعد الظهر ،وهذه هي مرحلة (الخزن) storage stage

٣ — إسترجعت الاسم من المخزن حال رؤيتك للفتاة ، وهذه هي مرحلة الاستعادة والتذكر retrieval stage او recall . ويمكن ان تضطرب الذاكرة وتخذلك في اية مرحلة من المراحل الثلاثة اعلاه ،اى انك لو لم تتذكر اسم الفتاة فقد يكون في المرحلة الاولى او الثانية او الثالثة وهو ما سنشرحه ونفسره بعد قليل .

٤ – وقد يحدث اننا لانتذكر شيئا اذا اردنا استرجاعه من مخزن الذاكرة لكننا نتذكره حالا اذا رأيناه او قرأناه او سمعناه وكأننا استعدنا ذكره، وهذا ما يسمى (بالتعرف) او الالفة واسترداد الذاكرة recognition وهو يشابه ما ذكرناه اعلاه عن (التذكر) مع اختلاف في سرعة التذكر .

انواع الذاكرة:

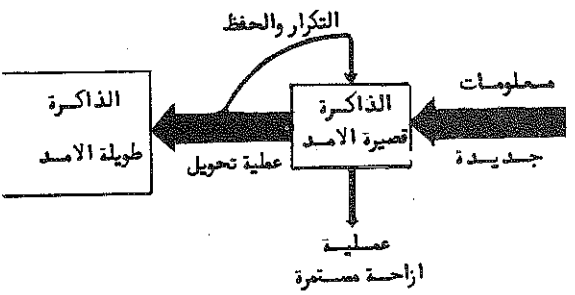
ومع ذلك، فان الذاكرة قد لاتحتاج الى ثلاث مراحل دائماً لاكمال حلقة الذاكرة لاننا قد نحتاج احياناً الى خزن قصير سريع للمعلومات، واحيانا اخرى الى خزن طويل وعميق لمدة اشهر وسنوات. لذلك يمكن تقسيم الذاكرة الى نوعين :

١ – الذاكرة القصيرة الامد Short-term memory (STH)

ب – الذاكرة الطويلة الامد Long-. term memory (LTM)

والفرق بينهما هو كالفرق بين الذاكرة السريعة الآنية الواعية والذاكرة اللاشعورية او تحت الشعورية التي تستغرق مدة لاعادة تذكرها.

وللايجاز يمكن القول ان الذاكرة القصيرة الامد (STM) تعتمد على تسجيل معلومات جديدة سمعية واحياناً بصرية، وانها محدودة السعة والخزن لذلك فان المعلومات الجديدة الزائدة يجب ان تزيح شيئاً من المعلومات السابقة وتنساها .اما الذاكرة الطويلة الامد (LTM) فتعتمد على تسجيل معلومات ذات دلائل ومعاني ادراكية مجردة او بشكل صور ثابتة محددة المعالم. فكلما تعمق المدلول والمعنى كانت الذاكرة والخزن اطول واعمق. والمخطط (٥١)



المخطط – ٥١ – النظرية الثنائية للذاكرة، الذاكرتان الطويلة والقصيرة الامد وعلاقتهما ببعضهما

يوضح العلاقة بين نوعي الذاكرة وكيف تتم ازاحة معلومات جديدة اذا لم تتعمق بالحفظ او بالتكرار او التحويل الى مخزن الذاكرة الطويلة الامد. وهذه هي النظرية الثنائية للذاكرة Dual memory Theory والتي تقدم بها العالم النفسي (اتكنسون) Atkinson .

إن الادلة على وجود نوعين من الذاكرة هو مايحدث من فقد ذاكرة وقتي كنتيجة مصاحبة للرجات والصدمات الدماغية. فنساوة السابق retrograde amnesia . هو نسيان الحوادث التي سبقت الرجة مباشرة رغم ان المصاب يتذكر الحوادث الاقدم منها بكثير اي ان الذاكرة القصيرة الامد هي التي تأذت واصيبت بالصدمة الدماغية وليست الذاكرة الطويلة الامد. وما يهمنا من النظرية الثنائية للذاكرة مساعدتها لنا في تفسير انواع النساوة واضطرابات الذاكرة، ووظائف بعض اجزاء الدماغ ذات العلاقة بالذاكرة مثل (قرن آمون) hippocampus الذي اذا استئصل بعملية جراحية ادى الى حذف عملية (التحويل) من الذاكرة القصيرة الى الطويلة (المخطط ٥١). كذلك تفسر هذه النظرية نوعاً من النساوة المعروفة بعدم تذكر هوية الشخص لنفسه ولاسمه وعائلته، وجميعها من وظائف الذاكرة الطويلة الامد.

ومما يؤيد النظرية الثنائية ايضاً عملية التذكر الحر Free Recall . ويمكن اجراء تجربة حولها بان نقدم للشخص قائمة تحتوي على (٢٠ – ٤٠) كلمة ونسمح له بأن يعيدها كيفما يشاء بحريته. عندئذ نجد ان اسرع مايتذكره من القائمة اولها وآخرها، مما يدل على ان الذاكرة القصيرة استوعبت القسم الاول من القائمة وحفظتها وحولتها، ثم امتلأت ، حتى عادت اخيراً الى تذكر الكلمات الاخيرة من القائمة.

ويجب ان نذكر انه توجد نظرية اخرى تختلف عن النظرية الثنائية تقول بأن عملية الذاكرة عبارة عن سلسلة متدرجة من التسجيل والطبع والخزن ، وان عملية التكرار والحفظ rehearsal (اي التمرين) هي التي تحول الذاكرة الجديدة القصيرة الامد الى الذاكرة الطويلة الامد. فاذا كانت العملية التذكريةسريعةاصبحت سطحية، واذا كانت عميقة ومتكررة اصبحتعميقة.

التخيل والذاكرة

يستطيع البعض حفظ وتذكر صورة اي شيء او شخص بعد فترة من معرفته ، اي تبقى الصورة في الخيال لفترة وجيزة ، وتسمى بالصورة المتخيلة iedetic image والبعض الاخر يحتفظ بتلك الصورة حية دقيقة لفترات ابعد جدا من هذه وكأنها تصوير شمسي محفوظ في الذاكرة.ويستطيع هؤلاء الاشخاص النظر الى صورة مثلا ويحتفظون بها في الذاكرة لو أبعدت عنهم بعد ثوان ، وهذه هي الذاكرة التصويرية photographic memory .

اما التخيل التصويري المذكور آنفاً iedetic imagery فهو نوع من التذكرالنادر الذي يوجد لدى حوالي (٥٪) من الناس، وهو ذو علاقة بالذاكرة القصيرة الامد.

الاسس الفسلجية والكيميائية للذاكرة :

جرت ابحاث كيميائية حياتية biochemical على الذاكرة اضافة الى الابحاث السلوكية الانفة الذاكرة. وتدور التجارب حول كيفية تفسير مراحل الذاكرة من تأثير وتسجيل وخزن وتذكر بالمفهوم والاسس الفسلجية او التغيرات الكيميائية في الجهاز العصبي. ويمكن تلخيص نتائج هذه الابحاث بما يلي :

أ ــ ان نواة الخلية العصبية تحتوي على حامض ال (دى. ان. اى)DNA الذي يحمل الجينات الوراثية والتي تحمل بدورها البرنامج المتكامل لتركيب بنية ووظائف الشخص.

ب ــ ان الحامض النوى DNAلايمكنه مغادرة نواةالخلية ، لكنه يدير اعمالها بواسطة مواد مساعدة اخرى يبعثها هو إلى خارج النواة . وهذه المواد المساعدة هي اشبه بالرسل او (ساعي بريد) تنقل المعلومات وتتكون من اشكال مختلفة من الحامض النووى (أر. ان. اى) RNA .ويستطيع الRNA التسلل من النواة الى مادة الهيولى في الخلية Cytoplasm حيث تستطيع ان تقوم بالواجب المناط بها :

يوضح العلاقة بين نوعي الذاكرة وكيف تتم ازاحة معلومات جديدة اذا لم تتعمق بالحفظ او بالتكرار او التحويل الى مخزن الذاكرة الطويلة الامد. وهذه هي النظرية الثنائية للذاكرة Dual memory Theory والتي تقدم بها العالم النفسي (اتكنسون) Atkinson .

إن الادلة على وجود نوعين من الذاكرة هو مايحدث من فقد ذاكرة وقتي كنتيجة مصاحبة للرجات والصدمات الدماغية. فنساوة السابق retrograde amnesia . هو نسيان الحوادث التي سبقت الرجة مباشرة رغم ان المصاب يتذكر الحوادث الاقدم منها بكثير اي ان الذاكرة القصيرة الامد هي التي تأذت واصيبت بالصدمة الدماغية وليست الذاكرة الطويلة الامد. وما يهمنا من النظرية الثنائية للذاكرة مساعدتها لنا في تفسير انواع النساوة واضطرابات الذاكرة، ووظائف بعض اجزاء الدماغ ذات العلاقة بالذاكرة مثل (قرن آمون) hippocampus الذي اذا استئصل بعملية جراحية ادى الى حذف عملية (التحويل) من الذاكرة القصيرة الى الطويلة (المخطط ٥١). كذلك تفسر هذه النظرية نوعاً من النساوة المعروفة بعدم تذكر هوية الشخص لنفسه ولاسمه وعائلته، وجميعها من وظائف الذاكرة الطويلة الامد.

ومما يؤيد النظرية الثنائية ايضاً عملية التذكر الحر Free Recall . ويمكن اجراء تجربة حولها بان نقدم للشخص قائمة تحتوي على (٢٠ — ٤٠) كلمة ونسمح له بأن يعيدها كيفما يشاء بحريته. عندئذ نجد ان اسرع مايتذكره من القائمة اولها وآخرها، مما يدل على ان الذاكرة القصيرة استوعبت القسم الاول من القائمة وحفظتها وحولتها، ثم امتلأت ، حتى عادت اخيراً الى تذكر الكلمات الاخيرة من القائمة.

ويجب ان نذكر انه توجد نظرية اخرى تختلف عن النظرية الثنائية تقول بأن عملية الذاكرة عبارة عن سلسلة متدرجة من التسجيل والطبع والخزن ، وان عملية التكرار والحفظ rehearsal (اي التمرين) هي التي تحول الذاكرة الجديدة القصيرة الامد الى الذاكرة الطويلة الامد. فاذا كانت العملية التذكريةسريعةاصبحت سطحية، واذا كانت عميقة ومتكررة اصبحتعميقة.

التخيل والذاكرة

يستطيع البعض حفظ وتذكر صورة اي شيء او شخص بعد فترة من معرفته ، اي تبقى الصورة في الخيال لفترة وجيزة ، وتسمى بالصورة المتخيلة iedetic image والبعض الاخر يحتفظ بتلك الصورة حية دقيقة لفترات ابعد جدا من هذه وكأنها تصوير شمسي محفوظ في الذاكرة.ويستطيع هؤلاء الاشخاص النظر الى صورة مثلا ويحتفظون بها في الذاكرة لو أبعدت عنهم بعد ثوان ، وهذه هي الذاكرة التصويرية photographic memory .

اما التخيل التصويري المذكور آنفاً iedetic imagery فهو نوع من التذكرالنادر الذي يوجد لدى حوالي (٥٪) من الناس، وهو ذو علاقة بالذاكرة القصيرة الامد.

الاسس الفسلجية والكيميائية للذاكرة :

جرت ابحاث كيميائية حياتية biochemical على الذاكرة اضافة الى الابحاث السلوكية الانفة الذاكرة. وتدور التجارب حول كيفية تفسير مراحل الذاكرة من تأثير وتسجيل وخزن وتذكر بالمفهوم والاسس الفسلجية او التغيرات الكيميائية في الجهاز العصبي. ويمكن تلخيص نتائج هذه الابحاث بما يلي :

أ— ان نواة الخلية العصبية تحتوي على حامض ال (دى. ان. اى)DNA الذي يحمل الجينات الوراثية والتي تحمل بدورها البرنامج المتكامل لتركيب بنية ووظائف الشخص.

ب— ان الحامض النوى DNAلايمكنه مغادرة نواةالخلية ، لكنه يدير اعمالها بواسطة مواد مساعدة اخرى يبعثها هو إلى خارج النواة . وهذه المواد المساعدة هي اشبه بالرسل او (ساعي بريد) تنقل المعلومات وتتكون من اشكال مختلفة من الحامض النووى (أر. ان. اى) RNA .ويستطيع الRNA التسلل من النواة الى مادة الهيولى في الخلية Cytoplasm حيث تستطيع ان تقوم بالواجب المناط بها :

ج — ويظن الباحثون ان الـ(آر. ان . اى)هو اساس عمليةالذاكرة : من تسجيل واعادة تذكر ..

د — ومما يؤيد النظرية ان بعض المواد الكيميائية التي تعيق او تحد من صنع الـ (آر . ان . اى) في العصبة مثل مادة الـ (بيورومايسين) puromycin تؤثر في قابلية التذكر وقوة الذاكرة . فاذا اخذنا حيوانا كان قد تعلم شيئا سابقا وحقناه بتلك المادة السامة فقد الحيوان معلوماته تلك .

هـ — كذلك وجد في تجارب اخرى انه لو تعلم جرذ صغير كيف يتوازن على سلك رفيع لكي يحصل على طعامه (اى كيف يستخدم خلايا التوازن في اذنه الداخلية) ، فان كمية مادة الـ (آر. ان. اى) تكون اكثر بكثير مما في خلايا مماثلة لجرد لميتعلمهذه التجربة . اى ان تعلم تجربة جديدة زادمن نوع وكمية (RNA) الذي هو اساس الذاكرة .

و — اما التجربة الأخطر اهمية فهي أن بالامكان «نقل الذاكرة »من حيوان الى آخر بواسطة مادة الـ(آر. ان . اى) .وملخص التجربة ان الدودة المسطحة المعروفة بال (بلاناريا) planaria تعلمت بالتجربة ان تنكمش وتتقلص في الماء الذي يمر فيه تيار كهربائي معين . وقد تعلمت ايضا (بالترابط الشرطي) ان التيار الكهربائي المصحوب بضياءهو الذي يسبب عندها هذه الاستجابة بالتقلص ، اى ان الضياءوحده بعدئذ يمكن ان يسبب انكماشها وتقلصها . وقد اخذ الباحثون مادة الـ(أر.ان . اى) من جسم هذه الديدان (المتعلمة) وحقنوها في ديدان بلاناريا اخرى مشابهة لم يسبق لها ان تعرضت لتلك التجارب . لكن الباحث وجد انها تنكمش وتتقلص بمجرد تسليط الضوء عليها — اى انها اكتسبت معلومات جديدة عن طريق الـ(RNA)المأخوذ من غيرها . وقد اعيدت تجارب مشابهة على الفئران ونجحت ايضا .

ز — ان الاستنتاج النهائي الحاسم لم يتوصل اليه الباحثون بعد ، فهو مجرد

فرضية لاتزال تحت التطوير والتجريب ، ولكن ذلك يفتح آفاقا جديدة للمستقبل ، لان السؤال الآن هو : هل بالامكان ان ننقل الى الانسان معلومات في الحساب اولغة اجنبية اذا حقناه (او اطعمناه حبوبا) ومواد من الـ (أر. ان . اى)مخزون فيها تلك المعلومات ؟ .

تنظيم وتقوية الذاكرة :

ان عمليات الذاكرة وخاصة الطويلة الامدLTMيمكن تنظيمهاوتقويتها بالطرق التالية :

١ ــ ترتيب وتنسيق المعلومات الجديدة

٢ ــ وهذا بدوره يمهد لخزن المعلومات باسلوب منظم

٣ ــ وهذه بدورها تمهد لامكانية اعادة تذكرها وفق الاسس الاولية للترتيب والتنسيق .

ويتضح مما تقدم ذكره عن النظرية الثنائية للذاكرتين القصيرة والطويلة المدى، ان تقوية الذاكرة القصيرة المدى صعب وغير مجد كثيراً لان قابليتها واستيعابها محدود . اما الذاكرة الطويلةالمدى فيمكن تحسينها وتقويتها بالوسائل التالية :

أ ــ تقوية التسجيل والرمز بالتصور والتخيل imagery . فكلمة حصان او مائدة يمكن ان نتصورها بشكلها كذلك خياليا. ويمكن تعزيز هذا التصور للاشياء والكلمات بطريقتين:

١ ــ بالتوزيع الجغرافي والمكاني loci للاشياء المطلوب تذكرها ..

٢ ــ باستنباط مفاتيح لغوية key ـ words تساعد على فهم اللغة الجديدة. فمثلا من الاسبانية الى الانكليزية يمكن تحويل كلمة pato (بمعنى بطة) الى pot ثم الى duck الانكليزية فتصبح pot هي المفتاح اللغوي.

ان تقوية الرموز والتسجيلوتعميقهبالتوزيع والتصويريوسع مفهومالشيء..

ب ـ المحتوى والموقع المقارب : ان بعض الاشياء يمكن تذكرها اذا ماتذكرنا (محل) تعلمها . فمحاضرة في علم النفس نتذكرها وهي مصحوبة بالقاعة الفلانية. والطالب الذي يمتحن في صفه يجيب ويتذكر أحسن من الطالب الذي يمتحن لاول مرة في قاعة جديدة غريبة عليه. فاذا حاولنا تذكر الظروف او المواقف الغريبة من الاشياء التي نريد تذكرها استطعنا تذكر الشيء ذاته.

وقد يبدو من المستحيل ان نذكر اين كنا في الساعة الواحدة بعد ظهر يوم الاثنين من تشرين الاول قبل عامين. لكن باستخدام هذه الطريقة يمكن لطالب كلية العلوم مثلا ان يتدرج من السنة الى الشهر الى اليوم ويتذكر ان ذلك كان يوم الدرس العملي لموضوع الكيمياء العضوية.

ج ـ وتنظيم المعلومات وتنسيقها للخزن والحفظ يفيد في تذكرها وهذا يعني تصنيف وتقسيم المعلومات مثلما يفعل الطالب المجد النبيه في ترتيب محاضرة فيسهل حفظها وتذكرها .

د ـ التدريب على التذكر عمليا Rehearsal بالاستظهار وتوجيه الاسئلة الى الذات . فالحفظ بالاستظهار recitation يمكن ان يتم بقراءة قطعة او فصل معين ثم توجيه الاسئلة حولها بدل اعادة قرائته اربع مرات . لكنه بعد الاسئلة يمكن اعادة قراءة الفقرات الناقصة والضعيفة .

هـ ـ التعلم المفرط (اى الزائد عن الحد المطلوب)، ويفيد ذلك في حالات خاصة فقط .

النساوة Amnesia :

النساوة هي نقيض التذكر، وتدعى ايضا بال Forgetting وقد وجدنا ان اضطرابات الذاكرة قد تحدث في اى من سلسلة عمليات الذاكرة وتؤدي الى نوع من انواع النساوة . وهناك صنفان من النساوة :

أ ـ النساوة العامة

ب ـ النساوة الوقتية

أ — النساوة العامة واسبابها :

وهي الصنف المعروف من ضعف الذاكرة وعدم القابلية على التذكر الجيد . ولذلك بضعة تفسيرات هي :

١ — التداخل interference : وهو من عوامل إضعاف التذكر . فتعلم كلمات او جمل متقاربة من بعضها يجعلنا نتذكر احداها رغم اننا نريد تذكر غيرها .

كذلك اذا تعلم شخص الرقم الجديد لهاتف صديقه وحفظه فان من الصعب عليه تذكر رقم هاتفه السابق . فالتداخل يؤثر في تذكرنا للاشياء باسلوبين : الاول — تعلم الجديد يؤثر في المعلومات القديمة retroactive وهو تداخل اللاحق ..

الثاني — ان ما نعرفه من قديم يؤثر في ما نريد تعلمه من جديد وهو تداخل السابق proactive

٢ — الدوافع motives

فالانفعالات والدوافع تؤثر في قابليتنا على التذكر وبالاساليب التالية :

أ — ان الشيْ المطلوب تذكره قد يكون محببا الى النفس او منفراً لها ، وكلاهما يؤثر في التذكر بالسلب والايجاب اكثر مما لو كان الشيْ محايدا ..

ب — ان الشيْ المثير من الذكريات يختلف عن الاشياء العادية والباردة نسبيا . فقد ننسى اين شاهدنا الفلم الفلاني ، ولكن لن ننسى الحريق الذي شب في بيتنا أو في عمارة مجاورة ..

ج — ان الكبت الذي هو أحد أعمدة نظرية فرويد، يتدخل فعلا في سرعة وقوة التذكر. فالذكريات «الاليمة» في الطفولة تخزن في اللاشعور وتبقى منسية ولا يمكن استعادتها الا بتحليل نفسي طويل. وهذا يفسر كثيراً من الامراض العصابية في الشباب والبلوغ. وهو يفسر ايضاً الاحلام التي هي ذكريات مدفونة.

٣ — نظرية الترك والاهمال disuse . وهي نظرية ضعيفة تقول ان عدم استعمال الشيء يؤدي الى ضموره وانحلاله decay وكذلك المعلومات التي إذا لم نستعملها بين حين وآخر ونستعيدها (اونجددها) تصبح عرضة للنسيان والمحو.

ب ـ النساوة الوقتية ، وهي على نوعين :

أ ـ نساوة السابق Retrograde amnesia

ب ـ نساوة اللاحق Anterograde amnesia

وكلاهما ظاهرتان مصاحبتان لصدمة الرأس والرجة الدماغية. فعندما يغمى على المصاب ويستيقظ بعد فترة او بالعلاج فانه يكون في حالة تشوش فكري واضطراب ويعاني شيئاً من النساوة . واغلب ماتكون النساوة من او النوع السابق اي نسيان الحوادث القصيرة التي سبقت الاغماء مباشرة بساعات بيوم . اما نساوة اللاحق فهو عدم تذكر مايعرض له آنياً بعد الحادث .

وقد وجد انه بعد عمليات استئصال او قص الفص الصدغي لمرضى الصرع واذا ماأزيل جزء من قرن (آمون) فان الشخص المصاب لايستطيع حفظ وخزن وتذكر اي شيء جديد، بينما يستطيع تذكر كل شيء قديم سبق العملية. فكأن هذا الجزء من الفص الصدغي يقوم بواسطة نقل المعلومات الجديدة الى مخزن الذاكرة الطويلة الامد، وهذا المريض لم يستطيع ان يتعلم محل بيته الجديد الذي تحول اليه بعد العملية، وهو يقرأ الجريدة عشرات المرات لانه لايذكر انه قرأها سابقاً.

* اللغة ..والتفكير *

وصلنا في هذه المرحلة الى اعلى مراتب العمليات العقلية في الانسان واعقدها وهي التفكير Thinking واللغة Language التي يتميز بهما جنس البشر عن بقية الكائنات الحية الاخرى. فنحن نفكر اثناء احلام اليقظة، وأنثاء النية على القيام بعمل ما، واذا عزمنا على كتابة رسالة، او زيارة صديق . ونحن غالباً ماننقل هذه الافكار الى الآخرين من البشر عبر الكلمات : باللفظ اوالكتابة.

والتفكير يقتضي منا القابلية على التصور او تمثيل الاشياء والاحداث في الذهن رغم عدم وجودها فعلا. فاذا مااتصلنا مع غيرنا، علينا نقل هذه هذه التصورات كذلك. ولاجل فهم كيف نتصور ونفكر ونستخدم اللغة للاتصال بالآخرين، فاننايجب ان نمر عبر مراحل هرمية من عمليات عقلية هي :

١ ـ تكوين المفاهيم ، لان المفهوم الواحد يمثل حجر الاساس للفكر..

٢ – وكيف نركب من مجموع المفاهيم افكارا معقدة ومختلفة ، وكيف نعبر عنها باللغة .

٣ – وكيف تنشأ اللغة وتتطور عند الطفل .

٤ – وكيف يمكن ان تنشأ افكار خارج نطاق اللغة احيانا .

٥ – وكيف ننظم وننسق الافكار ونستخدمها في حل المشاكل .

ولا – المفاهيم Concepts :

ماذا نعني بـ«المفهوم» – مثل كلمة «دودة»؟ انها تعني معرفة الخصائص العامة والمشتركة للديدان . فهي حيوانات ، متحركة ، وذات اشكال مختلفة، ويغلب عليها الطول ، وتتحرك بأرجل قصيرة او بتقلصات جسمية(دودية)، وتعيش في اماكن مختلفة، ويسبب قسم منها امراضاً للانسان .وبمجموعة هذة الصفات يتكون في العقل «مفهوم» الدودة .

واحيانا لانحتاج الى جمع صفات عامة لمعرفة مفهوم شيْ ما . «طبيب» تعني مباشرة «شخصا له المام بالامراض وباتصال مع المرضى » . ويمكن تكوين المفهوم من النشاط والعمل . فالاكل له مفهوم واضح ، والمعاني المجردة لها مفهوم محدد مثل «العدالة ، والصدق ، والحقيقة» . ان هذه المفاهيم المرتكزة على المعاني المنفردة للكلمة تسمى بـ«المفاهيم» الدالة Semantic Concepts .لكن عوامل اخرى تتدخل في تكوين المفاهيم مثلا:

أ – الدقة أوالنموذجية Typicality : التي تجعلنا نتصور التفاح أحمر وليس اخضر ، ،والطائر كل حيوان يطير – اى انه ربما نتردد في الاجابة على ان الدجاجة هي طير. وللنموذجية typicality تأثير على حياتنا العقلية. فعندما نفكر في مفهوم يتبادر الى ذهننا اول شيْ النمط الدقيق له : فالطبيب او رجل الدين نتصوره رجلا ، ولكن بتزايد النساء الطبيبات يمكن ان نتصور الطبيب امرأة ايضا .

ب— التدرج الهرمي hierarchy :

اى ان للمفاهيم تدرج هرمي . فمفهوم (البلبل) يتدرج من التخصص الدقيق ويتوسع الى الصفات العامة الاشمل والاكبر . فالبلبل طير ..وهو حيوان .. وهو طير يغرد وهكذا تتدرج المفاهيم وتتداخل او تتوزع .

جـ— البناء التدريجي للمفاهيم عند الاطفال :

ففي السنة الاولى من العمر يبدأ الطفل بتسمية الاشياء التي اكتسب عنها معلومات في البيت قبل معرفة اسمائها . ويتعلم الاطفال من الكبار وضع الاسماء على مسمياتها . وبعد الثالثة من العمر يتعلم الطفل ان اللون الاحمر هو غير الازرق او الاصفر ، ويسميها كذلك .

د— ويستغل الطفل «اختبار الفرضية hypothesis testisng» في تكوين المفاهيم عن طريق التعميم . فمثلا يسمع ان الحيوان الذي امامه يسمى (كلب)، وبما ان له اربعة ارجل ، فقد يكون مفهوما لديه ان كل حيوان له اربعة ارجل هو كلب ، مثل القطة او الخروف . ثم «يختبر» هذا التعميم عندما يبدأ بالتصحيح الذاتي وتدقيق وتصنيف التعميم الى مفاهيم ومسميات ذات دلالات semantic كما بينا اعلاه ..

ثانيا — الافكار وتوصيلها :

افكارنا اكثر تعقيداً من مجرد معاني لكلمات . فهي تتضمن عدة مفاهيم. فكيف تتكون الافكار وتنتقل الى الآخرين بصورة مفهومة؟. ان ذلك يحتاج الى شرح مفهوم اللغة التي هي واسطة التفاهم، اذ ان اللغة توضح لنا طبيعة الفكرة.

أ— الفكرة والجملة :

ان الافكار المعبر عنها بجمل تتخذ شكل افتراض او اقتراح او خبر (يحتمل الصدق والكذب) proposition . فاذا قلنا ان الام ابتسمت لطفلتها اكدنا على موضوع الابتسامة للطفل من قبل الام.فالجملة هي بمثابة

مبتدأ وخبر والجملة عبارة عن مجموع الاثنين. وقد تتكون من اكثر من اقتراح او خبر، لكن مهما تعقدت الجمل فان بالامكان تجزئتها الى مجموعة اقتراحات propostions .

ان الجمل قد تختلف في الصياغة والتراكيب، ولكنها قد تعني نفس الشيء، اي نفس الخبر والفكرة. فهل يعني ذلك ان كل افتراض هو بمثابة او مقام الفكرة؟. ان دلائل كثيرة تؤيد ذلك. فالتعبير عن افكار من جمل مختلفة يتطلب وقتاً اكثر مما لو اردنا التعبير عن فكرة واحدة او افتراض واحد.

فاذا سلمنا ان الفرضيات (او الاقتراحات) propositions هي الافكار، ادركنا ان الافكار البسيطة تؤكد خصيصة attribute او حالة او فعل لشيء او شخص . واذا درسنا كيفية جمع وتركيب الافتراضات في جمل امكننا تصور كيف تتحول الفكرة البسيطة الى افكار معقدة.وايسر طريقة لذلك هي بربط فكرة باخرى: مثل قولنا زيد يكتب، وعمرو يلعب.. لكن هنالك وسائل اخرى للربط بين الجمل بالاضافة والاسناد وغيرها من الوسائل اللغويةولعل اعقدها هي طريقة الدفع او الحشربين الجمل insertion. ولكن ، كيف نستخرج الفرضية من الجمل؟. لعل اوجز ايضاح هو بان نجزىء الجملة الى مقاطع phrases او شبه جمل يدل كل منها على شيء او على الافتراض. او اننا نجزىء الجملة الى مقطوعات من جمل اسمية وجمل فعلية، مثل جملة: خالد الفقير (سرق معطفاً..) والتي يمكن تجزئتها الىجملتي (خالدالفقير) الاسمية (وسرق معطفاً) الفعلية. والمهم، ان الاجزاء يمكن ان تخزن في الذاكرة كمقاطع ذات معنى ويمكن تذكرها بعدئذ.

ب ـ الجملة واللغة :

ان سماع جمل متتالية او قراءتها يتم بسرعة تفوق عملية التجزئة المذكورة سابقاً والتي تساعدنا على فهم معنى او فكرة واحدة.ان فهم الجمل اثناء الكلام يتم بسماع مجموعة من اصوات، ونستفيد من اصغر وحدة صوتية

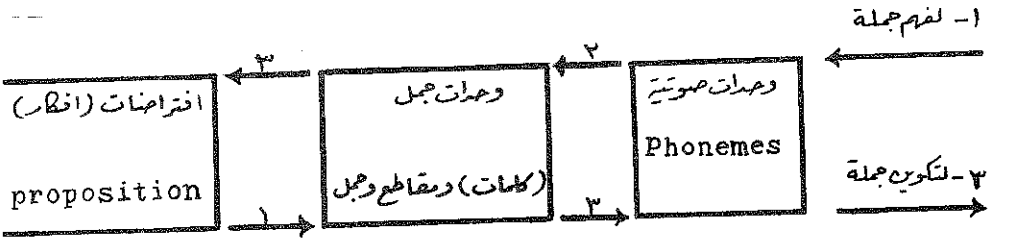
phoneme ذات الدلالةوالتأثير اللغوي. ولكل لغة وحدتهاالصوتية phonemes الخاصة بها، وهي السبب في صعوبة لفظ كلمات اجنبية من قبل شخص غريب.

ان الجمع بين وحدات صوتية بالاسلوب الصحيح يكون كلمة. ولا غرابة اذا قلنا ان الطفل منذ الاشهر الاولى من العمر يلتقط هذه الوحدات الصوتية ويميز بينها قبل ان ينطقها بعدئذ. اما كيفية مزجها وتركيب كلمات منها فانه يتطلب سنوات، ولا يتقنها الا بعد الرابعة من العمر. اما قبل ذلك فهو يرتكب عشرات الاغلاط المعقدة والعجيبة.

وقبل ذلك ، تبدأ خطوة اخرى في اللغة وهي ان مجموعة كلمات تصلح ان تكون وحدات ذات معنى . واصغر«وحدة لغوية» تدعى morpheme ومعظم الكلمات هي بالحقيقة وحدات لغوية ، ككلمات : زمن ، وقبل ، وهنا ولا . واللواحق suffixes ،والسوابق prefixes في اللغات الاجنبية من اصل اغريقي او لاتيني هي مثال على «الوحدة اللغوية» مثل pre, pro, an, logy, osis: .ولكل لغة قوانينهافي تركيب وحدتها اللغوية الصغيرة morphemes ، فاذا جمعت بنسق معين اصبحت ذات دلالة ومفهوم متكامل اوسع من الوحدة . ففي العربية مثلا ، يمكن جمع الوحدتين (م) و (نظف) بكلمة (منظف). وفي الانكليزية يمكن جمع الوحدتين (Clean) و(er) بكلمة Cleaner — اى منظف .

ج — مستويات اللغة :

وبامكاننا ايجاز مفهوم اللغة بتقسيمها إلى مستويات مختلفة ابتداء من الاعقد إلى الاسهل ، اى من (الافتراض) الذى يقابل (الفكرة) إلى جمل متكاملة ، ثم إلى وحدات الجمل التي ذكرناها آنفاً وهي : المقاطع ، ووحدات اللغة ، ووحدات الصوت . وقد شبة (غومسكي) Chomsky العالم النفسي عام ١٩٦٥ مستويات اللغة بثلاث خطوات وكما مبينة في المخطط (٥٢) . ويلاحظ من المخطط انه لتكوين جملة علينا ان نبدأ بالفكرة



المخطط (٥٢) . يوضح نظرية هومسكي في مستويات اللغة

المخطط – ٥٢ – يوضح نظرية غومسكي في مستويات اللغة

(او الافتراض)، ومن بعدها (نتجه نحو اليمين) نترجمها او نجزئها الى وحدات الجملة (من كلمات ومقاطع)، ثم الى (الوحدات الصوتية)، بينما نسير في عكس الاتجاه اذا اردنا انتفهم الجملة.

ثالثا – تطور اللغة:

الحديث عن تطور اللغة يصور لنا مدى مايمر به طفل الانسان من عمليات عقلية لكي يستطيع الكلام والكتابة والتواصل مع الآخرين ، كما يصور لنا تقريباً كيف نشأت اللغة في بداية الحضارات.

ان على الطفل ان يسيطر على جميع مستويات اللغة والمذكورة آنفاً اضافة الى اللفظ الصحيح والى تعلم قاموس ضخم واحتمالات عديدة لتركيب الكلمات. ويتم كل ذلك خلال الخمس سنوات الاولى من العمر. ولعل تفاصيل ذلك يعود الى علم النفس اللغة. لكننا سنذكر هنا طرفاً يسيراً منه . فلاجل ان يتكلم الطفل ويتفاهم، عليه ان يمر بالمراحل الثلاثة التالية:

١ – إن يتعلم حقائق عن عالمه الخارجي.. : (أمه تجلب له الطعام.. الكرة تتدحرج..، النار متقدة.. الخ)

٢ – ان يتعلم دور (او وظائف) الاشياء والحقائق التي عرفها، مثلا ان الناس والحيوانات يمكن ان تقوم بأدوار مختلفة، وان الشيء الفلاني يستعمل لكذا وكذا..

٣ – ان يتعلم التواصل والتفاهم بالاشارة والايماءة gesture ، فالطفل البالغ السبعة اشهر من عمره يفهم ايماءة الكبير أن ينظر الى الشيء المؤشر اليه وليس الى يد الكبير التي تؤشر.. لانه بعد اشهر سيتعلم هو ان يؤشر الى الاشياء التي يريدها او يخافها.

بعد هذه المراحل تبدأ مرحلة التكلم وتتطور تدريجياً مع نمو الطفل بالاشهر والسنوات ابتداء من لفظ أصوات فكلمات الى جمع كلمتين في جملة ثم ثلاث .. فأكثر ..، وحتى يصل الى الجمل المعقدة. لكن كيف يتعلم الطفل نطق الجمل ؟. هنالك ثلاثة تفسيرات لذلك :

أ – بالتقليد ب – بالتعلم الشرطي ج – بالاختبار النظري

فالتقليد والمحاكاة والاقتداء معروفة لدى الاطفال، ولا شك في تأثيرها على تعلم كلمات جديدة، لكنها ليست العامل الوحيد في اللغة وتوجد ادلة على أنه ليس كل الاطفال يقلدون الكبار في كلامهم .

أما التعلم الشرطي (الادائي)، وذلك عن طريق المكافأة (التعزيز) أو العقاب (الكف والاطفاء) الذي يتم بطريقة طبيعية وليست مختبرية. فالطفل الذي ينجح في لفظ جملة أو كلمة ويتلقى عليها الاستحسان والتشجيع يجد نفسه وهو يعيدها. أما الذي يخطيء ويتلقى الاهمال أو السخرية فإنه سيفهم عدم صلاحيتها . إلا أنه ليس كل الاباء والامهات يدققون في كلام أطفالهم ، فهم يتجاوزون عن اغلاط كثيرة طالما فهموا قصد الطفل. إذن فعملية التعلم الشرطي ليست العامل المهم في اللغة أيضاً.

بقيت مسألة «اختبار الفرضية» التي تطرقنا اليها سابقاً ،وهي أن أكتشاف الطفل لقانون وقاعدة لغوية تجعله يصممها رغم اخطائها ومن ثم يعود

فيصححها. فمثلا إذا كان جمع (تفاحة) هو (تفاحات) — أي أن كل وحدة لغوية (أت) تعنى الجمع ، فإن الطفل يدرك أن جمع (لعبة) هو (لعبات) وصحن (صحنات) حسب القاعدة الاولى، لكنه سيكتشف بعدئذ أن لكل قاعدة شواذ وان جمع التكسير هو ليس جمع المؤنث السالم ..، عندئذ سيعرف أن الجمع الصحيح هو «العاب ،وصحون».

فطرية اللغة :

يقول بعض علماء النفس مثل (فودور) Fodor و(بيفر) Bever ، ان الطفل مخلوق وهو مزود ببرمجة بيولوجية وراثية تؤهله للاستعداد للتكلم، وليس مجرد التعلم بالتقليد او الاشتراط او التجربة والخطأ — اي ان اللغة سليقة وغريزة . وهنا نقع في اشكال وجدال نحن في غنى عنه في هذا المجال، لان من صفات الغريزة ان تنمو تلقائيا وتظهر دون رعاية. ونحن نجد ان الطفل البشري يتكلم بطريقة او اخرى دون رعاية خاصة للطفل.

لكن (لينبرج) Lenneberge عام ١٩٦٧ اثبت ان عزل الطفل البشري عن اية مؤثرات ودلائل وعلامات مساعدة، وعدم اتصاله بلغة الآخرين قبل الرابعة عشر من العمر، فانه لن يستطيع الكلام بعدئذ . واستند في ذلك إلى تجارب على اطفال مهملين منبوذين لترك ذويهم لهم في الغابات والاحراش تخلصا منهم.

لغة الحيوانات :

يقول (غومسكي) ان اللغة هي امتياز خاص بالبشر. ومع ذلك، فان كثيراً من الحيوانات تتفاهم وتتواصل فيما بينها بطرق متعددة. وقد فشلت كل المحاولات لتعليم الشمبانزي كلام الانسان، لكنها نجحت في محاولات تعليم انثى شمبانزي اسمها (واشو) اشارات لغوية Sign language بصورة جيدة جدا . وكل ذلك لاينفي ان لغة البشر فريدة من نوعها ولاتماثل اي وسيلة للاتصال كالتي تستعملها بعض الحيوانات الاخرى مثل النحل والنمل والطير والاسماك ..الخ.

رابعا ـ التفكير البصري Visual Thinking

قلنا اننا سنتناول موضوع التفكير غير اللغـــوي او الـــــذي لايستخـــدم الكلمات والاصوات. ولاشك اننا مررنا جميعا بتجربة تصور اشياء واحداث دون كلمات .لكن ليس كل البشر سواء في هذه القابلية على التفكير التصويري ـ اي التفكير من خلال صور متخيلة .

وقد نجحت تجارب حديثة في اثبات وجود هذا النـوع من التفكير، وكأن بعض الناس يستطيعون التعامل مع الصور «بعين العقل».وهنالك قصص ووقائع لعلماء وفنانين انتجوا اشهر ابداعاتهم من خلال التفكير البصري. وقد وجد أن التفكير البصري ناجح جدا في حقل الرياضيات والفيزياء . وقد صرح (اينشتاين) Einstein مثلا انه نادرا ماكان يفكر بالكلمات بل بأشكال وصور يجمعها ويفرقها ويعيد تركيبها مع بعضها .اما (كيكوليه) Kekule فقد حلم مرة بأفعى ملتفة على نفسها بشكل دائرة،فاستيقظ ليرسم جزيئة البنزين Benzene . اما بعض الكتاب الروائيين فيقولون انهم يكتبون قصصهم ومسرحياتهم بالصور فقط (مثل الكاتب صموئيل كولردج وجوان ديديدن).

خامسا ـ حل المعضلات Problem Solving

ان تحليل عملية التفكير اثناء ايجاد حلول لمعضلات رياضية او فيزيائية او عملية هو موضوع فلسفي . لكن التقنية الحديثة ،وعلم النفس التربوي، وماذكرناه سابقا عن اسس ونظريات التعلم، ثم اختراع اجهزة الحسابات الالكترونية ذات البرامج التعليمية المستقلة ،عـــادت بنا الى تشبيه عملية الحل العقلي بعملية الحل الالي في الحاسبة الالكترونية كما استنتج كل من (نيويل وسيمون) Newell & Simon اللذين صمما عام ١٩٧٢ جهازاً دعوه بجهاز حلال المشاكل العام (GPS) General Proplem Solver .

فاذا ماغذي هذا الجهاز ببرنامج معين لحل مشكلة معينة (هندسية مثلا، او لعبة شطرنج) استطاع الجهاز ان يساعد الانسان على حل المشكلة او ترك الجهاز دلالة العجز والفشل .لكن، هل يعني ذلك ان العقل البشري يعمل مثل الحاسبة الالكترونية (الكومبيوتر) Computer ؟ ان الجدل بين فريقين من العلماء قائم، والمستقل وحده كفيل بحل الاشكال ذاته .لكن الذين يقولون ان عقل الانسان هو كالحاسبة الالكترونية يدللّون على قولهم بانه جهاز معقد فعلاً ولكنه مع ذلك مبرمج وان برمجته موجودة في الكروموسومات والجينات وفي سلسلة تجارب الحياة التي يمربها الانسان. ويقول العالم (يونج) Young في كتابه (برامج الدماغ) ان عدد الاحتمالات الحسابية والسلوكية التي يمكن ان يقوم بها الدماغ البشري تصل البلايين عددا .

الباب الرابع

الدوافع .. والانفعالات

أو

محركات السلوك

الدوافع ... والانفعالات

Motives & Emotions

عندما نريد الاجابة على كلمة (لماذا؟) حدث هذا .. وفعل كذا ... وقال كذا ..، او لماذا ضحك او قتل او انتحر او اعتكف او هرب . او اشتهر؟ ... فاننا بجوابنا نكون قد تحدثنا عن موضوع الحوافز والدوافع التي (أدت) الى تلك الافعال او الافكار. فالدوافع motives اذن هي «محركات» للسلوك و« موجهات» له، كما انها يمكن ان تشمل كل علم النفس، لان علم النفس هو علم السلوك. فمهمة الدوافع هي:

أ ــ تقوية السلوك وتوجيهه

ب ــ رفد السلوك بقوة حيوية (مقارنة بعمل يفتقر الى المحفزات و الدوافع ..)

جـ ــ تحديد او بلورة السلوك، لانها تدفع بالجائع الى البحث عن الطعام (فقط)، والمريض والمعذب الى البحث عن شفاء او مهديء للالم. ورغم ان الوظائف الثلاثة المذكورة لايوافق عليها كل علماء النفس، لكنها في هذا الفصل ستكون هي الاساس في شرح الحوافز والدوافع ومكوناتها واهدافها ووظائفها.

مفهوم الدوافع:

هو مفهوم حديث ابتدأ في القرن العشرين. فلو نظرنا الى سلوك الانسان كأنه ناشيء عن التعقل والمنطق rational ، وانه حر الاختيار، فان مفهوم الدوافع يصبح لامبرر له، اذ يكون العقل هو المقرر والباديء بالفعل وكفى. والعقلانية rationalism كانت نظرية فلسفية عريقة لعدة قرون اختلطت بالمفهوم الديني كذلك. فهنالك عقل وذكاءو اختيارات بين خير وشر، والانسان مسؤول كليا عن افعاله .

ثم رأينا كيف ان بعض فلاسفة القرنين السابع والثامن عشر (مثل ديكارت وهوبز ولوك وهيوم) نظروا الى السلوك وكأنه شيء آلي (ميكانيكي) ، واقترحوا ان الفعل ينشأ بسبب عوامل داخلية اوخارجية قد لانملك السيطرة عليها. فالسلوك هو استجابة لعوامل مختلفة. وادعى (هوبز) Hobbes انه مهما تعددت الاسباب فان الانسان يميل الى تجنب الالم والبحث عن اللذة — وهو «مبدأ اللذة» hedonism ....

الغرائز instincts :

ومن اشد النظريات السلوكية «آلية» هي نظرية الغرائز. «والغريزة هي قوة فطرية بيولوجية تدفع بالمخلوق الى فعل شيء بطريقة معينة». وقد عزي سلوك الحيوان إلى الغرائز لان الحيوانات لاتمتلك « ذهنا أو نفسا» عاقلة.

وكان رأى (داروين) Darwin ان الفروق بين الانسان والحيوان قليلة وبذلك فتح بابا جديداً في علم السلوك، لانه ساعد على تفسير بعض سلوك الانسان عن طريق الغرائز.

ومن اشد انصار نظرية الغرائز من علماء النفس هو (وليم مكدوجل) W. Mcdougall الذي قال ان كل افكارنا وافعالنا هي نزعات غريزية موروثة، وانها هي القوة المؤثرة «القسرية» للسلوك، ولكنها — اى الغرائز — تتعرض لشيء من التغيير والتطوير بالتجربة والتعلم (انظر التفاصيل في فصل مدارس علم النفس).

نظرية الغرائز الآلية هي اذن الطرف النقيض الآخر للنظرية العقلانية في السلوك، اذ انها تضع الانسان تحت رحمة غرائزه الفطرية دون هدف له. وقد اعتمد (فرويد) كثيراً على القوى الغريزية الفطرية في نظريته عن غريزتي الحياة والموت — وهي من مواضع واسباب الهجوم على نظريته .

و «البصم السلوكي» imprinting مثال آخر على السلوك النمطى الغريزي عند بعض الحيوانات. فقد وجد ان فرخ البط المفقوس حديثا يتبع أمه..

أو أى شىء متحرك او انسان قد يراه قبل أمه – وحتى اللعبة الصناعية التي نسيرها امامه تجريبيا. وهذا (التعلم) هو كالختم او البصمة لصفة او سمة سلوكية. ويوجد عند بعض اجناس من الحيوان، ويسرى على الجميع دون تمييز: كصغار الكلاب والخراف، مما يدل على ارتباط الصغير باول شىء يتحرك امامه (وطبيعيا هو الام). وقد آثر هؤلاء العلماء تسمية السلوك النمطى الفطرى الخاص بنوع معين من الحيوان باصطلاح «السلوك الخاص بالنوع species spcific behaviour ، وهو سلوك آلى مستقل كالغريزة. automatic behaviour.

الحاجات والحوافز :

وقد تبين بعدئذ وجود غرائز عديدة بحيث اصبح لكل فعل غريزة تحركه، فتعددت الى العشرات، وتبين كذلك ان الغرائز وحدها لاتفسر كل ما يتعلق بالسلوك البشري. لذلك اتجه البحث الى اسباب اخرى، اذ ليس من السهولة الادعاء بان فلان ضرب فلان لان «غريزة الضرب» ثارت فيه – وهكذا .. لنقل عن الحرب والسلم والحب والوطنية والكرم والصدق والايثار والبخل.

وفي عام ١٩٢٠م استعيض عن نظرية الغرائز بنظريات الحاجات والحوافز. والحافز drive هو حالة اثارة داخلية ناجمة عن حاجة need بيولوجية. والحاجات البيولوجية الاساسية هي:

١ – الحاجة الى الهواء (الاوكسجين)
٢ – الحاجة الى الماء
٣ – الحاجة الى الطعام
٤ – الحاجة الى حرارة معتدلة (اي جو دافيء معتدل البرودة والحرارة).
٥ – الحاجة الى الجنس
٦ – الحاجة الى الراحة (او تجنب الالم).

فالحاجة اذن تدفع بالانسان وتخلق فية الحافز لاشباع تلك الحاجة. وهكذا نجد اصطلاح (الحاجة) need، مرادفا لإصطلاح (الحافز) drive، والحقيقة انهما شيآن مختلفان وان كانا متوازيين :

فالحاجة تدل على «حالة فسلجية» في المخلوق تحفزه للسعي لاشباعها (مثل الجوع)، اما الحافز فهو «حالة نفسية» في المخلوق تدفعه للسعي لاشباعها — فهي همة ورغبة. والحاجة تزداد وتقوى بمرور الزمن اذا لم يشبعها الانسان — مثل حالة الجوع التي تزداد تفاقماً — اذا لم يأكل شيئا. لكن الحافز قد لايزداد بازدياد الحاجة، فقد يزداد الانسان جوعا لكنه قد يصل الى درجة من الضعف او عدم الاكتراث بحيث لاتبقى لديه العزيمة والرغبة في البحث عن الطعام او الميل اليه.

اذن ، فالحاجة قد توازي الحافز احيانا وقد لاتماثله . لكن الانسان اذا أشبع حاجته فانه كمن يطفيء او يهدىء ويختزل قوة داخلية فيه ، وهذا مايدعى بـ « اختزال الحافز » drive reduction .والحاجة هي « بناء فرضي» hypothetical construct لانراه او نلمسه لكننا نستدل عليه من السلوك. لذلك تخضع الحاجات والحوافز الى الدراسة العلمية والكمية.

نظرية الحاجة والثبات :

من اسس نظرية الحاجة والحافز هي «نظرية الثبات الداخلي» homeostasis للمخلوقات والانسان . وملخصها ان الانسان يعيش (بيولوجيا) في حالة من توازن وتناسق داخلي يبقيه في حالة (ثبات) صحي ومريح.فالانسان الصحيح يحتفظ بدرجة حرارة جسمه وبضغط دمه وسرعة تنفسه وجريان دمه وكميات الهرمونات فيه حسب المستوى المتوازن الطبيعي . وأي تغيير يطرأ على هذا التوازن (مثل انخفاض حرارة الجو او ارتفاع حرارة الجسم بسبب الحمى والالتهابات، او قلة سيولة الدم بسبب العطش الشديد) ..، كل ذلك يؤدي بالانسان الى اجراءات ذاتية داخلية لاسترجاع الحالة الطبيعية السابقة، وكأن

جهزة الجسم والنهايات العصبية في حالة استنفار مستمر تحس بالتغيرات وتنقلها الى المراكز المسؤولة في الدماغ.. والجهاز العصبي المستقل والغدد.، وتغذيها بالمعلومات باسلوب التغذية الحيوية الراجعة bioofeedbrack لتقوم تلك بدورها لاسترجاع حالة الثبات والتوازن.

فالجوع (اي انخفاض كمية السكر في الدم) يثير في الانسان (حاجة) وسلسلة تفاعلات،منها : تحفيز الكبد لفرز سكر اكثر إلى الدم، وسيلان اللعاب لتخفيف حموضة المعدة والآمها. ويلعب المهاد التحتاني دوره في هذه الاستثارات الفسلجية الداخلية لحفظ واسترجاع الثبات. اي‌ان حالة خلل التوازن الفسلجي – وهي الحاجة . ، تتبعها حالة من عدم الارتياح وخلل التوازن النفسي –الذي هو الحافز. وكلاهما (اي الحاجة والحافز) يعالجهما الانسان باجراءات (اي سلوك) ليختزل ويجيب الحاجات والحوافز لغرض استرجاع حالة الثبات الفسلجي والنفسي. وهكذا تصبح المعادلة في الدوافع هي:عدم الثبات (يدفع) بالانسان الى سلوك معين (لاسترجاع) الثبات .

المثير Incentive :

ان الحاجة والحافز (تدفع) الانسان من الداخل نحو سلوك معين،لكن في حالات اخرى نجد منبهات ومثيرات خارجية تدفعه ايضا الى سلوك ما، كالانسان الذي يلمح الحلويات الشهية في دكان الحلواني فيشعر بالحاجة الى الطعام ويسيل لعابه دون ان يسبق ذلك (حاجة) داخلية.اي ان (منظر) الطعام (أثار) فيه سلوكا جديدا من الخارج. والمثير الخارجي نطلق‌عليه incentive . وللمثيرات (أو البواعث) اهمية في السلوك لانها مكملة لنظرية الثبات الداخلي لان الانسان لايسعى دائما الى الحفاظ على الثبات (او الهدوء) بل انه يسعى الى الاثارة ..، وهو يبحث عن المتعة والتسلية في مثيرات اللعب والرياضة،او في افلام الرعب والجريمة التي (تثير) الانسان وتزيد من توتره وليس راحته او استرخائه .

اذن، فمن محركات السلوك هي المثيرات الايجابية positive incentives التي ذكرناها. ويتجنب الانسان المثيرات السلبية بسلوك آخر، negative incentives وهذا يغير السلوك باتجاه آخر. ومثال المثير الايجابي: الماء عند العطشان، والانثى عند الذكر المتهيج. ومثال المثير السلبي: الالم الناشيء عن وخزإبرة او حيوان لاسع.

الحاجة الى الجنس والتناسل :

هذا الحافز الجنسي ليس اساسيا لحياة الانسان الفرد كالماء والهواء والطعام والجو، لكنه ضروري لحفظ النوع.، رغم كونه حاجة بيولوجية اصلا. ومع ذلك فانه حافز قوى جدا في توجيه وتحوير وتغيير السلوك البشري. ولاتنشأ الممارسة الجنسية عن نقص (مثل الجوع والعطش)، كما انها لاتخزن طاقة بل تصرفها. وقد افترض (فرويد) بان الطاقة الجنسية جزء من (الليبيدو) LIBIDO تنمو مع الانسان ويجب ان تجد لها متنفسا واشباعا، رغم عدم وجود دليل فسلجي لحد الآن يثبت وجود مادة من نوع ماتنمو مع الانسان «ويختزلها »اويشبعها الجنس، مثل اختزال الحوافز البيولوجية الاخرى. اما الهورمونات الجنسية فدورها مختلف رغم علاقتها بالرغبة الجنسية.

ان السلوك الجنسي يعتمد بالحقيقة على مجموعة عوامل :

أ ـ داخلية: وهي الهورمونات وحالات وآليات عقلية.

ب ـ خارجية: كالمنبهات، والمثيرات والبواعث المدروسة من المحيط الاجتماعي.

اما الهورمونات فتنظمها الغدة النخامية، وتفرزها خصية الذكر ـ كهرمون الاندروجين androgen للذكورة، ومبيض الأنثى ـ كهرموني البروجسترون والايستروجين estrogen & progesterone للانوثة.

وعملية اخصاء الذكر Castration وازالة المبيض عن الانثى vulectomy تؤديان الى تغير في السلوك الجنسي نذكرها باختصار كمايلي:

أ ـ ان اخصاء ذكر الحيوانات العليا (القرود) لايؤدي الى قلة ملحوظة في النشاط الجنسي.

ب ـ وازالة مبيض انثى الحيوان يجعلها غير مستعدة لتقبل الذكر بل النفور منه .

جـ ـ واخصاء الرجل لايؤدى الى خفض النشاط الجنسي بصورة ملحوظة.

د ـ اما ازالة مبيض المرأة فانه لايؤثر في نشاطها الجنسي قط، بل قد تزداد رغبة الانثى الجنسية بعد سن اليأس احيانا،.

هـ ـ والذكور لايتعرضون الى تغييرات كبيرة بافرازات هورموناتالذكورة .

و ـ لكن الاناث تتعرض الى ذلك في حالات الحيض والحمل ، فتغير امزجتها وسلوكها الجنسي، كما قد تتعرض انثى الانسان الى تقلبات انفعالية ووجدانية ايضا.

ومماتقدم ، نجد ان الهورمونات الجنسية لاتغير من نوعية السلوك لكنها تؤثر في حالة الاستعدادللنشاط الجنسي، كما تؤثر في ظهور الصفات الثانوية (الجسمية) للذكر والانثى. والرغبة في تغيير الجنس من ذكر إلى انثى (او بالعكس) دافع جنسي آخر صعب التفسير transsexualism

اما التنظيم العصبي للسلوك الجنسي فهو معقد جداوذومستويات مختلفة ابتداء من الحبل الشوكي إلى اجزاء الدماغ العليا (وخاصة المهاد التحتاني). واستفزاز وتنبيه اجزاء من المهاد التحتاني في الحيوانات يؤدي إلى سلوك جنسي متعدد الاشكال. امافي الحيوانات العليا والانسان فان المخ يسيطر ويتحكم ايضا في السلوك الجنسي.

الثقافة والجنس :

وفي الجنس البشري تتدخل العوامل الاجتماعية والثقافية في تنظيم السلوك الجنسي ولكل مجتمع اعراف وتقاليد وقيم تدور حول النشاط الجنسي، اضافة إلى التعاليم الدينية ،والتي تعمل جميعها على بناء مفهوم عن المسموح

والمحرم وعن الاصول والقواعد للسلوك الجنسي. لذلك نجد انماطا مختلفة من السلوك الجنسي في المجتمعات المتحضرة والثقافات العرقية، والقبائل البدائية في افريقيا او غينيا او امريكا الجنوبية او اجزاء المحيط الهادي والاطلسي.

والسلوك الجنسي الواحد نجده مسموحا به في قبيلة او جماعة معينة ونجده محرما وملعونا او محكوماً عليه بالاعدام في قبيلة اخرى — مثل اللواط homosexuality

دافع الامومة

من الدوافع المهمة عند بعض الاجناس هي العناية بالاطفال من قبل الام. مما يعتبر احد محركات السلوك كالجوع والجنس.وقد وجد بالتجربة ان الفأرة الام تجتاز العقبات وتتحمل الالام لتصل إلى طفلها الرضيع بدل ان تختار طعاما جاهزا لها في القفص اوماء وهي عطشانة.

ويبدو ان سلوك الامومة عند الحيوانات يستند على وجود بعض الهورمونات في الجسم. وقد وجد انه اذا حقنت فأر عذراء بدم فأرة ام فانها تبدى سلوك الام بعد يوم واحد فقط. اما في القرود فالامومة تنشأ من التجربة والتعلم.

اما غريزة الامومة عند البشر فأمر يحتاج إلى جدال ونقاش لان الادلة لاتزال ضعيفة على وجودها. فقد تركت امهات كثيرات اطفالهن، واحيانا قتلنهن . والاطفال المهشمين من الضرب battered children ظاهرة ليست نادرة . وفي الولايات المتحدة يقتل حوالي (٧٠٠) رضيع وطفل كل عام من قبل والديهم ،ويضرب بقسوة وعنف (٤٠) الف .

دافع اللذة

الميل إلى اللذة والراحة او دافع تجنب الالم امر حيوي للبقاء والصحة. والالم البسيط قد يتغلب على دوافع اخرى ويؤثر في السلوك .والألم يدفع بالمخلوق إلى اي سلوك لازالته. ولذلك نجد ان الانسان يتناول المسكنات

كذلك لمحاربة الالم . ونجد ان الخلاص من الالم قد يؤدي بالانسان إلى التعود على تلك المسكنات (والمخدرات) . وهذا هو مفتاح الطريق إلى الادمان بعدئذ..

الدوافع المثيرة

كل ماذكرناه عن الدوافع والحاجات والحوافز يتماشى وينسجم مع نظرية الثبات الداخلي – اي استعادة حالة الانسجام والهدوء والتناسق في المحيط الداخلي للانسان. لكن بعض الدوافع لاتنطبق على ذلك بل تناقضها، لاننا نجد الانسان (وحتى بعض الحيوانات) تبحث عن المنبهات والحوافز المثيرة – اي التحرش بالمحيط والتفاعل معه، مثلا:

أ – حب الاستطلاع والممارسة: فوجود حيوان في محيط جديد يدفعه إلى استكشافه وممارسة الاشياء التي تعترضه فيه.

والطفل الذي نحيطه بالعاب مختلفة نراه يلعب بها ويهشمها و ينقب فيها. وقد لاحظ (بياجيه) حب التنقيب والفضول عند الاطفال منذ الشهور الاولى من عمر الانسان.

ب – الحاجة إلى التنبيه الحسي: ان الاستطلاع والممارسة تنبه المخلوق وتغذيه بمنبهات كثيرة والحاجة إلى المنبهات تبدو ضرورية لنمو عقل الانسان وادراكه. وقد ثبت ذلك بتجارب لتقليل الاحساس والمنبهات في المحيط الخارجي .وتجارب الحرمان الحسي Sensory deprivations شهيرة أجريت على طلبة الكليات وعلى الجنود والمحاربين المغاوير (انظر الصورة ٥٣). وتبين من تلك التجارب ان الانسان المحروم من المنبهات ينتقل إلى حالة عقلية من الهلوسات hallucinations والتخيلات الشبيهة بالاضطراب العقلي (من تحفز واوهام وملل وكآبة ...)

العدوان aggression

هو مثال مهم آخر لدوافع السلوك . وهو الميل إلى ايذاء الأخرين بالكلام او بالفعل او تدمير حاجياتهم . واعتبر (فرويد) العدوان نزعة فطرية ،



الصورة – ٥٣ – مثال على كيفية اجراء تجربة الحرمان الجسمي .

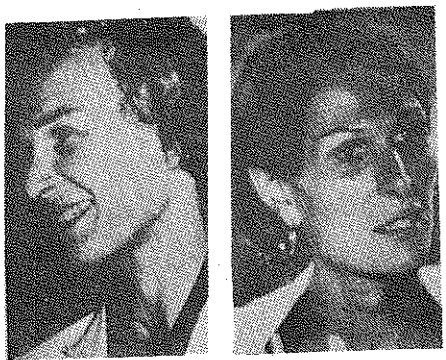
وكذلك اعتقد بعض تلامذته .ويحقق العدوان بصورة غير مباشرة الميل إلى القوة او الثروة او المكافأة الاجتماعية، كما ان التعبير عنه يخفف من الحاجة اليه.

ان بعض العلماء ينحون باللائمة على افلام العنف في السينما والتلفاز كمثيرات للعنف والعدوان، ويعارضهم آخرون. لكن العنف عندالمرضى violence النفسيين ظاهرة تختلف عن العنف الاجتماعي المعروف . وقد وجد ان الذين يمارسون العنف لهم تاريخ في ممارسة العنف منذ الطفولة. كما ان اكثر التجارب تشير إلى تأثير افلام العنف على الاطفال وخاصة الذكور .

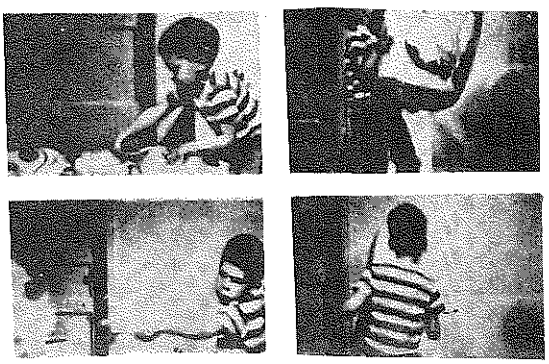
والسؤال الذي يطرح نفسه هو: هل ان العدوان حافز بيولوجي ؟ ان تنبيه بعض مناطق المهاد التحتاني في الدماغ يؤدي إلى سلوك عدواني في الحيوانات بينما تنبيه جزء آخر منه يؤدي إلى هدوء ووداعة غير اعتيادية، وكذا هو الحال اذا استعملنابعض العقاقير المهيجة او الاخرى المهدئة.

وتلعب القشرة السنجابية للمخ دورها في ضبط المهاد التحتاني في القرود والانسان مما يدل على دور التجربة والتعلم (والتربية) في ضبط العنف والعدوان.

ان نظرية التعلم الاجتماعي تعارض نظرية العدوان الفطري وتقول إنه سلوك ناجم عن التجربة والمشاهدة، وان وجود منبهات مثيرة تساعد على العدوان الأكثر إضافة إلى وجود عوائق واحباطات تمنع الفرد من الوصول إلى هدفه. والعدوان والعنف عرضة للتقليد . وقد وجد ان اطفال الروضة يقلدون المربية التي (تعتدي) على لعبة او دمية بعنف وغضب (انظر الصورة ٥٥).



الصورة – ٥٤ – ريتشارد راسكن (طبيب ولاعب تنس في كليته) شعر برغبة أو حافز داخلي بأنه خلق ليكون أنثى ، وبعد عملية جراحية أصبح (ريني ريتشارد) امرأة ولاعبة تنس أيضاً . مثال على دافع جنسي صعب التفسير وهو تغيير الجنس



صورة – ٥٥ – تقليد الصغار لعدوان الكبار يتحول إلى عنف ضد الدمى والاشياء وحتى الزملاء الآخرين

ويتعزز السلوك العدائي اذا لاحظ الصغير ان النتيجة كانت مجزية وليس لها عقاب ولذلك فان الفتيات لايتعلمن العنف من مشاهدة الافلام مثل البنين لان العرف الاجتماعي لايشجعهن على ذلك ، ولاينجح عنفهن اذا حاولن ذلك .

ان الحاجات والحوافز والمثيرات المذكورة سابقا لن تفسر لنا بوضوح لماذا يؤثر بعض الناس ان يكون قائداً سياسيا والآخر قائداً عسكريا والاخر علمياً في مركز للبحوث والآخر رياضيا والاخر رحالة او مستكشفا او لاعب شطرنج شهير. وهذه ضروب من السلوك المعقد الاسباب والدوافع. لذلك توجد دوافع نفسية واجتماعية توجه سلوك الانسان نحو هدف معين . فالدافع motive هو اذن مجموعة الحاجات والحوافز والبواعث والمثيرات المنظمة والمتعاونة لتوجية سلوك الانسان وتحريكه نحو هدف معين .

والدوافع النفسية هي التي تلي الدوافع البيولوجية في المرتبة والتعقيد ، وترتكز عليها ايضا . وتزداد دوافع النفس عدداً وحجماً كلما تكاملت شخصية الفرد وتعلمت من الآخرين ومن المحيط .ويمكن تعدادها بمايلي :

أ ــ الحاجة إلى الامن ب ــ الشعور بالقدرةو الاهمية

جـ ــ الشعور بالرضا وتقبل الاخرين حولنا د ــ البحث عن تجارب جديدة

هـ ــ وهناك حاجات ودوافع نفسية متداخلة مع الحاجات البيولوجية مثل: الامومة والحنان..

اما الدوافع الاجتماعية التي تنبع من الاجواء الاجتماعية والثقافية والجذور التقليدية والتاريخية للناس، فيمكن تعدادها بمايلي:

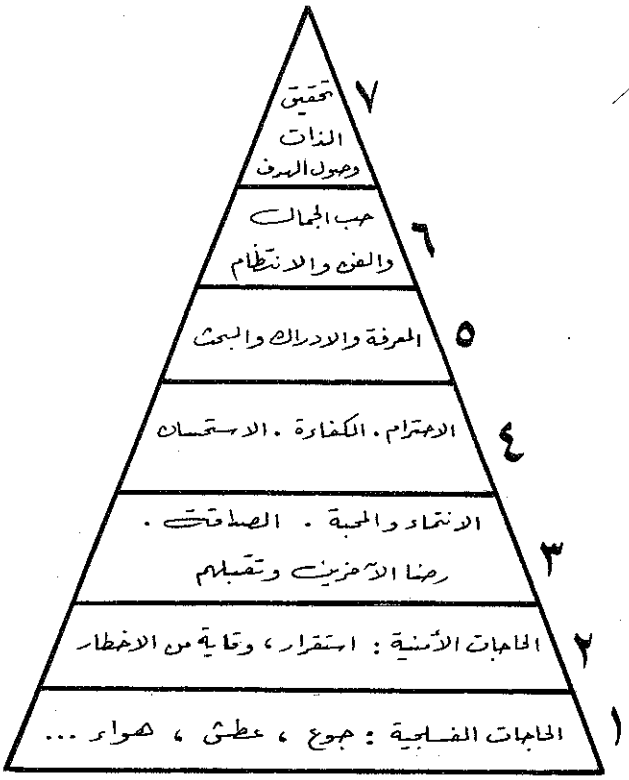
أ ــ الشعور باحترام الاخرين لنا ب ــ الانتماء للجماعة

جـ ــ الصداقة والتعاون د ــ حب المعرفة والادراك

هـ ــ البحث والاستقصاء و ــ استحسان الفن والجمال

ويحاول العالم النفسي (ماسلو) Maslow ــ احد رواد علم النفس الانساني ــ ترتيب وتصنيف الدوافع بشكل هرمي يبدأ من قاعدة عريضة

للدوافع الاساسية الفطرية (البيولوجية)، ثم يصعد في سلم التعقيد العامة.. إلى ان يصل القمة او الغاية المشتركـــة للناس – وهي تحقيـــق الذات «Self-actua lization» عند الوصول إلى الهدف (انظر الشكل ٥٦). وقد اضاف ماسلو إلى ذلك نظريته في ان الحاجة الموجودة في اي مستوى من هذا البناء الهرمي للدوافع يجب ان تشبع قبـــل امكانية اشباع الحاجات التي تليها في الارتفاع. فالجوع يطغى على الحاجة النفسية والحاجة الاجتماعية لانه محرك قوي واساسي للسلوك . فأين الجوع او فقدان الامن والسكن من الدوافع الجمالية والفنية والعلمية ؟ . وستتبين اهمية قمة الهرم – وهو تحقيق الذات – عندما ستتحدث عن الشخصية ومقوماتها .



شكل – ٥٦ – نظرية ماسلو في تحقيق الذات والدوافع .

مجمل دوافع السلوك:

من كل ماتقدم ، يمكن اجمال محركات السلوك (من حاجات. وحوافز ومثيرات ودوافع) بالاسس والعوامل التالية :

١ – لكل نظرية مبرراتها واسسها المعقولة التي لها نصيب من الحقيقة.

٢ – ولكل نظرية توافقها في تفسير السلوك بأجمعه كظاهرة كلية.

٣ – فالحاجات البيولوجية قوية فعلا ومحرضة للسلوك instigator لانها ضرورية للحياة والبقاء، وان كنا لانشعر بها متوفرة عادة .

٤ – والحاجات الجنسية هي بيولوجية لكنها اضعف من سابقتها، ولكنها اقوى منها احيانا اخرى.

٥ – والحاجات الاجتماعية والنفسية تأتي في سلم هرمي اعلى وتعتمد على المحيط الاجتماعي من: احترام الذات، والمكانة ، والكفاءة، والمحبة، والعطف، والوطنية، والتضحية والشهرة.

٦ – ومقابل ذلك، فان الحاجة الى الاثارة ودغدغة الاحاسيس والاستطلاع تبدو مكملة لما سبق .

كذلك فان تفسير السلوك لايمكن ان يتكامل الا بالدوافع النفسية والاجتماعية وتشابكها كما رأينا.

نماذج من نظريات السلوك ودوافعه

ولعل من المفيد تقديم نماذج من نظريات في تحليل وتفسير دوافع السلوك البشري:

أ – نظرية التحليل النفسي:

وهي نظرية (فرويد)، التي تفسر الدوافع على اساس وجود غريزتين اساسيتين هي غريزة الحياة والموت. أما غريزة الحياة فهي (الليبيدو) Libido الذي يتضمن جزء كبير منه الطاقة الجنسية وما يلحق بها من فعاليات اخرى. وغريزة الموت (او الفناء) فهي تهدف الى تدمير الذات وقتلها (بالانتحار مثلا).. او الى تدمير الاخرين بالعدوان . لذلك فان هنالك قوتان منذ الطفولة تحركان السلوك هما: الجنس والعدوان.

وعندما يجابه نشاط الطفل تحديات (ومقاومة) وتوجيهات الوالدين اولا والآخرين ثانياً، يحدث عنده صراع نفسي يضطره احيانا الى الكبت repression أي الى اخفاء ونسيان وقتي للحاجات والرغبات الفطرية .
ويقوم اللاشعور unconscious بخزن هذه الحاجات والحوافز والدوافع . لكنها لاتبقى هامدة بل تحاول التعبير عن نفسها وآشباع مرادها بين حين وآخر ، فهي اذن دوافع لاشعورية. والدوافع اللاشعورية حجر الاساس لنظرية علم النفس التحليلي الفرويدي.

وقد كان فرويد اول من اشار الى الدوافع اللاشعورية وتأثيرها في سلوكنا بدليل الظواهر التالية:

١ – وجودالاحلام التي غالباً ماتعبرعن مشاعرورغبات لم نحققها في صحوتنا.
٢ – اخطاء وهفوات اللسان التي لها مغزى لاشعوري.
٣ – الامراض العصابية (من قلق ورهاب و وسوسة ورحام)..

ولنظرية فرويد معارضون ومناقشون ، لكن عامل الدافع اللاشعوري لايمكن نكرانه البتة، انما الخلاف يدور حول درجته ومداه..

ب – نظرية التعلم الاجتماعي للسلوك:

وترتكز هذه النظرية في تفسير الدوافع على تعلم الفرد من المحيط وليس على الحاجات الفطرية، وتهتم بأهمية التفاعل بين المحيط والسلوك. فنحن لانتحرك ونفكر بقوى داخلية، ولسنا بمخلوقات سلبية تستجيب للمؤثرات الخارجية، انما مانقوم به من سلوك و نوعية يتقرر بالعقاب والثواب الذي نلمسه ونتلقاه من خلال التجارب المتوالية سواء التجارب التي نعانيها نحن او التي نشاهدها تحدث للآخرين. وينتقي المرء نمط السلوك المناسب نتيجة تلك التجارب من خلال عمليات التعزيز والكف. فعملية التعزيز التفاضلي differential reinforcement هي اذن اساس التعلم الاجتماعي وهي نظرية غير سلوكية كما افترض السلوكيون ورائدهم واتسون،لكنها نظرية عقلانية ادراكية،لان النظرية الاجتماعية تقول اننا نفكر ونتصور المواقف رمزيا

ونحلل النتائج ونكيف سلوكنا حسب ذلك. وهكذا يتجه سلوكنا حسب النتائج المتوقعة اي اننا لانتظر ان تحترق ايدينا بالنار، بل نتجنب مصدر النار قبل ذلك.

«والتعلم البديلي» Vicarious Learning ، هو التعلم من خلال الملاحظة observation — اي ملاحظة ما يجري للاخرين فيكون عبرة ودرساً لنا يؤثر فينا (كبديل) لتجربة مباشرة علينا. ونحن نتعلم الانفعالات والعواطف بالمشاهدة. الطفل يتعلم معنى الالم من مشاهدة الكبير وهو يتألم .. ، وكذلك الخوف. وهكذا يؤكد علماء النفس الاجتماعي على النموذج model وانماط السلوك الذي يمكنه ان ينتقل الينا عن طريق مراقبته الآخرين .

والتنظيم الذاتي Self-Regulation هو النوع الثالث من الدوافع الاجتماعية. وتعنى عملية التنظيم الذاتي ان نتائج اي سلوك نقوم به ترجع الينا ونتعلم منها تقويم انفسنا. لذلك فنحن نضع لانفسنا قياسات وقيم من السلوك، ونقوم بالنقد الذاتي مقارنة بتلك القياسات. فالتعزيز يتم اذن بطريقتين: التقويم الذاتي من الداخل ومن الخارج. وقد تتطابق القيمتان او تختلفان. فالسلوك الفلاني الذي ينال استحسان المجموع قد لا يرضي الذات. لذلك فلوم النفس له تأثير كبير في توجيه سلوك الناس نحو عادات وقيم او تنفيرهم منها. وقد استفاد علماء النفس من هذا الدافع الاجتماعي في توجيه السلوك في معالجة امراض عصابية، وفي علاج الادمان على المخدرات — وذلك بوضع المصاب في موقف اللائم لنفسه (في حالة مخالفته واستمراره) ، او المستحسن لها في حالة اطاعته لاوامر الطبيب. وهذا هو تنظيم ذاتي في العلاج.

الانفعالات والعواطف :

الانفعال emotion قريب جداً من الدافع. فالغضب يثير العدوان، اي ان الانفعال يؤدي إلى دافع وسلوك. فالانفعال يحرك السلوك مثل الدافع.

والانفعال قد يصاحب الدافع. فالجنس ليس دافعاً فحسب،لكنه مصدر متعة حسية (انفعالية). والانفعال قد يكون هدفا بحد ذاته فنحن نمارس عملا ما لانه يجلب لنا متعة او سعادة.

وعلى الرغم من تشابك وتقارب الانفعالات من الدافع فانهما مختلفان. لكن من الصعب تعريف الانفعال. ونحن نعرف أن الخوف.، والفرح ، والحزن والغضب هي انفعالات. لكن الجوع والعطش هي حاجات . وأسهل تصنيف للانفعالات تقسيمها إلى مجموعتين :

أ— انفعالات سارة (كالحب والمرح)

ب— انفعالات مؤلمة (كالحزن والغضب)

كما بالامكان ترتيب الانفعالات حسب شدتها من درجة إلى أخرى مثلا : الارتياح — فالانشراح — فالمتعة — فالسرور — فالطرب والنشوة — فالسعادة . ولكل انفعال مصاحبات وتغيرات فسلجية في الجسم : من سرعة النبض والتنفس،وتوتر في العضلات وتعرّق وضغط الدم الخ،وهي تغيرات ناجمة عن فعاليات متفاوتة للجهازين العصبي الودي واللاودي (المستقل ANS) . ولتفسير الانفعالات نظريات :فنحن نميل إلى اعتبار التغير الجسماني في الانفعال كنتيجة لشدة أو اثارة عاطفية. لكن بعض علماء النفس القدامى (مثل وليم جيمس) يعتقد أن التغيرات الجسمانية هي التي تؤدي بالانسان إلى (الشعور) بنوع من الانفعال . فالمسألة تبدو وكأن العربة أمام الحصان وليس « الحصان أمام العربة». وقد أيد العالم الدانمركي (لانكيه) Lange نظرية وليم جيمس هذه ، ولذلك سميت النظرية بـ (نظرية جيمس — لانكيه). ونحن نجد فعلا في بعض الاحيان ان التغيرات في الجسم تحدث اولا ثم تليها انفعالات الخوف او الهلع.

لكن عالمانفسياً فسلجياً آخر هو (كانون) Cannon عارض نظرية جيمس– لانكيه بشدة وجاء بالادلة التالية على ان الانفعال يسبق التغيرات الفسلجية المصاحبة له.

١ – ان التغيرات الجسمية تكاد تكون متشابهة في جميع الانفعالات.
٢ – ان الاعضاء الداخلية في الجسم غير حساسة، وما يحدث من تغيرات لايكفي لان يثير فيها الاحاسيس والمشاعر.
٣ – ان اجراء التغيرات الفسلجية تجريبيا (باحد العقاقير مثلا) لايؤدي الى حدوث انفعال حقيقي.

وقد عزا كانون(التغيرات الانفعالية الى جزء (المهاد) في الدماغ الذي يتولى اصدار الايعازات الى المخ ثم الى الجهاز العصبي المستقل في المهاد التحتاني، وان المهاد هو الذي (يشعر) بالانفعال والعاطفة وهذه هي (نظرية كانون) في الانفعالات.. والحقيقة ان العلم الفسلجي الحديث للجهاز العصبي اثبت كون الجهاز الحافي Limibc system واتصالاته (راجع الفصل ٢باب ٢) هي المراكز المسؤولة عن طريق الجهاز العصبي المستقل والهورمونات.

ولقد تبين من التجارب الحديثة ايضاً ان الحرمان من الاحاسيس الخارجية يقلل من انفعالية الانسان. ومن هنا يتبين ايضاً ان فهم سبب الانفعال يؤثر في حكمنا على نوعيته.فنحن لانشخص الغضب او الخوف أو السرور كما هو بمعزل عن اشارات تأتي من المحيط ،وهي اشارات مسببة للانفعال . لذلك فإن للانفعالات ارتباط بالفهم والادراك Cognition

التعبير عن الانفعال emotional expression :

ان التعبير عن الانفعال هو فطري بالاساس . فكل اطفال العالم يبكون عند الالم والحزن ويضحكون عند المرح والسعادة . ودراسة الأطفال العميان منذ الولادة دلت على أن كثيراً من التعابير والأوضاع والسحنات تسير مع النمو البيولوجي – أي تظهر في العمر المناسب دون سابق تعلم أو مشاهدة.

وكان (داروين) قد بحث مسألة التعبير عن العواطف وافترض نظرية تطورية لها . وقال أن التعابير انماط وراثية تخدم اغراض البقاء . وتشترك شعوب وأجناس عديدة في بعض التعابير العاطفية من الصين والهند حتى البرازيل .وهذه العمومية في التعابير دفعت بعض علماء النفس إلى اعتبارها هي مصدر الشعور بالانفعال أي سبباً مسبقاً له (مثل نظرية جيمس – لانكيه) – أي أن الابتسامة (بتقلصات وانبساط الوجه ووضع العيون وانفراج الشفاه) تشعر الانسان بالفرح .

ومع ذلك ،فإن بعض التعابير العاطفية تتأثر وتتغير بالتعلم والتجربة. ويخفي لاعب القمار انفعالاته تحت ستار من وجه جامد غير معبر (وجه البوكر) poker-face ، كذلك يخفي البائع استياءه من مشتر عنيد أوسخيف.

فوائد ومضار الانفعال :

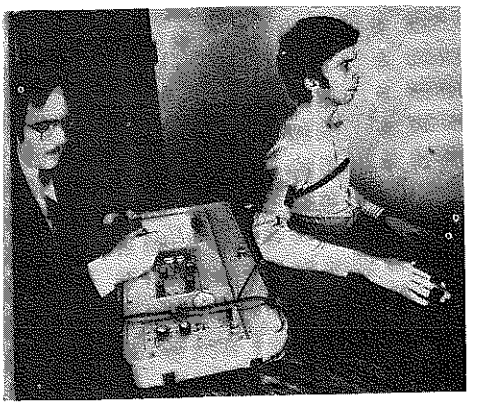
ان الاستثارة الانفعالية البسيطة تؤدي الى الانتباه والشوق للعمل . أما حدة الانفعال (السار أو المؤذي) فتقلل من نسبة الانجاز . ان الانفعال الواطئ جداً (مثلا بعد النهوض من النوم بارتخاء) يولد نشاطاً واطئاً جداً أيضاً.وهكذا يمكن الاستنتاج كيف أن درجات الانفعال تؤثر في الاجابات الامتحانية أو في حسن اداء عمل أو في مباراة رياضية .

ان فترة مكوث الانفعال تختلف من موقف لآخر، فقد تكون قصيرة جداً وقد تطول اياماً وأشهر، كاستياء العامل من فظاظة صاحب العمل . والانفعال المستمر – أي التوتر الطويل الامد قد يؤثر في صحة الانسان ويؤدي إلى الى امراض نفسجسمية مثل قرحة المعدة أو ارتفاع ضغط الدم أو الجلطة القلبية .

جهاز كشف الكذب :

بما أن الانسان ينفعل تجاه منبهات وحوافز،.. فإن بالامكان قياس التغيرات الفسلجية التي تحدث فيه :من نبض وضغط دم وسرعة تنفس

وحرارة ودرجة التعرق (استجابة الجلد الكهربائية) galvanic skin (GSR) response . فإذا ربطنا هذه المقاييس والأجهزة المختصة بجسم الانسان أمكننا معرفة مايطرأ على جسمه من تغيرات في حالات الانفعال. والجهاز الذي يضم كل هذه الآلات والقياسات يدعى «بجهاز كشف الكذب» lie-detector أو مايدعى «بالجهاز المتعدد المخططات» polygraph (انظر الصورة ٥٧).



صورة – ٥٧ – جهاز كشف الكذب

ويكون استخدام الجهاز عادة لاغراض علمية، أو في التحقيقات الجنائية والأمن. فلو اشتبه رجال الامن بشخص قتل امرأة اسمها (عزيزة) في منطقة (مندور) مثلا مستعملا (خنجراً)، فإن المحقق يوجه له اسئلة ويذكر في استجوابه كلمات عديدة من ضمنها تلك الكلمات (الحساسة). والبرئ لاتهمه تلك الكلمات الحساسة، أما المجرم فإن مجرد سماعه لها (سينفعل) رغم ارادته وتظهر التغيرات على المخططات في جهاز كشف الكذب. وبالطبع فإن مخططات سابقة تؤخذ منه قبل الفحص الثاني لغرض المقارنة بالمستوى الطبيعي .ان المحتال الذكي أو البرئ المرتبك قد يحدث مثل هذه التغيرات في المخطط ولا تكون نتيجة الفحص أكيدة، لذلك لاتعتمد المحاكم على الجهاز كدليل قاطع – بل كدليل مساعد فقط.

أما الاختبار الادق فهو بتخطيط نبرات كلام المريض بجهاز خاص (محلل نبرات الصوت) Voice stress analyser الذي يسجل أي تغير في نبرة الصوت أثناء الانفعال .

✡الباب الخامس✡

الفوارق الشخصية والقوى العقلية ..

الفصل الأول

الذكاء، طبيعته ومقاييسه

الفصل الثاني

الشخصية ومعاييرها ..

الفصل الاول

الذكاء: طبيعته .. ومقاييسه

تحدثنا في الفصول السابقة عن الظواهر العامة في السلوك الانساني ونموه البيولوجي والوجداني وتطوره النفسي والادراكي. وفي هذا الباب سنتاول الفوارق الشخصية بين الافراد (اي بشيء من علم نفس الفوارق) من حيث شخصياتهم، او من حيث قابلياتهم العقلية وقياسها. وتتضمن القابليات العقلية mental abilities الذكاء العام، القابليات الخاصة والاستعدادات في المهن والعمل والمهارة، والانجاز والابداع، وفي التأخر العقلي، واختبار القابليات تلك.

طبيعة القوى العقلية والذكاء :

القاعدة الواسعة للقوى العقلية المختلفة هي الذكاء Intelligence والاختلاف بين علماء النفس لحد الان هو في تحديد الذكاء وماهيته اولا. ولذلك وجدت نظريات بارزة في حقل القوى العقلية والذكاء نذكر منها:

اولا — هنالك رأى او اتجاه لجمع القوى العقلية في اطار واحد يطلق عليه الذكاء العام general intelligence

ثانيا — وينفي العالم (ثورندايك) وجود ذكاء عام، بل يفترض وجود عدد من القدرات الخاصة المستقلة عن بعضها البعض. فاذا حسبنا معدلها الحسابي حصلنا على نتيجة نظرية مجردة هي الذكاء العام الذي ليس له وجود حقيقي. لكنه اعتبر ان للذكاء ثلاثة مجالات مهمة هي: الذكاء النظري التجريدي، الذكاء العملي الادائي، والذكاء الاجتماعي.

ثالثا — والرأى الآخر هو ان القوي العقلية عبارة عن مجموعة عوامل. فتحليل العوامل المختلفة وجمع العوامل المتقاربة والمتكاملة مع بعضها بحيث تمثل كل مجموعة من العوامل قابلية عقلية خاصة — اي ان الذكاء ليس مجرد قابليات متعددة ومستقلة عن بعضها تماما. وسميت هذه الطريقة في النظرة الى الذكاء باسلوب تحليل العوامل factor analysis .

رابعاً — وقد تقدم العالم النفسي (سبيرمان) spearman بنظريته الشهيرة عن الذكاء وهي افتراضه وجود عاملين اساسيين:

أ — عامل الذكاء العام (ع) ورمز له بالحرف g وهو الذي يدل على القوى العقلية عموماً وذكاء الانسان العام. ويعتمد على قابلية الاداء performance وعلى درجة ذكاء الشخص او غبائه..

ب — عامل (او عوامل) الذكاء الخاص (خ) وهي القابليات الخاصة بالفرد (ورمز لها بالحرف S) Specific abilities . وهي عوامل مختلفة تميز الشخص الفلاني بقابلية معينة وآخر بقابلية اخرى .. وهكذا فهناك اشخاص يتميزون في الرياضيات او الفن او اللغة.. الخ.

وقد اشار (سبيرمان) إلى وجود رابطة بين العاملين (ع) و (خ) ، وان الذكاء هو مجموع الاثنين ويمثل القابلية العقلية للفرد .

خامساً — لكن باحثاً آخر هو (ثيرستون) Thurstone عارض نظرية (سبيرمان) حول وجود ذكاء عام وقال بأن الذكاء يمكن تجزئته إلى اقسام اولية تدعى « القابليات الاولية » primary abilities . واستعمل اسلوب تحليل العوامل المذكورة آنفاً بعد اجراء اختبارات عديدة وجمع العوامل في قابليات مختلفة واحدة حسابية واخرى لغوية واخرى عملية. الخ حتى توصل بعد جهد دقيق إلى تحديد سبع قابليات اولية هي: —

١ — الفهم اللغوي
٢ — الطلاقة اللفظية .
٣ — الارقام
٤ — الفضاء
٥ — الذاكرة
٦ — السرعة الحسية
٧ — التعقل والتمحيص

وقد اوجد (ثيرستون) مجموعة اختبارات لكل واحدة من تلك القابليات سماها (باختبارات القابليات العقلية الاولية) التي لا تزال تستعمل بكثرة. لكنه تبين أنها لا تتفوق على اختبارات الذكاء العام التي استندت إلى نظرية سبيرمان (مثل اختبارات بينيه، وويكسلر). كذلك تبين بعدئذ ان هذه القابليات العقلية ليست منفصلة ومستقلة عن بعضها تماما، مما يؤيد نظرية سبيرمان بوجود رابطة عامة بينها هي التي اشار اليها بالذكاء العام (ع). لذلك فان نظرية الذكاء العام (ع) والذكاء الخاص (خ) لا تزال صحيحة ويعتمد عليها.

تعريف الذكاء :

اصطلاح الذكاء جديد في علم النفس نسبياً لان ما كان يستعمل سابقاً في الفلسفة هو (الذهن) intellect . وبتطور الابحاث البيولوجية والنفسية، حدث تغيير وتطور في مفهوم الذكاء وتعريفه — وان كان تعريفه غير دقيق لحد الآن. ان الذكاء هو ليس كل القابليات الذهنية بل هو جزء منها، كما ان قياسه لا يعني اننا تمكنا من تعريفه مثل الكهربائية التي تمتلك كل وسائل قياساتها لكننا لا نزال عاجزين عن ادراك كنهها.

ومن الرواد الباحثين في الذكاء العالم (جالتون) Galton الذي كان يعتقد ان الذكاء هو «المهارة الادراكية والحسية للانسان» ، ولذلك كانت اختبارات الذكاء التي صممها تعتمد على قياس القابلية الحسية — الادراكية — الحركية (النفس — حركية) للشخص باعتبار ان الانسان المرهف الحس يكون دقيقاً في استلام الاحاسيس وتحليلها ومعرفتها والاستجابة لها. وكان (جالتون) ابن عم (داروين) وعمل في الرياضيات والعلوم الطبيعية واعتقد بأن الناس تختلف عن بعضها في الذكاء الذي يورث وينتقل في العوائل. ولقد اوجد اصطلاح « معامل الترابط » Correlation Coefficient في الاحصاء واختبارات الذكاء .

وفي فرنسا كان (بينيه) Binet – ١٨٥٧ – ١٩١١م – مهتماً بالتعليم المدرسي وبالتأخر العقلي واسبابه، وكان ينظر إلى الذكاء : « كفهم وقابلية على النقد والابتكار والتوجيه الذهني» .

وعرف ويكسلر Wechsler الذكاء بأنه مجموعة قابليات وامكانات الفرد التي تمكنه من العمل بقصد، والتفكير بوعي، والتعامل بكفاءة مع المحيط...

وعرفه (ستيرن) Stern الالماني بأنه المقدرة على التكيف بين الفرد والمواقف الجديدة.

وعرفه (تيرمان) Terman بأنه: القابلية على التفكير المجرد أي استخلاص معاني الاشياء ورمزياتها. وهذا ينفي ان للحيوانات ذكاء.

وعرفه (كولفن) Colvin بأنه: القابلية على التعلم.

وعرفه (بيرت) Burt بأنه : المقدرة الفطرية الادراكية العامة..

وعرفه (جودارد) Goddard بأنه: قابلية الاستفادة من الخبرات السابقة لحل المشكلات الآنية والمعضلات المستقبلية..

وعرفه (هنت) Hunt مؤخرا بأنه: المقدرة على حل المشكلات بتنظيم هرمي من خبرات مكتسبة بتتابع زمني.

الذكاء والعمر :

ان سرعة نمو القابليات العقلية ثابتة نسبياً عند معظم الناس . وتبقى درجة الذكاء في سن المدرسة ثابتة نسبياً في كل المراحل التالية من العمر، وهذا يعني ان درجة الذكاء في شخص عمره (٨) سنوات اذا كانت (٩٠) ثم اعدنا اختباره في العاشرة من العمر فستكون حوالي الـ (٩٠)، وكذلك في الخامسة عشر من العمر، مما يعني ايضاً ان الذكاء هو القابلية العقلية في مرحلة من العمر مقارنة بنفس قابلية الافراد الاخرين في تلك المرحلة ذاتها .

كذلك يعني ان معرفتنا بدرجة الذكاء في شخص عمره (١٠) سنوات يمكن ان نستفيد منه للتنبؤ بما سيكون عليه ذكاؤه في الـ(١٨) من العمر.

ان الثبات النسبي لدرجة الذكاء في الانسان بعد السابعة من العمر يرجع الى تكامل القوى الحسية البيولوجية عنده. اما قبل السابعة فان الذكاء وقياساته لاتنبيء عن بعضها الآخر بسبب اختلاف سرعة النمو والتطور، كما انها اختبارات حسية–بصرية–حركية اكثر مما هي ادراكية.

نمو الذكاء :

ان الذكاء ينمو مع العمر، كما ان بعض القابليات العقلية الخاصة تنمو اسرع من غيرها في مرحلة معينة ثم تتبعها القابليات الاخرى، وهكذا. وبدراسات متعددة وطويلة ومتابعة ذكاء مجموعات من الافراد، تبين ان الذكاء ينمو الى حدود الـ (٢٥) او الـ (٢٦) سنة من العمر، ثم يبقى كما هو او ربما ينحدر قليلا بعدها الى الـ (٣٦) من العمر.

وقد تبين ايضاً ان الذكاء يقل بعد الـ (٤٠) من العمر، ويقل اكثر من ذلك بعد الـ (٦٠)سنة. لكن ذلك ليس قاعدة عامة. فاختلاف الاشخاص وصحتهم الجسمية ونشاطهم الاجتماعي والفكري له دخل كبير في تقرير درجة الانحدار أو الاحتفاظ به حتى الـ (٧٠) سنة من العمر. كما ان انحدار الذاكرة والخبرة يعتمد على مهنة وعمل الانسان. فالذين يستمرون في عمل فكري لاينخفض عندهم الذكاء بالسرعة التي ينخفض فيها عند غيرهم.

ان الناحية التي يجب التأكيد عليها هنا هي التمييز بين الذكاء والحكمة والخبرة. فالذكاء هو كالطاقة أو الحدة الذهنية التي لها مقدرة ونفاذ وتوقد معين تصل حدها الأعلى في الشباب (حوالي الخامسة والعشرين من العمر). لكن خبرة الانسان وحكمته تجعل منه انساناً وماهراً وقديراً «حنكته التجارب» يؤدي دوره في الحياة والاسرة بكفاءة عالية جداً بغض النظر عن «قوة الذكاء». وعليه يجب أن لانخلط بين الحكمة والذكاء. فإذا قلنا ان ذكاء الانسان ينخفض بعد الـ(٦٠) من العمر فهذا يشير إلى انخفاضه في الحدة

والتوقد الذهني فقط وليس في قابلياته المعرفية وحسن تصريفه للمشاكل وادارته للأمور، بل حتى في كمال ونضج انتاجه الفكري أو الادبي أو الفني. ومتوسط العمر من الناس والكهل الذي كانت درجة ذكائه في العشرين هي (١٢٥) قد يفوق بانتاجه وانجازه وادارته شاباً آخر في العشرين من العمر أيضاً له نفس درجة الذكاء (وهي ١٢٥) مثلا. ان ذلك يوضح معنى الذكاء كطاقة ذهنية أو كقوة انطلاقية فقط تغذي الخبرات الاخرى .

الذكاء بين الوراثة والمحيط :

لاجدال أن الناس يختلفون في درجة ذكائهم لكن ماهي نسبة علاقة هذا الاختلاف بالوراثة والمحيط ؟ ان المسألة الكبرى أمام الباحثين والناقدين في تأثير المحيط والوراثة على الانسان كانت أول ماتتناول قضية الذكاء كمادة البحث والنقاش .

ودلائل اعتماد الذكاء (أو بعض عوامله) على الوراثة تأتي من الملاحظات التالية :

١ — ان الاشخاص من ذوي القربى يتقاربون في درجة ذكائهم . فهنالك اسر معروفة بذكاء افرادها. والابناء الاذكياء غالباً ما يكون آباؤهم وامهاتهم اذكياء ايضاً .

٢ — ان التوائم المتماثلة يتشابه ذكاؤها إلى حد كبير جداً .. ، بينما التوائم المتآخية تتشابه في ذكائها ولكن بدرجة اقل جداً من التوائم المتماثلة، وتشابهها هو مثل ما موجود بين الاخوة والاخوات الاعتياديين .

٣ — ان الاطفال المتبنون يشابهون في ذكائهم اباءهم وامهاتهم الاصليين اكثر من والديهم الذين تبنوهم .

٤ — ان البحوث المختلفة تشير إلى ان الذكاء (او بعض عوامله) يتعلق بالصفات الوراثية (الجينات)، وان هذه الجينات متعددة ولكل منها تأثير محدد ،فتؤدي مفعولها متجمعة بالتراكم والتكامل Cumulative effect

اما دلائل تأثير العوامل المحيطية على الذكاء فهي ايضاً متعددة ومهمة، نذكرها فيما يلي :

١ ــ ان الذكاء يتأثر بالصحة النفسية والجسمية ..

٢ ــ وانه يتأثر بالتغذية ..

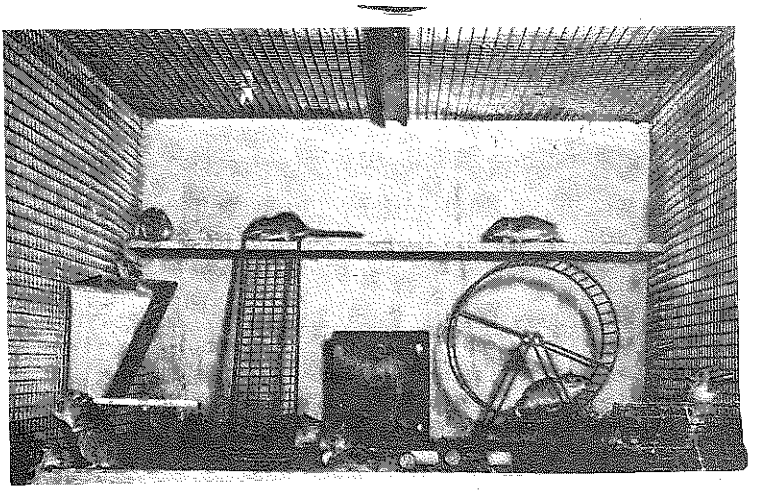
٣ ــ وكذلك بتعدد ودرجة الحوافز والمثيرات التي يتلقاها الفرد من محيطه.

٤ ــ ويتأثر بالمحيط والجو العائلي والتبادل العاطفي والوجداني بين افراد الاسرة .

٥ ــ الحالة الاجتماعية والاقتصادية العامة : فقد وجد ان فوارق الذكاء تزداد في سن دخول المدرسة (السابعة من العمر) ، كدليل على ان العوامل العامة ترسخ الفوارق المذكورة آنفاً من صحة جسمية وتغذية وحوافز وجو عائلي. فالطفل الذكي في عائلة فقيرة خاملة غير حريصة قد ينمو ويكبر دون ان تنزاح عن ذكائه هذه الحواجز. وقد تساعد الظروف الاجتماعية على عدم تقديم الفرص لاستخدام ذكائه والافصاح عنه .

٦ ــ إن الأطفال الذين يترعرعون في بيت واحد (رغم كونهم مختلفين في الوراثة والأصل) يتقاربون في الذكاء مثلما يقترب الطفل المتبنى من ذكاء الأبوين الجديدين بدل الابوين الاصليين .

٧ ــ وبصورة عامة ، فإن الفرص والعوامل المحيطية تزيل آثار الحرمان الحسي والعاطفي وترتفع بقابلية الطفل الذهنية إلى حدها الأصيل كما اتضح ذلك من تجارب مختلفة على الانسان والحيوان . ففي الفئران مثلا وجد أن مجموعة من الفئران التي تنقسم إلى اثنين توضع الواحدة في محيط ملئ بالألعاب والمثيرات (من سلالم ودواليب ورحابة سعة القفص) والاخرى في محيط خامل مكمود يخلو من المحفزات ،فإن المجموعة في المحيط المثير تتحسن قابليتها وتزداد حدة وكفاءة بينما تبقى المجموعة الاخرى خاملة (غبية) ــ أنظر الصورة ٥٨ ــ .



صورة – ٥٨ – ترتفع وتشحذ قابلية الفئران على التعلم في محيط (قفص) مليء بالالعاب والمثيرات

ولانهاء المعضلة، وتلخيص عوامل الوراثة والمحيط في الذكاء، يمكننا القول أن بعض العوامل في القابليات العقلية تعتمد على الجينات والوراثة دون شك. لكن الصفة الوراثية لاتحدد سلوك الانسان بل توفر له «مجالا» range أو مدى للذكاء يمكن أن يتحرك فيه . وهذا المدى هو كالمسافة بين أرضية وسقفها . فقد تبقى درجة ذكاء الفرد بمستوى الارض – أي بالمستوى الاولي للوراثة – أو قد تساعد الظروف المحيطية على تحريك ورفع الذكاء إلى السقف – أي المستوى الأقصى للوراثة – . ويعني ذلك أن الصفة الوراثية ترسم الحدود الدنيا والعليا، ولكي لايمكن تجاوز الحد الأعلى لدرجة ذكاء موروث فوق المستوى المرسوم. وهذا في نظري اجابة مقنعة لدعاة الوراثة ودعاة المحيط دون اللجوء إلى تحديد نسبة تأثير الوراثة في الذكاء بحوالي ٧٠ ٪ونسبة تأثير المحيط بـ ٣٠ ٪ (حسب دراسات سابقة). كماان هذه الاجابة على الأزمة العريقة بين المحيط والوراثة في قضية الذكاء يمكن تطبيقها على قضايا أخرى ولكن ليس على جميع القضايا حيث يكون دور أحدهما هو الأكبر أو الأعظم .

قياسات الذكاء :

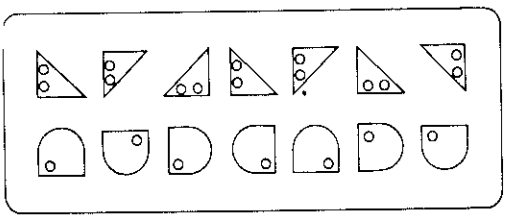
بما أن الذكاء قابلية ذهنية متعددة العوامل ، فإن من الضروري ايجاد مقاييس تختبر العوامل الاساسية لمكونات الذكاء، ويجب أن تكون هذه المقاييس غير معتمدة على تعليم أو ثقافة أو محيط بل على «الملكة الفطرية للذكاء» بحيث يمكننا تمييز وتشخيص الذكاء بصورة عادلة ودقيقة جهد الامكان. وقد بذل الباحثون جهوداً جبارة في هذا المجال حتى توصلوا إلى وضع اختبارات — دقيقة نسبية — للذكاء العام وللقابليات الخاصة ، وجمعوا بينها في اختبارات عامة فردية وجماعية نذكر أهمها ، علماً انه لايوجد لحد الآن — بالمفهوم العلمي — قياس دقيق للذكاء الخاص :

اولا — اختبار ستانفورد — بينية : Stanford-Binet Test

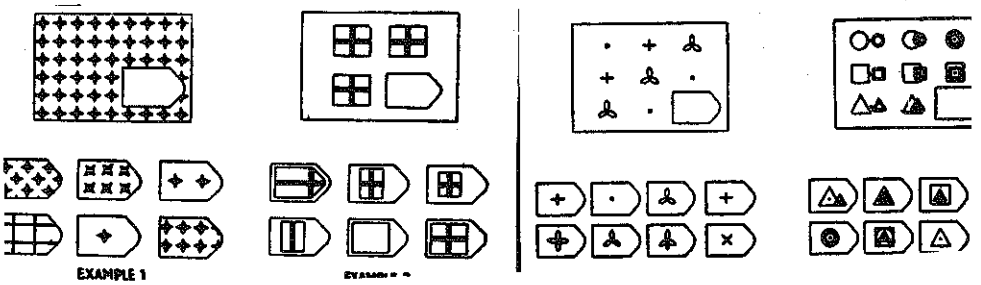
ان الرائد الاول في اختبارات الذكاء هو العالم الفرنسي (الفريد بينه) الذي كان تربوياً ومهتماً بانتقاء الطلبة الصالحين للدراسة في المدارس الاعتيادية وفرز الطلبة المتأخرين الذين لايمكنهم ملاحقة التعليم ومستواه الطبيعي. وهكذا بدأ يفكر في وضع سلسلة من مجموعة اسئلة واختبارات اعتقد انها يمكن ان تدلنا على مقدرة الطفل العقلية. وقد وضع اختباره الاول عام ١٩٠٥، ثم تابعه بتنقيحات متكررة. وكان آخر تنقيح قد تولته (جامعة ستانفورد) الامريكية على يد العالم النفسي (تيرمان) Terman فظهر اختبار (ستانفورد — بينيه) بشكله الاخير عام ١٩٣٧، واصبح من اختبارات الذكاء الشهيرة في العالم (انظر شكل ٥٩ و٦٠). وترجم الى عدة لغات (ومنها العربية). كما جرى عليه تنقيح عربي في مصر . ويتكون الاختبار بطبعته الاخيرة من شطرين (ل)، (م) L & M ودعي اخيرا باختبار (تيرمان—ميرل) Terman-Merril Test

ثانياً — اختبار ويكسلر — بيلفيو: Wechsler - Bellevue Test

كان لابد من ايجاد اختبارات اخرى اكثر دقة لسد بعض ثغرات ونواقص اختبار (ستانفورد—بينية). وبعد جهود مضنية نشر العالم ويكسلر اختبار (ويكسلر—



شكل – ٥٩ – مثال من احد اسئلة اختبارات الذكاء : اشر على الاشكال التي تشابه اول شكل على اليسار .



شكل – ٦٠ – مثال آخر (لاختبار المصفوفات المتتابعة) ...
السؤال هو : المطلوب وضع احد الاجزاء الموجودة تحت المربع الكبير في الفراغ بحيث يكتمل الشكل (منطقياً او شكلا او تدرجاً)

بيلفيو) للراشدين عام ١٩٣٩ ويرمز له اختصارا WAIS ،ويتكون من شطرين او جزئين : الاول يختص بالقدرات العملية والثاني بالقدرات اللغوية .

وكل جزء مقسم الى فقرات من اسئلة وصور . وفي عام ١٩٤٩ اتبعه باختبار آخر خاص بالاطفال رمز له بالحروف الاولى (WISC)، ولعل الثاني ادق وانجح من الاول لانه اكثر إلفة وجاذبية للاطفال ، ولان اختبار ذكاء الاطفال الكبار ايسر وادق من اختبارات البالغين .

وفي عام ١٩٦٧ ظهراختبار ويكسلر لاطفال ماقبل الابتدائية (للاعمار بين ٤ – ٦ سنة) ويرمز له بالحروف الاولى (WPPSI) .

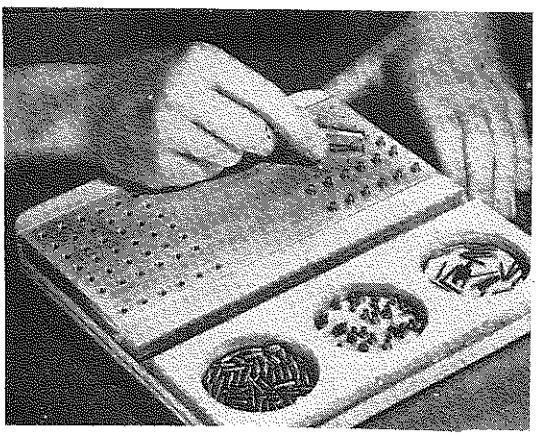
ثالثاً – اختبارات الذكاء الجماعية : Group Tests :

وهي اختبارات تقدم لمجموعات كبيرة من الافراد سوية. وتستعمل في الحالات السريعة وعند وجود اعداد غفيرة من الاشخاص لفحصهم . واشهر هذه الاختبارات مااستخدمته الولايات المتحدة لانتقاء وفحص المكلفين للخدمة العسكرية (وهما اختبارى ألفا وبيتا A& B) . وقد استخدم هذا الاختبار منذ الحرب العالمية الاولى على (١٧٥٠,٠٠٠) جندي مكلف امريكي دعى بـ Army General Classification Test (AGCT)

ويستعمل اختبار الذكاء الجمعي كذلك على طلبة المدارس احيانا ..

رابعاً – اختبارات الاستعداد APtitude Tests

وهي اختبارات مصممة للكشف عن قابلية خاصة واستعداد الفرد للقيام بعمل او مهارة معينة (انظر الصورة ٦١)، سواء كانت مهارة عملية، ام



صورة – ٦١ – اختبار مهارة الفرد ودقة حركة يده. مثال على اختبار الاستعداد .

لغوية، ام فنية، ام عسكرية.. الخ. وهي كما ترى اختبارات خاصة لان اختبارات الذكاء الانفة الذكر هي للقابليات العامة. فالتنبؤ عن قابلية طبيّة او موسيقية لدى انسان لايتعلق بذكائه العام بل بذكاء خاص ولذلك يحتاج الى اختبار خاص يختلف عن الاختبارات العامة. وقل كذلك عن قابلية الكتابة واللغة والحساب .

ومنذ الحرب العالمية الثانية، اهتمت السلطات العسكرية باختبار الاشخاص ذوي القابليات الخاصة: في الطيران، الكوماندوز، الغواصات، الفنيين.. الخ ونستطيع ان نتصور عدد الاختبارات التي يتعرض لها رواد الفضاء لاختيار أنسب وأصلح فرد يصلح لهذه المهمة الخطيرة من بين عشرات ومئات المرشحين.

خامساً ــ اختبارات الانجاز : achievement Tests

وهي الاختبارات المصممة لفحص قابلية الفرد لانجاز عمل معين الآن (وليس في المستقبل كما في اختبار الاستعداد) ، فهي اختبار لمعلومات ومهارات الشخص الحالية ــ التي تعلمها. ومجالات هذه الاختبارات عديدة ومعروفة ، واقرب مثال عليها هي «الامتحانات المدرسية» والجامعية ، فهي اختبارات للمعلومات التي تلقاها الطالب . وامتحانات التخرج في كليات الطب والهندسة والقانون هي اختبارات لمعرفة درجة اهلية وقابلية الخريج على ممارسة مهنته بعدئذ، فهي ايضاً اختبارات اداء Performance Test.

درجة او حاصل الذكاء :

رأينا ان الذكاء العام قد خضع للقياس المعياري الدقيق Standardized Test واصبح بالامكان قياس المقدرة العقلية والذكاء الحقيقي للفرد كما كان (بينيه) يحاول ذلك ونجح فيه . وكان بينيه هو اول من استعمل اصطلاح «العمر العقلي » mental age للدلالة على ذكاء الفرد (قابليته العقلية) في مرحلة معينة . والعمر العقلي (MA) قد لا يطابق العمر الحقيقي لذلك الفرد ، اي ان للفرد عمراً زمنياً (CA) . Chronological age

(وهو عمره كما مسجل في هويته الرسمية) ، وله‌عمر عقلي يدل على قابليته العقلية التي قد توازى عمراً اقل او اكثر من عمره الزمني حسب درجة ذكائه. فالفرق بين العمر العقلي والعمر الزمني او النسبة بينهما تدلنا على درجة ذكاء الفرد. فاذا تساوى العمران كانت النتيجة واحد (١) — وهو الذكاء المتوسط .

وهكذا نجد اننا بحاجة إلى رقم او دلالة او نسبة تدلنا على درجة الذكاء العقلي وحاصل النسبة بين العمرين العقلي والزمني. وقد ابتكر العالم النفسي (تيرمان) عملية حسابية مئوية تصلح كمؤشر لدرجة الذكاء، ودعاه «بحاصل الذكاء»

Intelligence Quotient(IQ) كما يبين في المعادلة ادناه :

$$\text{حاصل الذكاء IQ} = \frac{\text{العمر العقلي (MA)}}{\text{العمر الزمني (CA)}} \times ١٠٠$$

فاذا كان الصبي الذي اختبرناه بعمر (١٢) سنة — وهو عمره الزمني — وكانت نتيجة فحصه باحد اختبارات الذكاء العامة المذكورة آنفاً تساوي (١٥) سنة فان حساب حاصل (او درجة) الذكاء كما يلي :

$$\text{درجة الذكاء IQ} = \frac{١٥}{١٢} \times ١٠٠ = \frac{٥٠٠}{٤} = ١٢٥$$

اذن فالحاصل هو (١٢٥) — وهي درجة مئوية — ، وقد آثرنا استعمال مصطلح (درجة الذكاء) بدل (حاصل الذكاء) لسهولة لفظية ومعرفية. وسنرى أن الـ(١٢٥) تدل على (ذكاء جيد) . ان استعمال اصطلاح (نسبة الذكاء) غير صحيحة لغوياً ولا حسابياً لأن النسبة Ratio هي ليست الحاصل أو الدرجة الاخيرة Quotient .

ان درجة الذكاء (IQ) هي أقرب قياس لذكاء شخص ومقارنته بالآخرين

من الناس في نفس المرحلة من العمر ، فعندما وجدنا أن درجة ذكاء الصبي المذكور آنفاً هي (١٢٥) ، فانها درجة تصلح لمقارنته بكل الاطفال الذين عمرهم١٢سنة مثله، وليس بالامكان مقارنتها بـ(١٢٥)أخرى في أعمار أخرى..

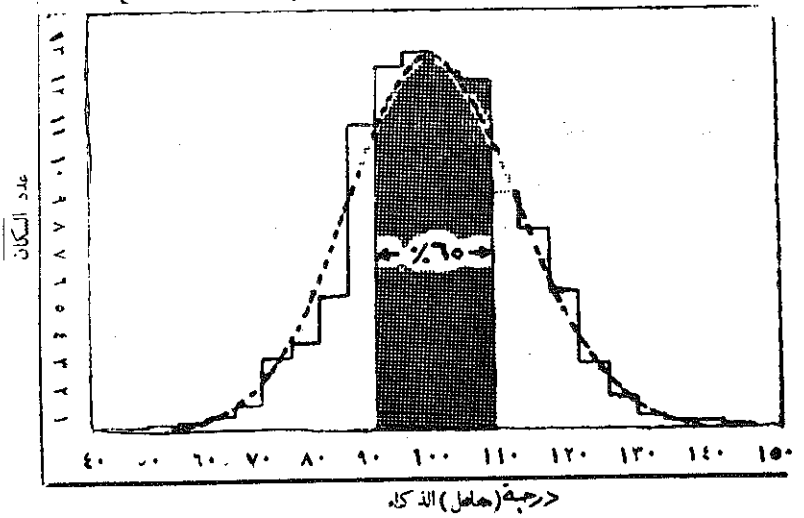
توزيع الذكاء بين السكان :

لو أخذنا عددا كبيرا (عشوائيا) من السكان واختبرنا ذكائهم ورسمنا خطاً بيانيا أو منحنى بتوزيع درجة الذكاء بين عدد السكان ، لوجدنا ان ذكاء السكان يتوزع بشكل المنحنى الطبيعي normal curve (الذي يشبه الجرس المقلوب) – الشكل ٦٢ – أي اننا نجد ان الغالبية من السكان ، (حوالي ٦٥٪ منهم)يتمتعون بذكاء متوسط (٩٠ – ١١٠) بينما نجد ان البقية (٣٥٪) هم اقليات تتمتع اما بذكاء عال وممتاز وعبقري (في الجزء الأيمن من المنحنى) ، أو بذكاء واطىء جدا ومتخلف (في النهاية اليسرى من المنحنى)وهم الذين نطلق عليهم المتخلفين عقليا .

الذكاء والابداع :

ان اختبارات (ستانفورد – بينيه) و (يكسلر – بيلفيو) رغم كونها ادق وأكفأ من اختبارات الانجاز ومن الإمتحانات المدرسية ، لكنها جميعاً لاتقيس قابلية عقلية أخرى – هي التي نطلق عليها الإبداع في التفكير Creativity.

وحل المشاكل يتضمن مرحلتين : فحص الإختبارات الموجودة ، ثم إختبار واحدة منها مناسبة – أي العبور من مرحلة توسيع وانفراج الفكر



شكل – ٦٢ – منحنى الذكاء وتوزيعه بين السكان .

divergence الى مرحلة جمع وحصر الفكر Convergence .وفي اختبارات الذكاء الإعتيادية ينحصر التفكير في جواب محدد من البداية كما رأينا ، بينما نجد أن اختباراً آخر ينفرج وينفتح فيه التفكير للكشف عن إبداعية الفرد .

ان دراسة شخصيات علمية وفنية دلت على ان العوامل التالية تتدخل في قابلية الإبداع ، وهي : الإستقلالية في الاحكام ، والطموح الى الانجاز ، البواعث الفردية ، وتحمل الغموض في المشاكل المطروحة . ومن هنا نتبين مدى صعوبة ايجاد اختبار دقيق للابداع .

الذكاء والعرق :

ان الجدل حول وراثة الذكاء وتأثير المحيط جرّ الى احتمال وراثة الذكاء عن طريق العرق والجنس ، وخاصة الفوارق بين البيض والسود . ولا ريب ان الجدل ونتائجه يحمل معه نتائج خطيرة على قضايا اجتماعية وسياسية ، بعيدة المدى .

ان بعض الباحثين الإمريكان (مثل شوكلي وجنسن) Shockley & Jensen وجدوا فوارق بين مجموعات البيض بحوالي ١٠ الى ١٥ درجة . وعزوها الى فوارق عرقية،بينما يقول علماء آخرون (مثل كيجان وغومسكى) Kegan & Chomksy بأن الإختلاف ظاهري ويرجع الى المحيط وليس الوراثة . ولعل النتائج الظاهرية الخادعة تعود الى ان اختبارات الذكاء المصممة والمستعملة لاختبار السود كانت مستندة على عينات من السكان البيض، ولان البيض والسود يترعرعون في ظروف مختلفة، ولانالسود لايسمحلهم بالاختلاط الحر معالبيض كجزء من سياسة التفريق العنصري racial discrimination . وقد وجد انه اثناء احتلال المانيا النازية من قبل الحلفاء وولادة اطفال غير شرعيين من المحاربين والأمريكان ، وجد ان الأطفال البيض والسود لم يظهر بينهم فوارق في الذكاء — لكونهم ترعرعوا في محيط المانى متشابه . كذلك فان الطفل الزنجي الذي تتبناه عائلة بيضاء قبل السنة الاولى من العمر

يسجل درجة ذكاء اعلى بـ (١٥) درجة من الطفل الزنجي الذي يبقى مع والديه الزنجيين ، مما يدل على أثر المحيط في هذه الفوارق العرقية ، فلا دخل لأصل الذكاء الوراثي للتمييز بين البيض والسود . وماتزال الابحاث جارية .

الذكاء المفرط :

ان الاطفال الموهوبين gifted children يقعون في الطرف الايمن في ، منحنى توزيع السكان (المخطط ٦٢) ، أي انهم يقعون ضمن الاقلية . وقد ساعدت اختبارات الذكاء على تشخيصهم وتتبعهم . ومن هذه الابحاث ماقام به (تيرمان) عام ١٩٢١ من تتبع (١٥٠٠) طفل موهوب تزيد درجة ذكائهم على (١٤٠) حتى بلوغهم سن الرشد واستمرت التقارير عنهم الى مدة نصف قرن . كان آخرها عندما بلغوا الستين من العمر .

وقد وجد تيرمان ان الأطفال الموهوبين كانو على العموم ذوي صحة نفسية وعقلية وجسمية جيدة ايضاً . وقد امتازوا بانهم بدأو التكلم في وقت مبكر نسبياً ، وكان وزنهم وطولهم اكثر من البقية ، وحصلوا على درجات عالية في المدارس ، وابدوا قابلية بارزة في القيادة والمرونة الاجتماعية . وكل ذلك يخالف الرأي الخاطىء القديم بان الذكي الجيد شخص هزيل الجسم وفاشل اجتماعيا . أما في حياتهم البالغة (في الشباب والكهولة) فقد كان اغلبهم ناجحين في اعمالهم (مع بعض الشواذ) ، لكن الفاشل منهم والناجح جدا لم يختلفا في درجة الذكاء بنسبة مهمة ، مما يدل على ان النجاح الاجتماعي لايتعلق بالذكاء فقط .

المعتوه العالم : idot-savant

هناك ظاهرة غريبة عند بعض المتخلفين عقلياً وهم من النوادر — بانهم يمتلكون قابلية عقلية خاصة وبارزة متميزة فوق معدل الذكاء الإعتيادي . مثال ذلك الطفل الذي نبغ في الرسم ، وآخر في النحت بينما لم ينطق حتى السابعة ولم يستطع تعلم القراءة والكتابة . ويكون ذكاؤهم عادة بدرجة الاخرق moron ، أي ان ذكاءهم العام واطىءالى درجة البله . وتوجد بضعة تفسيرات

لذلك منها : احتمال وجود ترابط دماغي خاص في موضع من اجزاء الدماغ، أو وجود مرض عقلي مصاحب للتخلف العقلي .. ، أو ان هذه الموهبة ، الخاصة تبدو بارزة مقارنة بأصحابه والمحيطين به .

درجات الذكاء والتأخر العقلي :

على الطرف الآخر من المنحنى الطبيعي للذكاء (المنحنى ٦٢) نجد الاقلية الاخرى من المتأخرين عقليا ، وهم الذين تقل درجة ذكائهم عن الـ(٧٠) ، اذا علمنا ان معدل الذكاء المتوسط هو بين (٩٠ — ١١٠) . وللمقارنة،وتعميم الفائدة نذكر هنا توزيع مستويات درجات الذكاء للرجوع أليها كمؤشرات في تحديد القابليات العقلية .

وهنا نجد تصانيف مختلفة بين باحث وآخر لكنها متقاربه على العموم.
ولعل ابسطها واكثرها استعمالا هو تصنيف (تيرمان) الذي وضع الجدول ادناه:

(حاصل) او درجة الذكاء	مستوى الذكاء
١ — ١٤٠ فما فوق	عبقري (لامع) genius
٢ — ١٢١ — ١٤٠	ممتاز جدا Very superior
٣ — ١١٠ — ١٢٠	ممتاز Superior
٤ — ٩٠ — ١١٠	طبيعي (متوسط) average
٥ — ٨٠ — ٩٠	غبي اعتيادي dull normal
٦ — ٧٠ — ٨٠	مقارب borderline
٧ — ٧٠ — فما فوق	متخلف عقلي feeble-minded
٨ — ٥٠ — ٧٠	اخرق Moron
٩ — ٢٥ — ٥٠	ابله imbecile
١٠ — ٢٥ — فما فوق	معتوه idiot



صورة –٦٣– انواع من امراض التخلف العقلي :
أ– صغر الرأس
ب– المنغولية
جـ– استسقاء الرأس .

ونلاحظ ان المستويات من ٧٠ إلى ٢٥ تقع في الطرف الايسر من منحني الذكاء وهم مجموعة المصابين بالتأخر (او النقص العقلي) mental subnormality ،وهم من المعوقين الذين يحتاجون إلى مدارس ومعاهد خاصة وإلى رعاية اجتماعية تستغل ماتبقى لديهم من قابليات للاستفادة منها والحفاظ عليهم لان بامكانهم خدمة المجتمع وتيسير الحركة الاجتماعية والاقتصادية للبلد بدل بقائهم عالة على المجتمع.

الفصل الثاني
الشخصية.. ومعاييرها..

يبدو ان اصطلاح «الشخصية» Personality سهل الفهم ظاهريا ، اما حقيقة ومعنى الشخصية وتنظيمها فليس مفهوما بالدرجة العلمية المطلوبة، وليس من السهولة الظاهرية قطعا. وعندما نتحدث عن «شخصية» فلان فقد نتحدث عن زوايا وجوانب مختلفة من الشخصية وليس عنها بالذات . فهي قد تعني: «المهارات الاجتماعية واساليب التعامل مع الآخرين »، وقد تعني «ابرز صفات الفرد» كأن نقول ان الشخص الفلاني «اعتدائي» «او كريم» او «خجول» ..

لكن علم النفس يرمي إلى تحديد تعريف علمي شامل يتضمن الفوارق الفردية التي تميز شخصية عن اخرى. ولم يتفق علماء النفس على تعريف واحد ايضا — كالذكاء ،بل ان التباعد بينهم اكثر . ان التعريف المناسب الشامل للشخصية يمكن ان يكون بالصيغة التالية :

«الشخصية» هي مجموعة متميزة من انماط السلوك وسبل التفكير التي تحدد تكيف الشخص لمحيطه .. »

ولكل كلمة من هذا التعريف مدلولها الدقيق. (فمتميزة) تدل على ثبات السلـــوك في شخص معين ..، اذ يمكن معرفة فلان (الهادىء) الـذي لاتثيره المزعجات والمثبطات ، وفلان (السريع الانفعـال) الذي يثور لاتفه الاسباب. والسلوك هو محصلة التفاعل بين صفات الشخصية من جهة والظروف الاجتماعية والاحوال المادية. واختلاف علماء النفس هو في نفوذ وقوة مختلف العوامل التي تحدد وتوجه سلوك الانسان . ومن هنا اختلفت نظريات تكوين الشخصية .

إن وصف الشخصية يتطلب بالضرورة وصف مكوناتها التي تطرقنا اليها في الفصول السابقة والمتضمنة : القابليات العقلية، والدوافع ، والاستجابات الوجدانية – الانفعالية ، والاتجاهات والعقائد والقيم المعنوية . وما سنتناوله في هذا الفصل هو كيف تنتظم وتتناسق هذه المكونات في الفرد الواحد لتبني منه شخصية تختلف عن شخصيات الاخرين .

صياغة الشخصية:

يولد الطفل وهو يمتلك قابليات معينة. لكن تطور الامكانيات والقابليات يعتمد على عملية النضج والتجربة اثناء النمو. وفي الطفولة ورياض الاطفال يمكننا ملاحظة الفوارق الشخصية في الذكاء والنشاط والصفات الجسدية والانفعالية والاستجابات .فما هي العوامل التي تتدخل في صياغة وتكوين الشخصية ؟ .

اولا – العوامل البيولوجية : وهي الوراثة في الجينات والكروموسومات والتي تحدد الكثير من معالم الشخصية وبنية الانسان ومتانتها ،والاستعداد للاصابة بامراض معينة. ويدخل مع العوامل البيولوجية الامراض المكتسبة التي تحدث في جسم الانسان تغيرات اخرى وتؤدي إلى تغير في اسلوب استجابته وسلوكه . فتصرف المريضة بداء (باركنسون) Parkinsons disease يختلف عن تصرف المصاب بـ(فرط الغدة الغرقية) Thyrotoxicosis .

ثانيا – العوامل النفسية: وهي العوامل الفردية وانعكاسات النزعات الفطرية والغرائز والدوافع على السلوك وعلى العلاقات الانسانية مع الآخرين ابتداء من الابوين فالاخوة فالزملاء في المدرسة، فالاصدقاء. وهي تتعلق بالتجارب الخاصة التي يمر بها ذلك الفرد.

ثالثا – العوامل المحيطية: وتتضمن بدورها عوامل فرعية كثيرة . فالمحيط الذي يعيش فيه الانسان يشمل: المناخ والظروف الجغرافية ، اضافة إلى الاحوال الاجتماعية والثقافية (من اعراف وتقاليد وقيم وتراث ودين) .

والمجتمع الكبير ذو الثقافة العامة قد يحتوي على ثقافات واقليات مختلفة ذات عادات وروابط تختلف عن بعضها الآخر، لكن اغلب العوامل تتعلق بالتجارب العامة – اي المشتركة التي يتعرض لها الافراد في منطقة معينة.

ان الذكر والانثى يتصرفان وفق المعايير الاجتماعية والثقافية السائدة في المجتمع الذي يعيشان فيه، ولكل مهنة تقاليدها المتعارف عليها. فالطبيب يتصرف كذا .. ، والبائع كذا .. ، وسائق التاكسي وشرطي المرور كذا .. ، ويتصرف الناس في ملعب كرة القدم خلاف مايتصرفون في صلاة الجمعة او الكنيسة وخلاف حفلة او خطاب سياسي او حضور عزاء ميت. وهكذا نرى كيف ان التجارب العامة السائدة تسهم في صياغة الشخصية باطار عام متشابه أحيانا ، لكن الاختلافات الشخصية لاتزول ايضا لان التجارب العامة لاتنتقل إلى الافراد بنفس الدرجة والقوة والتأثير، ومن ينقلها إلى الصغار هم الكبار، والكبار مختلفون عن بعضهم ووراثة الافراد مختلفة، والظروف النفسية الخاصة مختلفة ايضا ..

ويستجيب الانسان للضغوط الاجتماعية والعائلية وفق استعدادة وقابليته وتربيته السابقة . وهنا يدخل دور الوالدين في صياغة الشخصية Shaping Personalitly ، وتدخل عوامل الثواب والعقاب وطراز سلوك الوالدين واتجاههم نحو الصغير. فهذا صبي يصف والده بأنه كان : كسولا، عنيدا ، ومتملصا. وصبي آخر يصف والده بانه كان :حنونا .. سهلا .. يتبادل الحديث والقصص الجذابة . وتجربة شخص اثناء اصابته بمرض معين تختلف عن آخر .. ، فزيد يجد ان دور نقاهته قد علمه الدلال والطلبات والاتكالية، وعمرو يجد ان المرض ارهق والديه وعطله عن المدرسة والتقدم . وموت احد الابوين او دخول سباق في الدراجات .. الخ نماذج لعشرات ومئات التجارب الشخصية للانسان والتي تؤثر فيه نفسيا .. ، وتصوغ شخصيته المستقبلية رويداً رويداً..

ان تفاعل العوامل الثلاثة: من تكوين بيولوجي ووراثي، ومن تجارب شخصية ـ نفسية، ومن تعلم اجتماعي ـ محيطي عام .. يؤدي بالاخير إلى صياغة شخصية البالغ ويميزها عن غيرها.

نظريات الشخصية :

نظريات الشخصية وبناء الشخصية متعددة، متشعبة، قديمة وحديثة ..، بدأت منذ عهد ابيوقراط وجالينوس في نظرية الاخلاط والسوائل السارية في الجسم .. ، وانتهت إلى يومنا هذا باتجاهات رئيسية اربعة هي :

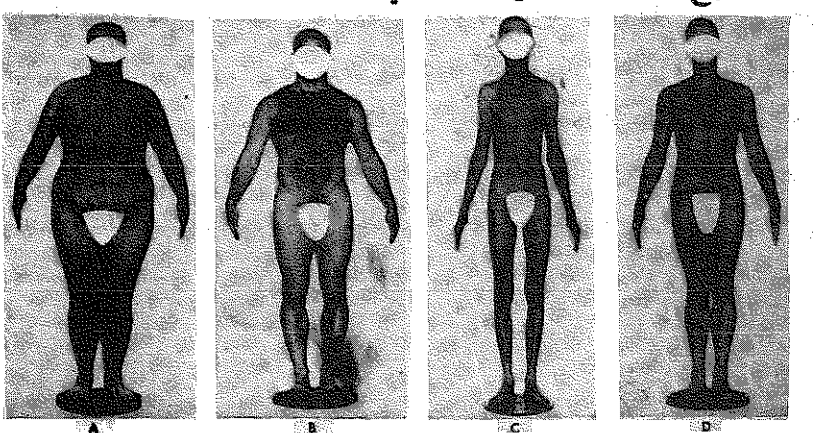
١ ـ النظريات المستندة إلى سمات وصفات وانماط الشخصية .
٢ ـ النظريات المستندة إلى التعلم الاجتماعي .
٣ ـ نظرية فرويد في التحليل النفسي .
٤ ـ النظريات الظاهراتيه .

اولا ـ نظريات السمات والصفات والانماط :

ان تصنيف الناس إلى سمات وصفات كانت ـ ولاتزال عادة سائدة بين الناس والفلاسفة والحكماء والاطباء . من هذه النظريات نذكر نظرية الاخلاط القديمة لجالينوس (راجع فصل تاريخ علم النفس). اما النظريات المهمة الحديثة فنذكر منها:

أ ـ نظرية البنية Physique & constitution

وهي ليست نظرية متكاملة في الحقيقة بل «تصنيف» للناس قام به العالم (كريتشمر) Kretschmer اذ درس تركيب وبنية الناس وصنفهم إلى اربعة انواع (أنظر الشكل ٦٤) هي :



شكل ـ ٦٤ ـ انماط الشخصية حسب نظرية (كريتشمر) مستندة عل نوعية بنية الشخص .

١ ــ ذوي البنية المكتنزة Pyknic type المتميزة بالامتلاء والبدانة ودقة الاطراف وقصرها وقصر الرقبة مع طبع انبساطي وانفعالات مرحه واجتماعية وعرضة للتقلب السريع (A)

٢ ــ ذوي البنية النحيفة asthenic type ، اي البنية الواهنة المتميزة بنحافة الجسم وطول الاطراف (C)ويكون صاحبها انطوائيا خجولا وحساسا ورزينا.

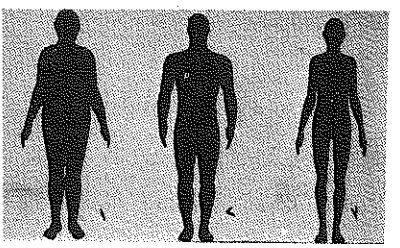
٣ ــ ذوي البنية الرياضية athletic المتميزة بالجسم العضلي القوي (B)، ويكون صاحبها ميالا للانطواء .

٤ ــ ذوي البنية الحثلية dysplastic type ــ اي المرتبكة الشكل غير المتناسقة (D).

ب ــ نظرية شيلدون في البنية ايضاً:

وقد جاء العالم (شيلدون) Sheldon في امريكا عام ١٩٥٤ بدراسات اضافية وقياسات دقيقة لكميات العضلات والعظام والاحشاء وطبقة الجلد. وبعد احصائيات .. صنف الناس إلى ثلاثة انماط من البنية ولكل نمط «حالة نفسية» او استعداد سلوكي مصاحب لها (انظر الشكل ٦٥) ، فهي نظرية متطورة لكنها مقاربة لنظرية كريتشمر التي سبقتها :

١ ــ النمط البدين endomorph او السمين ضخم الاحشاء ،غليظ اعضاء الجسم (١ ــ من الشكل ٦٥). ويكون من ذوي الطبع او المزاج المسترخي،



شكل ــ ٦٥ ــ انماط الخشصية حسب نظرية (شيلدون) مستندة على البنية ايضاً .

والمنشرح ، الاجتماعي الميال إلى المتعة عن طريق الاكل وهو ماسماه باصطلاح (مزاج احشائي) Viscerotonic .

٢ – العبل mesomorphاي العضلي ، الرياضي القوي الصلب البنيان (٢ – من الشكل ٦٥).ويكون من ذوي الطبع المغامر الصاخب والنزعة التنافسية – البدائية، وسماه باصطلاح «المزاج الجسدي» Somatotonic

٣ – النمط النحيف ectomorph ، الدقيق التقاطيع ،الضعيف ، الطويل الاطراف، القليل العضل والاحشاء (٣ – من الشكل ٦٥). ويكون من ذوي الطبع الهادىء المتحفظ المرهف الحس المحب للانطواء ..، وسماه باصطلاح «الطبع العقلاني» cerebrotonic .

ان البنية دون شك تحدد من شخصية الانسان ومجالات نشاطها . فالفتاة البدينة لاتحلم ان تصبح راقصة باليه، والشاب النحيف الطويل لايمكن ان يكون لاعب جيمناستيك ،والطفل العضلي القوي يميل الى استخدام قوته وعدوانيته مع الضعفاء .ومع ذلك فان البنية لوحدها لايمكن ان تقرر وتحدد الصفات المميزة للشخصية..

ج – نظرية يونج في الانماط type theory

كان العالم (كارل يونج) C. Yung قد صنف الناس عموما الى مجموعتين كبيرتين من انماط الشخصية هما:

١ – الشخصية الانطوائية introvert ، وهي الشخصية التي تميل الى سحب طاقاتها (الليبيدو) الى الداخل – الى الذات ، وخاصة اوقات الشدائد. فهي انطوائية :خجولة، غير اجتماعية ،قليلة الاصدقاء ،حساسة ، ولكن صاحبها رزين وعميق التفكير.

٢ – الشخصية الانبساطية extravert وهي التي تميل الى الانطلاق بنشاطها إلى الخارج – خارج الذات .. والتعرف على الاخرين وبناء علاقات جديدة .ويكون صاحبها مرحا ومندفعا ،لكنه سطحي ومتقلب ويحب الظهور ..

ولنظرية (يونج) في انماط الشخصية قيمة ومكانة في علم النفس والطب النفسي، فقد أصبحت اساسا لدراسات موسعة في الشخصية .

د ـ نظرية السمات Trait Theory

وهي نظرية سهلة ومفهومة من قبل العامة لاننا نستخدمها في لغتنا الادبية والدارجة لوصف شخصيات الناس . فهنالك الشخص الكريم أو البخيل أو الثرثار أو الخجول أو المحتال أو العابس أو البشوش أو المتسامح أو الذكي.. الخ .. الخ .. من مئات (السمات) التي تزخر بها قواميس كل لغة.لكن ، هل بامكان علم النفس اعتماد هذه السمات لوصف وتحديد الشخصية أوحتى قياسها بها ؟ ..

ان المهمة الصعبة هي ايجاد السمات الاساسية من بين مئات السمات التي تطرقنا الى بعضها . وباستخدام اسلوب تحليل العوامل factor analysis تمكن العالم (كاتل) Cattel بعد دراسة مستفيضة من اختزال مئات السمات العامة الى (١٦) واحدة فقط يمكن بها تمييز شخصية عن أخرى . وصمّم استفتاء Questionaire سماه باستفتاء الشخصية ذوى الـ ١٦ عامل ـ sixteen personality factor Questionaire (16 P F Q) بحيث يعطينا الإستفتاء صورة جانبية للشخصية peronality profile .

ان نظرية السمات والانماط رغم علميتها وموضوعيتها لا تزال قاصرة وتعاني من مشاكل مختلفة من حيث الدقة .

هـ ـ نظرية الأبعاد dimensional theory

حاول العالم النفسي (آيزنك) Eysenck ايجاد تشكيلة علمية لبناء الشخصية تجمع بين السمات والانماط والطباع في نظرية ابعاد مجسمة تكون فيها الشخصية ذات أربعة ابعاد (أو محاور رئيسية) هي :

١ ـ البعد الاول هو الإنطواء ٢ ـ والثاني المناقض له هو الإنبساط
٣ ـ والثالث هوالإستقرار أو (الاتزان) .
٤ ـ والرابع عدم الإستقرار (أو القلق) .

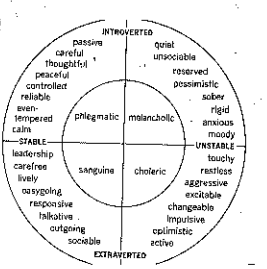
وتتقاطع المحاور لتشكل اشبه بدائرة تمثل الشخصية تنقسم الى اربع قطع ، ثم وزع سمات الشخصية التي استعرضها (كاتل) سابقاً ووزعها بين المحاور الاساسية، أي ان السمات اصبحت اجزاء بين المحاور الكبرى الاربع (انظر الشكل ٦٦) .

وللفائدة ابقينا الشكل وكلماته الانجليزية التي تصف السمات ، ذاكرين هذه السمات وهي موزعة حسب الترتيب التالي :

لو بدأنا من الساعة (١٢) في الدائرة حيث يقع الانطوائي ثم سرنا مع عقرب الساعة نحو (غير المستقر) لوجدنا السمات التالية : الهاديء ، غير الاجتماعي المتحفظ، المتشائم ، المقتصد ، الصلب ، القلق الإنفعالي. ومن (غير المستقر) باتجاه (الإنبساطي) نجد السمات التالية :

سريع الاستثارة (زعول) ، القلق العدائي ، السهل الاستفزاز ، المتقلب ، الاندفاعي ، المتفائل ، النشط . ومن الانبساطي نحو (المستقر) نجد السمات التالية: الاجتماعي، المتفتح، المتكلم، الودود، السهل، الحيوي، المنطلق ، القائد . ومن المستقر (الرزن) عائدين الى (الإنطوئي) نجد السمات التالية : الهاديء ، الثابت العواطف ، المعتمد عليه ، المسيطر على ارادته ، المسالم ، المفكر ، السلبي .

وقد حاول ايزنك ربط هذا التخطيط للشخصية والسمات بالنظرية القديمة لجالينوس فوضع الدائرة الصغيرة (في الشكل ٦٦) حيث نجد : الميلا نخولي والصفراوي والدموي ، والبلغمي من انماط (اخلاط) الشخصية .



شكل – ٦٦ – نظرية ابعاد الشخصية وسماتها حسب تقسيم ايزنك

ان مايجلب النقد لنظرية السمات عموما ان الفرد تتعدد سماته وصفاته حسب دوره ومكانه الاجتماعي . فالصبي الذي وضعناه «قويا مسيطرا رياضياً » ، في المدرسة قد يكون خاضعاً مطيعاً في البيت امام والديه ، لكن السمة والطبع والنمط يحدد دون شك نزعة وميل الانسان نحو سلوك معين وبالتالي شخصيته عموما..

ثانياً ـ نظريات التعلم الاجتماعي :

هنا يؤكد علماء النفس على اهمية (المواقف ... والمحيط) في تحديد الشخصية، وان سلوك الفرد هو عملية دينمية حيوية من تفاعل بين المحيط والفرد . فالمحيط يؤثر في سلوك الفرد يعيد تأثيره على المحيط بالتبادل . والعقاب والثواب بمختلف درجاته يدخل عاملا مهما في التفاعل . وبذلك تكون الفوارق الشخصية للسلوك نابعة من التجارب والتعلم خلال عملية النمو . ويدخل ضمن ذلك التعلم غير المباشر بمشاهدة تجارب الآخر وهو ما دعيناه بالتعلم البديلي Vicarious Learning. وفي موقف معين situation يكون سلوك الفرد معتمدا على طبيعة الموقف ، ودرجة ادراك الفرد له ، وما تعلمه الفرد سابقاً في مواقف مقاربة أو متشابهة .

وهكذا يكون السلوك ثابتاً في المواقف المتشابهة أو بالعكس . لكن الاشخاص تختلف عن بعضها في الذكاء والمهارة الأجتماعية والكفاءة البدنية والعادات الادراكية ، والمثل والقيم المؤمن بها ، مع طموحاته هو . اذن ، فالفرد، يتفاعل مع المحيط ويستطيع ان يؤثر في المحيط اذا أراد ـ أو امكن ذلك. مثال ذلك : الشخص العدائي المزعج للاخرين يجد امامه مجتمعاً عدائياً ، والشخص المتودد الفطن الحذر يجعل نفس المجتمع مرتاحا منه متقبلا له .

ثالثاً ـ نظرية التحليل النفسي :

تنظر مدرسة التحليل النفسي الفريدوية الى الشخصية من زاوية مختلفة أخرى ، فهي تعتبر ان الدوافع اللاشعورية هي الموجهات للسلوك . واعتبر فرويد ان هيكل الشخصية يتكون من ثلاثة اجزاء هي :

أ ـ الهو id ب ـ الانا ego جـ ـ الانا الاعلى Super ego

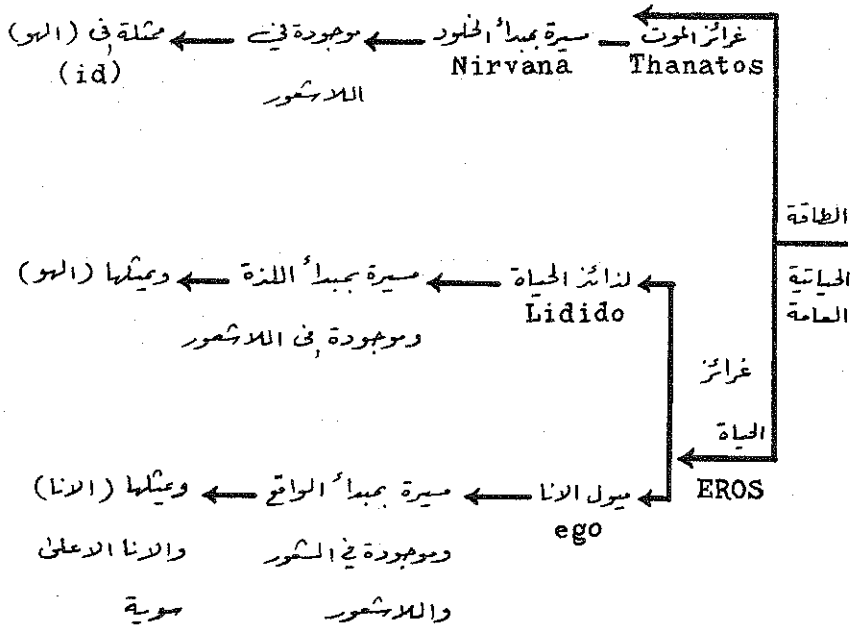
أ ــ فالهو (id) هو أصل وقاعدة الشخصية لانه موجود منذ الولادة ومنه ينشأ ويتكون الانا الاعلى . وهو يتضمن كل وراثة الإنسان : من غرائز ، الحياة والجنس والعدوان والفناء . وهو مرتبط بالحاجات البيولوجية وبطاقة الحياة (والجنس) ــ أي الليبدو libido . ويسعى الهو الى إشباع حاجاته والى اللذة العاجلة والى تخفيف توتر الرغبات بسرعة ، فالهو ــ كالطفل ــ يؤمن بمبدأ اللذة pleasure principle، ويتجنب الالم بغض النظر عن الظروف والمواقف. فاذا أضطر، فانه يحقق رغبته في التخيلات واحلام اليقظة والاحلام.

ب ــ أما (الانا) ego فهو من صنع الواقع والحقيقة . فالانسان الجائع الذي لم يحصل على طعامه ولم يشبع بتخيله للطعام يضطر للبحث عنه في الواقع ويستوعب معنى الصبر والالم والمثابرة ــ وهذا هو مبدأ الواقع reality . وهكذا يتكون (الانا) ليدرس الواقع ويتصرف وفق الظروف والاحوال الانية: فهو يضبط الغرائز والجنس (المنطلقة من الهو) الى ان يحين موعدها المناسب وبذلك يصبح رقيبا على الهو ومنفذا لرغباته في الوقت المناسب وعلى ضوء الواقع وليس كما يشتهي الهو وحده .

جـ ــ أما (الانا الاعلى) super ego ، فهو الجزء الذي يمتص من الابوين والمجتمع والثقافة المحلية كل المثل العليا والمباديء والقيم السامية والتقاليد فيقتدي بها ويتفحصها ويجعلها مبدأه العام الذي لايحيد عنه. فهو يحكم على الاشياء والرغبات بنظرة مثالية ويصدر قراره بالخطأ أو الصواب . فهو بمثابة ضمير الانسان الذي يحاسب ويعاقب ويكافيء . وبما ان الابوين يسيطران على سلوك الطفل بالعقاب والثواب ، فان الانا الاعلى كذلك يوحي للطفل أن السرقة مثلا جريمة . وهكذا نجد اختلاف تأثير التربية ونوعية مثل وتعاليم الاسرة في تكوين (الانا الاعلى) للفرد .

وبهذه الاجزاء الثلاثة واتجاهاتها تتكون الشخصية بعد سنوات . وبالتوازن والتعاون بينها تكون الشخصية متوازنة ومنسجمة وطبيعية . فالانا (الواقعي) يزن الامور ويتحكم في (نزوات) ألهو ، لما يوفق بين تلك النزعات والواقع

، (ومثاليات) الانا . فاذا حدث توتر أوشذوذ أو طغيان من قبل احد الاجزاء اضطربت الشخصية ، وقد تصاب بمرض نفسي (انظر المخطط ٦٧) .
ويعتقد فرويد ان الصراع بين الانا والإنا الاعلى والهو هي مصدر القلق الاولي عند الانسان primary anxiety. وعندما يحتدم الصراع يلجأ عقل الانسان الى حيل ووسائل دفاعية لتخفيفه أو ازالته ، وهي الآليات العقلية التي سنتحدث عنها في الصحة النفسية ، لكن من أهم واشهر هذه الوسائل الدفاعية هي الكبت repression.والكبت هو إجراء وقتي(يطمس) الصراع في اللاشعور



مخطط – ٦٧ – هيكل الشخصية حسب نظرية فرويد

ويحل الازمة رغم ان النزعات لاتنمحى بل تختفي اذ انها تعود وتحاول العودة الى الشعور ، وبذلك تؤثر في سلوك الانسان لاشعورياً .

اذن فشخصية الانسان تتأثر بالدوافع وبدرجة التعاون وتوزيع القوى بين الهو والانا والانا الاعلى، ولكنها تتأثر بكيفية تطور الحياة الجنسية للفرد. وسنأتي على ذكر ذلك في شرح نظرية فرويد، الا ان مايتعلق بالشخصية هو ان الطفل يمر بمراحل (بيولوجية) جنسية، وفي كل مرحلة يمكن ان تتعرض فيها شخصيته إلى تجربة وتطوير وتغيير . اي ان شخصية الانسان البالغ يمكن ان تصاغ في السنوات الثماني ــ او العشر الاولى من حياته بالتثبيت مثلا fixation ، وبذلك تختم المرحلة الجنسية الطفلية الشخصية بختمها وسمتها،وقد تكون احدى المراحل ذات نفوذ واثر اعمق واشد من غيرها. وكل ذلك يؤكد الاتجاه الغريزي في نظرية فرويد.

رابعاً ــ النظريات الظاهراتية phenomenologlical

وهي مجموعة نظريات متقاربة مع بعضها في الاستناد إلى دور « التجربة الذاتية »للانسان ونظرته إلى العالم . فهي لاتكترث بالدوافع ولاباستشفاف ماسيحدث مستقبلا ، لكنها تركز على كيفية تفهم الفرد للحياة والاحداث وكيف يفسرها هو كظاهرة تخصه هو . فهي بالحقيقة ترفض التفسير البيولوجي ــ الغريزي والاستجابات السلوكية من فعل ورد فعل وترفض نظرية التحليل النفسي واللاشعور وتركز على وجود الانسان كمحور مركزي وعلى ما يجري حوله آنيا.

ان سلوك الفرد الذي قد يبدو لنا غريبا، يمكن ان يغدو مفهوما فيما لو عرفنا «معنى» الموقف الذي فهمه ذلك الفرد. وكمثال على ذلك: كانت احدى لاعبات التنس تصرخ وتولول اثناء اللعبة مدعية ان خصيمتها تحاول اثارة اعصابها بتأخير اللعبة. ان تصرفها في الظاهر تصرف أحمق وطفلي ، بينما الاخرى تعتبر «نموذجا» في الساحة. اما الحقيقة فهي ان اللاعبة الثانية كانت

فعلا من اللواتي يؤخرن اللعبة في محاولة لاغاظة اللاعبات . فكان صراخ تلك اللاعبة محقا – في نظرها – لانها تعرف ان ذلك سيؤدي بها إلى التوتر فالخسارة .اذن فالظاهرة الشخصية يفهمها الفرد وهي التي تحدد سلوكه .

ومن النظريات الظاهراتية نجد الاتجاهات «الانسانية» في علم النفس humanistic لانها تركز على الفرق بين الانسان والحيوان في ارادته الحرة وقيادته للذات . ومن هنا برزت ايضا مدرسة علم النفس الوجودي ontological psychology ، ونظرية «تحقيق الذات» self-actualization التي جاء بها (كارل روجرز) C Rogers في امريكا والذي يعتقد ان الدافع الاساسي للكائن البشري هو تحقيق الذات بمفهوم معقول ومقبول لدى الفرد بما لديه من امكانيات. فتحقيق اللقاء بين الذات الحقيقة والذات المثالية يؤدي إلى ذلك.وقد طور (ماسلو) – كما وجدنا – وجهة نظر روجرز وفصل مزايا تحقيق الذات (المخطط ٥٦).

قياس الشخصية :

يمكننا تصور مدى الصعوبة في قياس الشخصية مقارنة بالدقة النسبية وصغر مجال مقاييس الذكاء.فالذكاء جزء من مكونات الشخصية وهي نسيج متشابك ومعقد من قابليات اخرى، لذلك لم يصمم لحد الان ذلك المقياس الدقيق لها .لكن المحاولات مستمرة ،والمقاييس الموضوعة لحد الآن متعددة وتستطيع ان تشير إلى جوانب من الشخصية وإلى صفات وانماط مقاربة تعتبر مساعدة جدا لتشخيص وفهم شخصية معينة اضافة إلى وسائل الفحص والتشخيص الاخرى التي يتستخدمها علم النفس السريري.

اننا بأختيارنا المعارف والاصدقاء ،وبتعاملنا مع الآخرين ، انما نستخدم «معاييرنا »وقياساتنا الفردية لتقدير الشخصيةوالحكم على مميزاتها بالخبرةو الملاحظة وقد نتأثر بالحكم على شخص باعتباره منتميا او ناشئا بين جماعة او فئة وهذا الحكم «النمطي »غير دقيق . كما اننا نتأثر احيانا بانطباعات سطحية

ونتأثر بصفة شخصية (سيئة او جيدة) ونتحيز ونحكم على الشخص من خلالها، وهذا غير مجزيء وهو ما نسميه بـ«تأثير الهالة» halo effect .

لذلك نجد ان تصميم اختبارات موضوعية وعلمية للشخصية مهما كانت غير دقيقة جدا فانها ادق بكثير من الاحكام والانطباعات العارضة والشخصية .

ويمكن تقسيم اختبارات الشخصية الى ثلاث مجموعات :

أ ـ اختبارات الملاحظة observational methods

ب ـ اختبارات الاستفتاء personality inventory

جـ ـ الاختبارات الاسقاطية projective techniques

أ ـ اختبارات الملاحظة :

يمكن ملاحظة الشخص من قبل خبير مدرب في مواقف طبيعية(مراقبة التلميذ وهو في الصف والمدرسة مثلا)، او في موقف تجريبي (مراقبة التلميذ بعد اعطائه اسئلة يجيب عليها في وقت معين) او بالحوار والمقابلة المباشرة interview (اما من قبل النفساني الفاحص او من قبل صاحب العمل الذي يريد توظيف ذلك الشخص مثلا ..) . بعد ذلك يمكن اعطاء درجة الاختبار وفق قياس معين ، ونكون قد حددنا الشخصية .

ب ـ اختبارات الاستفتاء :

وهي بالحقيقة مجموعة اسئلة (بطارية اسئلة) battery يجيب عليها الشخص المفحوص وتعكس مشاعره واستجاباته في مواقف مختلفة . وهي تختلف عن اختبارات واسئلة المقابلة المذكورة آنفا بأن اسئلة الاستفتاء ثابتة وتقدم لجميع الاشخاص من المفحوصين دون تغيير او تمييز ، كما ان تحديد الدرجة والنتيجة يتم وفق معيار قياسي احصائي .

وبطارية الاسئلة هذه يمكن ان تختص بصفة او ميزة او«بعد» dimension واحد من مكونات الشخصية ، او قد تختبر بضعة أوجه لتلك الشخصية . واختبار (كاتل) ذو الـ(١٦) عامل(16 P F Q)المذكور سابقا مثال على ذلك.

والاختبار المشهور جدا هو (اختبار مينيسوتا المتعدد المراحل) ...

Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) ،ويتألف من (٥٥٠) فقرة يجيب عليها الشخص بـ(صح) او (خطأ). وقد صمم الاختبار ليساعد الاطباء النفسيين على تشخيص الامراض النفسية ، لكنه استخدم كذلك لدراسة شخصية الانسان الاعتيادي .

والاختبارات الاخرى المعروفة هي (اختبار كاليفورنيا للشخصية) California Personality Inventory (CPI) ، و (اختبار آيزنك للشخصية) Eysenck Personality Inventory (EPI) . والاول يقيس صفات السيطرة وحب الاجتماع وتقبل المسؤولية، والثاني يقيس انماط الانبساط والانطواء والقلق والاستقرار ودرجاتها . ان ثغرات مثل هذه الاختبارات انها تعتمد على درجة فهم الشخص للسؤال وعلى درجة رغبته في الاجابة وصدقه، وعلى الغاية من اجراء الفحص. فالاجابات تختلف نوعاً ما اذا كانت لغرض التقديم للتعيين في وظيفة او كانت للحصول على علاج نفسي ودخول مستشفى الخ.

ج – الاختبارات الاسقاطية :

الاسقاط Projection هو آلية نفسية دفاعية سنأتي على ذكرها تتلخص بأن الشخص يعكس ماهي شعوره ووجدانه على الخارج فيراها في الاشياء والاشخاص الآخرين. فاذا كان يكره الناس اتهم الآخرين بانهم يكرهونه واذا كان مكتئبا رأى الدنيا قاتمة والاشياء حزينة..، فاذا كان سعيدا رأى العالم الخارجي بمنظار السعادة، وهكذا..

وتعتمد الاختبارات الاسقاطية على هذه الآلية لمعرفة مشاعر الشخص بأن تقدم له منبهات او مثيرات خارجية غامضة ambiguous وتطلب منه ان يفسرها ويتكلم عنها. والمثير والغامض غير الواضح المبهم يضطر الانسان الى التخيل في تحليله، ومن التحليل يعكس اي يسقط مشاعره الذاتية وأحواله واتجاهاته الداخلية الى الخارج . وهكذا يقوم الفاحص بدراسة اجابة الشخص لمعرفة كنه شخصيته وميولها من: عدوان، او عزلة، او كآبة او تفاؤل، او شكوك، او حب الرضوخ او الثورة او الجنس... الخ..

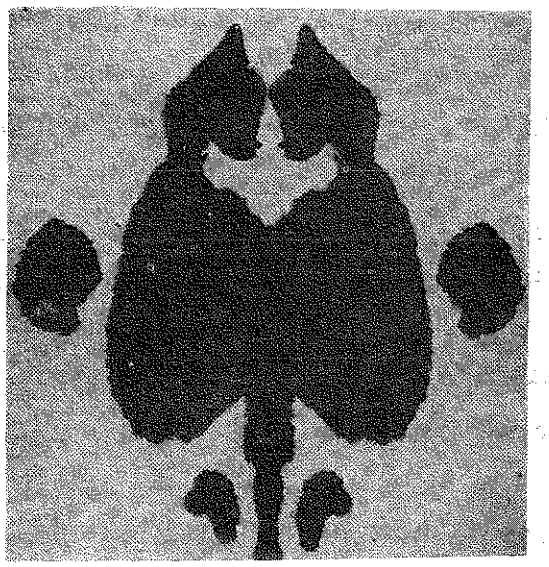
ومن اشهر الاختبارات الاسقاطية – وهي متعددة – نذكر :

١ – اختبار رورشاخ Rorschach Test

٢ – اختبار فهم الموضوع Thematic Apperception Test (TAT)

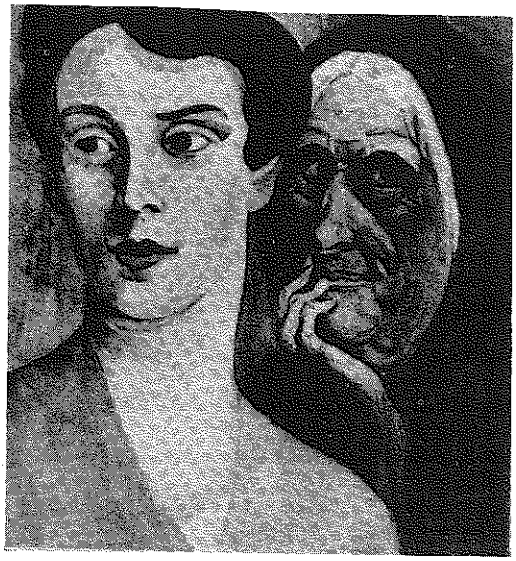
واختبار رورشاخ (انظر الشكل ٦٨) ابتكره العالم النفساني السويسوي (هيرمان رورشاخ) عام ١٩٢٠ ، ويتكون من عشر لوحات تضم كل واحدة بقعة حبر Ink blot متناظرة ومتساوية بطرفيها . وتقدم الصورة (او شكل بقعة الحبر) الى الشخص ويسأل ان يشرح ماذا يعنى له هذا الشكل، ويسأل اسئلة اخرى حول الموضوع .ويمكن للفاحص تحديد استجابة الفرد ووضعها وفق اسس معينة وثابتة وهي :

الموقع ، المحددات ، المحتوى.. ، التفاصيل . ويسجل الفاحص الخبير بالرورشاخ ملاحظاته على كل لوحة ثم يحكم على شخصية الفرد .



الشكل – ٦٨ – لوحة من لوحات اختبار رورشاخ

اما (اختبار فهم الموضوع) TAT ،فقد صممته جامعة (هارفرد)في امريكا من قبل (موري) Murry عام ١٩٣٠ . ويتكون من عشرين صورة تدل كل واحدة على موقف مبهم (انظر الصورة ٦٩) ويطلب من الشخص ان يحكي قصة قصيرة عما يمكن ان تدل عليه الصورة . ومن خلال القصة يمكن ان تدرس مشاعر واتجاهات الشخص. فالاختبار يكشف عن قابلية الشخص



شكل – ٩٩ – احدى لوحات اختبار فهم الموضوع .

(لفهم) الموضوع وتقبله و(اسلوب) تخيله لمحتوياته . وقد نستغرب اذا علمنا ان كل شخص يحكي قصة مغايرة لحكايات الآخرين ، مما يدل على تأثير الاسقاط أو الشعور الذاتي (اى الشخصية) في الاختبار .

ان ثغرات الاختبارات الاسقاطية (ومنها ايضا :رسم رجل ،او رسم صورة او إكمال جمل ناقصة ..)انها لم تخضع للقياس الاحصائي المعياري الطويل بعد ، كما ان الاحكام الصادرة عنها تعتمد على خبرة وانطباع الفاحص . وعليه فانها لاتكفى لوحدها لقياس الشخصية ولا تصلح الا اذا قورنت وقوبلت مع دلائل وفحوصات سريرية وطبية اخرى وبسيرة الشخص الذاتية .

ثبات الشخصية (Consistency of personlity).

ان دراسة الشخصية تقودنا الى افتراض ثبات واستمرارية في مميزات الشخصية الواحدة . فاذا كان شخص ما مخلصاً وصاحب ضمير وصدوقاً فاننا نتوقع ان يكون سلوكه ثابتاً في هذه الاتجاهات في جميع الاحوال ، لكن الابحاث والظواهر لم تثبت ذلك كما سنلخصه ادناه:

أ – بتتبع مجموعة من مائة شخص طيلة ٢٥ عاما ابتداء من الدراسة المتوسطة فالثانوية فالكلية. واستخدام نفس الاختبارات معهم، ظهر تناقض في نسبة

ثبات مميزات وصفات الشخصية. ولكنها مع ذلك استمرت في الثبات النسبي في عديد من فقرات الاختبار كما حصل في اختبار تيرمان للموهوبين المذكور سابقاً..

ب – ان جماعة نظرية التعلم الاجتماعي يعتبرون الثبات هو ثبات خاص بالموقف المعين (ثبات موقفي خاص) Situation Specific وليس ثباتا مطلقاً في السمات والصفات الشخصية. ويقولون ان الثبات ظاهري لاننا نرى الشخص ذاته بسحنته وطوله واسلوب كلامه او بمهنته او هوايته الّي اشتهر بها ، ولان الشخص يتصرف امامنا مثلما نتوقع منه رغم مرور الزمن، لكنه يبدل من سلوكه في غيابنا.

جـ – اذا كنا نريد فهم سلوك شخص فاننا بحاجة الى معرفة سماته ومعرفة الظرف الخاص الذي يمر فيه اي كيف تؤثر الصفة في الموقف والعكس بالعكس . وقد تبين من تجارب عديدة انه ليس من السهل القول بوجود صفات عامة كالقلق او العدوان بدون اقترانها بالظروف الذي تبرز فيه . فاذا سجل شخصان صفة القلق الشديد فلا يعني ذلك تساويهما في القلق، بل ربما كان (أ) يقلق في موقف خطر يهدد حياته، وكان (ب) يقلق قبل القاء خطاب او تأدية امتحان.

وأخيراً، فإن النظرة إلى الشخصية كتركيب متناسق بين أجزاء ومميزات وسجايا وقابليات عقلية ، يحملنا على فحصها بمعيار موضوعي يدل على شيْ من الثبات ، وان الثبات نسبي – بمعنى أن صفات الشخصية وعواملها تنضج في الظروف والمواقف ، وان الشخصية هي محصلة التفاعل بينها.

الشخصية والتنجيم :

بعض الناس يؤمن بعلم التنجيم astrology والاستدلال بالنجوم والافلاك والمدارات (كمدار الجدي والسرطان والعقرب .. الخ) لقراءة المستقبل ومعرفة صفات الشخصية وميولها واهوائها ، بل انهم يتتبعون الصحف

التي تنشر هذه الأبواب تباعاً. ولعل من المفيد علمياً التطرق إلى ذلك، خاصة وانها تبدو لأول وهلة وكأنها معقولة وصحيحة.

والحقيقة أن مايكتبه المنجمون من احتمالات تحمل صفة عامة غامضة يمكن أن تلائم وتوافق رغبات أي شخص ، ولذلك يتصور الشخص بانها تنطبق عليه فعلا. وما اسهل من صياغة جمل عامة مبهمة تقبل عدة تأويلات، مثلا :« أن توافقك الجنسي يجابهك بمشاكل «أو» انك تميل إلى نقد نفسك». وقد سمى بعض علماء النفس هذه الظاهرة ومفعولها بـ (تأثير بارنوم) Barnum Effect نسبة إلى (بارنوم) الساحر معلق السيرك الذي اشتهر بقوله : «في كل يوم يولد أحمق ..».

وانتشار ظاهرة التنجيم أو قراءة الكف أو الفنجان أو ورق اللعب (وأنواع أخرى من فتح الفال) ماهي إلا أمثلة على «تأثير بارنوم» الخادع والتي تحمل سحراً جذاباً لعمومية وغموض الاجابات .ويظهر ان الانسان يميل إلى الغموض والسحر مثلما وجد انه يعتقد بنتائج الاختبارات الاسقاطية أكثر من اختبارات الاستفتاء لانها أكثر جاذبية وغموضاً من الاسئلة الصريحة. أي انه لايوجد ـ لحد الآن دليل علمي على صحة التنجيم ومعرفة شخصية الفرد بواسطته.

الباب السادس

اسس الصحة النفسية

* ـ الفصل الاول :

الصراع .. والاحباط.. والتوافق

* ـ الفصل الثاني :

الصحة النفسية والمرض النفسي

* ـ الفصل الثالث :

علم النفس السويري

(و العلاجات النفسية).

الفصل الاول

الصراع .. والتوافق
CONFLICT & AJUSTMENT

الحياة مليئة بالشدائد مهما كنا مستعدين لها . فالدوافع لايمكن اشباعها دائما ، والعقبات لايمكن ازالتها دائما او التغلب عليها .. ، والاختيارات قد تكون صعبة .. ، والتأخيرات قد لاتكون محتملة . وكل انسان يستجيب لانواع الشدائد باسلوب يختلف عن الآخر من اجل الوصول الى هدفه . وهذه الوسائل تقرر بصورة كبيرة امكانية الانسان على المؤامة والتوافق مع الحياة **adjustment** .

وسنستعرض في هذا الفصل الصراع والاحباط الذي يتعرض له الانسان وكيف يستجيب الانسان لهما في محاولة منه للتوصل الى حالة التوافق والانسجام والتكيف والمؤاءمة مع الذات ومع الآخرين والعيش بحالة نفسية صحيحة، وما هي نتائج فشل التوافق.

الاحباط Frustration :

للاحباط مفهومان : الأول ، انه حالة وقتية من الشعور بالخيبة والانزعاج بسبب عدم اشباع الدافع . والثاني، انه حالة ايقاف الدافع وسد المنافذ امامه.

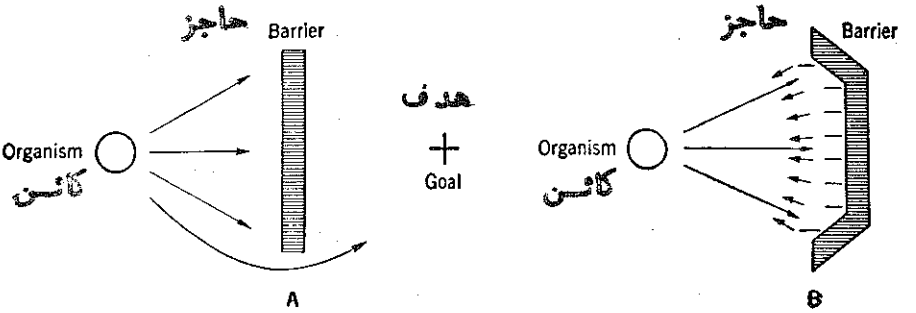
وللدوافع والحاجات حواجز كثيرة تعيقها عن الوصول إلى الهدف هي:

أ ـ الاحباط المادي : وهي العوائق التي تتعلق بقيود جسمية خارجية تعيق الانسان عن تحقيق حاجة أو هدف مثل : سوء الاحوال الجوية أو العواصف أو الفيضان أو الزلازل .

ب ـ الاحباط الاجتماعي : وهي العوائق والقيود الاجتماعية المفروضة على الفرد من قبل المجتمع والناس بما يتضمن ذلك من عادات وتقاليد وقوانين واعراف الاسرة وتعاليم الوالدين . وكل مجتمع ـ مهما كان سمحاً يفرض قيوده على الافراد .

ذاته وتحدد من امكاناته ، فالمعوق بالعمى أو الطرش أو الشلل لايستطيع ان يحقق كل شيٌ يرغب فيه . وقابلية الفرد الخاصة قد لاتساعده أن يكون موسيقاراً أو محامياً،فالآمال والطموحات التي هي في خارج نطاق المقدرة الذاتية تصبح مصدراً للاحباط أيضاً.

د— الاحباط الناجم عن الصراعات النفسية كما سنأتي عليها بالتفصيل (أنظر الشكل ٧٠) .



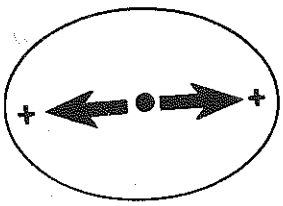
شكل — ٧٠ — الحواجز امام الفرد سواء كانت ذاتية، خارجية، اجتماعية او نفسية تحدث حالة الاحباط (B) ، ويحاول الفرد الالتفاف على الحاجز (A) بالاليات العقلية للوصول إلى الهدف (+)

الصراع : Conflict

والصراع احد عوامل الاحباط المهمة وهو حالة من تصادم او تعارض بين الدوافع النفسية تؤدي الى عدم اشباعها . ان تعارض وتصادم دافعين (او اكثر) دون اتفاق او مواءمة تحول دون اشباع اي منهما ومن ثم تؤدي الى حالة الاحباط . والصراع انواع تتضمن جميعها حالة الحيرة بين اهداف وغايات، ومن الحيرة ينشأ التوتر وعدم الارتياح . ومن انواع الصراع المهمة نذكر:

أ— الصراع المزدوج الجذب approach-approach Conflict وهي:
الحالة التي يكون فيها الفرد ميالا وراغباً في شيئين كلاهما يجذبانه ، وهو

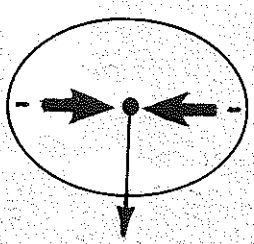
يريد الاقتراب منهما لانهما ممتعان حلوان لديه لكنه يحذر ايهما يختار او الى ايهما يتجه مثل التلميذ الحاصل على درجات جيدة ولكنه لم يقرر هل سيتقدم الى كلية الطب ام الهندسة (انظر الشكل (٧١).



شكل – ٧١ – صراع مزدوج الجذب

٢ –الصراع المزدوج ألنفور avoidance-avoidance conflcit :

وهي الحالة التي يكون فيها على الفرد الاختيار بين امرين كلاهما مر وغير محبوب لديه. فهو بالحقيقة يريد تجنب كليهما معا دون ان يتمكن من ذلك فيقع في حالة الصراع. مثلا، حالة المحارب في جبهة القتال : اذا تقدم تعرض للموت وهو مكروه ، واذا جبن فانه سيصم نفسه بالعار والسخرية من قبل زملائه ووطنه. او حالة القافز بالمظلة من الطائرة الموزع بين الخوف من خطر القفز او سخرية الزملاء (انظر الشكل ٧٢)

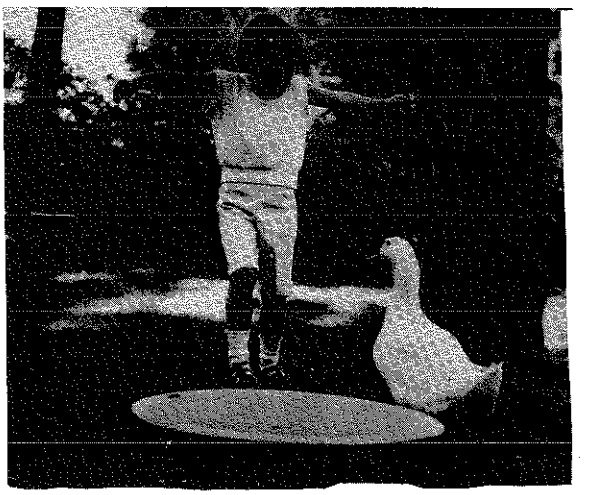


شكل – ٧٢ – صراع مزدوج النفور

٣– صراع الجذب – والنفور approach-avoidance Conflict :

وهو اكثر حالات الصراع المألوفة، عندما يكون المرء مندفعاً الى شيء

يحبه ويرغب فيه لكن تحقيقه قد يؤدي الى خسارة او اذى او الم. فالطالب الذي يشتهي الرياضة ويريد ان يكون بطلا في كرة السلة قد يجد ذلك عائقاً امام دراسته العلمية الشاقة، والشخص الذي يعاني من دوافع جنسية ملحة قد لايستطيع اشباعها لان تربيته ومثله تمنعه من ذلك ويتعرض لتأنيب الضمير ، وحالة الفتاة الرشيقة التي تعجبها الحلوى لكنها تخاف من السمنة فتضطر الى تجنبها.. وهكذا (انظر الصورة ٧٣) . ونجد ان معظم انواع الصراع قد تتجاوز الدافعين الى حالة تمزق بين ثلاث او اربع دوافع . لكن اي شعور مزدوج متناقض يعانيه الانسان تجاه موضوع واحد (كحب وكره الوالدين في وقت واحد) او التقرب والنفور من عمل معين يدعى «ثنائي التوجه» ambivalence اي احتواء دافعين متناقضين في آن واحد تجاه شيء او شخص او حالة معينة، مثل الفتى الذي يريد ان يترك دار والديه ليعيش حرا مستقلا، لكنه لايريد ان يفقد رعايتهما وحنانهما في الوقت نفسه.. ويتضمن الصراع كذلك عنصر الحيرة والتردد Vacillation حتى يجد الصراع له حلا واستقرارا .



صورة ٧٣ – طفل يحب اللعب مع البطة، لكنه حذر ويخاف منها ايضا – ويقدم رجلا ويؤخر اخرى، حالة صراع جذب–تجنب

ان صراعات الحياة اعقد مما ذكرناه، فقد تختلط بضعة دوافع وعوامل مع بعضها ويقع الفرد بينها في حالة الصراع. فالادمان على الخمر مثلا يتضمن العوامل التالية : الرغبة في اللذة والارتخاء والنسيان، والخوف من مضار الادمان، والشعور الديني، ودور الارادة والضبط الذاتي، والبحث عن الصحبة المسلية والصداقة و المسؤولية.. الخ . وهكذا اصبح الصراع بين حب الاستقلال وحب الاعتماد على الكحول وبين التعاون وعدم التعاون، وبين الاشباع الغريزي والضوابط الاخلاقية..

عواقب الاحباط :

عندما يمر الفرد في حالة الاحباط ، ويشعر بالخيبة وعدم الارتياح والتوتر فان استجابته لذلك تكون حسب مبدأ الثبات الداخلي homeostasis- اي محاولة الرجوع الى حالة الارتياح والسعادة بالعمل على ازالة الحواجز والتخلص من الموقف العسير او الالتفاف عليه.

اذن ، فالباعث ، والحافز drive والدافع motive اذا صادفوا احباطا ما فانه يخلق حالة من التوتر وعدم الارتياح يزداد حتى تشبع الحاجة، فاذا اشبعت حصل مااسميناه باختزال الحافز drive reduction . اما اذا استمرت حالة الاحباط فان حالة القلق الاولى يعانيها الفرد وينتج عن القلق الاولي سلسلة من ردود افعال واستجابات يمكن ان نقسمها الى مجموعتين من الآليات العقلية mental mechanisms :

اولا – استجابات سريعة مباشرة immediate

ثانياً – استجابات غير مباشرة، بطيئة وبعيدة المدى remote .

١ – فالاستجابات السريعة المباشرة للاحباط : هي القلق ، والعدوان، والسدر، والتخيل، والنكوص والنمطية.. كما سنشرحها ادناه:

أ– القلق anxiety : ان التوتر الحاصل من الاحباط هو بداية القلق . والقلق الاولي يتصف بعدم الارتياح والضيق والصداع وسرعة الاستثارة والتهيج والحركة والحيرة.

ب – العدوان aggression ، فالطفل قد يحطم الباب او الدمية او يهاجم زميله اذا ضايقه في اللعب او اخذ منه شيئاً.

جـ – السدر apathy ، وهو حالة من الذهول واللامبالاة، تناقض العدوان تماما، وتحدث في حالات الارهاق والمرض والانتظار الطويل والعجز. وتتميز بالجمود الوقتي والشرود الذي يمنع الفرد من اي انفعال او اجراء.

ونجد ذلك واضحاً بعد الاسر الطويل (انظر الصورته ٧٤)

د – التخيل fantasy ، اي اللجوء الى حالة أحلام اليقظة كالجائع او الصائم الذي يتخيل انواع المأكولات الشهية اسكاتا لمعدته المتقلصة. وصور النساء عند الجنود المحاربين في الخيم هو تخيل اخر يطفي شيئاً من الحرمان الجنسي.



صورة – ٧٤ – حالة السدر والذهول تبدو على وجوه الاسرى في محفل (بوخن والد) رغم انتهاء الحرب ويوم الحرية في نيسان ١٩٤٥ .

هـ – النكوص regression وهو تقهقر ورجوع الى حالة وسلوك اولي سابق للمرحلة الحالية للاحباط ، كأن يلجأ الطفل في السابعة من عمره عند اضطراره لدخول المدرسة والبعد عن امه وبيته، يلجأ الى النكوص فيرجع الى امه ويتعلق باحضانها ويتكلم ويأكل مثل طفل في الرابعة من العمر ، وقد يبكي ايضاً ويظهر مزيدا من الدلال. كل ذلك من اجل تجنب الذهاب الى المدرسة والبقاء في البيت لانه وجد في محيط المدرسة ومسؤوليتها احباطا

لم يستطع موازنته.والمثال الآخر للنكوص هو التبول الليلي «سلس البول» enuresis الذي يصيب بعض الاطفال خلال صراعات واحباطات بعد ان كبروا وكانوا مسيطرين على تبولهم جيدا.

و- **النمطية** stereotypy ، وهي ميل الشخص الى اعادة وتكرار حركات وافعال لاجدوى منها، مما يدل على فقدان الصبر والمرونة او قابلية التفكير المنطقي. ونجد النمطية في الحيوانات التجريبية المعرضة للاحباط.

إن الفوارق الشخصية تتضح في هذه الاستجابات المذكورة اعلاه لان الاحباط الواحد قد يؤدي الى العدوان عند شخص والتخيل عند آخر والى النكوص عند ثالث.

القلق :

ان القلق المصاحب للشدائد والاحباط هومنبع معظم الآليات العقلية او الحيل النفسية الدفاعية defence mechanisms . فأي تهديد احباطي يقع على شخص يؤدي به إلى القلق الاولي، كما سبق ان شرحنا حالته. وقد اعتبر (فرويد) القلق نتيجة صراع نفسي داخلي، وقال ان القلق هو حالة خوف من شيء مجهول مع توجس وتوتر. فالخوف في القلق يختلف عن الخوف الاعتيادي (الفسلجي) الذي نعانيه بصورة طبيعية من موضوع او حيوان او شيء معين. فالخوف الطبيعي هو موضوعي objective fear لانه واضح السبب ، كأن نخاف من حيوان مفترس، او من حريق..

اما الخوف في القلق العصابي neurotic fear فهو خوف لاهدف له ولا شعوري وناجم عن الاحباط.

ان الاحباط والقلق المصاحب له هي حالة مؤلمة وعصبية تدفع الفرد لان يستجيب له كما ذكرنا بعدة وسائل هي الاليات العقلية او الحيل النفسية الدفاعية، لانها وسائل وقائية تنقذ الفرد من حالة الاحباط وتجد للمشاكل حلولا وللحاجات والدوافع منفذاً.. ومسارب اخرى تختزلها من حدة التوتر .

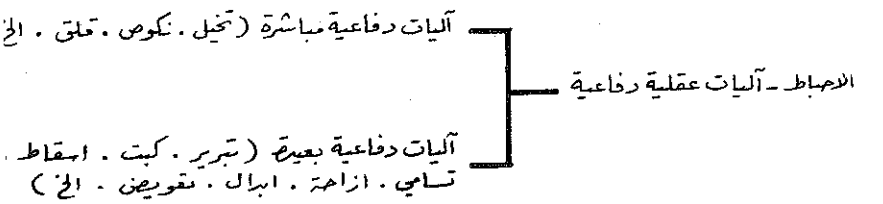
اما نظريات التعلم الحديثة فتقول ان القلق هو خوف تعلم عليه الفرد

بالترابط والاقتران او التعلم الشرطي الادائي، فهو تجربة خاطئة مدروسة مثلما يخاف الطفل من الكلب فيتعلم الابتعاد عن اي كلب يراه تجناً للقلق... لكنه لايدري ان معظم الكلاب اليفة، وهكذا يصبح الهرب من الكلاب سلوكا يعزز الشعور بالارتياح ويرسخ هذا السلوك.

الآليات العقلية الدفاعية: defence mechanisms

ان الآليات العقلية الدفاعية هي اجراءات لاشعورية يتخذها الفرد كاستجابة لحماية نفسه من الاحباط سواء كان منشؤه ذاتياً او خارجياً. والآليات الدفاعية لاتغير شيئا من (موضوع) الاحباط او اخطاره بل تغير من وسائل التعامل معه والنظرة اليه. فهي آليات تتضمن شيئا من خداع الذات.

وتتخذ الآليات العقلية الدفاعية طريقتين كما ذكرنا: إما الاستجابة السريعة (من عدوان او سدر او نكوص.. الخ) او الاستجابات البطيئة البعيدة المدى وذلك حسب تركيب وتنظيم شخصيته وتجاربه السابقة والظروف المستجدة (انظر المخطط٧٥). وسنتناول كل آلية بالشرح الموجز:



مخطط — ٧٥ — الاليات العقلية الدفاعية

١ – **الكبت** repession : من اوائل واهم الآليات الدفاعية واشدها فطرية وبدائية . هي محاولة نسيان المشاكل ودفعها الى اللاشعور . فهي وسيلة للتخلص من ألم وتوتر حالي بابعاده عن دائرة الوعي والشعور . ويعتقد فرويد ان الكبت آلية عامة تحدث عند كل الناس وانها بالحقيقة أصل كل الآليات والحيل الدفاعية الاخرى التي سنذكرها .. ،لان المعضلة المكبوتة تبقى حيوية وفعالة رغم كونها مختبئة في اللاشعور ، لذا فهي تؤثر في سلوك الانسان من حيث لايدرى ، وتؤثر في تعامل (الانا) مع (الهو)و(الانا الاعلى) . فقوة الكبت الدافعة التي تحاول الظهور الى دائرة الشعور والتعبير عن نفسها تؤدي بالعقل الى اتخاذ حلول اخرى (من حيل دفاعية)لفض النزاع وحل الصراع والاحباط بالوسيلة التي ترضي الشخصية ولا تعرقل مسيرتها وتوافقها في الحياة اليومية. لذلك يعتبر الكبت من اسس نظرية التحليل النفسي ومن اقوى العوامل في احداث المرض النفسي ايضا .

فقد يحدث ان يشعر الانسان بميل (اورغبة محرمة) الى زوجة الاخ فيكون الكبت هو الآلية التي تجعله ينساها ويتجنب زيارة اخيه دون مبرر معقول يدركه ، او يتفادى الحديث عنها دون سبب ، وبهذا ينقذه الكبت من مشكلة صراع واحباط مؤلم ويحفظ له كرامته وايمانه واحترامه للتقاليد والدين .

٢ – **التبرير** rationalization :

وهنا يحاول المرء ايجاد المعاذير والمبررات لسلوكه حماية لنفسه من لوم الآخرين له او من تأنيب ضميره. والمثل العامي يقول : «الما يصل العنكود يكول يامحمضه ..».،والمثل الآخر يقول: «اللى مايكدر يركص يكول الارض عوجه..» والمثل الاول هو طبق الاصل لقصة (ايسوب) عن الثعلب الذي لم يستطيع الوصول الى عنقود العنب المُرتفع فابتعد قائلا لنفسه «انه حصرم اخضر ».

والتبرير كثير في حياتنا اليومية : أ – فهو يبرر لنا محبة او كره شيءٍ او شخص معين ب– او يساعد على القاء اللوم على الآخرين .

جـ — او يسهل لنا ايضاح عمل قمنا به وهو غير ضروري او مستعجل .

٣ — **القمع** Suppression : وهو يختلف عن الكبت بكونه عملية ارادية متعمدة تحفظ وتضبط بعض النوافع والميول بقوة وعنف . وقد يكون هذا الضبط ظاهريا مع الاحتفاظ بالرغبة الاصلية ذاتيا وبصورة خاصة. فالقمع عملية شعورية ، بينما الكبت عملية لا شعورية وهادئة .

فالرغبة في التقرب من فتاة ومصاحبتها والامتناع عن ذلك لاعتبارات اجتماعية او شخصية هو قمع بعملية ادراكية واعية تتضمن ادراك الرغبة واحترامها والتحكم فيها بالارادة . اما اذا أنكر الفرد هذه الرغبة اصلا وتناساها ودفعها الى اللاشعور فهو عدم اعتراف وتهرب من موضوع الرغبة — وهو الكبت بعينه .

٤ — **الاستعقال** intellectualization : وهو محاولة التخلص من موقف تهديدي ومخيف بالتعامل معه بالتجريد والمنطق . ونجد هذه الآلية بين الذين يواجهون قضايا الموت والحياة يوميا . فالطبيب والممرضة اللذين يواجهان آلام البشر لابد ان يتسلحوا بشيٍ من الانفصال العاطفي والبعد عن قضايا مؤلمة وحساسة جدا تتكرر دائما بهذا الاسلوب العقلاني . وخطورة العقلانية هي عندما تصبح أسلوبا لحياة ذلك الفرد او فلسفته في الحياة .. بحيث يبعده عن اى التزام وجداني .

٥ — **النكران** denial ، وهو تجاهل وانكار الحقيقة المرة أو المزعجة . مثل الام التي تجد طفلها على وشك الموت (من المرض) لكنها تشعر — وبقناعة غريبة — ان كل شيٍ على مايرام، وذلك لأنها لاتتحمل ألم الحقيقة والواقع . وقد يزداد النكران حدّة عند بعض الناس إلى درجة انهم يتجاهلون النقد ولا يشعرون بشعور الآخرين تجاههم.

٦ — **الاسقاط** projection ، حيث يحاول الفرد التخلص من صفة او شعور مكروه وغير مرغوب فيه باسقاطه على الآخرين. بحيث يبدو وكأنه شعور وصفة الآخرين، فينظراليها وكأنها آتية منهم وليس منه. فالفتاة التي تكره والدتها تصبح بعد عملية الاسقاط وهي تشعر ان امها هي التي

تكرهها ولا ترغب مودتها. وقد جئنا على ذكر اهميـة آلية الاسقاط في الاختبارات الاسقاطية لقياس الشخصية .

٧ – **الابتلاع introjection** ، وهو نقيض الاسقاط، اي ان الفرد يمتص ويتلقى صفات الآخرين ومشاعر الآخرين والعالم الخارجي فيشعر وكأنها نابعة منه وتعود له . عندئذ قد يلصق الفرد بنفسه عيوب ونواقص الآخرين . وتدل هذه الالية على الاعياء وفشل الانا في الرد على الاذى، بينما الاسقاط هي آلية عدائية. ومثال الابتلاع هو الانتحار حيث يقتل الانسان نفسه بدل ان يقتل غيره بسبب شعوره بالذل او الكآبة او الاثم .

٨ – **التعويض Compensation** : في حالة الاحباط يحاول بعض الناس التعويض عن الفشل او النقص بحماس شديد ، وخطة مستمرة للوصول إلى هدف معين يعوض له عن هدفه الاول . فالتلميذ النحيف البنية قد يعوض عن ضعفه في المباريات الرياضية بأن يكون السابق والمتميز في الدروس وقد يكون التعويض مباشراً direct اي ان يصر الفرد على النجـاح في نفس الميدان والوصول إلى الهدف الاول نفسه بالمثابرة والكفـاح، مثلما فعل الخطيب اليوناني الشهير (ديموستين) Demost hene الـذي كان مصاباً باللعثمة فراح يخاطب البحر ويكلم نفسه حتى تغلب على لسـانه واصبح اشهر خطيب .

٩ – **التعويض المفرط over compensation** ، ويتبع نفس آليةالتعويض الا ان الفرد ههنا يشرنق نفسه في مجال ضيق واحد يبرز فيه ويكون لهبمثابة المعوض عن كل النواحي الاخرى .

١٠ – **الابدال subsititution** ، يقارب التعويض، لكـن الفرد هنا يستبدل هدفاً بآخر كبديل له (وتعويض) . فقد تعمل الزوجـة التي لا تنجب الاطفال معلمة في روضة اطفال او ممرضة في مستشفى اطفال لتجد حواليها اطفالا تحنو عليهم وترعاهم .

١١ – **الازاحة displacement** ، وهي عملية تخفف عن الم القلق بازاحة الدافع الاصلي إلى موقف واتجاه يرضي الدافع نفسه دون اضرار نفسية، فكأن الدافع الذي يعترضه حاجز (وهو الاحباط) يجد له الفرد طريقاً آخر لتحقيقه. فالغضب والعنف الذي لا يتسنى للطفل ان يرد بهما على قسوة والديه، يوجههما ويزيحهما نحو القطة او اللعبة التي بين يديه. وقد وجد فرويد ان في الازاحة علاج ناجح للدوافع الجنسية والعدوانية. فالحافز الجنسي قد يمكن ازاحته وتحويله إلى الفن او إلى الشعر او الموسيقى التي تشبع الرغبة ذاتها. والشعور العدواني قد يزيحه الفرد بأن يكون رياضياً. وملاكماً عنيفاً .

١٢ – **التسامي Sublimation** ، يقارب نوعاً ما الازاحة، لكن ههنا يتسامى الفرد ببعض الدوافع السيئة او المكروهة الى حالات اخرى سامية ونبيلة ، وبذلك تتحول المواقف والاتجاهات المفروضة من المجتمع او الدين او الثقافة المحلية لتتخذ لها طريقاً مثالياً يكون موضع تقدير واعجاب هؤلاء. فالذي يعاني من قساوة السادية وعدوانياتها ربما يتسامى الى مجال التاريخ او الى محارب ماهر.

١٣ – **الالغاء undoing** ، وهو عملية ابطال او ايقاف وتهدئة لفكرة او دافع مؤلم. فكما ان الطفل الذي يعترف بخطئه قد ينجو من العقاب ويتعلم ان الاعتراف يحل العقاب ويلغيه . كذلك فان معظم الافعال الخرافية او الطقوسية السحرية الطابع ترجع الى هذه الآلية . فهناك من ترتدي فستانا ذا لون معين تفاؤلا به او بيوم او رقم معين . والاتجاه نحو آلية الالغاء قد يكون احيانا بداية الاصابة بمرض الوسوسة والحصر القهري obsessive compulsive neurosis

ومثال آخر على الالغاء عندما تعاقب الام ولدها بشدة ثم تندم على ذلك فتعود اليه بعدئذ تدلله وتغمره بالهدايا وربما تفسده.

١٤ – **التحويل conversion** ، وهنا يتحول الاحباط الى اعراض مرضية تظهر في الجسم . وهو مثال على تأثير الشدائد النفسية (او العقل) على الجسم. وغالباً مايحدث التحويل في الايام العصيبة ، والمصائب العامة، والمعارك الحربية حيث يصاب الجندي بالعمى الوظيفي او الشلل الوظيفي او الخرس وهذه الاعراض التحويلية تعتبر حلا شاذا للصراع ووسيلة للتهرب من المواقف المؤذية . ونجد آلية التحويل في مرض الرحام (الهستريا).

١٥ – **الانشطار dissociation** ، وهو اسلوب لعزل بعض العمليات العقلية لوحدها لتبقى نشيطة بصورة آلية وكأنها لاتتعلق بذلك الفرد او بمصدر الصراع .

ونجد ذلك في «تعدد الشخصية »كما رأينا في فصل الشخصية ، وفي حالات سير النائم somnambulism وفقد الذاكرة .

١٦ – **التشكيل التفاعلي Reaction formation** ،حيث يمكن للفرد احيانا اخفاء دافع بالتعبير المناقض له تماما . فالام التي تلد طفلا لم تكن ترغب فيه (لضخامة افراد العائلة او لحاجتهاإلى راحة .. الخ) قد تشعر بالاثم لهذا النفور من الوليد او كرهه . وكرد فعل لذلك تقوم بالحرص الشديد عليه والعناية المفرطة به«ومحاصرته »بالحنان والدلال لتؤكد لنفسها «وتقنعها »بانها ام مثالية بارة في عين الجميع . وقد نجد هذا التشكيل التفاعلي بين اناس منضمين الى هيئات او حركات اجتماعية او دينية . فمن بين جماعة المتحمسين ضد الادب المكشوف او الرفق بالحيوان قد نجد من هو بالحقيقة يضمر دافعاً مكبوتاً نحو الجنس والادب المكشوف او نحو قتل الحيوانات .

ان ذلك لايعنى بالطبع ان المصلحين الاجتماعيين من هذا الصنف ، بل ان المتطرفين والمتعصبين جدا هم فقط الذين يعانون من هذه الآليات العقلية احيانا.

١٧ – **الاقتداء identification** ، وكما ذكرنا في فصول سابقةان الاطفال يقتدون بالكبار في بعض سلوكهم . وقد يحدث ذلك عند الكبار . والتشبه

بالغير ليس مجرد تقليد بل اندفاع عاطفي للاقتداء . ولذلك فوائد عملية وتربوية اذا استخدم بصورة معتدلة ومخططة . ان الافراط في التقليد يؤدي الى ذوبان الشخصية . وتقوم الافلام السينمائية والمباريات الرياضية بارضاء المشاهدين عن طريق فتح مجال للاقتداء .. اما الاجرام وجنوح الاحداث فقد يكون سببه الاقتداء أيضا .

١٨ ــ السلبية negativism ، وهو رد فعل عنيف ضد الاحباط بحيث يقوم الفرد بسلوك مناقض وسلبي لايدل على ان له رغبة في التعاون .
وكمثال على ذلك رسوب الصبي في مدرسته متعمداً او مهملا كتعبير عن مخالفته لالحاح وضغوط والديه او قسوة معلميه .

١٩ ــ الانحلال decompensation ،وهو المرحلة الاخيرة من الاستجابات ضد الاحباط .وهنا اعلان للتسليم والكف عن المقاومة او محاولة التصحيح والتغلب على المشكلة بان تتجزأ الشخصية ويبدو عليها الانحلال او الرعب الشديد او القلق العارم ــ وحتى انفصام الشخصية schizophrenia

الآليات العقلية الدفاعية والتوافق :

يستطيع الانسان ان يتوافق ويوائم نفسه تجاه الآخرين والمجتمع بعملية ذهنية واعية ، اى بوزن الامور وملاحظة الاحتمالات ودراسة النتائج . ولكن ما عرفناه آنفا عن تعدد الآليات العقلية اللاشعورية تشير الى ان مانتصور اننا انجزناه بحكم المنطق والتفكير الحر هو متأثر مسبقا بعوامل ومؤثرات لاشعورية . فعملية الانسجام والتكييف والصحة النفسية بالنهاية تحتاج الى الآليات العقلية الدفاعية المفيدة ، بينما انحراف او تطرف تلك الآليات قد يؤدي الى نتائج عكسية ضارة ــ وقد تؤدي الى المرض النفسي .

أ ــ الجوانب التوافقية للآليات العقلية :

ان الانسان الصحيح النفس هو الذي يستطيع التوافق وايجاد التوازن السعيد والمريح مع ذاته ومع العالم الخارجي ،ويتم ذلك بمساعدة الآليات العقلية أحياناً لانها وسائل لحل الصراع والاحباط .

فالجانب (الدفاعي) يخدم في الوقت نفسه هدفاً (توافقياً) للتمكن من حل المشاكل وتطويعها. (فالانكار) يدفع بالمرء إلى (التركيز والانتباه) الأكثر، (والاسقاط) هو وسيلة إلى (تقمص) شعور الآخرين والتعاطف معهم،و (العقلانية) تدفع بالمرء الى التفكير (الموضوعي) ، و(التبرير) يضطر الانسان الى (التحليل) والتنقيب ومعرفة العلل ، و (الازاحة) هي الطريق الى (التعويض) اي ايجاد البدائل والبحث عن مصادر الرضا والقناعة والاكتفاء.. ؛ و(الكبت) يعلم الانسان ضبط عواطفه وانفعالاته و(التحكم والضبط) وهو مايقرب من القمع .

وباختصار، فاننا نجد جوانب ايجابية مفيدة للآليات العقلية تجعل من حياة المرء سلسلة سعيدة ومريحة تجاه الاحباط، وتؤهل الشخصية للتعامل والتغلب على المشاكل الجديدة. وهذا هو عكس الجانب السلبي الذي شعرنا به لاول وهلة في الآليات العقلية اذا تصورنا انها مجموعة حيل ووسائل لخداع النفس قد تؤدي الى سلوك شاذ.

ب – مساوئ الحلول الإدراكية :

ان مواجهتنا لمعضلات علمية ومسائل حسابية احصائية بالحل المنطقي الادراكي يختلف عن مواجهتنا للمشاكل الانسانية والحياتية الاخرى التي نتعرض لها. فالانغماس في الانفعال يشوه من النظرة السليمة الى اي موضوع ويؤدي بالتالي الى حجز الحل المنطقي. فالطالب الراسب في كلية الصيدلة قد لايعترف بعجزه وعدم رغبته في درس معين ، وعندئذ يلجأ الى التبرير والمغالطة بدل الحل العلمي المطلوب. كذلك، فان تعدد الاحتمالات وعدم الدقة في معرفة نتيجة الحلول العقلانية يدفع الانسان الى مسالك خرافية او خيالية.

جـ – اسهام الاليات العقلية في الصحة النفسية :

بما ان الاليات العقلية ذات جانبين : سلبي وايجابي، فان بالامكان

استغلال الجانب الايجابي للحفاظ على احترام الذات ولاختزال الدوافع وتخفيف التوتر. فالاليات الدفاعية يمكن ان تسهم في تعزيز الصحة النفسية بالوسائل التالية:

١ – تزود الفرد بالوقت الكافي لحل المشاكل بدل ان ترعبه وتضيعه في متاهة. فهي اذن حلول وقتية تفسح المجال للتوصل إلى الحلول الجذرية، مثلما يتبادل المريض بالحساسية دواء مسكنا ضد الحساسية ليتخلص من ازعاج الحكة والعطاس والطفح الجلدي، ثم ينتظر تحليلات الطبيب لمعرفة السبب الحقيقي للحساسية فيكافحه.

٢ – تتيح للمرء فرصة معرفة الذات باتخاذه ادوارا جديدة يلعبها – اي فرصا اخرى للتوافق. فالاسقاط الذي يجعل الفرد يسيء الحكم على بعض الناس قد يعلمه ايضاً خطأه بالتجربة اللاحقة بعدئذ فيكتشف معايبه هو ويصلح نفسه.

٣ – تزويد الفرد بفرص التحليل والتنقيب من خلال عملية التبرير – وهو الطريق إلى السلوك المعقول للمستقبل. ان التبرير قد يؤدي إلى احكام خاطئة بالطبع، لكنه قد يؤدي إلى حكم سليم ورأى سديد بالاخير.

د – مساوىء الآليات العقلية:

ان كل ما ذكرناه عن فوائد الآليات العقلية الدفاعية في التوافق النفسي ودعم الصحة النفسية يمكن ان يكون معكوساً وفاشلا. والانسان الذي يعتمد على تلك الآليات فقط لتمشية امور حياته ربما لن يجد سبلا اخرى انضج واحسن من التي عثر عليها. والادوار التي يتخذها في سلوكه قد تبقى غير واقعية وغير عملية فتسحبه إلى خارج النطاق الاجتماعيWithdrawal بدل تحسين علاقته بالناس. كما ان التبرير قد يؤدى به إلى النمطية والطقوسية ritualism بدل العمل الابداعي التحليلي. والآليات الدفاعية المستندة إلى دوافع مكبوتة قد تبقى مكبوتة ولا تحقق اغراضها فتؤدي إلى سلوك منحرف او مرض نفسي.

الفصل الثاني

« الصحة النفسية »

والمرض النفسي

Mental Hygiene

الصحة النفسية مفهوم لايعني الخلو من المرض النفسي فحسب ، فهذا تعريف سلبي وجامد ، اما التعريف الاصح المتضمن مفهوما ايجابياً دينمياً فهو:

« الصحة النفسية هي حالة الانسجام النفسي الداخلي وجدانياً وفكريا وشخصياً تشعر الفرد بالكفاءة والرضا وتمكنه من استغلال مقدرته وقابلياته بالمستوى المناسب الذي يحقق ذاته وشخصيته المتميزة ، ويضمن له عيشاً هنيئاً ومفيدا له ولمجتمعه» .

ويتلاءم هذا التعريف مع وجهة نظر منظمة الصحة العالمية **WHO** التي تعتبر الصحة النفسية «حالة من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية ، وحالة من المقدرة على التوافق مع البيئة والجماعة » .

والايجابية في الصحة النفسية انها غير ثابتة بل دينمية متطورة .

اما المرض النفسي (والعقلي) فهو اضطراب وظيفي في نفسية الفرد يؤدي إلى عدم التوازن الذاتي او إلى ارباك وزعزعة توافقه وعلاقته مع الآخرين او المجتمع ، أو إلى كليهما معا. وقد عرفه آخرون بانه «الانحراف عن وتجاوز المستوى العادي للسلوك تجاوزاً ملحوظاً اما بالضعف او الشدة او الشذوذ..».

اما (علم الصحة النفسية) فهو مجموعة الوسائل والاجراءات التي تهدف إلى تقليل حدوث المرض النفسي في المجتمع بالوقاية الاولية والتشخيص السريع والعلاج المبكر، وبالتالي تطوير مستلزمات الصحة النفسية .

الصحة النفسية والصحة الجسمية :

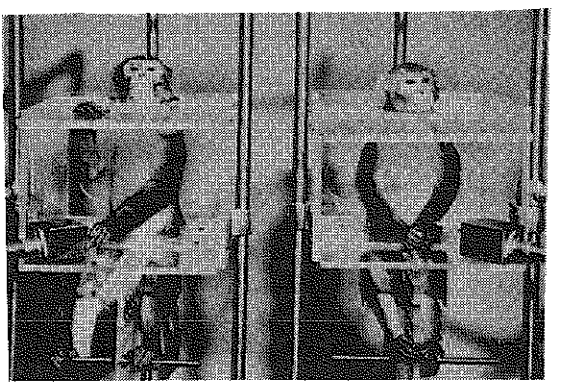
ليس من حد فاصل بين الجسم والعقل كما وجدنا في الفصول السابقة،

وان النفس تؤثر في الجهاز العصبي والمواد الطبيعية الكيميائية المفرزة في الجسم من هورمونات وانزيمات وناقلات عصبية . فالجسم والعقل وجهان لعملة واحدة هي شخصية الانسان .

والشخصية الانسانية على رغم وحداتها اوأجزائها — هي كلٌ متناسق لا يتجزأ. فنحن نجزئها فقط لغرض البحث والدراسة والقياس . والدلائل التي تؤكد على اهمية الشدائد الحياتية في إحداث المرض النفسي او النفسجسمي كثيرة ايدتها التجارب على الحيوانات (انظر الصورة ٧٦) ، وفيها تجربة على قردين احدهما مقيد (وغير مسؤول) والثاني يده طليقة. وكلاهما يسلط عليهما تيار مؤلم كل ٢/١ دقيقة مثلا،فالقرد الطليق (المسؤول) يستطيع لو ضغط على زر امامه ان يوقف التيار المؤلم .

وبعد تكرار التجربة مدة طويلة وجد ان القرد المسؤول وقع تحت شدة عقلية، لانه اصبح المدير الموجه في ردّ الأذى . ولذلك فإنه اصيب بالقرحة المعدية بينما القرد الثاني الذي اعفى من المسؤولية بقيده التام لم يصب بأى شيء. فالاحباط والشدائد ذات علاقة وثيقة بالصحة النفسية والجسمية .

اذن فاجراءات الصحة العامة وطب المجتمع والطب النفسي الاجتماعي متعاونة في تعزيز الصحة الجسمية والنفسية اضافة إلى الرعاية النفسية والاجتماعية في المدارس والمعاهد



صورة — ٧٦ — قردان داخل جهاز خاص. أحد القردين مقيد تماماً وعاجز عن اجراء أي عمل، والقرد الثاني يستطيع التدخل لايقاف الالم. والشدة التي يعانيها ولدت عنده قرحة معوية .

مدى مشاكل الصحة النفسية :

ان الاضطرابات النفسية من اهم المشكلات الصحية في البلدان النامية والبلدان المتقدمة على السواء، ولكل منهما اسباب تتعلق بطبيعة ذلك المجتمع. ولايضاح ذلك نذكر الامور التالية :

١ ــ ان المرض النفسي يحرم الانسان من سعادته ويحدّد من طاقاته وانتاجه مما يعود بالضرر على نفسه او على مجتمعه. فهو معوق فردي واجتماعي

٢ ــ والشخص المعوق قد يكون معوقا نفسيا وعقلياً فقط دون ان يكون معوقا جسميا او من ذوي العاهات .

٣ ــ وفي تقرير لمنظمة الصحة العالمية عام ١٩٧٥ قدر عدد المصابين بمرض عقلي مزمن بـ(٤٠) مليون شخص في البلدان النامية ، وان ٩٠ ٪ من سكان العالم النامي لايخضعون لرعاية صحية نفسية كافية .

٤ ــ ويتعرض ١ ــ ١٠ ٪ من سكان اى مجتمع ــ في اى حقبة كانت ــ وبغير تحديد ، لاضطراب نفسي معين ، اى ان نسبة التعويق هي ١٠ ٪ من السكان في جميع الحالات . ولا تقل هذه النسبة في البلدان المتقدمة وخاصة في حالات مرض الذهان الوظيفي psychosis والعصاب neurosis اللذان هما مشكلة في كل انحاء العالم .

٥ ــ ان حوالي نصف سكان العديد من البلدان النامية يقع في حدود عمر يقل عن الـ (١٥) سنة ، اى ان ثقل وخطورة مرحلة الطفولة والشباب واضح جدا ويبرز أهمية التربية النفسية في الاسرة والمدرسة اللتين تحددان ملامح شخصية المستقبل .

٦ ــ ان الامراض المعدية والمستوطنة وسوء التغذية في البلدان المتخلفة تؤدي الى انهاك واضعاف القوى الجسمية وإلى مضاعفات نفسية وعقلية غير مباشرة . والارقام التالية تدل على مدى انتشار وخطورة الامراض النفسية :

القطر	عدد المصابين / لكل ألف نسخة	سنة الدراسة
السنغال	١٠٠ , —	١٩٧٢
الارجنتين	١٧٩ , —	١٩٧٠
بيرو	١٨٧ , —	١٩٧٠
تشيلي	١١٩ , —	١٩٦٩
اثيوبيا	١٤٨ , —	١٩٦٩
السودان	٦٢,٩ —	١٩٦١
سرى لانكا	٨٠ , —	١٩٦٠
الهند	٢٣ , —	١٩٧٠

٧ — كما ان معاناة الدول النامية من زيادة الولادات او السكان او هبوط دخل الفرد يؤدي الى أعباء صحية ونفسية على الاسرة والدولة .

ومن ناحية اخرى فان تقدم وارتفاع المستوى الصحي العام بسبب الخدمات الصحية الجيدة في البلد النامي تؤدي بدورها الى تغيرات اخرى منها :

أ — ارتفاع معدل توقعات الحياة ، او بالاحرى يزداد عمر معدل الانسان ويكثر المسنون والمعمرون ، وتزداد مشاكل الشيخوخة ، والتقاعد ، وتتوسع الخدمات الاجتماعية لهم مما يؤدي الى توقع المزيد من أمراض الشيخوخة والخرف والعجز وعلل الدماغ .

ب — وبتحسن العناية الصحية يبقى الكثير من الاطفال المصابين بأمراض دماغية على قيد الحياة بدل الموت (الذي كان مصيرهم سابقاً) . عندئذ يعيش الطفل معوقاً ويكثر عدد المعوقين من ذوي العاهات او التخلف العقلي او الصرع ، وهو تحميل آخر للخدمات الصحية والاجتماعية .

ج — وازدياد الهجرة من الريف الى المدينة بسبب التصنيع وعوامل جذب اخرى في المدينة والتحول الاجتماعي الناجم عن ذلك سبب في احداث انحراف الصغار والتفكك العائلي والاجرام ومشاكل السكن.

teaching machine	جهاز تعليم
telepathy	التخاطر (تيلباثي)
temporal	صدغي .حيزي
Terman-Merril test	اختبار تيرمان — ميريل للذكاء
Thalamus	المهاد
Thematic Apperception test (-TAT)	اختبار فهم الموضوع
thinking	تفكير.
visual, t.	تفكير بصري
word,t	تفكير كلافي
threshold	عتبة
thyroid gland	الغدة الدرقية
tone	درجة التوتر
TOT (tip-of-the-tongue)	على طرف اللسان
TOTE (test-operate-test-exit)	اختبار الاداء واخراجه
trait	سمة
t.,theory	نظرية السمات
transactional, t.	العلاج النفسي الاجرائي
transference	تحويل نفسي
nogative,t.	تحويل سلبي
positive t.	تحويل ايجابي
transsexualism	تبديل الجنس
trial and error	التجربة والخطأ
tryptophan	تريبتوفان

هذه النقاط تعكس اجمالا مدى سعة وانتشار مشاكل الصحة النفسية في العالم .

التوافق النفسي : Adjustment

مما تقدم، نستطيع تلخيص الصحة النفسية بانها مدى قابلية الانسان على التوافق الذاتي والمواءمة مع الآخرين بحيث يشعر بالكفاءة والرضا . ويمكن تعداد أسس الصحة النفسية السوية بما يلي :

أ — حسن التوافق الذاتي ..

ب — كفاءة التوافق الاجتماعي ..

ج — القابلية على حل الاحباط بأسلوب معتدل ومفيد .

د — الانتاج المناسب لقدراته..

هـ — وكل ذلك مشوب او مطعم بالشعور بالرضا والسعادة..

علامات المرض النفسي:

ان سوء « التوافق » هو محور المرض النفسي او بدايته ، لان الامراض النفسية عديدة ومتشابكة وكثيرة التصنيف، لكن الصفات العامة للمرض تتصف بما يلي:

١ — اضطرابات جسيمة اولية هي انعكاسات لسوء التوافق النفسي مثل: الصداع ، ضيق التنفس، دوار، اضطرابات في النبض، آلام مبهمة ، سوء هضم. الخ.

٢ — الاهتياج والتأثر السريع

٣ — اضطرابات النوم

٤ — الوسوسة والقلق تجاه الجسم ووظائفه بصورة تفوق القلق الطبيعي لتوعك الصحة..

٥ — اتخاذ او تبني انماطا معينة من السلوك الشاذ.

٦ — حذر وشك من ملاحظات الاخرين..

٧ — اوهام لامبرر لها

٨ – دوام الامراض الجسمية الوقتية دون سبب عضوي واضح .
٩ – عدم الشعور بالامن والانسجام والاطمئنان الذاتي .
١٠ – عدم الشعور بالرضا والتوافق والتكيف مع الآخرين.
١١ – الانحراف عن المعايير الثقافية والاجتماعية السائدة التي تؤدي الى سلوك اجتماعي شاذ او الى الجريمة.

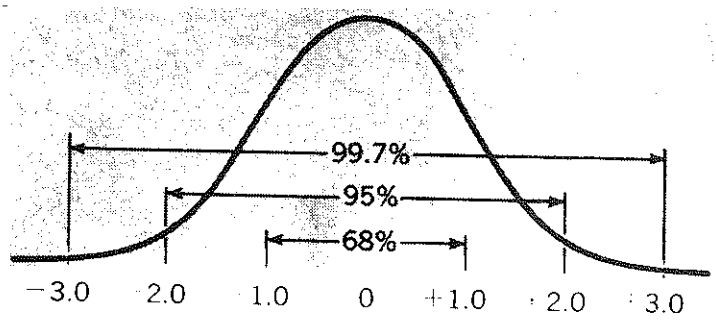
وبالطبع ، فإن الأعراض لاتوجد جميعها في المرض النفسي الواحد بل بعض منها ، وأحياناً جميعها ..

المرض النفسي ، كيف نشخصه ؟ :

من السهولة الكلام عن سوء التوافق وعن الاضطراب والمرض النفسي ، ولكن أي معيار وقياس يستند عليه النفساني في الحكم على سلوك معين بأنه يدخل في عداد «المرض» ؟. ان هنالك بضعة معايير تعيننا على التمييز بين «السوى» «والشاذ» ، وان كانت بعض الحالات تقع على الحدود الفاصلة بينهما ولا يمكن البت فيها بسرعة ويسر . وتتوفر لدينا المناهج التالية في تشخيص المرض النفسي :

أ – المعيار الاحصائي :

وذلك باعتبار ان المتوسط أو المعدل في الأشياء هو الأقرب الى الصحة والسواء . فأذا حسبنا متوسط طول الفرد في مجتمع معين فإن مايزيد كثيراً عن ذلك الطول أو ماينقص عنه يعتبر شاذاً وغير طبيعي .وينطبق هذا على موضوع الذكاء أيضاً وضغط الدم وغيرهم . أي انه صورة للمنحني الطبيعي الذي ذكرناه في موضوع الذكاء (انظر المنحني ٧٧) ، أي أن الأغلبية تنحصر في وسط المنحني الطبيعي.وقد يصح المعيار الاحصائي في حالات لكنه لايصح في حالات أخرى، لذلك لايمكن الاستناد اليه في تشخيص المرض النفسى دائماً.



شكل – ٧٧ المنحنى الطبيعي المستعمل في المعيار الاحصائي ودرجات الانحراف القياسي فيه

ففي الحدود العليا للذكاء نجد الذكي جداً والممتاز والعبقري — وهم أقلية، لكنهم اناس اسوياء وغير منحرفين،بينما نجد في الوقت نفسه وعلى الطرف الآخر من المنحني مجموعة الأغبياء والمتخلفين عقلياً — وهم من المرضى والشواذ .اذن فالمعيار الاحصائي لايمكن أن يكون المعيار الدقيق والوحيد لتشخيص المرض النفسي .

ب— المعيار المثالي :

وذلك باتخاذ الكمال والمثالية في الصفات كقياس للصحة النفسية . لكن «الكمال لله وحده» والكمال «سراب احصائي» لاوجود له في الواقع وان وجد على الورق وبلغة الارقام والكلمات .

جـ— المعيار الثقافي :

وهو معيار حساس ومهم جداً في موضوع الأمراض النفسية لأن الثقافة المعينة والمجتمع الخاص يتقبل انماطاً معينة من السلوك كشيء اعتيادي ومشروع — فكل مايقوم به الفرد «يعتبر صحيحاً إذا كان متوافقاً ومنسجماً مع المفهوم الثقافي السائد في مجتمعه ..» أما الشاذ والمريض فهو من يقوم بسلوك غريب على تلك الثقافة ولا يتلاءم مع قيمها ومعاييرها ونظمها .

ان تعدد الزوجات طبيعي في الدين الاسلامي مثلا ، لكنه محرم في المجتمع المسيحي . وتعدد الأزواج موجود في قبائل بدائية ولكنه حرام وجريمة في كل المجتمعات المتحضرة .والانتحار مُشرّف في اليابان ولكنه دليل الاضطراب النفسي لدى جماهير العالم الغربي ومحرم في الاسلام. وأكل لحم البشر طبيعي في بعض قبائل أفريقيا وأكل لحم الضفدع يثير الاشمئزاز في بلادنا العربية عادة .

لكن، ماذا يمكن ان نقول عن الفرد المصلح والثائر الذي يريد ان يغير من عادات وتقاليد متخلفة او خرافية او جائرة في مجتمعه ؟ هل هو شاذ او مصلح ام قائد؟ .. هذا هو حال المعيار الثقافي، ولكنه ادق المعايير المتوفرة .

د – المعيار الدارج (الشخصي) :

وهو المعيار الذي يطلق عليه بأنه اعتيادي وطبيعي في مجتمع ما ..، ولكنه معيار وضعي ليس الا. فمن الاعتيادي ان يهاجم الكلب القطة، وتهاجم القطة الفأر، ومن الشاذ وغير الطبيعي ان يتصادقا ويتآلفا رغم امكانية ذلك بالتجربة والتمرين .

وكذلك الكثرة والقلة تعتبر معياراً إعتباطيا دارجا، ولكنه لا يدل على تشخيص دقيق بالحقيقة. فالانبياء والرسل اقلية .. ، والاصدقاء المخلصون اقلية.. ، والوفاء نادر .. ، لكنها كلها ظواهر مثالية وصحيحة – فهي ليست صفات مريضة او شاذة .

واستخدام (الذات) كآلة قياسية للحكم على الآخرين بالمرض والشذوذ هو اسوأ المقاييس بالطبع لانه مرجع شخصي غير معياري ويعتمد على الاهواء الشخصية وامزجة الفرد. ومع ذلك فان بعض الناس يعتمدون عليه ويبنون عليه اشياء كثيرة. رغم عدم علميته .

اذن، فالاعراض الظاهرة من السلوك لا يمكن الحكم عليها لوحدها مجردة من كل شيء، بل علينا مقارنتها وقياسها بالنسب إلى خلفياتها وظروفها ومواقيتها والثقافة والمجتمع الذي حدثت فيه. عندئذ يمكن الحكم بأن هذا الاسلوب شاذ ويخالف القياس والاصول. فالذي يتكلم او يضحك مع نفسه يمكن ان يكون طفلا يلعب مع نفسه – وهو امر طبيعي ومقبول، وقد يكون طالباً جالساً في قاعة المحاضرات وبعيداً عن جو الدرس – وعندئذ قد يكون مصابا بأضطراب عقلي، او قد يكون فيلسوفاً او متصوفاً يحلل ويقلب فكرة معينة مع نفسه – وهو امر طبيعي ايضا لا يدل على جنون. فالظاهرة الواحدة اذن اختلف مدلولها السوى والشاذ بالنسبة إلى العمر والظرف والشخص .

أسباب الأمراض النفسية :

اما موضوع اسباب الامراض النفسية وتصنيفها وانواعها فيدخل ضمن اختصاص الطب النفسي وعلم النفس المرضى حيث نجد تفاصيل الاعراض

المرضية وتشخيصها ومعالجتها، وهو ما يجده القارىء في كتب الطب النفسي وعلم نفس الشواذ .

الا اننا نستطيع ان نستنتج مما ذكرناه عن الصحة النفسية ان خلل التوافق بين مكونات الشخصية الواحدة او بين الشخصية والاخرين والمجتمع هو الركن الاساس في حدوث المرض النفسي الوظيفي functional ..

اما المرض العقلي والاضطراب النفسي الناشيء عن علة مرضية (باثولوجية) في الدماغ والجهاز العصبي فهو المرض النفسي (العضوي المنشأ.) organic,

الفصل الثالث

• علم النفس السريري •

(والعلاجات النفسية)

Clinical Psychology

من مستلزمات اجراءات الصحة النفسية والطب النفسي فرع من علم النفس بدأ ينمو ويتسع ويحتل أهمية كبرى في المجتمعات المتطورة والمتقدمة هو علم النفس السريري (الاكلينيكي). وهو اختصاص دقيق يتناول الميدان النفسي في مجالات متعددة : في الخدمات الاجتماعية والصحية والتربوية .ويمكن أن يتخصص فيه الطبيب أو أي عالم نفسي (غير طبيب) تكون دراسته الأولية الجامعية هي علم النفس والتربية والاجتماع .

وبما أن علم النفس السريري هو تطبيق لاصول ومبادئ علم النفس على المرضى فهو علم نفس تطبيقي من ناحية، وعلم نفس مساعد في أساليب التشخيص والعلاج والوقاية والبحث العلمي . واستعراض سريع لخلفية وجذور علم النفس السريري يفيدنا في معرفة نشأته وكيفية تطوره ، ولماذا أصبح تخصصاً دقيقاً من بين فروع علم النفس الاخرى ..

لمحة تاريخية :

بدأت جذور علم النفس السريري منذ أواخر القرن التاسع عشر عندما أسس (فندت) Wundt مختبره التجريبي النفسي في المانيا عام ١٨٧٩م. ثم جاءت محاولة (كاتل) العملية لتقدير القابليات العقلية لطلبة الجامعات المقبولين عام ١٨٩٤ — وكانت اختبارات حركية حسية على الأغلب.

ومهد العالم النفسي (ويتمر) Witmer الذي درس مع (فندت) لبداية علم النفس السريري عندما أسس أول عيادة نفسية في الولايات المتحدة ودرس فيها الموضوع نفسه. وركز على مشاكل اضطرابات السلوك بين الأطفال والمعوقات الحسية والتأخر العقلي ،واضطرابات الكلام وصعوبات التعلم وذهان الطفولة .

وفي فرنسا ، بحث العالم (بينيه) في التأخر العقلي والف مع زميله (سيمون) Simon أول اختبار للذكاء دعى اختبار (بينيه – سيمون) الذي نقح وطور الى الاختبار العالمي المعروف باسم (ستانفورد – بينيه) ، لكنه كان بداية حقيقية ومولد فعلى لعلم النفس السريري إذ انتشرت اختبارات القوى العقلية والذكاء في معاهد رعاية الاطفال ومحاكم الأحداث والاصلاحيات .

وطرأ تحول جديد في قضايا الصحة النفسية وعلم النفس السريري اذ كان تقرير ونشاط السيد (بيرز) Beers حافزاً لذلك . وقد كان (بيرز) مريضاً نفسياً أدخل احدى المستشفيات الامريكية العقلية، فلما شفى وغادر المستشفى كتب كل ذكرياته وانطباعاته وتجربته في كتاب ضخم، وبدأ حملة اصلاحية شديدة على أوضاع الخدمات الصحية النفسية مما دفع بالسلطات والمؤسسات الى تحسين الخدمات ورفع مستواها الانساني والى الاهتمام بالجانب الوقائي للمرض النفسي ابتداء من مرحلة الطفولة ودور الرعاية الاجتماعية والمدارس .

وأسس (هيلي) Healey اول معهد لاضرابات السلوك والجنوح عام ١٩٠٩م وهكذا ارتبط بالطب النفسي والبحث الاجتماعي . وكانت الحرب العالمية الثانية المحك الاكبر لعلم النفس السريري حيث تبين من فحص المكلفين بالخدمة العسكرية ان الذين لم يصلحوا للخدمة العسكرية ورسبوا في الاختبارات كان المرض النفسي او الاضطراب العقلي هو السبب الرئيسي الثاني في التسلسل، اما السبب الاول فكان امراض العيون . وكان التخلف العقلي في مقدمة الاضطرابات العقلية المذكورة ، مما اكد اهمية علم النفس السريري .

وتأسست (الجمعية النفسية الامريكية) عام ١٩٤٧ وبدأت مناهج تدريسها لاعداد علماء نفس سريريين تتوفر فيهم السمات والمزايا التالية : الوعي الذاتي بالنزعات والاهواء الذاتية ، ضبط النفس ، التحمل والصبر ، المثابرة، تحمل المسؤولية ، الثقافة الواسعة ، الاهتمام بالاخرين وحب الاستطلاع .

مهمات علم النفس السريري :

يقوم علم النفس السريري بالمهمات التالية :

١ – اجراء الاختبارات النفسية المختلفة لفحص القوى العقلية من ذكاء واستعداد وانجاز وميول وقابليات خاصة ومهارات،وجوانب الشخصية .

٢ – اجراء الفحص التشخيصي في مجال الطب النفسي – اى بيان تركيب الشخصية العصابي والذهاني ، واحتمال وجود اسباب عضوية .

٣ – تعليم وتقويم السلوك في مراكز الصحة النفسية ورعاية الاطفال ومحاكم الاحداث والاصلاحيات .

٤ – اجراء العلاج النفسي بالاسلوب والطريقة المناسبة بعد ان يكون قد تم اجراء الفحص الطبي – النفسي على المريض من قبل الطبيب النفسي فحصلت لديه القناعة بأنه سالم من الامراض الجسمية – العضوية وسنأتي على ذكر تفاصيل العلاجات النفسية في هذا الفصل .

٥ – التعاون مع ادارات المدارس والمدرسين والمعلمين في ملاحظة وتشخيص اضطرابات السلوك. فهو يرتبط اذن بعلم النفس التربوي وعلم نفس النمو .

٦ – اجراء البحوث السريرية على المرضى في وحدات الطب النفسي.

٧ – تدريس اختصاص علم النفس السريري في الجامعات .

كل هذه المهمات توضح سعة رقعة ومجال العمل فيه وفي المراكز التالية : وحدات الطب النفسي، مستشفيات الامراض العقلية، العيادات الخارجية النفسية،المستشفى النفسي النهاري، العيادات المركزية للصحة المدرسية، المراكز الريفية للطب النفسي الاجتماعي، معاهد رعاية الصم والبكم، معاهد المتخلفين عقليا، مراكز رعاية الاطفال والاحداث ومراقبة السلوك، محاكم الاحداث، مراكز التأهيل المهني والاجتماعي، مراكز علاج الادمان على المخدرات، مراكز رعاية وتأهيل المساجين، المدارس الاصلاحية، مراكز التوجيه التربوي النفسي والمدارس نفسها .

وقيام عالم النفس السريري بالمهام المذكورة وفي المواقع المبينة اعلاه يخفف من الضغط الواقع على الطبيب النفسي ويسد فراغا في كادر الخدمات الصحية النفسية والاجتماعية وادارتها .

الاختبارات النفسية :

هي من مهام علم النفس السريري ، وتضم اختبارات القوى العقلية التي سبق وان شرحناها وافيا في الباب الخامس ، وأهمها اختبارات الذكاء واختبارات الشخصية الاكثر شيوعا . واوجز ادناه الهيكل العام لمجموع هذه الاختبارات والقياسات النفسية المختلفة لتكون لدى الدارس فكرة عامة عن واجبات عالم النفس السريري :

١ ــ قياسات الذكاء العام ، وتشمل :

أ ــ اختبار ستانفورد ــ بينيه :

ب ــ اختبار ويكسلر ــ بيلفيو (باشكاله الثلاث)

جـ ــ الاختبارات الجماعية ·

د ــ اختبارات خاصة بالمعوقين والاطفال الصغار في دور الحضانة :

٢ ــ قياسات الكفاءة والاداء وتشمل :

أ ــ اختبارات الانجاز والاداء العامة Performance& achievement .

ب ــ اختبارات الامتحانات الخاصة :

جـ ــ اختبارات تشخيصية تربوية :

د ــ اختبارات الانذار prognostic tests .

٣ ــ قياسات المهن والمهارات occupational tests وتشمل

أ ــ اختبارات الانتقاء :

ب ــ اختبارات المهارة الصناعية idustrial tests .

جـ ــ اختبارات اثناء العمل :

٤ ــ قياسات الاستعداد aptitude tests .

أ ــ اختبار الاستعداد ذات البطارية الاستفتائية :

ب ــ اختبار الابداع :

٥ ــ قياسات الشخصية Personality tests :

أ ــ اختبارات الملاحظة والمراقبة :

ب ــ اختبارات الاستفتاء :

جـ ــ الاختبارات الاسقاطية ، وتشمل :

١ ــ اختبار رورشاخ :

٢ ــ اختبار فهم الموضوع :

٣ ــ اختبار التقارير الشخصية :

٦ ــ قياسات المواقف الخاصة Situational tests : في فرق الجيش ، والطيران ، والوجبات الخاصة ، والمغاوير ..

٧ ــ قياسات الهوايات والقيم والاتجاهات :

ولمزيد من التفاصيل يمكن للدارس مراجعة الكتب الخاصة بعلم النفس السريري وبعلم نفس القياسات ، والكتب الخاصة بكل اختبار .

العلاجات النفسية Psychotherapies :

وهو من المهام الكبيرة الاخرى لعلم النفس السريري . وسنذكر هذه العلاجات بانواعها واساليبها وما تستند اليه من فكر نظري او مدرسة في علم النفس ،وبايجاز مناسب ، لان تفاصيل واصول اجراء اى علاج يحتاج بحد ذاته الى فصل او كتاب مستقل :

خصائص العلاج النفسي :

الخاصية الأساسية في العلاج النفسي هي ان محوره الكلام وجوهره استخدام العلاقة الإنسانية الوجدانية بين المعالج النفسي والمريض كجهاز علاجي دون

وساطة مادية أخرى ، بل الإعتماد على الاسس العلمية – الفلسفية لنظريات السلوك وعلم النفس الحديث ، وبالاستعانة بعلوم الاجتماع والإنسانيات والانثروبولوجيا .

والعلاج النفس ، فن ومنهج ، وأسلوب ، وصنعة .. لا يتقنها الا المتخصص في فن العلاج النفسي . والعلاج النفسي ليس اسلوباً واحدا أو منهجا معينا بحد ذاته لانه يتكون من مجموعة أساليب ومناهج مختلفة – متقاربة أو متباعدة – لا تجمعها الا الصفات العامة التالية :

أ – انها جميعاً تعتمد على شيء من الحوار والتبادل الفكري ، مهما قل أو كثر .

ب – انها جميعاً تعتمد على درجة معينة سطحية أو عميقة – من العلاقة الانسانية بين المعالج والمريض ، مستخدمة الارتباط العاطفي بينهما .

ج – انها جميعها تهدف الى مساعدة الأنسان المريض نفسياً لادراك ذاته وقابلياته بما يكفي للعودة الى الحالة الطبيعية .

د – ان المريض عندما يعبر عن نفسه بحرية (بما فيها من سلبيات وثغرات)، لايشعر وكأنه «يعترف » امام محقق أو قاض أو رجل دين ، ولا يخجل أو يتحرج لكونه سيتوقع تأنيباً أو حكما أو قراراً من معالجه بل انه يتصرف ويتكلم بضمانات واخلاقيات العلاج النفسي .

لذا ، يمكن تعريف العلاج النفسي بما يلي :

«العلاج النفسي هو استخدام علمي لنظريات علم النفس الحديثة وتطبيقها لتغيير سلوك الفرد واسلوب تعامله مع العالم الخارجي وشعوره تجاه ذاته ، بما يحقق له وللاخرين علاقات اكثر انسجاماً وراحة ، ودون اللجوء الى وسائل جسمية أو قسرية ، وبجو من الحرية التامة ..... »

العلاج النفسي ... والتحليل النفسي :

لعل من الضروري رفع التباس وغموض يقع فيه الكثيرون وهو اعتبار العلاج النفسي مماثلا للتحليل النفسي ، وهذا غير صحيح . فالتحليل النفسي

Psychoanalysis ارتبط تاريخيا وعلميا باسلوب ومنهج (فرويد) وجماعته في العلاج النفسي — أي اسلوب الكشف عن مكنونات اللاشعور بالتحليل النفسي . فالتحليل النفسي الفرويدي يستند اساسا على نظرية وجود اللاشعور unconscious وعلى وجود الكبت repression ،وعلى نظرية الجنسية الطفولية infantile sexuality ، فهو اذن الوسيلة العلاجية الخاصة بمدرسة فرويد والتي تهدف الى اظهار المكبوت من النوازع والاتجاهات تدريجيا بالتحليل الحر —كما سنشرحه بعدئذ — .

وبما ان جماعة فرويد وكذلك زميله العلامة (يونج) كانا متفقين على اهمية اللاشعور وعنصر الكبت في احداث المرض النفسي ، فان التحليل النفسي كان من نصيب نظريتي فرويد ويونج . وبما ان يونج اختلف بعدئذ مع فرويد واختط لنفسه تفسيرات واضافات اخرى للكبت واللاشعور ، ودرجاته، فان طريقته في التحليل النفسي اختلفت بعض الشيء عن طريقة فرويد. لذلك اصبح من المتعارف عليه الان ان (التحليل النفسي للأعماق) هو نفسه التحليل النفسي الفرويدي depth psychoanalysis .

أما التحليل النفسي بطريقة يونج فقد دعى بالعلاج النفسي التحليلي analytic paychotherapy . أما (ادلر) عضو الثالوث القديم (فرويد — يونج — ادلر) ، فلأنه قلّل وصغر من شأن اللاشعور واعتمد على الشعور ونظرية عقدة النقص ، فان اسلوبه في التحليل النفسي اطلق عليه العلاج النفسي الادلري .

واختصاراً نقول ، ان العلاج النفسي يشكل كل انواع العلاجات النفسية، أما « التحليل النفسي » فهو جزء منه وأحد فروعه ، ويختص بالاعماق وبنظرية فرويد .

الاسس العلمية للعلاج النفسي :

العلاج النفسي يجب ان يستند على مدرسة أونظرية في علم النفس وتفسير السلوك البشري . وسنجد ان بعض العلاجات النفسية تبدو وكأنها اصيلة ونابعة من ذاتها .. الا ان المنطق يحتم وجود ايديولوجية ونظرية خلفها أوبين

ثناياها مهما ضؤلت . والحقيقة ان العلاجات النفسية الاولى كانت نابعة من مدارس علم النفس المعروفة ، الا ان ضغط التطورات الإجتماعية السريعة وقلة المعالجين النفسيين وازدياد الوعي والمشاكل النفسية للازمات الحضارية ، وموجة الحركات الإجتماعية في المجتمعات الغربية ادت الى ظهور اساليب جديدة في العلاج النفسي والى ظهور مسميات جديدة لها بحيث نلمس تطورا سريعاً وتغيرا ملحوظاً مابين عامي ١٩٦٠ و١٩٨٠ مثلا — وهي فترة قصيرة جدا .

وما يهمنا في هذا الخصوص هو ان المرض النفسي لايزال معضلة فكرية وعلمية وفلسفية قيد البحث والتنقيب والجدل ، وما يتفق عليه الجميع ان المرض النفسي يمتاز بـ : القلق الدائم أو الإضطراب الفكري ، والشعور بعدم الرضا أو الإستقرار أو الامان ..، وبسلوك لايرضي الذات أو لايرضى الآخرين ، وانه ينتج عن أزمات وصراعات تتعلق بنشأة الإنسان وتطوره وتربيته اثناء طفولته .. أو بمشاكل وعقبات وتجارب تواجهه في حياته الحاضرة لايتمكن من معالجتها بكفاءة ، فتؤدي به الى سلوك غير طبيعي بالنسبة لمجتمعه وثقافته المحلية .

ولاشك ان الطفولة التعيسة ، المضطربة ، المهددة ..، والتربية الخاطئة في البيت والعادات السيئة الاولية، والتوجيه الجنسي والعاطفي والفكري المضطرب أو القاسي أو الجاهل ..، ثم التجارب العنيفة التي تبرز خلال ذلك ..، لها الحصة الكبيرة في التمهيد للوقوع في مشاكل وازمات وعواصف المستقبل النفسية .

لكن كل مدرسة نفسية تركز اهتمامها على ناحية أو بضع نواح من تلك العوامل والمؤثرات وتهمل — أوتغض النظر — عن الاخرى . فلكل مدرسة نظرية في العقل والادراك والاحساس والسلوك والحياة ودور الانسان فيه ، وعلاجهاالنفسي مستمد من تلك النظرة التي لانزال نعتبرها علميا نظرية وليست قانوناً ثابتا .

ومن المفيد ان نذكر ان ليس جميع مدارس علم النفس المعاصرة لها اساليب علمية في العلاج النفسي ، كما ان ليس كل علاج نفسي يستمد اصوله من مدرسة معينة واحدة ، .. أو يستند الى اية نظرية سابقة عدا نظريته في العلاج ذاته . الا ان مايجمع العلاجات النفسية انها تبحث عن مسببات المرض النفسي في الفرد أو الجماعة أو المحيط ، وتعالجه باسلوب علمي – اخلاقي – انساني يخلو من الدجل والخرافة ويرفض العنف والقسوة كما كان يجري في أوربا في العصور المظلمة .

الأمراض التي يمكن معالجتها نفسياً :

لو شئنا الحقيقة والواقع فان كل الامراض يمكن ان يتناولها العلاج النفسي بطريقة من الطرق ، خاصة واننا اطلعنا الان على مدى تعدد وسعة نظريات علم النفس المرضي وامكانية وجود اساليب سريعة وسطحية ومفيدة في الوقت نفسه : فالمريض الجسمي المصاب بكسر في الساق ، أو المصاب بجلطة دماغية أوبمرض خبيث مزمن ، كل هؤلاء يحتاجون الى نوع من الترويح والاطمئنان والتهدئة النفسية اضافة الى العلاجات الطبية الخاصة. وحتى المشرفون على الموت – مهما كان سبب تدهورهم وانحطاطهم – يحتاجون الى الكلمة الطيبة المخففة من القريب الصديق ورجل الدين والطبيب النفساني .

كذلك ، فان جميع الامراض النفسية (العصابية) والعقلية (الذهانية)يمكن ان يدخل فيها العلاج النفسي بنسب وفترات مختلفة يحددها نوع المرض ، والمعالج . ولو شئنا الدقة والتحديد والتخصيص ، فان تجربة علم النفس والطب النفسي تشير الى ان العلاجات النفسية الناجحة ذات المردود الايجابي الشافي هي التي تتناول مجموعة امراض العصاب : كالقلق النفسي ، والكآبة الانفعالية ، والرحام (أوالهستيريا) ، والحصر القهري (الوسوسة) ، والمخاوف المرضية (الرهاب) ، وعدم التوافق العائلي ، وافتقاد الانسجام الجنسي . كذلك الاضطرابات الانفعالية لدى الاطفال من تأتأه وخجل وسلس البول ومعاكسة وتمرد وعنف وهروب من المدرسة وجنوح الاحداث ، ثم الانحرافات الجنسية وامراض الشخصية كالادمان والسلوك اللا اجتماعي..الخ

المريض الذي يصلح للعلاج النفسي :

ومن بين تلك الامراض النفسية المذكورة آنفاً ، لايصلح جميع المصابين بها للعلاج النفسي . فانتقاء المريض المناسب للعلاج النفسي هو بالحقيقة انتقاء المريض الذي يبشر بنجاح العلاج ، والا كانت النتيجة هدرا في الجهود والطاقات وشعورا بالخيبة والفشل من قبل المريض والمعالج على السواء ، رغم ان أي علاج غير مضمون النجاح كبقية العلاجات الطبية الاخرى . وقد وجد بالتجربة ايضاً ان الذي يستفيد من العلاجات النفسية اكثر من غيره من المرضى النفسيين هو من تتوفر فيه الشروط العامة التالية :

أ ـ ان لايكون مصابا بالخرف والانحطاط الذهني بحيث لايفهم أو يستجيب لمتطلبات وتعليمات ومناقشات العلاج النفسي .

ب ـ ان يكون متمتعاً بذكاء متوسط في الاقل ، وبثقافة مناسبة تساعده على التعبير عن نفسه ، وعلى فهم الحوار والاستجابة له .

جـ ـ ويفضل ان تكون مشاكله في اطار الامراض العصابية وليست ذهانية .

د ـ ان يتعاون مع المعالج اثناء انعقاد جلسات العلاج مااستطاع الى ذلك سبيلا . ومسألة التعاون هذه تبدو بديهية ، ولكننا سنرى كيف أن ان المريض يقاوم احياناً مجرى العلاج لاشعورياً، وقد يعرقله بسبب قوة الكبت وعدم الميل للكشف عن اسرار شخصيته. كما انه قد يظهر حالات يجد فيها المريض نفسه مجبراً على العلاج النفسي ، وهي حالات نادرة ولكنها تحدث فعلا ،مثلا: عندما تهدد الزوجة بعدم العيش مع زوجها المريض ما لم يعالج نفسه ويصلح من شأنه (او بالعكس)، او عندما يخير القاضي فردا منهماً بين العقوبة او العلاج النفسي .

على ان كل هذه المواصفات لاتمنع اختيار اي مريض كان، في حالات خاصة، ومن اي عمر، ومن اي ذكاء (الى حدود الغباء البسيط) لنوع معين

من العلاجات النفسية الذي قد تصلح له شخصياً..،والذي يقرر ذلك هو المعالج النفسي او الطبيب النفسي .

مؤهلات المعالج النفسي :

وللمعالج النفسي مزايا شخصية وصفات خلقية قد لاتتوفر لدى آخرين او بالاحرى انه ليس كل طبيب نفسي او عالم نفسي اجتماعي يمكنه اجراء العلاج النفسي، ونجد ذلك واضحاً وشبه مقنن في ميدان التحليل النفسي الفرويدي، اذ يشترط في المحلل النفسي للاعماق اجتياز الاختبارات الاصولية وان يكون هو قد جرى عليه تحليل نفسي اولا، وبذلك يكون قد عرف نفسه وميوله ونزعاته لتكون المقياس الذي سيستخدمه في وزن وتحليل واصدار الاحكام النفسية على مرضاه. فهو كالقاضي العادل الذي يجب ان يعرف نفسه وميوله كي يتحكم فيها ويحسب حسابها كلما حكم في قضية وبالنسبة للمحلل كلما دخل في تحليل نفسي للمريض.

لكن هذه الشروط غير موجودة في العلاجات النفسية الاخرى.

اما الصفات (والخصال) العامة الواجب توفرها في اى معالج نفسى فهي:

١ — ان يصغى جيداً، ويتكلم قليلا — وحسب المنهج العلاجى الذي يتبعه.

٢ — ان يبعد تجاربه الخاصة وحياته الشخصية عن موضوع العلاج .

٣ — ان يكون غير متحيز — اى لايلتزم جانب المريض او ضده.

٤ — ان يتجرد عن موقف القوة والتأثير لاستغلال المريض او التأثير فيه لقلب حقائق الوضع او اتجاهه الفكرى او العاطفي او السياسى .

٥ — ان يحترم قرار المريض في اختيار طريقه (عدا التزامه تجاه أصول العلاج).

٦ — ان لايتساهل في طمأنة المريض بعجالة او بصورة سطحية قبل التأكد من خطورة وعمق مشكلته.

٧ — ان لايحاول التفسير السريع لكل ظاهرة. او يقلل من شأنها او يطمسها .

٨ — ان يكون موضوعيا، دافيء العاطفة، عادلا، محترما، متجاوبا، غير منزلق في ورطات المريض وشطحاته .

٩ – ان يحفظ سرية العلاج واسرار مريضه التي يعترف بها ، كما لايسمح لمريضه بافشاء اسرار الاخرين عدا مايصرح به حول شعوره نحوهم .

أنواع وأساليب العلاج النفسي:

بين اعمق واطول العلاجات النفسية (وهو العلاج النفسي الفرويدي) ...الى اكثر هاسرعة وسطحية،نجد انواعاً متعددة لاساليب العلاج النفسي،سنعددها جميعا. أما الزيارة أو الجلسة الواحدة – أو بضع جلسات – التي تجري مع الطبيب النفسي في عيادته ، فلا تعتبر علاجا نفسيا بالمعنى العلمي الصحيح ، بل انها استشارة خاطفة أو عابرة لاتخلو من فائدة ولكنها ليست بعمق ومدى العلاج النفسي .

وللسهولة ، يمكن تقسيم العلاجات النفسية الى مجموعتين كبيرتين :

أولا – العلاجات النفسية الفردية individual psychotherapy ، حيث يكون للمريض الواحد معالج واحد يتولى امره ويرعاه طيلة فترة العلاج .

ثانياً – العلاجات النفسية الجماعية group psychotherapy ،حيث يتولى معالج واحد (أو اثنان احيانا) معالجة ورعاية مجموعة من المرضى يتراوح عددهم من ٧ الى ١٢ واحياناً الى ٢٠،واحياناً ٢٥٠ مريضا. وفي هذه الحالة يكون اسلوب العلاج النفسي باحدى زاويتين :

١ – اما ان المعالج النفسي يلاحظ ويتتبع الفرد الواحد اثناء وجوده بين الجماعة

ب– أو انه يلاحظ ويتتبع تطور المجموعة ككل من خلال تجمع عدة افراد.

ومن مزايا العلاج النفسي الفردي انه عميق التحليل ، نافذ في حياة الفرد ، ومتفرغ له . وتكون شخصية وانفعالات المريض غير مبعثرة أو مخففة من قبل الجماعة. لكن هذا النوع من العلاج غالي التكاليف وطويل الامد عادة ويتطلب مواصفات أكثر صعوبة ..

ومن مزايا العلاج النفسي الجماعي انه يقتصد في الطاقة البشرية لعلاجه مجموعة اشخاص مرة واحدة، ولانه اقل كلفة من الناحية المادية للمريض

الواحد. ويستطيع المعالج دراسة السلوك الفردي في اطار الجماعة التي تضخم وتبرز معالم العصاب والصراع من خلال الحماس الجماعي، ويحتمل انها تعجل في تغيير سلوك الفرد كما تكشف شعوره تجاه المعالج الذي يمثل الابوين—اي السلطة.

اولا ـ العلاجات النفسية الفردية ، وتشمل مايلي:

١ ـ التحليل النفسي الفرويدي :

اول علاج حديث كان من ابتكار فرويد، رغم انه لجأ اولا الى استخدام التنويم المغناطيسي ثم تركه. لذلك فهو خير مثال وادقه لما يجري خلال العلاج النفسي، كما انه سيساعدنا على تفهم ومقارنة واختصار شرح بقية العلاجات النفسية.

بعد اجراء الفحوصات والمقابلات الاولية والتأكد ان المسألة مشكلة نفسية جديرة بالتحليل النفسي، تبدأ جلسات التحليل بحضور المريض الى غرفة المعالج ليستلقي مسترخيا على اريكة معدة لهذا الغرض، ويتمدد على ظهره ووجهه الى أعلى.ويجلس المعالج خلفه والى الجانب قليلا اي بعيدا عن نظر المريض المباشر. ويكون اسلوب التحليل هو التفكير الاسترسالي الحر بصوت مرتفع (مسموع) بأية خاطرة وفكرة ترد الى ذهنه دون خجل او تردد. وقد يكون موضوع الحديث حلماً تتكرر رؤياه كما هو او بتحويرات طفيفة، وهكذا يتشعب الحديث الى جوانب وابعاد غير متوقعة من المريض. إن (تداعي الافكار الحر) هذا free association يكشف الكثير من الدوافع والانفعالات والاتجاهات المكبوتة . ولا يتدخل المحلل في التعليق الا قليلا بحيث يكون دوره في الكلام قليلا ومحددا، لكنه ايجابيا من حيث التوجيه الخفي الى الامور والمواضع الحاسة التي يراها متعلقة بمشكلته . ولا شك ان الاسترسال الحرفي الكلام يلقى صعوبات وعقبات لان كثيراً ماتكون الافكار الانية فاضحة او معيبة او قبيحة في نظر المريض فيتردد في

قولها ويقاومها عقله الواعي (العقل الاجتماعي المؤدب) ، اذ كيف يمكنه مثلا ان يصرح انه يتمنى لو ماتت امه المصابة بمرض عضال بينما الواجب والاعتبارات تحتم عليه ان يكن لها الحب ويصمد على علاجها او رعايتها؟ في جلسة التحليل النفسي على المريض اذن ان ينزع عنه اقنعة المجاملات والعادات الاجتماعية الكاذبة ويصدق مع نفسه ومع المعالج .

ولاشك أن الاسترسال الحر في الكلام يطلق الافكار من مخابئها ويفك عقالها، وتتوطد بين المريض والمحلل اواصر الثقة والود والعطف . عندئذ يحتل المعالج صورة خيالية في وجدان المريض وهي انه اصبح بمثابة ومقام احد والديه عندما كان طفلا، فيحول المريض انفعالاته المختلفة واستجاباته من كره وحب وغضب ونفور الى المحلل، وهذا هو التحويل في اي علاج نفسي transference .

ان التحويل النفسي لامفر منه ، ولو انه يختلف بدرجاته وعمقه في مختلف العلاجات النفسية . وعن طريق التحويل هذا تنتقل عملية التحليل النفسي الى مرحلة ايجابية وسريعة ، وما يدعى بالود والتعاطف rapport بين المعالج والمريض هو دليل التعاون والثقة المتبادلة، وهو ضروري لاكمال العلاج لانه يمكن ان يتقطع او يتوقف ويفشل لو استمر المريض على نفوره من العلاج او كرهه للمحلل، وهو تحويل سلبي negative transference .

وتستمر الجلسات بمعدل ٤ ــ ٥ مرات في الاسبوع ولمدة (٥٠) دقيقة لكل جلسة . وتستمر الاعترافات والتصريحات او التنفيس Catharsis من اللاشعور الى الشعور لتكشف عن المكبوت وتطهر اللاشعور تدريجياً. وتمضي الشهور والمحلل النفسي يجمع معلوماته بارتياد مجاهيل عقل المريض الباطن وماضي وطفولة حياته فينسقها ويعلق عليها بتفسيره العلمي للآليات والقوى والدوافع. ويستمر العلاج سنتين في الاقل ، وقد يمتد الى ثلاث واربع حسب مقتضيات الحاجة وعمق التحليل ووضوح مسببات المرض .

وتعتقد المدرسة الفرويدية ان الانسان الذي يدرك ويعي سر العوامل التي تضافرت على تكوين اتجاهاته وانفعالاته واستجابات شخصيته، يتمكن بعدئذ من السيطرة عليها والتعامل معها علانية بعد ان يعيد تنظيم سلوكه واتجاهاته، وبذلك تنفرج الازمة وتنحل العقدة ويشفى المريض من علته النفسية.

ان التحليل النفسي للاعماق يعتمد في اسلوبه العلاجي على فلسفة مواجهة اللاشعور بعد كشفه والصراحة في التعبير عنه. ويقول فرويد في ذلك ان «الجيد هو عدو الاجود» اي ان الحلول الوسط لاتنفع المريض. كذلك تمتاز هذه النظرية باعتماد اللاشعور والكبت والجنسية الطفولية محاور لتفسير المرض النفسي ثم علاجه بطريقة تداعي الافكار الحر. ونلاحظ هنا كيف ان المحلل يتوارى خلف المريض ويقوده من وراء الستار وباسلوب ثانوي الى الاطلاع والتوعية بجذور شخصيته منذ الطفولة وعلاقته مع والديه. ويتضح من هذا الاسلوب انه شاق وطويل ويحتاج الى صبر ومثابرة وتتبع ، والى زمن طويل والى تكاليف مادية ضخمة ،كما انه محدود بعدد قليل من المرضى.

٢ ـ العلاج النفسي التحليلي (اليونجي) :

يعتمد هذا العلاج التحليلي على نظرية (يونج) في علم النفس والتي تعتبر الثانية من حيث العمق والتأثير في الفكر النفسي المعاصر اذ يؤكد يونج على اهمية الكبت واللاشعور في تكوين الشخصية الانسانية، لكنه يتعمق في اللاشعور اكثر من فرويد ويفترض وجود لاشعور عالمي اعمق من مستوى اللاشعور الشخصي، وهو بمثابة العقل الاثري الذي تشترك فيه جميع اجناس وسلالات البشر ودعاه باللاشعور الجماعي collective unconscious . وبهذا العقل السلالي استطاع يونج أن يفسر ظواهر عقلية غريبة يتقاسم فيها البشر في شتى بقاع الارض وخاصة في قضايا الغيبيات ، والتصوف والميتافيزيقا بما لم تتناوله أية نظرية نفسية اخرى بهذا الشكل من التفسير العلمي.

ولا يعلق يونج اهمية كبيرة على تجارب الطفولة بقدر اهتمامه بجميع الاحداث التي يمر بها الانسان طيلة عمره وحتى الممات. اما الاحلام فيعارض فيها فرويد ويقول ان الحلم ليس التعبير الرمزي للنوازع المكبوتة في اللاشعور بل انه التعبير الكامل والمباشر لذلك اللاشعور. فاسلوب يونج في التحليل النفسي يشابه التحليل النفسي الفرويدي فيما عدا بعض الاختلافات في الاستراتيجية والتفسير.

تعقد جلسات بمعدل مرتين في الاسبوع وعلى مدى سنة او اكثر بقليل ، ولا يستلقى المريض على الأريكة بل يجلس بمواجهة المحلل ويشاركه الحوار وباقل ما يمكن من تداعي الافكار الحر . ويركز المحلل على تحليل الاحلام قبل اى شيٍ ، او على الاحداث والمشكلة الحالية وليس على تجارب وغوامض الماضي والطفولة — اى بغض النظر عن المكبوت والالتفات الى الحقيقة الحالية الخارجية وبفحوى الحلم . فالحلم عند يونج لايحتاج الى تفسير بقدر ما يحتاج الى قراءة مباشرة مثلما نقرأ الخط الهيروغليفي . فملخص الاسلوب العلاجي اليونجي بعد جمع وتنسيق المعلومات التحليلية هو الدعم والتشجيع الواقعي من ناحية ، مع استكشاف ميتافيزيقي لعالم الرؤيا الزاخر بنوازع الانسان . وفي إعتقاد يونج ان المرض النفسي ظاهرة لكفاح داخل اللاشعور السلالي من اجل حياة أجود ووعي أسمى .

٣– العلاج النفسي الادلرى :

بما ان مدرسة ادلر الفردية تفسر السلوك البشري على انه حركة مستمدة من النزعة الى القوة والعلو والسيطرة ، وان فشل تأكيد الذات يؤدي الى الشعور بالنقص الذي يدفع بالفرد الى التعويض عنه بالبروز والتقدم في نواح اخرى ...،وان فشل التعويض واحباط كل محاولات ازالة الفشل تؤدي اخيرا الى تكوين «عقدة النقص »..،فان المرض النفسي العصابي ناتج عن عقدة النقص هذه ..

فالعلاج النفسي الادلري يتحرى في ذات الانسان عن طموحاته ونواقصه ومشاعره تجاهها ، ثم محاولة مساعدته على التغلب على مواطن الضعف او التعويض عنها .. او عدم تضخيمها والمبالغة فيها الى حدود الشدة والقسوة على النفس وتفتيت عزمها . العلاج النفسي الادلري يحاول أثناء جلسات العلاج مخاطبة العقل الواعي في الانسان ليدله على مواطن الضعف فيه ، ثم يأخذ بيده الى حيث يشعر انه لايزال بامكانه استرجاع قابلياته .. ، او انه متمكن لم يفقد القدرة على العلو بالذات واشباع طموحها وارضائها . وقد لقيت هذه الطريقة في العلاج النفسي رواجا في المجتمع الامريكي الذي يشجع تلك الميول الذاتية نحو اثبات الشخصية وحريتها .

٤ – العلاج النفسي المرتكز على المريض: Client-Centered therapy

..او اسلوب روجرز في العلاج النفسي . وهي طريقة امريكية اصيلة من ابتكار العالم النفساني (كارل روجرز) ، وتتميز بانها تنظر الى المريض كانسان متكامل وتعالجه باسلوب ايجابي غير توجيهي ولاتحليلي ، كما تدعو المريض عميلا او (زبونا) client ، دلالة على النظرة الانسانية في التعامل مع المريض .

وتعقد الجلسات بمعدل مرتين في الاسبوع ، ولفترة ساعة لكل جلسة وعلى مدى سنة وربما اقل من ذلك بكثير . يجلس الزبون بمواجهة المعالج ويدور الحوار والكلام الحر المسترسل . المعالج لا يحاول ان يحرث الماضي او الطفولة او اللاشعور ، بل يهمه المريض كأنسان فلا يوجه له الاسئلة او التعليقات التي لايرغب فيها ، بل يبحث عن الجوانب الطيبة والايجابية فيه والتي تحتاج الى الدعم والتطمين والتثبيت . وبحريته وثقته في المعالج يستعرض المريض مشاكله ويرتادها بأفكاره وكلامه ، فيتطرق الى النواحي التي يشعر انها تضايقه او تنتقص منه وتعيبه .. ، فيكون تعليق المعالج عليها بما يوضح ويبرز ويعزز الاشياء الجيدة والمفيدة فيها . وهكذا ، وبأسلوب سلس تلقائي ..

وبدون تدخل او اقحام يكون المعالج «انسانيا» وجوديا ايجابيا . ان تعليق المعالج يجب ان يكون مقتضبا غير ايجابي ، بل اثباتي وتوثيقي . فلو كان المريض مثلا يشرح كيف ان امه تعاكسه ثم سكت متوقعا تعليق المعالج ..، فان المعالج سيقول :

«تشعر بأن املك تريد السيطرة عليك » دون ان يتورط اكثر من ذلك في الشرح والتفسير .

وعادة ما تكون بداية العلاج ان يحتقر المريض نفسه ويبرز معايبها ونواقصها، ثم لايلبث ان يستعيد ثقته بنفسه تدريجيا — وبطرف خفي من موقف المعالج الايجابي ، لينتهي بشخصية واثقة متوازنة ومفيدة . ان هذه الطريقة تحل المشاكل الحالية الجارية لتحوير السلوك الى الافضل ولا تستعين — كالفرويدية— باللاشعور ومكبوتات الطفولة ، ومن مزاياها كذلك ان المريض يأخذ الجانب الأكبر من الكلام — مثل التحليل النفسي الفرويدي — ويكون المعالج محايداً وحذراً في تعليقه ، لكنه صاغي الاذان .

وقد نجح هذا العلاج في امريكا وانتشر إلى اوربا وتبنته معاهد ومراكز متعددة في الدول الاسكندنافية وهولندة . وسعة انتشار ونجاح « العلاج الروجرزي» هذا يبشر بمستقبل حافل ، اذ تشير الدلائل إلى كونه نافعاً مع اشخاص ذوى مشاكل نفسية واجتماعية وعائلية ، وخاصة مع الاشخاص المتكلمين ذوى الاندفاع والحماس للحديث عن مشاعرهم . وتبدو أن وجود المعالج الايجابي وعدم تواريه عن نظر المريض ولا سلبيته تشعر المريض أنه « غير مهمل» ، ولذلك برهن العلاج فائدته كذلك للمصابين بالذهان في المستشفيات العقلية ، وللمنكمشين المنعزلين الذين يتحاشون الخوض في مشاكلهم .

وهكذا اصبح العلاج الروجرزي — المرتكز على المريض — ينافس العلاج الادلرى ، وذا كيان واسس انسانية — وجودية واضحة المعالم يخرج منها الزبون باحترام الذات وباحترام عميق للمعالج .

٥ ـ العلاج النفسي الوجودي Existential therapy

لم يكن للفلسفة الوجودية علاقة مباشرة بعلم النفس الحديث باديء ظهورها لانها نظرية في الوجود والحياة والانسان ، لكنها بوجوهها المختلفة واجنحتها وتشعباتها لمست علم النفس ثم تغلغلت في ميادينه ـ ثم اتخذت علاجاً وجودياً للانسان الوجودى الحائر على ايدى كثيرين من فلاسفة الوجودية مثل (بنزواجنر) و (رولومای) و(یاسبرز)، والدكتور (لانج) ابرزهم حالياً. وهكذا نشأت طريقة «هجينية» دعيت بالعلاج النفسي الوجودى او « الانساني» ، ملخصها: تفسير المرض النفسي بأنه ظاهرة وجودية وليس مرضاً حقيقياً ، وان من يتعثر في اداء دوره الوجودى او في تعامل وجوده مع وجود الآخرين mitsein يحتاج إلى المساعدة من قبل معالج وجودى يجاذبه الحوار كانسان لينقذه من « قلق » وجودى ناشيء عن شعور بعدم جدوى او بفراغ وتفاهة الوجود في العالم . فمحور المرض النفسي هو تعبير عن قلق وجودي .

اما اسلوب العلاج فهو : ان يكون المعالج على قدم المساواة مع المريض الذي لايعتبره «موضوعاً» له بل «شريكا» معه في استجلاء الحقيقة . المعالج اذن «يتقمص» مشاعر المريض empathy ـ وهو تحويل متبادل يذكرنا بالتحويل في التحليل النفسي الفرويدى . اما الحوار فهو جذرى واقعي يتمكن المعالج من خلاله ان يتحرك ايجابياً ويعلق بحرية ويدفع بأفكار المريض هنا وهناك كما لو كان هو المريض نفسه . والنتيجة، ان يجد المريض نفسه وقد اتخذ قرارات حاسمة قوية تغير من سلوكه واسلوب حياته وخططه. ومن أطرف ماحدث مرة بعد عدة جلسات وجودية ان مريضة اسمها (الين ويست) اختارت طريق الانتحار ـ ونفذته !

يتضح مما تقدم ان العلاج النفسي الوجودى غير محدد النهج والاصول ويقتصر على نخبة من الناس المثقفين الاذكياء ذوي الاضطرابات العاطفية المختلفة . ويحمل العلاج المريض مسؤوليات ثقلية غير واقعية او غير منطقية بالمفهوم الاعتيادى ، كما قد يدفعهم إلى اتخاذ حلول غير مفيدة او خطيرة بما في ذلك من خسارة للوقت .

٦ ـ العلاج التنويري Logotherapy

استنبط هذا النوع من العلاج العالم النفساني (فرانكل) عن العلاج النفسي الوجودي بعد ان اجرى تعديلات عليه من حيث الاسلوب فأحاله الى علاج ذي نسق ومنهج محدد . وملخصه ان الانسان يعيش ضمن ثلاثة ابعاد جسمية وعقلية وروحية ، وأن البعد الروحي هو الذي يجعل منا بشرا . ومهمة المعالج هي تفسير معنى الحياة للمريض النفسي تحت شعار وهدف «الارادة نحو المعنى »خلاف شعار فرويد «الارادة نحو اللذة» ، وخلاف شعار ادلر «الارادة نحو القوة » . لكن فرانكل يعترف في الوقت نفسه ان علاجه غير كامل ويمكن ان يكون متمما لنواقص التحليل النفسي فيؤدي الى الشفاء .

٧ ـ العلاج الأساسي الأولي Primal therapy

من ابتكار النفساني (جانوف) ، وهو من البدع العلاجية الامريكية التي تدعي انها تناظر مدرسة فرويد . وقد دعى بالعلاج الاولى ـ البدائي باعتباره يواجه الفرد باساسيات واوليات دوافعه . ، ويدفعه الى دحر واستئصال تلك الفطرية الاولية الناتجة عن الحرمان من الحاجات الغريزية : كالجوع والعطش والبرد والحاجات المعقدة الاخرى كالراحة والخصوصية ... الخ . ويتعرض المريض لهذه الشدائد وعليه ان يمر بفترة العصاب والازمة والصراع . ويعبر عنها بحرية قبل ان تلبى .

وتستند هذه الطريقة الى نظرية معاكسة (ومشابهة) لنظرية فرويد ،وهي ان المرض النفسي والعصاب ينتج عن آلام الطفولة غير المحتملة والمسلطة عليه من والديه ، دون التطرق الى عامل الكبت او اهمية التربية الجنسية . اما الاسلوب المتبع في العلاج فيجرى كما يلي :

يوضع المريض في فندق لمدة ثلاثة اسابيع ليبتعد عن حياته اليومية الاعتيادية ويمتنع عن النوم وتناول اى عقار ـ من مهدئات ومسكنات وغيرها ..ـ ؛ ويتفرغ للعلاج . ويلتقي خلال ذلك مع المعالج لمدة ساعتين او ثلاثة كل

يوم ، ولا يلتقى المعالج بأى مريض آخر غيره . وتتوقف الجلسات عندما يقرر المعالج ان المريض لن يتمكن من الاستمرار على تحمل مشاق العلاج . ويقوم المعالج بدور فعال في الحديث عن الموضوع وهدف محدد ومقصود ـ خلاف العلاجات الاخرى ـ ،ويطلب من المريض ان يعبر عن اعمق مشاعره تجاه والديه بالتخصيص ، وكأنه يدفع بالمريض ويزجه في الحديث المباشر .

وهكذا نجد ان العلاج الاساسي ـ الاولى يرتكز على «شعور» المريض وليس على «ادراكه» ، كما انه يمنع او يقلل من حدوث «التحويل النفسي» نسبة الى العلاجات النفسية الاخرى . وبعد انتهاء الاسابيع الثلاثة ، يرجع المريض الى حياته الاعتيادية السابقة على ان يستمر في العلاج لمدة ستة اشهر اخرى مع مجموعة من المرضى يمارسون نفس العلاج الاساسي . وهي مجموعة تختلف عن المجموعات العلاجية المعروفة التي سنتطرق اليها بعدئذ ، لانه سيتصرف بمفرده دون التقيد بتصرفات الآخرين . ويقال ان المريض تحت هذا العلاج يطرد ويفرز جميع السموم الانفعالية التي كان يعانيها .

٨ ـ العلاج بالحقيقة Reality therapy :

بدأه النفساني (كلاسر) الذي اراد تجاوز الاتجاه التحليلي للاعماق ولاسلوب روجرز، فاعتبر ان المصابين بالعصاب او الذهان غير مسؤولين وان مساعدتهم على الشفاء تكون باعادتهم الى الشعور بالمسؤولية لان مرضهم كان فشلا في تحقيق الحاجات ونكرانا لواقع الحياة حواليهم . والحاجات الحقيقية التي على المريض او الانسان انجازها هي: الحاجة الى الحب والى محبة الآخرين وبأنه انسان لايستغني عنه من قبل الآخرين ومن قبل نفسه. وبهذا الاسلوب من العـــلاج تتضح قيم واعتقادات الانسان وسلوكه الحالي وخططه المستقبلية بالنسبة لها. ويساعد المعالج على ادراك هذه النتائج وما يمكن اتخاذه من اجراءات أواقرار حلول معينة لها . ويتعاقد المعالج مع المريض قبل بدء العلاج على ان يتبع المريض ذاك الحل او الاجراء

بعدئذ ، ويستحصل توقيعه وتعهده بتنفيذ الاتفاق. وهو علاج قسرى coercive أشبه مايكون بالوعد والارشاد والالزام لانه يتوقف على احكام المعالج بان هذا صحيح وذاك خطأ، بما في ذلك من الزام.

٩ ــ العلاج النفسي العقلاني : Rational-Emotive therapy

ابتكره الدكتور (البرت اليس) استنادا الى مبدأ الفلسفة العلمية ومفعول التثقيف المباشر على العقل الواعي والمنطق الحياتي. وأسلوبه شبه قسري اذ يعتمد ايضاً على تعاقد بين المريض والمعالج ينص على ان يطيع المريض معالجه بعد تحديد هدف المعالجة وهو القضاء على بعض الافكار والاتجاهات الخاطئة غير المعقولة التي قد يعتبرها المريض ضرورية وصحيحة، مثلا: يجب ان يكون محبوباً من الجميع او يجب ان يكون قوياً او لايمكن للناس ان يضبطوا آلامهم وشقائهم تماما.. الخ من الافكار والانطباعات الخاطئة فهدف العلاج اذن هو التخلص من مجموعة الاراء والتصرفات غير المعقولة لدى المريض باسلوب النقد والهجوم عليها وتسفيهها بالحجة والاقناع وبتحوير معتقدات المريض الى الآراء المعقولة السديدة والمقيدة للعيش باطمئنان وسعادة..

١٠ ــ العلاج الموضوعي : Objective therapy

ابتكره النفساني (كاربمان). وهو علاج سطحي وسريع يعتمد على الكتابة. ويطلب المعالج من المريض الاجابة على مجموعة من الاسئلة يقدمها له بين حين وآخر بعد ان يكون قد درس تاريخ حياته قبل البدء بالعلاج. وتكون اجابة المريض على الاسئلة كتابة ليتولى المعالج دراستها. ومن ثم يمكن ان يلتقي به عدة مرات وبجلسات قصيرة ، ثم يقدم له اخيراً خلاصة استنتاجاته وملاحظاته وارشاداته. ويقول كاربمان ان الطريقة اثبتت نجاحها مع الاشخاص المصابين باضطرابات بسيطة، ومع المجرمين ، ومرضى المستشفيات العقلية.

١١ــ العلاج بالكتابة writing therapy :

اشتق هذا النوع من العلاج العالمان (فيليبس وفينر) عن طريقة (كاربمان) المذكورة آنفا. ويرتكز اسلوب العلاج على الكتابة ايضا ، لكنه يصلح لطلبة الجامعات الذين يستطيعون التعبير عن مشاعرهم بالكتابة الصريحة . ويقدم المريض « كتيباً » يتضمن فلسفة وتعليمات العلاج ، فيجيب على مجموعة الاسئلة التي يحويها الكتيب ، ويتولى المعالج دراستها ويعلق عليها واحدة واحدة ثم يقدم مجمل تعليقاته وتعقيباته الى الطالب في لقاء وجلسة تعقد كل اسبوع .

ويمكن للطالب ان يستشير مرشده في الجامعة ايضا مشاركة منه في التوجيه والعلاج .

وباجمال الاجابات وتنسيق الاستنتاجات يدرك المريض علته واسبابها فيبادر الى تنظيم امور حياته ومشاكله .

وقد وجد بأن هذا الكتيب العلاجي يفيد في تدريب المعالجين النفسيين الجدد .

١٢ ــ العلاج بالتنويم المغناطيسي : Hypnotism

عندما بدأ (ميزمر) التنويم المغناطيسي تعرض الى السخرية والنقد اللاذع والملاحقة باعتباره مزج الدجل بالطب النفسي ، وربما يرجع ذلك الى نظريته في الروح «الحيوانية» او «الحيوية» الآتية من عوالم غيبية لتحدث التنويم المغناطيسي. الا ان ظاهرة التنويم المغناطيسي اصبحت حقيقة طبيـــة ونفسية في القرن العشرين تستند الى عامـل الايحاء . واستخدم التنويم المغناطيسي للايحاءبزوال الالم لغرض التخدير والولادة وحتى اجراء بعض العمليات الجراحية البسيطة.

وبعد مرحلة وعاصفة (ميزمر)، وجد كل من فرويد وزميله (برويز)أن حالات مختلفة من الهستريا كالعمى والشلل والارتجاف والاغماء المتكرر يمكن شفاؤها بسرعة مذهلة اذا أوحي للمريض خلال نومه المغناطيسي بانه صحيح ومعافى، اذ تستفيق (وعادة ماتكون امرأة) وهي طبيعية نشطة.

وقد تخلى فرويد بعدئذ عن اسلوب الايحاء بالتنويم الى اسلوب التحليل النفسي للاعماق وهو الاسلوب الحر غير القسري، لاكتشافه ان مرضى الهستريا غالباً مايتكسون ويعودون الى الاصابة عينها او الى مايشابهها من اعراض هستيرية اخرى...

رغم كل ذلك فان التنويم المغناطيسي لايزال يستخدم في حالات معينة تستوجب الايحاء السريع للمريض لانقاذه بصورة عاجلة من العاهة النفسية المصاب بها. وقد ذكرنا عامدين اصطلاح عاهة لان اعراض الهيستيريا الحادة في اوقات الازمات والكوارث العامة وساحات المعارك غالباً ماتكون شديدة ومعوقة للمصاب كالعمى والشلل او فقدان الذاكرة او الخرس. والفائدة الاخرى للتنويم المغناطيسي انه يفيد عددا كثيرا من المرضى نظرا لسرعة مفعوله.

١٣ – العلاج بالتخدير Hypno-therapy :

يكون العلاج هنا بالعقاقير المنومة التي تعطى للمريض بكميات قليلة بحيث يبقى بين اليقظة والنوم التام، وفي هذه الحالة التخديرية يكون مؤهلا لتقبل الايحاءات والتعليمات التي يوجهها اليه المعالج. كما يمكن ان يتفوه بتصريحات ووقائع لم يتذكرها او لم يتمكن من الافصاح عنها وهو في جلسة علاجية يقظة . وقد استعمل التخدير في الاسلوب الاسترجاعي abreactive technique كعلاج نفسي سريع المفعول اثناء الحروب والكوارث عندما كان يصاب بعض المحاربين بانهيار ونهك المعركة والقنابل وتظهر عليهم اعراض الهيستيريا من خرس وشلل وعمى . وبتأثير التخدير ينقل المعالج النفسي بواسطة الايحاء والكلام الى جو ومكان الصدمة النفسية التي ادت الى مرضه ويجعله يعيد سرد ماحدث له وقد تكون واقعة مؤلمة وشديدة كموت صديقه بين يديه .. الخ ، وبهذا الاسترجاع الحي للصدمة في خياله يوقف وبعكس عملية الكبت فيخترق اللاشعور ويسحب الحدث المؤلم الى الوعي ويعاني وهو شبه نائم جميع آلام الحادثة ليشفى من مرضه بعد ان يستيقظ .

١٤ – العلاج باللعب Play therapy :

اللعب سلوك بشري طبيعي ومن المراحل السوية الصحية الطفولية . ويلعب الانسان في جميع مراحل عمره بطريقة من الطرق . وفوائد اللعب جمة: جسمية ونفسية واجتماعية ، حتى قيل ان الطفل الذي لايلعب لابد ان يكون غير طبيعي . وفي اللعب مجال فسيح لتحويل الخيال والاحلام الى واقع ، كما ان الآمال والاماني والميول والافكار المكبوتة يمكن ان تبرز وتتجسد وتعبر عن نفسها من خلال اللعب . ولو لاحظنا الاطفال وهم يلعبون لرأيناهم كيف يفعلون ذلك تماما وكيف يتقمصون الادوار المختلفة ليمثلوها ، وكيف يستغلون الفرص لاداء ما لم يتمكنوا من أدائه في حياتهم الجدية المقننة.

وبما ان الاضطرابات السلوكية والعاطفية لدى الاطفال كثيرة ويمكن ان تحيل جو البيت الى عذاب ومرارة ، ولكون الحديث مع الاطفال بأسلوب التحليل او الحوار عسيراً إن لم يكن مستحيلا ، لاسباب معروفة اولها ان الطفل لايمكن ان يعبر عن نفسه بوضوح وتجريد من خلال اللغة والكلام.. ، لذلك وجد علماء النفس ابتداء من ابنة فرويد (أنه) وتلميذته (ميلاني كلاين) ان اللعب خير وسيلة لقراءة افكار الطفل ودراسة سلوكه.

ويؤخذ الطفل الى مركز العلاج النفسي للاطفال وتدرس جميع تفاصيل حياته النفسية والاجتماعية وخاصة علاقته مع والديه وبقية افراد الاسرة . وعلى ضوء تلك المعلومات يدعى الى غرفة اللعب التي يوجد فيها انواع شتى من الالعاب تناسب مختلف الاعمار والجنس والذكاء. ويبدأ المعالج تدريجيا بملاحظة وتدقيق ميول الطفل والالعاب التي يفضلها والتي ينفر منها ويتجنبها.. ثم يتعرف على سلوكه معها ويسجل تصرفاته يومياً. وفي كل جلسة ، ويحاول مبادلته الحديث والتعليقات لعله يستجيب لها اذا كان في عمر او قابلية الكلام والتعبير. ولنتصور طفلا في الخامسة من عمره وهو يتناول دمية تشبه والدته فيحتضنها ثم يتناول اخرى تشبه والده فيبتعد

عنها، ثم يلمح اخرى تمثل اخاه الكبير فيركلها ويمزقها.. ثم يترك الجميع او يجمعهم في هيئة اوضاع مختلفة تدل على شعوره نحوهم ومواقعهم الحقيقية في ذهنه ..

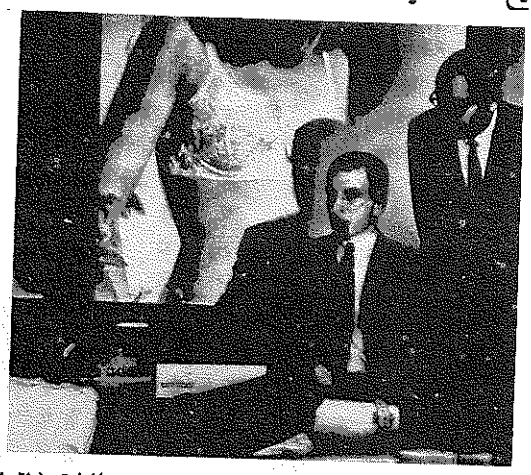
ان تاريخ الاسرة، وموضوع المرض ، ثم سلوك الطفل على مدى جلسات عديدة، وربما اجاباته القليلة المقتضبة تعطي للمعالج فكرة عن ميوله تجاه افراد عائلته من حب وكره وعنف ، وتكشف محور الصراع والازمة النفسية التي يمر بها الطفل. وهكذا يصبح اللعب واسطة الكلام والتفريغ لمشاعر الطفل. ويستمر العلاج بنفس الطريق اي بلقاء الوالدين والحديث معهما بشأن مشكلة الطفل وما هو دورهما في المرض وواجبهما في العلاج ليتحسن وضع الطفل وفق التعليمات والارشادات التي يقدمها لهذا المعالج.

١٥ – العلاج السلوكي Behaviour therapy :

ويدعى كذلك علاج تحوير السلوك behaviour modification وهو يختلف عن العلاجات الاخرى باستناده الى النظرية السلوكية الحديثة (نظرية التعلم الحديثة) في علم النفس المستمدة اصلا من السلوكية القديمة لـ(بافلوف) و(واتسون). وتعتبر مدرسة التعلم الحديثة سلوك الانسان كسلسلة مترابطة من استجابات وردود افعال ومنعكسات شرطية تتلاحق على مدى حياة الانسان عن طريق التجربة والتعلم دون دور مهم للكبت واللاشعور. كذلك المرض النفسي هو«تجربة» وعادة يتعلمها ويكتسبها الانسان بطريقة الخطأ وظروف الحياة وظروف واحكام لادخل للعقل الباطن فيها، ولا دخل للطفولة او جنسية الطفولة الفرويدية فيها ايضاً. فاذا وجدنا مريضاً بالشذوذ الجنسي المدعو بـ«الالباسية» transvestism وهو شعور الفرد باللذة الجنسية عندما يرتدي الملابس النسائية، فان هذه الظاهرة في نظر السلوكيين ليس لها جذور في الطفولة وتجاربها او في اللاشعور بل انها ظاهرة حالية «تعلمها»ذلك المريض بحكم شروط وظروف معينة فاكتسبها وغدت استجابة سلوكية خاطئة وغير مقبولة لدى المجتمع اي«عادة مرضية»

كذلك الطفل الذي يخجل من التكلم امام زملائه او معلمه في الصف او في اجتماع خاص ويصاب بالتأتأة واللعثمة، فانه قد يكون وصل الى هذه الحال لان والده المتغطرس كان ينتقده كلما أبدى رأيا من آرائه. وبالنسبة لنظريات علم النفس الاخرى يكون العلاج اولا باطلاع المريض على هذه الحقيقة الديناميكية التي عملت على تهيئته للاصابة بالمرض.. الخ، اما بالنسبة للعلاج السلوكي فان المهم والاهم اعتبار التأتأة عادة سيئة ترسخت لدى الصبي بعوامل مختلفة وعلينا ان نزيل تلك العادة بغض النظر عن مسبباتها (انظر الصورة ٧٨).

السلوكية الحديثة اذن تعالج المرض النفسي والعصاب خاصة بتناول تلك الشريحة من السلوك المريض(او العادة) وتحاول بعكس الطريقة السلوكية التي تكونت منها اي بازاحة العادة ومحورها ، والاتيان بعادة وسلوك مقبول وصحيح، وعلينا كذلك متابعة العادة الجديدة الصحيحة وتعززها بالاعادة والمكافأة والتشجيع كما في الامثلة التالية:



صورة – ٧٨ – العلاج السلوكي : يرقد مريض مصاب بالجنسية المثلية (اللواطه) حيث يتعلم رؤية النساء ويتلقى الالم الكهربائي (والنفور من صور الذكور من جنسه) ..

أ — المدمن على الخمر أو أي مخدر آخر يتعرض الى سلسلة من عمليات تنفيرية بحيث يبدأ بالبرودة فالكره فالاشمئزاز فالالم من منظر او رائحة او طعم المخدر، ومن ثم بالارتياح والسعادة بالبعد عنه واحتساء عصير الفواكه بدله..

ب — والمصاب برهبة من عبور الجسور او المرور في شوارع ضيقة علينا ان نعوده من جديد على عبور الجسور والسير في الزقاق بصبر واناة وتكرار..، كأن نعرض عليه مشاهدة الجسور، ثم نضعه في موقف تخيلي (اصطناعي) وايهامه بانه يعبر الجسر (بالوسائل التقنية السمعية البصرية) وهو لايزال في غرفة العلاج، واخيراً نأخذه شخصياً الى الجسر ونشجعه على العبور، وبمثابرة ، واجبار المريض ودفعه الى معاناة الرهبة مع التعزيز السلوكي يفيده كذلك .

ج — والذي يخاف من الافاعي ، يمكن معالجته سلوكيا بأسلوب «التشبيه» modelling حيث يبدأ بالتمرين على منظر الحيات الاصطناعية وهي على بعد منه ، نمهد لتقريبها منه تدريجيا ، وقد يستعاض عنها بحيات حقيقية ، ومن ثم نجعله يتناول الحية الاصطناعية ويلفها على ذراعيه ورقبته ، ويقوم «النموذج» اللعبة بحركات مشابهة تماماً لحركة الحية الحقيقية .
اما الخطوة الاخيرة فهي ان نعود المريض لمس ومسك وتناول الحية الحقيقية (انظر الصورة ٧٩) .



صورة — ٧٩ — العلاج السلوكي بالتشبيه والتعود على (نموذج) من الافاعي بصورة تدريجية ..

ان العلاج السلوكي في الحقيقة مجموعة من اساليب فنية مختلفة تصنف وتبرمج للمرض والحالة الواحدة بعد دراستها ، لكنها تدور جميعا حول محور واحد هو النظرية السلوكية الحديثة التي اشتهر بها علماء نفس بارزون مثل (تولمان ، ميللر ، هول ، آيزنك) كما ابدع في ابتكار وسائلها العلاجية آخرون من امثال (وولب) بعد تركه افريقيا الجنوبية الى الولايات المتحدة الامريكية ، و(لازاروس ، وماري جونز)وغيرهم . ولا ارى مجالا او ضرورة لشرح وتفصيل كل هذه الافانين العلاجية السلوكية لانها تحتاج الى كتيب مستقل ، واكتفي بذكر عناوينها فقط وهي :
العلاج السلوكي بطريقة الكف المشترك ، وبطريقة محو الحساسية ، والممارسة السلبية ، والاغراق بالسلبية ، والكف الشرطي والعلاج التنفيري ، والعلاج بالمنعكس الشرطي الايجابي ، والعلاج بالتشبيه والنماذج (مثل قصة الحية ..).

ولابد من ذكر شيْ واحد يهم القارئ الكريم وهو ان بعض علماء النفس لايعتبر العلاجات السلوكية علاجات نفسية صرفة لانها لاتقتصر على الكلام والحوار بل غالبا ما تستخدم العقاقير والادوات والاجهزة الطبية للتوصل الى تحوير السلوك . فالكلام والعلاقة الوجدانية بين المعالج والمريض ضئيلة او شبه معدومة ، ولا وجود لشيْ اسمه التحويل النفسي او التعاطف — وكأن العلاج آلي جامد ..ومع ذلك ، فان التعديلات والتطورات الجديدة في العلاج السلوكي تحاول الاستغناء عن معظم الادوات المادية والاكتفاء بالعلاقة الانسانية لتحوير السلوك .

٧ — العلاج الديني (الروحي) Mystico -Transcedent therapy

وهو علاج متعدد المناهج والاتجاهات،وليس له من مؤسس واحد،وربما يكون اكثر صلة بالتراث والثقافات القديمة (الشرقية على الاخص) التي تسو د فيها القيم الروحية والغيبيات وينطلق فيها العقل الى ما وراء الحدود العلمية المعروفة الى ما فوق الطبيعة(المتيافيزيقا) ، كما نجدها في التصوف الاسلامي

والمسيحي وفي تعاليم بوذا ورياضة اليوجا ، ومنها استنتج (يونج) نظريته عن العقل اللاشعوري الاثري archaic الذي يشترك فيه جميع الناس ، وكذلك ركن اليه النفساني (رايش) احد تلامذة فرويد سابقا .

ان العلاج الديني ليس دينيا بالمعنى الضيق للكلمة ، فهوليس وعظا وارشادا دينيا للمذنبين والمارقين ، بل يتعدى ذلك الى الكشف عن تجارب ومدارك سامقة تفوق أحاسيس البشر الاعتيادية وتسمو الى حيث توجد الحقيقة العظمى التي تستطيع ان تغير من سلوك الحائرين والمرضى النفسيين وذلك عن طريق التأمل والتعبد. وللعلاج الديني التصوفي دعاة كثيرون رحلوا من الشرق الى الغرب (من الهند مثلا ..) ولم يحملوا معهم اسسا واصولا علمية للعلاج كما عرفناها آنفا ،اذ هي اكثر مرونة وتشتتا من العلاج الوجودي ، الا انها نجحت مع بعض المرضى .

ومهما تبسطت طرق العلاج الديني ، فان التأمل والتعمق الروحي والتجرد عن مشاغل الدنيا التافهة ، ووجود رجل الدين او المعالج النفسي ـ الروحي بجانب المريض يساعد كثيرا على التوعية من الوعي الفوقاني ـ العلوي وليس من ابواب اللاشعور والكبت وتجارب الطفولة . وقد لاحظ العالم النفساني الشهير (وليم جيمس) منذ زمن ان التحول الديني افاد عددا من المدمنين على الخمر اكثر من اى علاج نفسي آخر ..، ويعارضه في ذلك علماء نفس حديثون .

وفي بعض المستشفيات العامة والنفسية الآن غرف خاصة سميت بـ «غرف التأمل » او العبادة meditation room يلجأ اليها اى مريض أو أحد أقربائه ومعارفه كلما أرادوا الخلو الى أنفسهم للتأمل والتعبد والاسترخاء * كما توجد في مستشفيات اخرى كنيسة صغيرة او مصلى لنفس الغرض .

ثانياً ـ العلاجات النفسية الجماعية :

كان علم نفس الجماعة group psychology قد ظهر في منتصف الثلاثينات من القرن العشرين . وفي اعقاب الحرب العالمية الثانية ، ولتجمع

اعداد غفيرة من المرضى النفسيين من المحاربين والمدنيين ، فكر بعض علماء النفس بجمع اكثر من مريض واحد في مكان مشترك لتطبيق مناهج العلاجات النفسية الآنفة الذكر من استرسال في الافكار او حوار او ارشاد اوتمرين.وهكذاتطورتالعلاجات النفسية الجماعيةوتعددت كما مبين فيمايلي :

١ ــ العلاج النفسي الجماعي الاعتيادي : Group psychotherapy

كثير من الناس يعانون من اضطراب حياتي بسبب صعوبات في تنظيم وتثبيت علاقات مناسبة مع الآخرين ، كالشعور بالعزلة ، او بالنفور والوحدة او صعوبة تأسيس صداقات مجدية ، او لمعاناتهم من عادات مزمنة سيئة كالادمان او الانحراف . وقد وجد المعالجون النفسيون ان مجموعة من المرضى يمكن ان يفيدوا ويستفيدوا من روح الجماعة اثناء العلاج المشترك وبوجود المعالج ، وحيث يجتمع من ٧ ــ ١٢ مريضاً في غرفة مرة او اكثر في الاسبوع .ويفتتح المعالج الحوار بموضوع ما ويطلب من المجتمعين ابداء آرائهم والتعليق على آراء بعضهم البعض . وتلتحم المناقشات الصريحة والمتسترة ..، ويحدث شبه احتكاك وتوتر مما يؤدى الى مطارحات ومكاشفات طريفة . ولا يبدى المعالج نشاطا مباشرا ولا يتدخل في النقاش الا عند بعض المواقف والنقاط الحساسة للحث على الاستمرار او للتخفيف او للتحفيز او الاثارة او التعليق المحايد بقصد التوجيه والتوعية . وتتكون مجموعة المرضى من المصابين بامراض متجانسة او متقاربة كالمدمنين وذوى الميول العنيفة والشذاذ جنسياً وذوى القلق والمخاوف الوهمية وسوء التفاهم الزوجي المزمن ... الـخ (انظر الصورة ٨٠).

وبهذا الاسلوب ، وبتكرر الجلسات..، يجد المريض نفسه وقد بدأ يعي مشاعره بعمق اكثر ويطلع على احوال الاخرين ومآسيهم ويوازن بين الاثنين. وبهذا التثقيف الذاتي والتجربة الجماعية يكتسب حيوية ويستلهم حلولا جديدة لمشاكله ، فيسترجع ثقته بنفسه او بالغير (او بزوجته) او بالمجتمع ، ويتحقق شعوره بالمسؤولية والانتماء لانه اصبح يشعر بانسانيته



– ٨٠ – العلاج النفسي الجماعي حيث يدير المعالج النقاش مع مجموعة من المرضى

ويدرك وجود امثاله من ذوي المشاكل، ولانه عرض دوافعه واستجاباته امام الآخرين فعاونوه على تحليلها كما عاونهم هم على تحليل نزعاتهم، وبحضور شخص له مقام ووزن علمي – اي المعالج.

٢ – العلاج النفسي الجشتالتي Gestalt therapy

وقد بدأ هذا النوع من العلاج العالم النفساني (بيرلس) مستندا على نظرية (الجشتالت) في علم النفس التي اسسها (كولر) وجماعته في المانيا ثم انتقلوا الى امريكا، وهي المدرسة التي تتخذ من الهيئة او الشكل (Gestalten باللغة الالمانية) محورا لفلسفتها. وعندما ظهرت الجشتالت في الثلاثينات كانت نظرية في علم النفس لم يقصد مؤسسوها في حينها التطرق الى المرض النفسي وعلاجه بل دراسة كيفية ادراك الانسان للمواقف والاشياء وتعلمها كمجموعة وشكل وخلفية وليس كاجزاء متفرقة (اي عكس النظرية التركيبية الجزيئية – للعلامة فندت).

ان التعامل الانساني ، واعتبار المريض وحدة و«مجموع» Whole يمهد للمعالج الجشتالتي حل شكلاته الآنية الواقعية بالسماح للمريض التعبير عنها

ليس بالكلام وحده بل بالحركة والفعالية والحماس، وبأي تعبير انفعالي قد يقرب من حالة الهستيريا وهو ضمن جماعته وامام المعالج. فالعلاج جماعي لوجود بضعة افراد مشتركين في الجلسات. واختلافها عن العلاج الجماعي الاعتيادي آنف الذكر ان المعالج يتفرغ لكل مريض في المجموعة على حدة ويوزع وقته عليهم في الجلسة المشتركة الواحدة. ولايعلق المعالج على اقوال وافعال المريض بما يدل على اللوم او ادخال الشعور بالاثم ، اما التحويل النفسي فضئيل اذ ان عنصر الكلام محدود وعنصر الوعي والادراك والانتباه اكثر منه. وتستغرق الجلسات حوالي الثلاثة اشهر بمعدل مرتين في الاسبوع .

ومن خلال جلسة العلاج الجشتالتي تبرز الاحلام والامنيات والوعي المركز، ومن ثم تأكيد الذات ككل لا ن القلق والعصاب دليل تبدد وتفتت الاجزاء، وبالوعي يعيد المريض تلك الاجزاء الى الكل المتناسق والمواثم للمجموع. اما الكبت بالنسبة للجشتالت فهو مغالطة، اذ يقول (اليس): «نحن لانكبت الحاجة بل التعبير عن الحاجة» .

٣ ـ العلاج النفسي النزالي Encounter groups

هو علاج نفسي جماعي تتخلله انشطة وفعاليات كلامية وحركية حرة صريحة ومفتوحة بحيث يبدو مجموع الافراد المشتركين وكأنهم في حالة نزال وعراك ومقابلة ومناظرة . وهي جماعة تعتمد على الحساسية والاستجابات السريعة لذلك سميت ايضا بالجماعة الحساسة sensitive group لانها تمهد للتعبير عن العنف والخيبة والفشل والغضب بانفعال واضح من : صراخ او بكاء او شدّ و جذب .

بدأ بهذا النوع من العلاج العالم النفساني (فيلدز) ، وهو وان كان يشابه قليلا العلاج الجشتالتي ، الا انه يختلف عنه بان المشتركين فيه ليسوا مرضى بالضرورة ، أي ان الجماعة العلاجية مفتوحة لكل انسان سوي يشعر بأنه

غير مرتاح عاطفيا وانه بحاجة إلى هذا النوع من التنفيس بواسطة الجلسات الجماعية .

وقد لقيت هذه الجماعات « العراكية» رواجا في كاليفورنيا بحيث بلغ عدد المجموعات العلاجية فيها عام ١٩٦٩ فقط ٣٦٠ مجموعة فعالة . وتتألف المجموعة عادة من ١٢ ــ ٢٠ شخصا يتجمعون في نهاية كل اسبوع وعلى مدى بضعة اشهر .

اما دور المعالج فهو القيادة والتنشيط ، لذلك دعى بـ «المنشط» facilit ator لانه يساعد إفهام الأشخاص لماذا يتصرفون هكذا ،ولماذا يعانون من المشكلة الفلانية بعد ان يتركهم على رسلهم يتجاذبون الحديث نقاشا وسجالا ونزالا

ويبدو أن الجماعة من هذا الطراز وهذا النوع من الانشطة تمهد للمرح والدفء والابداع والمجابهة عندما يجد الفرد نفسه وهو يصيح بحرية ويؤشر بيديه بعنف وهو يوشك على ضرب منافسه ، أو يومئ برأسه ، او يكشر عن أسنانه ، ، أو يرمي في الهواء اعقاب السيكاير وقطع الأوراق ، أو يمزق غطاء المائدة . وهكذا ... ، ومن خلال هذه العلاقات الجماعية الصريحة يبدأ الفرد المتدين المغترب الحائر المنعزل ... باكتشاف نفسه ، فيتعلم ويتمر لذلك سميت الجماعة العلاجية تلك بجماعة التمرين والتعلم training group أو T- Group .

٤ ــ العلاج النفسي الاجرائي Transactional therapy

ابتدعه (بيرن) ، وتابعه واثاره العالم النفساني (هاريس) مؤلف الكتاب الشهير (انا على ما يرام .. فأنت على مايرام) I am OK.., You are OK والذي بيعت منه مليون نسخة بالحجم الكبير عدا الطبعات الأخرى خلال سنة واحدة . وملخص الطريقة ان على الانسان ان يعي مافي نياته تجاه الآخرين وان يحاول ازالة الخدع والمعاذير ليطلع على سلوكه الخالص . ويرمى العلاج الى تعزيز كيان (الانا) وتقوية القيم الحقيقية والاخلاقية المتكاملة ، وتحقيق الطمأنينة واحترام النفس .

تتكون الجماعة من ٥ ــ ١٢ مريضا متجانسين او متعارفين كبعض أفراد العائلة او من الغرباء . ويتقيد كل فرد بتعليمات العلاج ولا يتجاوز حدود الآداب (كما يحدث في الجماعة النزالية آنفة الذكر) ، ويعبر المريض عن نفسه ودوره في الحياة كشاب او اب او اخ (بما يشبه الانا والهو والانا الاعلى الفرويدية) . ثم تتطور العلاقات بين الجماعة الى نوع من اللعب والجد ، وهكذا يتوطد الشعور بالصحة والكفاءة والثقة بالذات وبالآخرين .

٥ ــ العلاج الجماعي الكينوني EST therapy

آخر واحدث بدع العلاجات النفسية في امريكا . وكلمة **EST** باللاتينية تعنى بالانكليزية it is او ما يدل على الكينونة والزمن. وقد ابتكر العالم النفساني (ايرهارد) ايديولوجيته في العلاج النفسي الجماعي الكينوني بافتراض اهمية الوعي ولا شيء غيره . فالوعي هو الحقيقة ، والحياة ماكنة ، والوجود آلي والمسؤولية تقع على الذات ، وان للجماعة « نفسية » crowd psychology

ومن طرائف هذه المجموعة العلاجية ان عدد المشاركين فيها يتراوح بين ٢٠٠ ــ ٢٥٠ مريضا ، يدفع كل واحد منهم (٢٥٠) دولارا كأجرة العلاج ويجتمعون اسبوعين متتاليين في يومي السبت والاحد ، ويحجزون في قاعة كبيرة في فندق معين. وهناك يجلسون على مقاعد خشبية صلبة ويمتنعون عن الأكل والذهاب إلى المرافق الا مرة واحدة في اليوم . ويبقون لمدة ١٦ ساعة تحت رقابة المعالج ومساعديه . ويغمض الأشخاص عيونهم ويستغرقون في تأمل حول امور الحياة ، ثم يدخلون في مواجهة وحوار مع المعالج . ويشترط على المريض الامتناع عن الخمر والادوية والتدخين طيلة فترة العلاج.

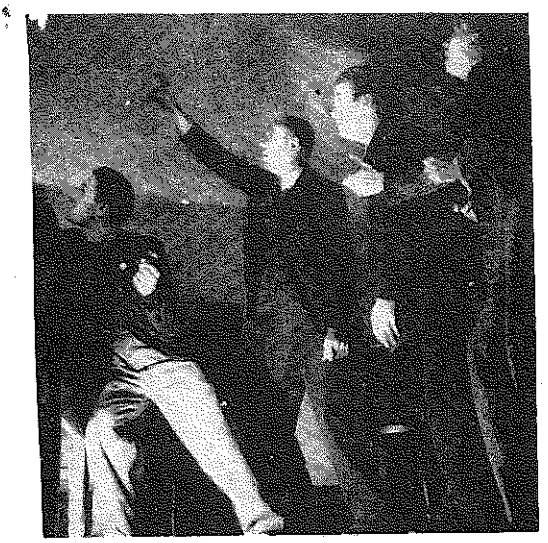
ويبدو لحد الآن ان حجم المجموعة الكبير وتقبل الايحاء يذيب المزايا والفوارق الشخصية ويعزز الشعور بالانتماء والذوبان في الجماعة وتقبل التغيير إلى الأحسن بعد نزع أقنعة الزيف والنفاق .

ان هذه التحولات السلوكية تذكرنا بما يحدث للحجيج في مختلف الاديان عندما يحدث لديهم التغير الروحي ورسوخ الايمان والعقيدة والتوبة — أي تغيير السلوك في غمرة الجماعة وتأثير المكان المقدس ، وهو على الطرف النقيض الآخر من الكينونة المادية لسيكولوجية العلاج هذا ، فهل ياترى ان بدعة ايرهارد تجاهل مرحلي وتجاوز للقيم الروحية ، ام انه سينتقل عفويا إلى وعي تصوفي بعدئذ ؟

٦— **العلاج النفسي التمثيلي (السايكودراما) Psychodrama** المسرح الدرامي يختلف عن اللعب بجديته وعمديته ، وبأنه من مهمات البالغين والكبار . والممثل القدير الذي يقوم بدور الاب أوالشرير أوالعاشق عليه ان يجيد ذلك الدور مجردا عن مشاعره وميوله الخاصة ..

وقد وجد العالم النفساني (مورينو) ان بالامكان تكليف المريض النفسي بالقيام بدور تمثيلي عفوي — اعتباطي — يسند اليه عن قصد وتخطيط ، ان كيفية ادائه لذلك الدور والعفوية التي سيتمتع بها ستجعله — دون وعيه — يقوم بحركات وايماءات وتعابير تنم عما في دخيلته (أولا شعوره) . فلو كنا ، نعالج احد افراد عائلة تمزقها المشاحنات والخلافات ، وطلبنا من الزوجة مثلا ان تقوم بدور الحماة ، أو من الاب ان يقوم بدور الابن الاكبر له ، أومن الابن ان يقوم بدور والدته الخ ... ، فان ادوارهم وافعالهم واقوالهم ستنم عن نظرتهم التحليلية للاخرين وستبنيء المعالج النفسي عن الدور الاجتماعي والحالة النفسية التي يعانيها المريض . بذلك اصبحت السايكودراما وسيلة نفسية علاجية تعبيرية ونظرية في آن واحد . وقد خلد اسم مبتكر هذه الطريقة ، مورينو بانشاء معهد للسايكودراما في انكلترا اسموه معهد مورينو (انظر ، الصورة ٨) .

والعلاج كما وجدنا جماعي لان التمثيلية العلاجية تجري باشتراك بضعة مرضى مختلفين ومتفرقين يؤدون ادواراً يسندها اليهم المخرج (المعالج النفساني) مثلما اسندت الينا الحياة ادواراً نقوم بها بحوار وسيناريو على مسرح الواقع



صورة -٨١- العلاج النفسي التمثيلي

ولكن التمثيلية العلاجية تكشف لنا الحقائق المبطنة الذاتية اكثر من ادوار الحياة التي تطمس معالم اتجاهاتنا الاولية وميولنا الاصلية تحت اقنعة الاعتبارات او «النفاق الاجتماعي ».

٧- علاج الاسرة

علاج الاسرة هو نوع خاص من العلاجات النفسية الجماعية، تكون فيه المجموعة هي العائلة الواحدة من الاولاد والابوين (وغيرهم ان وجد). ويكون هدف العلاج هو احد افراد الاسرة المرضى او اكثر. ويجتمعون في المركز العلاجي او بيت الاسرة نفسها. ويساعد المعالج من خلال الحوار المتبادل والتعبير الحر على ايضاح وتفسير اتجاهات وميول وتصرفات افراد الاسرة ليكون ذلك وسيلة للتفاهم المتبادل ووضع اليد على اسباب الخلل .

وقد استغل جهاز (الفيديو) لتسجيل اقوال وتصريحات وحركات الجميع اثناء الجلسة العلاجية لتكون دليلا يمكن اعادة عرضه على مرأى من العائلة للتعليق على بعض الجوانب المهمة من الجلسة التي تثير الجدل او موضوع الخلاف العائلي او نقطة توضيح وشرح المعالج .

وقد وجد ان العلاج العائلي مفيد جداً في حالات الخصام بين الازواج او عدم التوافق الجنسي، ولعلاج الاطفال والصبيان المصابين باضطرابات سلوكية ترجع إلى خلل في علاقات افراد الاسرة.

ماالذي نتوقعه من العلاج النفسي ؟

يؤكد علماء النفس المعالجون انه يجب الا نتوقع الأعاجيب والمعجزات من العلاج النفسي. ومفهومنا للمرض النفسي يجب ان يكون واقعيا ،لان الانسان الكامل السوي ربما لاوجود له الاّ بين طيات الكتب او كنموذج ورقم احصائي. اما الصحة النفسية السوية فهي شيء آخر. وقد لايخلو اي انسان من مشكلة او نوع من العصاب ولايسلم من ساعات وايام من الشقاء والمحن والآلام ،لكن المرض النفسي الذي يحتاج الى علاج هو ذاك الذي يجرالفرد الى حدود العجز الوقتي وعرقلة التوازن والمواءمة — اي عندما تصل المعركة النفسية داخل ذاته وخارجها الى درجة من الحدة بحيث تؤثر في عمله وانتاجه او في علاقاته مع العالم الخارجي .

من المفروض إذن الاّ نحمل العلاج النفسي فوق طاقاته وخارج امكاناته..، فهناك قضايا حياتية بسيطة تعكر سعادة الانسان وتحدث بين حين وآخر، وليس من مهمة العلاج النفسي ادخال السعادة إلى قلوب الجميع — على الاقل بامكاناته واساليبه المتوفرة حاليا، وربما تقوم المؤسسات الاجتماعية بهذه الخدمات الترفيهية وتخفف من وطأة الشقاء الانساني بالرعاية وبالاستشارات والنصائح الاجتماعية والتربوية الصحية العامة لتكون خدماتها هي العلاج الاولي..

اما مايتبقى للعلاج النفساني فهي تلك الامور العسرة المعقدة الشائكة او المتشبعة الجذور والاسباب. وعلينا ان نتذكر ان كثيراً من الناس يمرون بالصراع النفسي ثم يختارون لانفسهم حلولا مختلفة قد يكون احدها العلاج النفسي وليس الحل الوحيد. ولو رجعنا إلى نظرية العصاب لوجدنا ان محور

العلاج يدور حول الصراع وايجاد حل له بتحقيق توازن داخلي خارجي يسعد الانسان ويلائم الآخرين من وجهة نظر الاكثرين. فالشخص المدعو (عمرو) المصاب بالعصاب قد يجد لنفسه الحلول والاختيارات التالية : ان يتأمل ويفكر ليزداد وعيا ، ان يتجه إلى المتعة الجنسية ليؤكد وينعش نفسه ، او يمتنع عن اللذائذ الحسية ليروض نفسه ويسومها ، او يسافر للترويح والاستجمام ، او يصرخ ويبكى ليخفف عن ضغط حبيس ، او يتنفس بعمق ويمارس الرياضة والحمامات ، او يكثر من الاصدقاء والمعارف ، او يعمل ويكد لاجل المال والجاه، او يتعمد الفشل ليشعر بالذنب وينال العقاب ، اولينغمس في الدين والتعبد، او يعمد إلى الخمر والمخدرات ، او يبتلع العقاقير والمهدئات الطبية ، او يختار حياة سياسية عنيفة، اويتجه للنقد او الكتابة الأدبية، او يتعاطى الانتهازية، او يترك بيت الزوجية بالهجرة او الطلاق، أو يرجع إلى بيته ليلتم الشمل، او ليرتكب جريمة، او ليبقى على اعصابه بصورة مقبولة بانضمامه إلى جماعة منحرفة تلبى شذوذه، او يعشق السينما والتلفاز والخيال ..، او ليذهب إلى المعالج النفسي ....

تلك هي مجموعة الاختيارات – ارادية كانت او لاشعورية – التي . توجه وتدير العصاب والصراع الى هذه الجهة او تلك لتجعل التوزان ممكناً كذلك المعالج النفسي يحلل ثم يوجه المصاب بخبرة واسلوب ستراتيجي منظم للتوصل إلى التوازن المنشود.

المعالج يكشف الاجزاء، والمريض يعيد جمعها وتنسيقها بالوعى والادراك والتفهم ..ليشكل تركيبا متوازنا .

أهداف العلاج النفسي :

..فأهداف العلاج النفسي هي في تحقيق «التئام» الجروح النفسية اولا healing . اما الشفاء cure فهو امنية مثالية قد تتحقق احيانا لكنها ليست الهدف الاساس مقارنة بالارتياح والوئام الذي يدفع بعجلة الحياة الفردية والاجتماعية بأسلوب مناسب، لان الشفاء يعنى الرجوع إلى كمال الصحة،

وكمال الصحة النفسية ليست هي الحقيقة الفعلية بل الحقيقة المثالية .

من هنا يمكن ايجاز اهداف العلاج النفسي بما يلي :

١ ــ اعادة تربية وتثقيف وتطوير وجداني للمريض.

٢ ــ ادخال الشعور بالطمأنينة والامن والراحة النفسية .

٣ ــ رفع المعنويات وتقويتها، وترويض المخاوف وازالتها ،وتهدئة القلق.

٤ ــ اعادة الثقة بالنفس وبالاخرين وبالحياة ،وبالمعاني السامية.

٥ ــ اعادة توعية وتبصير بالحقائق الحياتية وكيفية مجابهتها بالاسلوب الصحيح.

٦ ــ جعل الانسان قانعا او فخوراً بنفسه كما هي ــ بعد العلاج ــ ، وتحويل شخصيته إلى عضو مفيد وحيوي في اسرته او محل عمله او مجتمعه يدل شعوره بالغربة والضياع وعدم الجدوى،او سلوك طريق الكسل والاهمال او الانحراف والادمان والاجرام .

بهذه الاهداف المتواضعة والتغيير المفيد يصح تعبير العالم النفساني (ترودو) عندما قال :

«ان العلاج النفسي يشفي المريض (احيانا)، ويخفف عنه (غالبا)، ويريحه (دوما)..».

اما من يعد باكثر من ذلك فهو إما ساحر او دجال..

الباب السابع

علم النفس الاجتماعي

عرفنا فوائد علم النفس في تيسير وحل المشاكل النفسية والاجتماعية بدراسة الادراك والاحساس والانفعالات ومؤثرات السلوك، ونريد الآن معرفة مدى فائدة علم النفس — كجزء من العلوم السلوكية behavioral sciences في تطوير وبناء المجتمع..

علم النفس والمجتمع :

ان امثلة متعددة يمكن ان تفيدنا في هذا المجال:

فالقرار الذي اصدرته المحكمة العليا في امريكا عام ١٩٥٤ بعدم جواز عزل السود عن البيض في المدارس والتعليم كان مستندا الى الدلائل العلمية التي قدمها علماء النفس والاجتماع عن خطورة الانتكاسة والانكسار النفسي للزنجي الذي لايسمح له بالاختلاط مع البيض.. كذلك النظرة الاحتقارية والمتعالية تجاه المهاجرين من جنوبي وغربي اوربا — كالايطاليين والبولنديين — تبدلت بعد ان دحض علم النفس الانطباع الخاطىء بأنهم ادنى ذكاء من الامريكيين.

ودراسة نفسية المعوقين والمتأخرين عقليا وانفعالاتهم وميولهم الاجتماعية وقابليتهم الانتاجية والفوائد التي يمكن ان يقدموها للمجتمع، ادت الى الاهتمام بالمعوقين وايجاد معاهد التأهيل ومعامل وورشات العمل لهم واعادتهم الى شبه حياة طبيعية normalization — (تطبيعهم) . واخيراً، اصبح عام ١٩٨١ عاما عالميا للمعوقين. وفيه اصدرت الحكومة العراقية قانون الرعاية الاجتماعية رقم (١٤٢) وكان قانونا تقدميا جدا يكفل الحياة الكريمة والامن والاستقرار للمعوق وعائلته.

ودراسة احوال الاسرة والعلاقات الزوجية والفوارق بين الانثى والذكر هي من عوامل ثورة المرأة وتحررها Woman emancipation ،وحصولها على حقوقها الاجتماعية.

اما الحروب المتعددة التي حدثت منذ اوائل القرن العشرين فكانت مجالا حتميا لدراسة احوال المحاربين والمدنيين والحرب النفسية ومشاكل تأهيل معوقي ومتضرري الحروب، وانجع السبل لمجابهة عصاب الحرب ومضاعفاته.

ونحن نجد في معظم دول العالم ان الجهات ذات العلاقة تستشير مجموعة من خبراء في علم النفس قبل اصدار اى تشريع او نظام..، ويعني ذلك ان علم النفس الاجتماعي اصبح ذو كيان ومجالات معروفة، وانتقل من البحث النظرى الى المجال التطبيقي المفيد للمجتمع.

علم النفس الاجتماعي ومجالاته :

علم النفس الاجتماعي اذن فرع من فروع علم النفس يتناول السلوك البشري في المجال الاجتماعي ونطاق الجماعة. والسلوك الاجتماعي هو مجموعة الاستجابات الفردية الناجمة عن التفاعل بين الفرد والاخرين و المحيط الخارجي. فهدفه اذن اكتشاف العوامل المختلفة المتعلقة بسلوك الفرد ككائن اجتماعي وليس كشخص منعزل. لذلك نجد ان علم النفس الاجنماعي يعتمد كثيرا ويستعين بعلوم أنسانية اخرى مثل: علم الاجتماع، والجغرافيا، والبيئة،والثقافات العرقية ، علم الفلسفة ، والتربية ، وعلم الاخلاق، والانثروبولوجيا..

ويدرس علم النفس الاجتماعي كيف تتأثر افكار ومشاعر وسلوك الانسان بالناس الاخرين في مجتمعه. فهو يتناول قضايا ذاتية عندما تتفاعل مع المسائل والاحداث العامة، مثلا: كيف يتلاءم الفرد مع افكار الجماعة؟ وماهي عوامل تأثره بالانطباعات الاولى عن الناس؟.. وتحت اى ظروف يندفع لمساعدة الآخرين في محنتهم؟.. وكيف يمكن الحد من التعصب العرقي او العنصري؟.. وكيف ينجذب اشخاص الى بعضهم او يتنافرون ويتفرقون؟..

كل هذه التساؤلات وغيرها العشرات والمئات تدخل في نطاق علم النفس الاجتماعي. فهي تشمل دراسة القيم والمعايير والادوار الاجتماعية والتربية والتعليم، والانتاج والتجارة، والاعلام والدعاية، والاتجاهات والمعنويات، والحرب النفسية، والقيادة، والرأي العام، والانحرافات والامراض الاجتماعية (من اجرام وجنوح أحداث وادمان وانحراف جنسي وانتحار..) الخ.

والتأثير الاجتماعي في السلوك الانساني امر لاجدال فيه. فكما ان الدوافع قد تكون شخصية ـ نفسية، فكذلك يمكن ان تكون اجتماعية ومحاطة بصراعات واحباطات اجتماعية ايضا. وان تشابك العوامل الفردية والاجتماعية مع بعضها يجعل من المستحيل بمكان فصلها عن بعضها بحواجز واضحة المعالم. على ان نظرة العالم النفسي الاجتماعي لشريحة من السلوك تختلف عن نظرة العالم النفسي الفردي (العام) الذي ينظر الى السلوك من ناحيته التطورية developmental . فعلم النفس الاجتماعي يتناول الاحداث والعوامل الانية والمرحلية (العامة) بدل العوامل الشخصية والتطورية (الخاصة) . وهو يتبع في ذلك مناهج خاصة في الدراسة والبحث .

مناهج البحث النفسي الاجتماعي :

لعلم النفس الاجتماعي وسائل في البحث العلمي هي :

١ ـ التجارب

وتتطلب التجارب الاجتماعية فرقا باحثة وامكانيات ووسائل مساعدة وحجما كبيراً من العينات او المساحات شاسعة في المجالات الميدانية، لذ فليس من السهولة اجراء التجارب كما هي في مختبرات علم النفس الأخرى التي تجري على الحيوانات او الانسان في غرف محدودة. وعلى سبيل المثال نذكر الدراسات في التمييز العنصري والتمييز بين الجنسين او الطوائف والاقليات ، ودراسات الهجرة والمهاجرين والغرباء، وحركات العنف والادمان والتمرد الاجتماعي، وحركات الشباب ، والدين والتدين ،

والتماسك العائلي.. الخ. وهنا يجب تخطيط اتجاهات ووسائل ومكان البحث ومجموعة الناس التي ستجري الدراسة عليها .

٢ ــ الفحص والاختبارات :

ويشبه ذلك اختبارات الذكاء والشخصية .اما في حالة الجماعة فان تصميم اختبارات دقيقة لايمكن التوصل اليها لعدة أسباب اهمها: ان الفحص لايكون «عادلا متساويا » للجميع لان الفرص المتاحة للجميع لم تكن متساوية امام الجميع اثناء الفحص . .

من جملة الاختبارات الاجتماعية تلك المتعلقة باختيار العاملين الملائمين لمهنة معينة مثل : موظفي بدالات التلفونات ، او اطفاء الحريق او اعمال السكرتارية، واختبار الطبة المتقدمين للكليات المختلفة وهي مادعيت بـ (اختبارات القابلية الدراسية) (CAT) Scholastic Aptitiude Tests . وعلى الرغم من نظرتها فقد نجحت في تحسين المستوى الدراسي والعلمي لكل كلية. فهي على الاقل افضل من الاعتماد على درجات امتحان الدراسة الاعدادية التي هي اختبار انجاز وليست اختبار قابليات ومهارات ــ اي ان الحائز على الدرجات العالية فيها لايعني انه مؤهل للطب او الهندسة ، بينما اختبارات CAT المذكورة تستطيع انتقاء الشخص الملائم للطب او الموسيقى او الكيمياء، علما ان القابليات الفنية هي أصعب من ان يختبرها ويفرزها الاختبار المذكور .

٣ ــ المنهج الوظيفي :

اي بالملاحظة العلمية للظواهر الطارئة او المستمرة وتسجيلها وتحليلها وحتى الملاحظة العرضية او العفوية.

٤ ــ الاستطلاعات والاستفتاءآت Polls

ان الرأي العام تجاه موضوع معين يهم الجمهور لتعلقه بالوضع الاقتصادي او التربوي او السياسي ويتعرض إلى جس نبض او اختبار واستطلاع أولي

يهم الصحافة والاعلام والدولة – اضافة إلى الجانب العلمي والنفسي. وتقوم مؤسسات متخصصة في الدول الغربية الليبرالية باجراء هذه الاستطلاعات والاستفتاء ات على ايدي خبراء وفرق مهيئة لهذا الغرض وبطرق وافانين متابينة .ومنها مثلا مايتعلق بمرشحى المجالس البلدية والبرلمان ورئاسة الوزراء او رئاسة الجمهورية، أو مايتعلق بمسائل اجتماعية – دينية حيوية او صحية عامة مثل تحديد النسل او الاجهاض او الطلاق او التلقيح الصناعي الخ ..

وقد يشمل الاستفتاء الافاً من المواطنين المختلفي الثقافة والذكاء والمستوى الاجتماعي والجنس، او يشمل شريحة معينة واحدة مثل ربات البيوت.. او العمال ..، ومن اشهر هذه المؤسسات المتخصصة بالاستطلاعات (مؤسسة جالوب) في امريكا Gallup polling organisation .

ان المعاهد الاهلية مثل هذه لاتكفي لاغراض البحث العلمي الموضوعي فهي تجارية – اعلامية متأثرة بالصحافة وبعوامل اخرى قد تحرفها عن المنهج العلمي. فوجود مراكز قومية (رسمية) للبحوث والدراسات الاجتماعية والنفسية هو الادق والاقرب إلى خدمة المجتمع والدولة بصورة علمية ووفق خطط واهداف.

أهمية الجماعة للفرد :

الجماعة group هي كل مايزيد على فردين من الناس تجمعهم ميول ودوافع مشتركة او نمط عام منظم ذو مستوى محدود تقريبا.

ومن خلال الجماعة يتم نمو الفرد والنضج الاجتماعي: من صداقات، ومعايير ،وسلوك اجتماعي عام، ومعرفة الذات عن طريق الآخرين ، وتتبلور الاتجاهات، وينمو الشعور بالمسؤولية والمكانة والدور الاجتماعي. كمايتم عن طريق الجماعة ايضا امتصاص وتبنى مفاهيم واتجاهات وميول خاطئة او منحرفة أو مريضة.

أهمية الجماعة للمجتمع :

وكما ان الفرد هو نواة الجماعة، فان الجماعة هي خلية المجتمع تسهم في نموه وتقدمه وتحديد كيانه وتوزيع نشاطاته الاقتصادية والفكرية والتربوية والاجتماعية. ولعل اقدم واوضح مثال على «الجماعة الطبيعية» التي ترتبط بروابط وجدانية وتربوية وبيولوجية ومصلحية هي الاسرة. وفي صحة الاسرة صحة الفرد وصحة المجتمع وفي تركيب وبناء الاسرة نكتشف كثيرا من العلائق والفوارق بين فرد وآخر ، كما نجدها بين اسرة واخرى..

أشكال الجماعات :

ان الجماعة ليست خليطا طبيعيا بل تركيبا حيويا «دينميا» dynamic يستند إلى المؤثرات وعوامل الشد والجذب والنفور بين الشخصيات المختلفة كالمجال المغناطيسي تقريبا. لذلك نجد اشكالا مختلفة ودرجات متفاوتة من الروابط. فنجد التقارب الشديد، او البعد البارد الباهت الذي يصل حد القطيعة كما اوضحها كل من (ليفن وبافيلاس) Lewin & B avelas .

فالبنية الداخلية لكل جماعة تختلف عن بعضها، كما ان علاقات الجماعات تختلف ايضا من حيث القرب والبعد ومن حيث عمق وقوة الرابطة بين فرد وآخر. وهكذا فان «الجماعة الخاصة» هي تشكيلة من إحدى الجماعات، كما ان «الطبقات الاجتماعية» هي تشكيلة كبيرة اخرى. ومن خلال تفاعل الجماعات نلمس ظواهر التعصب والانحياز والاحتكاك بين الجماعات. ويتعلق الاستقرار الاجتماعي بمدى وعمق هذه الفواق او التوافق.

التفاعل الاجتماعي

بدون التفاعل الاجتماعي لاتحدث اثارة وحافز ودافع، ولاتحدث استجابة او سلوك. فهو الاساس والمحرك للسلوك الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية .ويتخذ التفاعل الاجتماعي صورا مختلفة من صراع او تنافس اوتعاون او توافق. ويتم بالاتصال والتواصل والتأثير المتبادل او الاحتكاك.

ان الفرد يشعر بالانتماء إلى جماعة او اخرى، او يشعر بشبه عزلة وعدم انسجام، ولكنه لن يتمكن ان ينسحب من التأثير الاجتماعي الا اذا كان مصابا بمرض انفصام الشخصية (الشيزوفرينيا) .لذلك لامفر له من التفاعل الاجتماعي بصورة او بأخرى. وفي هذا المجال يمكن ان نأتي بنماذج مفيدة وطريفة لبعض من هذه التفاعلات الاجتماعية:

أ ـ تعدد الأدوار الاجتماعية :

يقوم الفرد بدور معين في ظرف معين وفي مرحلة معينة ، لكنه يقوم بدور آخر في ظرف آخر ومرحلة أخرى ـ أي أن الشخصية الواحدة قد ، او يجب أن تقوم بعدة ادوار ،وان تحتفظ مع ذلك بتماسك شخصيتها العامة وتوازنها وصحتها النفسية . واذا تناولنا مثالا على ذلك : مدير دائرة معينة فهو في دائرته رئيس وفي بيته اب وزوج ، وقد يكون زوجا مطيعا او جباراً عنيداً . وهو عضو في نادٍ ذى تعليمات وانظمة ، وهو صديق ومنتمى لجمعية ، وهو جار ، واخ وهو ابن اذا كان والده حيا .

ان الصحة النفسيةتتطلب من الأنسان كيفية التوفيق بين الادوار والا حدث ما يدعى بتعدد الشخصية او تنا قضاتها وصراعاتها ..

ب ـ التستر والتنكر و «كبش الفداء»

ان السلوك المقبول اجتماعيا يأتى من الفرد الذي يختلط ويمتزج بما يضعه المجتمع من اعتبارات وقوانين ونظم ، فيحترمها ويقتدى بها . اما عملية الضياع وفقد الشخصية في السلوك اللاجتماعي فتتضح بصورة خاصة عندما يشعر الفرد بأنه متنكر (مجهول) anonymous . وقد اجريت تجربة باخفاء شخصية اربع طالبات استمعن إلى حوار جرى بين طالبتين اخريتين معروفتين لهن . وكان تعليق الطالبات الاربعة المتنكرات قاسيا ولاذعا

اكثر بكثير من اربع طالبات اخريات غير متنكرات (الصورة ٨٢) . مما يدل على ان ميولنا العدائية او الصريحة تظهر بصورة اوضح عندما ندرك ان شخصيتنا مجهولة لدى الآخرين .

ومن هذا القبيل ،الظاهرة الاجتماعية الاخرى التي ندعوها «كبش الفداء» scapegoat وهي اختيار شخص ليتحمل كل ذنوب واخطاء الآخرين وهو بريء منها. وهذا السلوك بين الجماعات يوضح الروح العدائية عند بعض الناس . ان الضربة تخفف من شعورنا بالاثم: فصاحب العمل يلوم العامل، والطفل ينتقم من القطة بدل رد الاعتداء على اخيه الاكبر.. وهكذا .

جـ ـ السلوك اللاجتماعي :

وعلى العكس من ذلك، نجد بعض الجماعات التي تنحرف وتعاكس الاوضاع السائدة لسبب من اسباب الانحراف (كالادمان ، او الاصابة بمرض دماغي أو أذى على الرأس ،او لوراثة صفات بيولوجية عدائية) ، او لانتمائه الى جماعات ذات فلسفات خاصة في الحياة وما بعد الموت — وهي كلها تؤدي بالنتيجة الى المجابهة والسلوك اللاجتماعي Fantisocial behavior:

ولكي يتخلى الفرد عن مبادئه وتعاليمه وتربيته السابقة فانه ينسلخ عن ذاته الاصلية، او كما دعاها (فيستنجر ونيكومب) estinger & Newcomb



صورة —٨٢— الطالبات المتنكرات في تجربة

بعملية « التخلي عن الذات » deindividuation . فانغماسه في حركة فوضوية، او جماعة غوغائية يفقده شخصيته وضميره الاصيل. ويتعزز هذا الضياع الشخصي بوجود امثاله في تلك الجماعات.

الآراء والاتجاهات :

ان الرأي opinion يختلف عن الاتجاه attitude بكونه عابراً او دفيناً او ليس بذي ثبات: كأن يقول فرد ان الوزير الفلاني اقوى شخصية من الوزير الآخر، او ان زوجة فلان طبخها اجود من زوجة فلان، او أن القهوة الذّ من الشاي.

اما الاتجاه فهو تبني فكرة ثابتة ومعينة ومستقرة تجاه شخص او موضوع او حالة تهيء ذلك الفرد لان يكون متأهبا للاستجابة باسلوب معين تجاهها، فالاتجاه يتطلب وجود انفعال ودافع وحالة عقلية شعورية — واحيانا لاشعورية. لذلك يعتبر الاتجاه جزءاً من مقومات الشخصية لانه يؤثر في نوعية استجاباتها. وهكذا يكون اتجاه الفرد تجاه مبدأ معين او جماعة او قطر او شعب.

ويتصلب الاتجاه وينفذ بصورة منظمة في الشخصية، وعندئذ يصبح في مستوى المبدأ والعقيدة التي تكون اكثر مقاومة للمؤثرات التي قد تغير الاتجاهات. لذلك كانت الاتجاهات هدف الحرب النفسية التي تقصد تغييرها لصالح جهة معينة، اما المباديء والعقائد فهي اكثر تماسكا وصلابة ولصوقا بالشخصية، ولذلك فان عملية اكثر قوة من الحرب النفسية هي التي تؤثر فيها احيانا .. ، وذلك ماسمى باصطلاح « غسل الدماغ » brainwashing .

نظرة الانسان للآخرين

من خصائص علم النفس الأجتماعي ان يهتم بالظاهرة ايضا ، فهو علم نفس الظواهر بصورة غير مباشرة . وهو يهتم بما يشعر به الفرد ذاتيا تجاه

ظاهرة او حادثة او موقف معين بغض النظر عن حقيقة الموضوع – أو الموضوعية . من ذلك مثلا ما صوره (شكسبير) في رواياته المختلفة، (فروميو) ابتلع السم لاعتقاده ان (جولييت) قد تناولته قبله. كذلك لقاء انسان بشخص آخر يحدث عنده انطباعا اوليا impression قد يستند على أقل معلومات تتوفر لديه وقد تكون غير موضوعية او حقيقية :

أ– الانطباعات الأولية :

وتشير التجارب في مجال علم النفس ان المعلومات الأولية عن أي شخص لها التأثير الأقوى والاعم في تكوين الانطباعات ، وسمى ذلك بـ « التأثير الاولي» primary effect . وتفسير ذلك غير محدد ، لكن يبدو وكأن الانسان اذا اراد تكوين فكرة عن الآخرين يعير انتباها اشد إلى المعلومات الأولية التي يتسلمها عنه . كذلك يميل الانسان إلى عدم تصديق المعلومات التالية المناقضة للمعلومات الأولى وينزع إلى اللصوق بها وتبريرها .

وعدم الاكتراث بالمعلومات التالية – وان كانت ادق واصح – تؤثر في الحكم على الآخرين وعلى ذكائهم وقابلياتهم . وقد وجد بالفعل ان طالب المدرسة الاعدادية الحاصل على معدل جيد ودخل كلية ذات مؤهلات عالية (كالطب والهندسة والصيدلة مثلا ..) يكون انطباعنا عنه انه ذكي ومقتدر، فاذا ما تأخر وفشل في دراسته عزونا السبب إلى عوامل واحداث احباطية نفسية خارجة عن ارادته ولا يخطر ببالنا ان السبب الحقيقي قد يكون عدم قابليته فعلا . وعلى العكس من ذلك ، فالطالب الذي لاتساعده ظروف معينة للحصول على درجة جيدة في الاعدادية يظل في نظرنا قليل القابلية حتى لو لمع نجمه وبرز بين اقرانه، اذ نعزو ذلك للحظ والصدفة .

وقد وجد (لوشينز) Luchins ان المفعول الاولى للانطباعات يمكن تحديده وتقليله لوحذرنا الشخص ونبهناه إلى عدم التسرع في الحكم على

الآخرين قبل تلقى المزيد من المعلومات عنهم. عندئذ تكون الوجبة الثانية من المعلومات ذات المفعول المؤثر في الحكم على الآخرين ، وهذا ما دعى بـ « تأثير الحداثة» recency effect ، لان المعلومات التالية اكثر حداثة من المعلومات الأولى. إن المعلومات المستجدة تفيد في ادامة العلاقات مع الآخرين وتكوين المعارف والاصدقاء، بل ان الذكريات التي تثير الضحك أو الدعابة تتعلق بالفرق بين الانطباع الاول والانطباع الثاني الارسخ. لكن الانطباع الأول يظل قويا في المقابلات الاولية للذين يبحثون عن عمل، او في اللقاء الأول بين الجنسين .

ب- التجاذب بين الاشخاص :

في أي لقاء جديد يمكن أننتساءل هل سنعجب بالآخرين وهل سيعجبون بنا . وقد كشفت الابحاث النفسية عن بضعة عوامل في تقرير جاذبية شخص لآخر ، نذكر منها .

١ – المظهر الخارجي : Physical appearance

فالمظهر الخارجي ، والهيئة العامة هو العامل الذي لايمكن التحكم فيه كما نتحكم في طباعنا او وقتنا او سلوكنا . وكان الرأي السابق ان الاخلاق والصفات والتصرف هي التي تتفوق على مظهر الشخص ، الا أن التجارب الحديثة اثبتت ان للمظهر الشخصي من القوة ما يفوق كل الصفات الاخرى في تقرير الجاذبية وتقارب شخصين من جنسين مختلفين ، أو شخصين من جنس واحد ، وحتى بين الاطفـــال . كذلك اثبتت التجارب الحديثة ان الجاذبية بين شخصين تعتمد على مدى التشابه بينهما – وكأن « الطيور على اشكالها تقع » .

اما كيف وما هي سمات الجاذبية فهو مالا يمكن تحديده .لكن شيئا واحدا لاحظه علماء النفس في الولايات المتحدة هو ان الرجل الاطول يكون اكثر جاذبية من الأقصر المنافس له . فقد وجد ان جميع رؤساء الولايات

المتحدة الامريكية منذ عام ١٩٠٠ وحتى عام ١٩٨٠ كانوا اطول من المرشح المنافس (الخاسر) — كيندي اطول من نيكسون بضعة بوصات — .

٢ — الكفاءة : Competence

لكن اذا لم يكن الجميع وسيمين او جميلات فان البعض اكفأ من الآخر. فهل تدخل الكفاءة في الجاذبية الشخصية ؟. ان المسألة معقدة . وتدل التجارب المتعددة ان الانسان الأكفأ هو المرغوب فيه ، لكن الانسان الكامل جداً قد لايكون محبوبا جداً مثل زميله الذي يرتكب بعض الزلات البسيطة .

المرتبك والمتخبط قد يجعل من الانسان اقرب الينا من (السوبرمان) فيكون ميلنا اليه اكثر .

٣ — التشابه : Similarity

ولكن هل نميل إلى الاشخاص الذين يشبهوننا ام العكس ؟. وهنا ايضا تتدخل قضايا متعددة ..، لان التشابه يعتمد على معايير مختلفة فمن مئات الاحصائيات التي بدأت منذ عام ١٨٧٠، اثبتت الارقام ان معظم الازواج يتشابهون في صفات كثيرة كالطول والعادات والطباع وحتى لون العينين . كذلك تشير التجارب الحديثة إلى اننا نفضل صداقة من يشاركوننا نفس القيم والافكار والاتجاهات ، او على الاقل يشابهوننا في الدين والعمر والثقافة .

اما القول بان المضادات والاختلافات تجذب بعضها فهو صحيح ايضا بقياس الحاجات ومنظوماتها «منظومة الحاجة» need system ، اي ان الشخص المستند المسيطر ربما يتزوج وينسجم مع المرأة المطيعة الخاضعة. فكلاهما يرضى ويكمل حاجة من الآخر بهذا التجاذب.

٤ — الحب المتبادل reciprocal likings

ان محبة شخص تأتي من محبته لنا، كذلك نحن ننفر من الناس الذين ينفرون منا وقد ثبت هذا التأثير بتجارب فعلية ايضا.

هـ ـ الالفة : familiarity

ان الالفة والمثابرة البسيطة من المؤثرات في احداث ميل ومحبة بين شخصين. كذلك التعود على حافز اومؤثر معين (موسيقى من نوع خاص) يجعل الانسان يميل اليها اكثر من الحوافز الجديدة او الغريبة ورؤية شخص معين في مناسبات متعددة يجعله اكثر الفة لنا وراحة من الشخص الغريب او الذي نراه قليلا.

واختصاراً، يمكن القول ان التجاذب والميل بين الناس يمكن أن يأتي من الجاذبية الجمالية، او الكفاءة، او التشابه، او الالفة والمثابرة..

ج ـ الانطباعات النمطية :

يميل الناس إلى تكوين صورة نمطية للآخرين strotype . وقد وجد ان الجاذبية الجمالية والمظهر الخارجي هو احد العوامل في تكوين الهيئة النمطية للاخرين. وتستند الاتجاهات المتطرفة والمتعصبة إلى النمطية ايضا. فنظرة الابيض إلى الاسود تكون ذات طابع نمطي تضفي على الاسود صفات معينة وتحدد معالم شخصيته في نظر الابيض. وتتعرض هذه النمطية إلى التغيير في حالات الالفة والاختلاط . فالنفور بين البيض والسود يخف كثيراً اذا ماتيحت لهم فرص اللقاء والحوار والعمل سوية .

وبالعكس ،فان النظرة النمطية يمكن ان تضيق وتبقى محصورة ومتزمتة فيما لو كان التقارب واللقاء حاصلا في اجواء عدائية متوترة. فكثيرا مايلتقي السود برجال الشرطة البيض، لكن الكره بينهما مستحكم لان نظرة الواحد للاخر تبقى محددة في إطار النمطية الاولى دون تغيير في الاتجاه والدور الذي يلعبه كل واحد .

د ـ عمليات التخصيص : attribution processes

عندما ندرس او نلاحظ سلوكا معينا نحاول ان «نعزوه» ونرجعه الى «خصائصه» المحتملة attributes . فمثلا ،اذا تبرع شخص بمبلغ معين لحفلة اوسوق خيري، فاننا نتساءل هل ان تبرعه كان بسبب ميول خيرية ـ ايثارية، ام لضغوط اجتماعية، أم للتخفيف من أعباء ضريبة الدخل عليه،

أم لأنه يؤمن بالمشروع فعلاً ؟ ... كذلك اذا رأينا زوجة تقبل زوجها في لحظة وداع ، فهل ياترى تقبله عن حب او للمجاملة ، او مراعاة للاعراف الاجتماعية في بلدها ؟..

كل ذلك ، وامثاله ، يعود بالمراقب إلى مجموعة من مشاكل «خصيصة» تحتاج إلى قرار واختبار لعزو السلوك الى دافع واحد. وقد اصبح عزو السلوك هذا من مهام علم النفس الاجتماعي لان «نظرية الخصيصة» attribute theory تعتمد على ايجاد قوانين واضحة نستخدمها للاستدلال على مسببات سلوك معين والكشف عن الاخطاء والانحيازات في تلك القوانين .
وقد حاول (هايدر) Heider ذلك منذ عام ١٩٥٨ ، ثم تبعه باحثون آخرون في الستينات .وقد تبين وجود تحيز في ايجاد «الخصيصة» إما بتقديرنا المغالي لسمات الشخصية واتجاهاتها في سلوك معين او باغفال وتقليل وزن العوامل الظرفية في ذلك السلوك. ومن العوامل التي تدخل في ايجاد الخصيصة واعزاء السلوك نذكر :

١ ــ ادراك الذات : Self-perception :

فالحكم على سلوك شخص يعتمد على ملاحظاتنا الشخصية. كذلك نحكم على سلوكنا بما نلاحظ ما نقوم به من افعال او انفعال ــ وهي نظرية تمحيصية او نقدية. والنقد الذاتي يساعد على تحليل سلوك الآخرين وعلى فهم انفسنا.

٢ ــ الخصيصة المزاجية dispositional attribution

فالحكم على سلوك شخص قد يتكون بعملية او مرحلة اولية، ثم تظهر معلومات جديدة اخرى قد تكون متناقضة او محورة للمعلومات الاولية ولكنها لاتتمكن من تعديل وجهة نظرنا نحو ذلك الشخص او نحو انفسنا

التأثير الاجتماعي : Social Influence

من مجموعة العوامل المؤثرة في سلوك الانسان نجد ان العوامل الاجتماعية

هي الاكثر انتشارا وتغلغلا، وان اساس التاثير في الناس هم الناس. ولايعنى ذلك ان التأثير يقصد به ان يكون فقط متعمداً او قسريا مخططا مثل تأثير الموعظة او الاعلام والدعاية (التي هي من اهم المؤثرات في تغيير الاتجاهات والاراء)، بل ان غالبية التأثيرات هي عفوية غير مقصودة ولكنها تتم باطار من الحث والنفوذ الذي يحدث من خلال الوجود والتواصل المادي او الاجتماعي.

أ ـ الحضور المادي physical presence :

منذ عام ١٨٩٨ وجد العالم النفسى (تريبليت) Triplett ان المتسابقين على الدراجات الهوائية اذا وجدوا معا فانهم يندفعون بسرعة اكثر مما لو كان المتسابق وحده ومعه ساعته.

وثبت بعدئذ ان الاطفال الذين يطلب منهم لف خيط صيد السمك (الصنارة) بأقصى سرعة ممكنة يندفعون بحماس أكثر عندما يواجه بعضهم الأخر مما لوكان الطفل ينجز المسابقة لوحده. وقد إمتد ذلك الى الحيوانات الدنيا من قطط وفئران وطيور، حيث وجد ان وجودهم معاً يدفعهم الى أكل كمية اكثر مما لو كان الحيوان لوحده. وكل ذلك يدل على ان الحضور المادي مع الآخرين والتعاون معهم «التضافر» Coaction هو اشد تأثيرا وتحفيزا على المنافسة.

بعد ذلك تبين ان وجود المشاهدين audience وحدهم بدون منافسين له نفس التأثير المحفز للانجاز الاكفأ والاسرع. وحتى وجود الممتحن بين الطلاب في عملية حسابية مثلا كان اسرع من عدم وجود احد. وهكذا فان الحضور المشترك او المشاهدين يعتبران عاملين في التنشيط الاجتماعي. الأأن عوامل ثانوية اخرى تدخل في ذلك، مثلا: ان الاعمال الحسابية الصعبة تتعثر وتكثر فيها الاغلاط بوجود المشاهدين، اما الاعمال الاعتيادية والحسابية البسيطة فتتحسن وتزداد سرعة وكفاءة.

ولايوجد ما يؤيد كون هذا التأثير فطري ، بل انه يعتمد على الفهم والادراك ، اى ادراك الانسان لوجود الآخرين ولعملية التنافس . فالانسان يقيم معنى التشجيع او الاكبار والتقدير او اللوم والعقاب. كذلك يدرك نوعية المشاهدين وهل انهم خبراء ام متفرجين عابرين. وكل ذلك يؤثر في دوافع وقابلية الانجاز Performance motive .

وقد وجد ايضا ان المشاهدين الذين تربط عيونهم بلفائف مانعة للنظر لايمكن ان يثيروا في المتنافسين دوافع واندفاعات زائدة، مما يدل على اهمية المشاهدة الفعلية.

ب – الحضور الاجتماعي social presence :

وجدنا فيما سبق ان السلوك لايتأثر بمجرد الحضور المادي للمشاهدين او المتنافسين مع بعضهم، بل بظروفهم واهتماماتهم واعمالهم ايضا. اي ان الجو الاجتماعي للاخرين له مفعول آخر يضاف إلى الوجود المادي. وسنجد فيما يلي مدى اهمية ذلك على الفرد:

في عام ١٩٦٤ اغتيلت امرأة اسمها (كيتي جينوفيز) قرب دارها في مدينة نيويورك. وكانت تصرخ وتحاول الهرب من قاتلها لمدة نصف ساعة. وتأكد ان مالايقل عن (٤٠) من جيرانها سمعوا صراخها واستغاثتها ،لكنه لم يندفع احد لمساعدتها او حتى استدعاء الشرطة. واثارت تلك الحادثة اهتمام علماء النفس الاجتماعي في موضوع «التبلد» وعدم الاكتراث الاجتماعي indifference . وبعد الدراسة تبين ان المسألة ليست مجرد تبلد او سدر apathy ، بل عوامل متعددة تدفع بالناس إلى عدم التدخل في امور حياتية للاخرين منها: تجنب التعرض للخطر ،او تجنب التورط في المشكلة ، او الابتعاد عن الاجراءات القانونية ومراجعة المحاكم وارباك حياتهم الاعتيادية لحقبة من زمن. يضاف إلى ذلك ان الحوادث هي من السرعة والمفاجأة مما تذهل الاخرين وتعوقهم عن التدخل المنظم، او لاحتمال مايبدو مسألة خطيرةوطارئة تنقلبإلى مسألةبسيطة(كحدوثشجار عائلي..).

وقد وجد من تحليل العوامل ان وجود الآخرين يعرقل عملية التدخل والمساعدة للاسباب التالية:

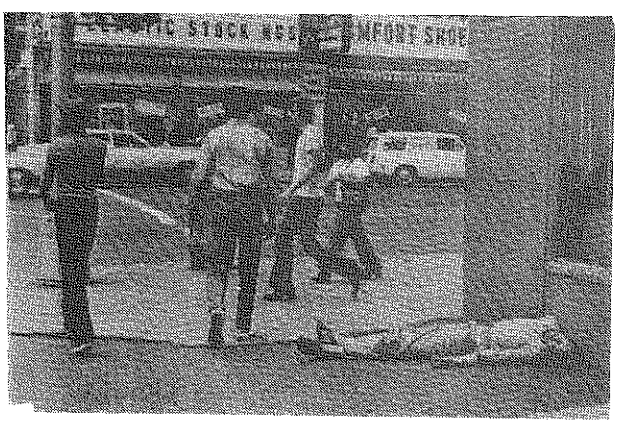
١ ــ ان وجود الآخرين يقلل من وطأة الحادثة كأمر خطير

٢ ــ ان وجود الآخرين يمتص او يبعثر الشعور بالمسؤولية تجاه التدخل (انظر الصورة ٨٣) .

٣ ــ غموض الحالة الطارئة لايشجع على التدخل. فمثلا هل ان الشخص في الصورة (٨٣) سكران، ام مريض؟ ام محتال.. ؟ او هل ان الشجار والصراخ كان عائليا شخصيا ام جريمة فعلية .. الخ. وللاجابة على ذلك يجد الفرد نفسه وقد تأخر عن التدخل والاسعاف والمساعدة.

٤ ــ ان تأثير التجاهل الجمعي Pluralistic Ignorance الذي ذكرناه انفا كعامل تحويل وتشتيت للشعور بالمسؤولية ، قد يتحول من الطرف السلبي الى الايجابي في حالة اندفاع شخص للمساعدة. عندئذ نجدان عدداً آخر من المارين يندفعون مع الشخص الاول للمساعدة والتدخل. اي ان «احدهم» يمثل نمطا اجتماعيا يمكن الاقتداء به من قبل الآخرين فاذا تدخل تدخلوا هم واذا لم يتدخل بقوا غير مكترثين.

ويمكن تخليص الحرص والاكتراث الاجتماعي عند المارة والناس بدرجة فهمهم للظاهرة والموقف ، اي بعلم نفس الظواهر ، وليس على اساس موضوعي بحت.



صورة ــ ٨٣ــ وجود الناس يقلل من اهتمام المارين باشخص المستلقى على الارض

التوافق وتغيير الاتجاهات :

وجدنا فيما سبق ان الحضور المادي والجو الاجتماعي عاملان مهمان في تغيير سلوك الانسان بصورة عفوية وتلقائية — غير مدبرة مسبقا .وسنتناول ههنا بعض العوامل الاخرى التي تمهد لتغيير السلوك والاتجاهات اجتماعيا. وقد عرفنا أثر العقاب والثواب في سلوك الفرد ومطاوعته للاخرين. لكننا نريد ان نعرف مدى تأثير الضغوط الاجتماعية على سلوك الفرد واتجاهاته، وماهي سبل ايقاف او تقليل هذه المؤثرات:

١ — التوافق الاجتماعي :

يميل الانسان إلى مسايرة compliance الآخرين في حالة اختلافه معهم في الرأي والميول . وثبت مدى مفعول الايحاء الجماعي على رأي الفرد.

ففي احدى التجارب المبرمجة اجتمع عدد من طلبة الجامعة ليختاروا خطين متساويين من بين عدة خطوط متوازية مختلفة الاطوال ومرسومة على لوحة امامهم. وقد تعمد الباحث الاتفاق مع بعض الطلبة (المدسوسين) لغرض ان يقولوا أجوبة خاطئة. ثم يرى استجابة بقية الطلبة الذين وضعهم في آخر التسلسل .وتبين ان ٧٤ ٪ من الطلبة تقدموا باجابات خاطئة «مطاوعة» متأثرين بآراء الأخرين (المدسوسين) . لكن الباحث نفسه عندما اوعز إلى شخص آخر بأن يعارض الرأي ويخطئة باصرار ،ظهر معارضون آخرون من اولئك الحياديين الموافقين سابقا ، مما يدل على أن المعارضة تشجع على التمحيص والرجوع إلى الذات والاعتماد عليها .

كذلك اظهرت تجارب أخرى أن من اسباب التوافق الاجتماعي والمسايرة هو « الطاعة للسلطة» او للشخص « المرموق» او صاحب النفوذ مثل : الاستاذ، رئيس دائرة ، او صحفي شهير .. ، او غيرهم من ذوى المرجع والامر والنهى. ويفسر علماء النفس طاعة الفرد الالماني في الحرب العالمية الثانية إلى سلطة النازية وقسوتها ، وطاعة الجندي الامريكي في الحرب الفيتنامية بعامل الطاعة

للدولة مجردة عن الايمان بالقضية . فالعوامل الظرفية والمحيطية الخارجية تدفع بالانسان الى اعمال قد لايقرها وحده لو تأملها وناقشها بعقلانية وهدوء .

٢ – تغيير الاتجاهات

ان التوافق الاجتماعي الذي هو السبيل الى التمتع بصحة نفسية جيدة يؤدي بالفرد إلى المواءمة وتغيير اتجاهاته وآرائه بالطبع .وصحيح ان المكافآت أو التهديدات تؤدي الى تغييرات اكثر ، لكنها لاتؤدي الى قناعة وايمان بالعمل الذي يدفع اليه . ويقودنا هذا إلى نظرية (فيستنجر) Festinger عن « التناشز الادراكي» Cognitive dissonance والتي تقول :

اذا انشغل الفرد بعمل او سلوك معين لايؤمن به فانه لايشعر بالارتياح لتناقض شعوره مع فعله . لذلك يميل الفرد الى خفض هذا االتضارب باقناع نفسه انه يؤمن بذلك العمل وبذلك يزيل التناقض الحاصل ويحل الصراع. فاذا ادخلنا عامل الكفاءة على ذلك – وهي بمثابة رشوة علمية تجريبية وجدنا تغيراً في الرأي وكأن المكافأة ساعدت على تغيير الاتجاه خلاف ايمان الفرد السابق .

٣ – الاقناع Persuasion

ان اكثر الوسائل المألوفة في تغيير الاتجاهات هي الاقناع البسيط. وقد اجريت عدة تجارب على قوة الاقناع وعواملها: مثل شخصية المقنع أومرتبته الاجتماعية او شهرته او مكانته العلمية واسلوب اقناعه. وللاجابة على ذلك يستغرق وقتا طويلا . لكن الجانب التالي يوضح بعض وسائل الاقناع :

فأسلوب طرح مسألة ما ، والتأثير الشخصي ولهجته، والمعلومات الاولية والانطباع الاولى لهم تأثير في قوة الاقناع. ويعمل الوقت والزمن في نفوذ (أو نفاذ) الاقناع ، لان المعلومات المستحدثة الجديدة يمكن أن تغير الاتجاه في حالة ضعف او نسيان المعلومات الأولية .

ومن باب الاقناع او « الوقاية ضد الاقناع» نجد وسيلة ناجحة على الاغلب وهو « التلقيح » inoculation التدريجي بالافكار فمثلا نجد ان الوالدين

يخافون على اولادهم من الفساد وقضايا الجنس والمخدرات والالحاد. فبدلا من مهاجمة هذه القضايا بعنف وتعصب ، يكون من الانجح التحدث عن هذه المواضيع اولا وعرضها بصورة موضوعية او شبه ودية ..ثم ، وبعد ان تتعمق المناقشة ، يبدأ الكبير (او الوالدين) بدحض ومهاجمة هذه الاتجاهات المنحرفة بحيث تبدو العملية وكأنها تلقيح وقائي طبي ضد الجدري او الخناق عن طريق اعطاء كمية من مصل الجرثوم المرضي ثم تقوية وسائل الدفاع والمناعة ضده .

والى هنا نكتفي في موضوع علم النفس الاجتماعي مما يهم القارىء والدارس العام ، اما تفاصيل الموضوع فموجودة في كتب علم النفس الاجتماعي .

الباب الثامن

مدارس علم النفس المعاصرة

Schools Of Psychology

* مدارس علم النفس *

المعاصرة

في ختام فصول هذا الكتاب، ومن خلال مناهج البحث واساليب الدراسات السلوكية التي مررنا بها، كان لابد من التطرق الى «وجهات نظر» او «نظريات» او «مدارس»في علم النفس لها رأى خاص في قضية نفسية معينة..لذا توزعت تلك الآراء بين الفصول والمواد وليس من السهولة للدارس جمع شتاتها لمعرفة المميزات والخصائص الاساسية لكل نظرية او مدرسة ذات كيان.وهكذا اقتضى ان نخصص هذا الفصل الختامي لاستعراض مدارس علم النفس المعاصر بشكل متكامل ، ليتسنى للدارس والمتتبع ملاحقة كل الاجزاء والتفاصيل التي وردت في الكتاب.

ولابد من الاعتراف ايضا — وفي هذه المرحلة من اواخر القرن العشرين — ان المدارس بمفهومها الاطاري المستقل لم يعد موجودا لان التقارب والتداخل وظهور فروع وتنقيحات وتعديلات على المدارس القديمة جعل الآن من مدارس علم النفس شبه ظلال او كيانات غير مترمته علميا، بل ان المدارس «الانتقائية» ecclecticism ، والنظريات «التوليفية» syncretism التي ترمي الى انتقاء او دمج وجمع الصالح والمعقول من كل مدرسة والتوفيق بينهما قد اصبحت هي السائدة في تفسير السلوك وخاصة في مجال العلاجات النفسية كما رأينا في فصل علم النفس السريري . ثم ان بعض الدراسات التخصصية في مواضيع اللغة والذاكرة والمواقف الاجتماعية وعلم نفس الخوارق الحسية اصبحت مقتصرة على موضوع معين محصور النطاق،فهي اصغر من ان تعتبر مدرسة او مذهبا في علم النفس. لذلك فان الكتابة عن (مدارس علم النفس) ذات قيمة تاريخية اضافة الى قيمتها العلمية في بعض شرائح السلوك.

واذ نعتذر عن بعض التكرار الذي لابد منه، فان تقديم مدرسة في علم النفس في اطارها المتكامل يصبح ذو اهمية لمن يرغب اكمال دراسته في

علم النفس او الطب النفسي ، كما انه يشكل الحلقة الحاضرة لما سبق وذكرناه عن تاريخ علم النفس في مقدمة الكتاب.

مدارس علم النفس المعاصرة :

عندما افترقت الفلسفة عن العلوم ومنها علم النفس ظهرت اجتهادات واتجاهات متعددةلتفسير السلوك الانساني بتأثير الجو العلمي والتطور الهائل في مجالات الفيزياء والكيمياء والطب وعلم الحياة وعلم الاجتماع كما ذكرنا ذلك في تاريخ علم النفس . وهكذا ظهرت مدارس علم النفس في النصف الثاني من القرن التاسع عشر ودامت قرابة القرن عندما بدأت بعد الستينات في التداخل والتفرع.

وكان ظهور مدارس علم النفس اما ذاتياً او امتدادا وتطويرا لاراء فلسفية سابقة لها. فمنها المبتكر الجديد، ومنها المتطور الجديد ، نعددها في ادناه، لنعود فنستعرض كل واحدة منها :

١ ــ المدرسة التركيبية Structuralism . نشأت في المانيا عام ١٨٧٩ ، وتبلورت في أمريكا عام ١٨٩٨ م.

٢ ــ المدرسة الوظيفية functionalism : تبلورت في أمريكا عام ١٨٩٨ م.

٣ ــ المدرسة الترابطية associationism : مدرسة فلسفية انكليزية تطورت في أمريكا عام ١٨٩٨ م وتبلورت في روسيا عام ١٩٠٣ م.

٤ ــ المدرسة النفسيولوجية (الحيوية) organismic : ظهرت في امريكا والمانيا على السواء عام ١٩٠٠ م.

٥ ــ مدرسة التحليل النفسي (الفرويدي) psychoanalysis : ظهرت في النمسا عام ١٩٠٠،وهي النظرية الدينيمة dynamic psychology

٦ ــ مدرسة أدلر الفردية : individual psychology : ظهرت في النمسا ثم انتشرت في أمريكا .

٧ ــ مدرسة يونج التحليلية ــ anslytical psycholgy ــ ظهرت في سويسره أولا ثم أوربا فأمريكا.

٨ ــ المدرسة الغائية purposivism : ظهرت في بريطانيا عام ١٩٠٨ م.

٩ ــ المدرسة السلوكية (الكلاسيكية) behaviorism: ظهرت في أمريكا عام ١٩١٢ م .

١٠ ــ مدرسة الجشتالت Gestalt psychology : ظهرت في المانيا عام ١٩١٢ .

١١ ــ المدرسة الشخصية personalistic : ظهرت في أمريكا .

١٢ ــ المدرسة الوجودية ــ existential psychology : ظهرت في أمريكا وألمانيا وفرنسا .

١٣ ــ مدرسة التعلم الحديثة ــ modern learning theory (أو السلوكية الجديدة) ظهرت في كل من أمريكا وبريطانيا وانتشرت إلى أنحاء العالم .

١٤ ــ الفرويديون المحدثون Neo-Freudians .

١٥ ــ المدرسة السوفيتية في علم النفس .

أولا ــ المدرسة التركيبية structural psychology :

كان وليم جيمس ــ من رواد علماء النفس الذين اعتبروا علم النفس «هو وصف وايضاح حالات الشعور كما هي ..». وفي المانيا كان (ويلهلم فندت) W. Wundt (١٨٣٢ ــ ١٩٢٠) يعتقد أن دراسة الشعور يتم بأسلوب الملاحظة الآنية الموضوعية وبوصف حالات الشعور بكل تركيباته واجزائه الأولية من حسّ وشعور وفكر وارادة . وهكذا اسس أول «مختبر نفساني» علمي لدراسة الشعور في مدينة (لايبزج) عام ١٨٧٩ م. وكانت غايته دراسة ووصف تركيب التجربة الداخلية internal experience .

ومن أهم أفكار (فندت) في علم النفس التركيبي هو أن السلوك (أو الشعور) محصلة لمجموعة خصائص الاجزاء بالضبط. فإذا حللّنا ودرسنا الاجزاء الصغيرة تمكّنا من معرفة الشعور الكلي، لذلك دعيت نظريته أيضاً «النظرية الذرية» atomic Theory . وأضاف بعدئذ ان هذا المجموع خلاّق وفاعل . وكان مختبره محتوياً على أجهزة مختلفة لقياس النبض والتنفس وعمليات فسلجية أخرى أثناء الانفعالات (أو المعاناة) والتجربة ..

وإلى أمريكا ، انتقلت التركيبية بواسطة العالم (تيتشنر) Titchener (١٨٦٧ ــ ١٩٢٧) تلميذ (فندت) حيث ادار مختبراً نفسياً آخر واستخدم وسيلة الاستبطان والتأمل introspection في تسجيل اجزاء الشعور . وهو الذي استخدم اصطلاح (علم النفس الوظيفي، وعلم النفس التركيبي) من حيث اننا عندما نتحدث عن جهاز ما فإننا يمكن التحدث عن (وظائفه). فكما أن التشريح هو علم تركيبي فإن الفسلجة هي علم وظيفي .

ان اقتصار هذه المدرسة على دراسة الشعور فقط حدّد من مجالاتها في دراسة السلوك إذ أن الشعور وحده لم يعد يستهوي باحثين آخرين. لكن المدرسة التركيبية سجلت بداية تاريخ علم النفس التجريبي كما نعرفه اليوم. ولا يزال(التقرير الذاتي) self-report هو أحد طرق البحث والدراسة النفسية إلى يومنا هذا حيث اطلقنا عليه (الاستفتاء) Questionaire, repertory المستند إلى التقرير الكلامي verbal report .

ان الاهتمام بالجزئيات أوجد اصطلاحاً آخر هو مبدأ العناصرية elementism

ثانياً ــ المدرسة الوظيفية : Functional Psychology تتلخص هذه المدرسة في اجاباتها عن مجموعة الاسئلة : (ماذا) يفعل الانسان .. ، ثم (لماذا) فعله .. ، (وكيف) فعله ؟. فالانسان يعرف ويشعر وينفذ. وهذه الوظائف العقلية تدخل في مجال المدرسة الوظيفية. ولاجل دراسة وظائف السلوك، دخلت المدرسة في المجال التجريبي :

ا ــ بالاسلوب الفسلجي العلمي ــ اي بدراسة وظائف وتشريح اعضاء الجسم .

ب ــ باسلوب تغيير الظروف وملاحظة استجابة الفرد عند اختلافها : ومنها على سبيل المثال تجارب (ابينجهاوس) على الذاكرة والنساوة .

جـ ــ بالاسلوب الاستبطاني الذي اشتهر به (مولر) Muller في المانيا و (كولبه) Kulpe . ويعتمد الاستبطان على ملاحظة الفرد لنفسه وتسجيل كل ما يطرأ عليه من احاسيس وتغييرات بدقة. فهو تسجيل انطباعات شخصية لاستجابة الفرد كما يحسها ويدركها هو .

وفي شيكاغو، تولى كل من (جون ديوى) J. Dewey (١٨٥٩ ــ ١٩٥٢) و (انجل) Angell شرح وتعزيز النظرية الوظيفية في علم النفس وملخصها : ان كل ما نشعر به له وظيفة او هدف، وان الشعور يؤدي إلى حركة ــ او إلى خفض الحركة، لكنهما أكّدا على ان علم النفس هو دراسة الشعور. ومن علماء النفس الوظيفيين يمكن ادخال (بياجيه) و (كاتز) Katz و (مورفى) Murphy الوظيفيين .

ثالثاً ــ المدرسة الترابطية Associationism (البافلوفية)

رأيناني تاريخ علم النفس كيف ان المدرسة الانكليزية الفلسفية في تفسير الشعور والفهم والسلوك إعتمدت على فرضية الترابط والاقتران بين تجربة وخبرة واحساس مع بعضها واحدة تلو الاخرى. وكان قد بدأ النظرية (لوك) وتبعه (ستيورات) و (هيوم) و (سبنسر) .

لكن نظرية (داروين) في النشوء والارتقاء اثارت مسألة كبرى لم يسلم منها علم النفس الحديث ، اذ اصبح من المنطقي القول ان ترابط الحيوانات والانسان (بالدم) والتطور لا يمنع ايضاً من وجود الغرائز والحوافز السلوكية المشتركة بينهم . وبالفعل، فان (فندت) في المانيا و (مورجان) Morgan في بريطانيا تحدثا عن (علم نفس الحيوان) والتجارب على الحيوانات ، ثم جاء(قانون الاثر) Law of effect من قبل العالم (ثورندايك)(١٨٧٤ ــ

١٩٤٩م) الذي يتلخص في ان السلوك يتعزز بتأثيرمن المكافأة اوالنجاح ، لذلك يميل الحيوان إلى اعـــادته وترسيخه في جهازه العصبي . وتبعت ذلك تجارب (سكينر) الشهيرة على الحيوانات (١٩٠٤ ــ) الاستاذ في جامعة هارفرد .

وفي عام١٩٠٢ تحول العالم الروسي (بافلوف)Pavlov (١٨٤٩ ــ ١٩٣٦) إلى تجاربه على المنعكسات الشرطية واللاشرطية واستنباطه بضعة قوانين ترابطية شرطية كما شرحناها في فصل (نظريات التعلم). لكن مجمل هيكل المدرسة البافلوفية هو مايلي :

١ ــ ان الانسان (كالكلب) يمتلك منعكسات غير شرطية (فطرية) كأفراز اللعاب او سحب اليد من غرزة ابرة، وانها تعتمد على وظيفة المخ.

٢ ــ ان المنعكس غير الشرطي (الغريزي) يمكن ان نبني عليه عديداً من المنعكسات الجديدة الشرطية بالتكرار والاقتران والتعز يز . وهكذا يتعلم الانسان خبرات وعادات جديدة .

٣ ــ ان الخبراتالجديدة تتعرض الى التقوية او الى الضعف والاختفاء حسب ظروف الحياة المختلفة التي تعزز او تطفيء الاستجابات الشرطية.

٤ ــ ان مجموعة المنعكسات غير الشرطية الفطرية لدى الانسان تؤلف لدى الانسان المدلولات الاساسية الاولى في الاحساس والتعلم، وهو مااطلق عليه بافلوف بـ(جهاز الاشارة الاولي) first signalling system .

٥ ــ ان مجموعة المنعكسات الشرطية المكتسبة والمبنية على المنعكسات الشرطية تؤلف منظومة الدلالات الثانية الاكثر تعقيدا، وهو مادعاه بافلوف بـ (جهاز الاشارة الثاني) second signalling system .

وهذه المنظومة من الإشارات تفسر لنا القدرات المعرفية (الادراكية) الجديدة للانسان البالغ المتطور مثل: اللغة والتفكير والادراك..

٦ ــ ان ارتباك قابلية التمييز بين المنبهات يؤدي الى ارتباك الاستجابات والى نوع من العصاب يسمى بـ(عصاب الحيوان). ويمكن تفسير العصاب عند الانسان على نفس الاساس.

٧ – ان محور المنعكسات الشرطية ونظرية بافلوف تستند الى معادلة (المنبه – الاستجابة) وهي وحدة السلوك لدى الكائنات الحية، مما يجعل من الانسان آلة سلبية مستجيبة للحوافز ومكتسبة لانواع السلوك بحكم الترابط والاشتراط. وهكذا اصبحت البافلوفية حافزا لظهور نظريات اخرى ترتكز عليها مثل السلوكية ونظرية التعلم الحديث..

رابعاً – المدرسة النفسبيولوجية psychobiological كانت مسألة ثنائية الجسم والنفس مرفوضة من قبل المفكرين الذين ينظرون الى الانسان ككائن حي يستجيب. كوحدة متناسقة تجاه المؤثرات والظروف. وبرز (ادولف ماير) Adolf Meyer (١٨٦٦ – ١٩٥٠م) استاذ الطب النفسي في جامعة (جون هوبكنز) كأحد الاوائل الذين يعتبرون استجابة الانسان متوقفة على وظائف وعوامل متعددة من المتغيرات بحيث لايمكن الاقتصار على مجرد معادلة او معادلات من حافز و إستجابة. فالناس مختلفون بتركيبهم النفسي الحياتي والعوامل مختلفة كذلك، وكل سلوك هو استجابة جديدة من كائن حي متفرد. لذلك سميت نظريته بالحيوية organismic psychology اشارة الى الكائن الحي المتفرد. وعليه، فان دراسة السلوك تتطلب جمع كل العوامل المؤثرة فيه .. والمدرسة النفسبيولوجية افادت الطب النفسي في الامراض النفسجسمية وفي الاهتمام بالانسان الفرد.

وتبعه (كولد شتاين) Goldstein من نيويورك الذي هاجم نظرية المنعكسات الآلية (شرطية وغير شرطية) ودعا الى دراسة كل عامل ودافع من عادات وافكار ونوازع ومشاعر لدراسة السلوك. واعتبر ان الانسان يجابه تحديات الظروف والمحيط ويتكيف لها، لكن اصابة جهازه العصبي تحد من ذلك وتحتاج الى اختبار خاص لقابلياته بعد الاصابة ، وهكذا اتصفت المدرسة النفسبيولوجية بانها مدرسة جامعة وشاملة holistic .

واشتهر (ماسلو) بناحية تؤكد على مبدأ (تحقيق الذات) ، وقسم الحاجات الانسانية الى مستويات هرمية متدرجة في التعقيد لكنها تستند على القاعدة العريضة من الحاجات الاولية البسيطة (المخطط ٥٦) .

خامساً ـ مدرسة التحليل النفسي : Psychoanalytic Theory

وهي المدرسة التي اسسها فرويد Freud (١٨٥٦ ـ ١٩٣٩) في النمسا لذلك سميت ايضاً (بالفرويدية) Freudism ، وبعلم نفس الاعماق depth psychology ، وضمت مجموعة نظريات تتصف كلها بالصبغة الحيوية (الدينمية) في تفسير السلوك لذلك فهي ام النظريات الدينمية في علم النفس dynamic psychology .

ولقد اشرنا الى نواحي كثيرة من نظرية التحليل النفسي خلال فصول هذا الكتاب، وسنذكر هنا الاطار العام لها بكامله مع اضافة مالم نتطرق اليه: ان ماقدمته الفرويدية لعلم النفس الحديث هي الاسس والاراء التالية والتي يمكن الرجوع الى تفاصيلها في فصول هذا الكتاب:

أ ـ ابرزت الاهمية الكبرى للجزء اللاشعوري من عقل الانسان وأثره في توجيه الدوافع والسلوك، مما كان أول من تقدم بهذه النظرية الجديدة ..

ب ـ تقدمت بنظرية عن مبدأ الحاجات الغريزية واهمها طاقة الحياة وطاقة الموت ..،

جـ ـ واعتبرت أن الجزء الأكبر من طاقة الحياة (الليبيدو) هي الدوافع الجنسية وتطور الجنسية الطفولية في مراحل قبل أن تصل إلى مرحلة البلوغ .

د ـ وتقدمت بنظرية عن تركيب الشخصية الدينمية للانسان على اساس تلك الغرائز الفطرية (البيولوجية)، فقسمت الشخصية إلى (الهو) و (الانا) و (الانا الاعلى) واعتبرت هذه الاجزاء مكونات للشخصية وتناسقها ودوافعها وكذلك امراضها ...

هـ ـ وادخلت فرضية الصراع وآلية الكبت في اللاشعور ،واعتبرت الكبت كأساس ومصدر للاضطرابات النفسية (وأهمها العصاب) والاحلام.

و ــ وجاءت بنظرية خاصة في تفسير الاحلام وأهمية الأحلام في التحليل النفسي .

ز ــ وتقدمت بأسلوب خاص في العلاج النفسي هو التحليل النفسي للأعماق.

نظرية فرويد الجنسية :

وهي الوحيدة التي لم نشرحها في فصول الكتاب ، لذلك نلخصها بما يلي :

الدافع الجنسي هو جزء من طاقة الحياة Eros ، وأشدها تأثيراً واتساعاً ، وهي تبدأ بالنشاط منذ ولادة الانسان، وتمر بأدوار متعددة حتى تصل مرحلة البلوغ الجنسي المعروفة لدى البالغين . ويمكن تقسيم الاطوار الجنسية إلى ثلاث مراحل رئيسية تتعلق بالمنطقة الجسمية التي تصدر عنها الحوافز الجنسية وهي « المناطق الشبقية » erotic zones وتشمل :

١ ــ المرحلة الطفلية ٢ ــ مرحلة الكمون (أو الانتقالية)

٣ ــ المرحلة التناسلية (وهي مرحلة البلوغ الجنسي)

١ ــ وتتكون المرحلة الطفلية infatile phase من ثلاثة أدوار متعاقبة هي :

أ ــ الدور الفمي oral stage ، وهنا يستمد الطفل لذته الجنسية من عمليات المص والبلع والعض ــ أي عن نشاط وظائف الفم والشفتين ويستمر الدور حوالي السنتين الاوليتين منذ الولادة .

ب ــ الدور الشرجي anal stage ، يبدأ من السنة الثانية من العمر إلى الرابعة . ويتميز بأن اللذة الجنسية تأتي من عمليات الجهاز الهضمي السفلي ــ والشرج خصوصاً .

جـ ــ الدور القضيبي phallic Stage ، ويستمر من الرابعة وحتى السادسة من العمر . وتصبح اثناءه اعضاء التناسل الاعتيادية هي مناطق اللذة الجنسية عند الطفل ، لكنها ليست بالصورة الناضجة عند البالغين . وفي هذا الدور

تنشأ(عقدة أوديب)Oedipus Complex، أي أن الطفل يميل إلى أحد الابوين من الجنس المغاير وينفر (أو يكره) الآخر من جنسه — كما يفعل (أوديب) في الاسطورة اليونانية عندما عشق والدته وقتل أباه .

وتصور عقدة اوديب ايضاً حالة التوجه الثنائي (ambivalence) والتناقض والصراع بين الحب والكره والانتقال من حب الذات الى حب الغير . ومن خلال عقدة اوديب تبرز ايضاً (عقدة الخصاء) Castration Complex اي عقدة الخوف من فقد الخصيتين (رمز الذكورة) عند الذكر ويقابلها عند الانثى عقدة الشعور بالنقص لعدم وجود الخصيتين .

وفي الانثى، تتولد عقدة مناظرة لعقدة اوديب هي (عقدة الكترا) Elactra Complex وهي الميل الى الوالد والنفور من الام .

٢ — مرحلة الكمون Latent phase ، وتمتد من نهاية مرحلة القضيب الى اول المراهقة في حوالي الثانية عشر سنة من العمر. وهنا تكون الميول الجنسية كامنة وخاملة ، ويختلط الاولاد بالبنات بصورة عفوية وحيادية، بينما تستمر الانشطة الفعلية والاجتماعية والاخلاقية على تطورها الطبيعي .

٣ — المرحلة التناسلية genital phase : ومنها يكمل نمو الاعضاء التناسلية وتتم مرحلة البلوغ، وينتقل الانسان من حب الذات الى حب الجنس الآخر.

فالادوار الجنسية الاولى كانت تستمد اللذة من ذات الفرد، بينما تتجه اللذة بعد ذلك البلوغ الى الخارج، والجنس المغاير ، وبتبادل الحب والزواج heterosexual activity . وقد اطلق فرويد على حب الذات والمتعة الفردية ، وعشق الذات المتطرف بالنرجسية Narcissism ،اما التعلق بذات الجنس والميل اليهم فهو المثلية الجنسية homosexuelity .

ان اهمية هذه المراحل والادوار يكمن في تفسير فرويد للشذوذ الجنسي عند البالغين وطراز الشخصية المستقبلية للفرد ، وذلك عن طريق التثبيت fixation لبعض الدوافع والنزعات في احدى تلك المراحل مما يدمغ الفرد بها وتبقى مستمرة التأثير فيه وهو بالغ .وهكذا فسر فرويد : عشق الذات ، والسادية Sadism (القسوة الجنسية) والماسوشية Masochism (الخنوع وتقبل الالم) واللواطة والسحاق (المثلية الجنسية) ،والشخصية الحصرية والبخيلة والعصابية والانانية الخ .

ونحيل القارئ الكريم الى الابواب والفصول التالية التي وردت فيها بقية فقرات المدرسة الفرويدية : (ب٢ ،ـف٣، ب٣ ـ ف٢ ، ب٣ـف٤ ، ب٤ ، ب٥ ـف٢ ، ب٦ ـ ف١ ، ف٢)

سادساً ـ المدرسة الفردية لادلر Individual Psyeholdgy :

وهي من تطوير واجتهاد الفريدادلر (Adler)(١٨٧٠ ـ ١٩٣٧) زميل فرويد الذي اختلف معه ، واغفل اهمية اللاشعور والكبت كدوافع اساسية في الحياة والسلوك،وركز على اهمية دافع السيطرة والقوة.وقال ان الانسان يشعر بالنقص فيعوض عن ذلك بنشاط وسلوك يظهر شخصيته ومكانته ، فاذا فشل في التعويض فانه يعاني عندئذ من (عقدة النقص) Inferiority Complex وان عقدة النقص هي سبب الامراض النفسية وليس الشعور بالنقص الذي ينتاب أي شخص ويدفعه التغلب عليه من خلال عملية التوافق والمنافسة ، فاحتجاج الذكورة masculine Protest هي احدجوانب دافع العلو والسيطرة .

ولا تزال نظرية أدلر تلقى رواجاً في الولايات المتحدة حيث المناخ الاجتماعي والنظام السائد يساعد على التنافس وبروز الشخصيات والتنازع الشديد على الحياة ـ والبقاء .

سابعاً ـ مدرسة يونج التحليلية analytical psychology :

كذلك انفصل (كارل يونج) (١٨٧٠ ـ ١٩٦١) عن زميليه فرويد وأدلر وجاء بنظرية ذات جوانب مهمة ومؤثرة في علم النفس الحديث نوجزها بما يلي :

أ ـ جاء بنظريته في تصنيف انماط الشخصية إلى الانطواء والانبساط . والتي دخلت في معايير وعوامل الشخصية في تفسير بعض الامراض النفسية.

ب ـ ابتكر طريقة في اختبار الشخصية الاسقاطي عن طريق «تداعي الكلمات الحر» Free Word association test ، حيث يكون استرسال الكلمات كاشفاً لبعض جوانب الشخصية وسماتها وامراضها ..

جـ ـ عارض نظرية فرويد الجنسية باعتبار طاقة الحياة تعتمد كلياً على الدافع الجنسي ، وعارض اعتبار الكبت هو أساس سلوك البالغ ،بل اعتبر أن تجارب الانسان في جميع مراحل العمر مهمة وليست مرحلة الطفولة فقط.

د ـ اعتقد بوجود اللاشعور ، لكنه اضاف نوعاً آخر من اللاشعور هو أعمق مما ذكره فرويد ، واعتبره مخزناً للدوافع والنوازع التي يشترك فيها جميع البشر ، فهو عقل سلالي يشترك فيه الجنس البشري باتجاهات عميقة الجذور سماها «النمط الاثاري» أوالبدائي archetype فاللاشعور الاثاري archiac unconscious هو غير اللاشعور الفردي الذي وصفه فرويد وهو يمثل «العقل الجمعي» للانسان Collective mind .

هـ ـ ومن نظرية وافكار يونج تكون منهج خاص بالعلاج النفسي التحليلي يعتمد على التفهم الواعي لاهداف الحياة وتحقيق الشخصية .

ثامنا ـ المدرسة الغائية Purposivism

وتدعى ايضا «الحيوية» hormic . وبدأها العالم النفسي (وليم مكدوجل) Mcdougall (١٨٧١ ـ ١٩٣٨) الذي اعتقد بأن الكائن الحي وحدة

بيولوجية متكاملة ، ومزود من الطبيعة بنوازع propensity او ميول (وليست غرائز بالضبط)تؤدي الى غايات ومهمات محدودة . وان هذه النوازع هي محددات السلوك البشري واتجاهه واهدافه ، لان علم النفس هو دراسة السلوك وليس دراسة الشعور كما يتصور (فندت) مثلا . وبدأ مكدوجل بوضع قائمة من هذه النوازع التي تحافظ على حياة الانسان وتضمن بقاءه وسلامته . وهكذا فالكفاح الحياتي striving هو سبب تسمية نظريته بالحيوية hormic .

وتوصل اخيرا الى انتقاء المجموعة التالية من النوازع والاهداف التي كانت (١٢) عام ١٩٠٨ فاصبحت (١٨) عام ١٩٣٢ وأهمها :

١ ــ نزعة البحث عن الطعام food-Seeking ٢ ــ تجنب المؤذيات (القرف) ٣ ــ الجنس والتكاثر sex ٤ ــ الفرار والخوف fear ٥ــ حب الاستطلاع **curiosity** ٦ ــ الابوة والامومة parental ٧ ــ حب الجماعة gregariusness ٨ ــ تاكيد الذات self-assertion ٩ ــ الطاعة والتبعية Submission ١٠ ــ الغضب anger ١١ ــ طلب المساعدة appeal ١٢ ــ البناء لاجل الامان **Constructive** ١٣ ــ حب التملك **aquisitive** ١٤ ــ الضحك لفشل الآخرين Laughter ١٥ ــ الاسترخاء والنوم sleep rest ١٦ ــ السفر والتجوال migratory ١٧ ــ البعد عن المزعجات gregariosnes ١٨ ــ مجموعة من النزعات التي تحافظ على حاجة الجسم الفسلجية مثل: السعال والتنفس والعطاس والابراز..

وقد اثارت المدرسة الغائية اهتماما عالياً في حينها وكانت سبباً في ظهور وتطور علم النفس الاجتماعي. لكن هذا المبدأ السلوكي المبني كلياً على الغرائز واشباهها بدأ ينحدر ويفقد أهميته، فكثر نقادها واصبحت نظرية تاريخية لان التجارب الحديثة اظهرت ان كثيرا من تلك النزعات هي مكتسبة وليست غريزية وان السلوك غير مقنن الى هذا الحد.

ومن المفيد ان نذكر انه بعد الستينات ، وبظهور العقل الالكتروني والبرمجة عاد من جديد الاهتمام بنظرية مكدوجل الغائية..

تاسعاً — مدرسة واتسون السلوكية Behaviorism

ومؤسسها العالم الامريكي (واتسون) Watson الذي كان يعارض فكرة التأمل الباطني والاستبطان ووجود الشعور كما جاء به فندت وتيتشنر. وتتلخص السلوكية الكلاسيكية بالنقاط التالية:

أ — انه لاوجود للشعور (او الفكر..)

ب — ان السلوك هو استجابة آلية لمنبه او حافز

جـ — ان التفكير هو ليس عملية عقلية بل (حركة) تجري في اجهزة الكلام والحبال الصوتية..

د — ان دراسات السلوك لايمكن ان تتم عن طريق التقرير الذاتي او الشخصي بل بالملاحظة الخارجية الموضوعية — كأية ظاهرة كيميائية او فيزيائية .

هـ — ان باستطاعة عالم النفس تحوير وتكييف السلوك بتغيير العوامل المؤثرة فيه ، مثلما يصوغ عامل الخزف قطعة الطين بيده .

ونلاحظ هنا مدى التزمت والتعصب العلمي في السلوكية القديمة والتي وصفها احدهم بأنها : «نهاية إنتحارية لعلم النفس الحديث» . لكنها رغم مغالاتها ادت الى مزيد من الابحاث لتطوير علم النفس نحو الاحسن . بينما اختفت هي بسرعة ولم يعد لها وجود الآن .

عاشرا — مدرسة الجشتالت Gestalt School

ربما تعتبر الجشتالت آخر مدرسة كلاسيكية متكاملة في علم النفس الحديث بعد السلوكية الحديثة والتحليل النفسي . وقد ظهرت متأخرة في المانياعلى يد ثلاثة زملاء من جامعة برلين هم (ماكس فيرتهايمر). M. Wertheimer و(كيرت كوفكا) **K.Koffka** و(وولفكنج كولر) W. Kohler الذي شغل

منصب استاذ علم النفس في جامعة امريكية لغاية عام ١٩٥٥ وله الفضل الاكبر في تطوير الدراسة .

ان تفاصيل نظرية الجشتالت وردت في فصل (الادراك الحسي) . وقد اشتقت اسمها من كلمة جشتالت الالمانية التي تعني الشكل او الهيئة او المنظومة، وقد قامت النظرية كرد فعل ضد السلوكية القديمة والتركيبية والترابطية ولبافلوف وثورندايك اذ اعتقد مؤسسوها بان جميع هذه النظريات لم تستطع تفسير الاحاسيس والمشاعر والتفكير والادراك الحسي والمعرفي بصورة جيدة وهذا تكاملت النظرية في امريكا بعد المانيا منذ عام ١٩٣٠ وملخصها :

١ ــ ان الادراك الحسي للاشياء والظواهر يتم عن طريق الشكل (الجشتالت) الذي ينتج من تجمع الاجزاء. فالعقل يستقبل النموذج وليس الاجزاء .

٢ ــ ومعنى ذلك ان ادراك شيء كمجموع وشكل هو ليس مجموع الاشياء الجزئية بالضبط بل اكثر منها. مثال ذلك : ان الاذن التي تسمع لحن (فا .. صو .. لا .. رى .. مى ..) يختلف عن اللحن (صو.. لا .. رى .. فا .. مى) رغم ان كليهما يتكون من نفس الوحدات النغمية

٣ ــ ان الادراك الحسى للشكل لا يتم الا بوجود خلفية له والا غابت عن العقل معالم ذلك الشكل ..

٤ ــ وهذا ما ينطبق على الحركة ايضا، لاننا ندرك الحركة من تجمع الجزئيات وتلاحقها في مسافة زمنية معينة كالفلم السينمائي، فكأن الحركة هي عملية عقلية امتزجت داخله، وهذا ما دعاه (فيرتهايمر) بظاهرة الوهم الحركي او (ظاهرة فاي) phi-phenomenon .

٥ ــ ان التفكير المبدع والمثمر productive thinking هو من مفعول الجشتالت واسلوب التفكير به . وجاء فيرتهايمر بمثال على ذلك من العباقرة المبدعين في زمانه مثل اديسون واينشتاين وغيرهم ..

٦ ــ ان العوامل التي تكّون الجشتالت في فكرنا هي :

أ ــ تقارب الاجزاء من بعضها

ب ــ او تشابهها

جـ ــ او الاستمرارية الكامنة فيها

د ــ او الانغلاق والتكامل Closer effect هـ ــ او الالفة familiarity .

فشكل فستان ترتديه فتاة جميلة يبقى في ذهننا سواء كانت اجزاؤه مصنوعة من حرير او قطن او صوف .

بعد هذا ، يمكن ان نتساءل ما الذي اضافته مدرسة الجشتالت الى علم النفس الحديث من قضايا نظرية او تطبيقية ،نذكرها في ادناه :

أ ــ ان التجربة وحل المشاكل الحياتية والتذكر يتم عن طريق فهم الكل والشكل والهيئة كظاهرة متكاملة . وهكذا استطاع الشمبانزي (سلطان) حل مشكلاته في مختلف التجارب التي تعرض لها . وهكذا تكون نظرة الانسان الى الحياة ..

ب ــ ان الذكاء والمقدرة العقلية هي قابلية التفكير الجشتالتي التجريدي ، وعليه فان بعض الامراض الدماغية التي تؤثر في هذه القابلية يمكن معرفة درجة تخريبها للدماغ brain damage بايجاد قياسات خاصة لهذا الغرض .

وهكذا ابتكر (بندر) Bender و(كولدشتاين) اختبارات المقدرة العملية ونقصها ، ودعي (باختبار بندر ــ جشتالت) Bender-Gestalt Test

جـ ــ اما التفكير المجرد فقد دفع بالعالم (كيرت ليفن) الى استنباط «نظرية المجال » Field Theary والتي تقول بان سلوك الانسان يتم في وسط مجال اجتماعي ــ بيئي اشبه ما يكون بالمجال المغناطيسي . فتفسير السلوك ليس فرديا بل كليا .

د ــ واعتبر علماء وناقدو الفن والجمال أن المعاني الجمالية في الابداع

الفني والموجودات تتم عن طريق الاحساس العام بالشكل أو الهيئة. فاللوحة تبدو لنا جميلة جذابة دون ان يكون في تقاطيعها أو تفاصيلها مايبرر جمالها.

هـ ـ كما ابتكر كل من (بيرلز) perls و (اليس) Elis العلاج النفسي الجشتالتي ، وعنه تفرع العلاج النفسي التزالي من ابتكار (فيلدز).

حادي عشر ـ المدرسة الشخصية Personelistic School

ان التأكيد على الذات من قبل المدرسة (النفسبيولوجية) لأودلف ماير دفع بباحثين آخرين إلى التفرد بالشخص كعالم مستقل بذاته واستخدموا اسلوب التأمل والاستبطان في دراسة مشاعره. وكان المبدأ العام السائد هو : ««ان نفهم الانسان اولا قبل أن نفسر سلوكه ..»

واشتهرت (كالكينز) Calkins بذلك بتأكيدها على الشعور الذاتي ،ثم تبعها (شتيرن) Stern في هامبورغ منذ عام ١٩٠٦ ، حيث إهتم بفلسفة وعلم النفس التجريبي وبالاستبطان . وطبق نظريته عن الشخصية وفي ايجاد علم نفس سريري، وفي اختبارات الذكاء والفوارق الشخصية .فكان المبدأ العام هو وحدة الانسان وقيمه واهدافه ،وان لكل انسان عالمه ومحيطه الخاص.

وقد طور (موري) Murray في أمريكا المدرسة الشخصية إلى مايسمى بـ «علم نفس الشخص» Personalogy في جامعة هارفرد . ودعا إلى الاستبطان كوسيلة لدراسة السلوك وخاصة في الآليات الاسقاطية. وهو الذي ابتكر (اختبار فهم الموضوع) TAT مع (مورجان) لدراسة الشخصية واختبارات المواقف للمحاربين .

وقد تأثر بدراسات يونج وفرويد ومكدوجل ايضا . ووضع قائمة اخرى من انواع تختلف عن قائمة مكدوجل ، لكنه اعتبر الشخصية نسيجاً منسقا من عمليات عصبية دماغية تتضمن برامج واهداف ومخاوف وتوقعات ، ولا تستجيب للحوافز وفق اطار معين . فالانسان هو :

أ ــ نظير كل الاناس الآخرين احيانا ب ــ او شبيه بعضهم جـ ــ اوفريدا في طرازه .

اما العالم النفسي (كارل روجرز C. Rogers)الذي ابتكر العلاج النفسي المرتكز على العميل Client-Centered .. فهو من دعاة المدرسةالشخصية (او الانسانية) في علم النفس ، كما أخذ عن (ماسلو) مبدأ تحقيق الذات كوسيلة للعلاج النفسي .

ثاني عشر ــ المدرسة الوجودية existential psychologyوهي بالحقيقةامتداد للمدرسة الشخصية السابقة،لانها تؤكد على الانسان كمحور للوجود ، وان نظرته الى الظاهرة الخارجية عنه هي حقيقة بالنسبة له وعلينا ان نفهمها حسب فهمه لها باسلوب (التقمص) empathy ، وبذلك نستطيع مساعدته في العلاج النفسي الوجودي .

وليس للمدرسة الوجودية في علم النفس من معالم وتعاليم ثابتة فهي فلسفية دينية ــ انسانية . لذلك نجد مجموعة كبيرة من علماء النفس يؤمنون بأطراف منها ولهم آراؤهم الخاصةفيها . نذكر مثلا (شبرنجر) Spranger الذي دعا الى «علم نفس التفهم» understanding psychology ،لان للسلوك معنى وقيمة . اما (البورت) Allport فقد اكد تميز الشخصية الواحدة عن غيرها. واثرت فلسفة (كيركجارد) ثم (سارتر) على علماء نفس وجوديين مثل (رولومي) Rollo May و(بنزوانجر) Binswangerو(تيليش) Tillich و(ياسبرز) Jaspers .وكلهم يؤكدون على ان الوجود هو وجود الذات ، وان سلوك الانسان له مغزى وجودي ، وعلينا ان نلجأ الى التقمص لفهم الانسان بدل العطف عليه .

ومن المدرسة الوجودية رأينا كيف ان (فرانكل) ابتكر العلاج النفسي التنويري Logotherapy ، وان يواجه الانسان مشاكله بعقلانية بدل التنقيب عن الانفعالات واعماقها .

ثالث عشر – نظرية التعلم الحديثة Modern Learning Theory

او «السلوكية الحديثة »هي تطوير حاد للسلوكية الكلاسيكية . اذ ان بعض علماء النفس رفضوا فكرة كون الانسان آلة صماء تستجيب للحوافز دون عواطف وتفكير . واستمرت التجارب من قبل علماء عديدين مثل (كلارك هل)Hull(١٨٨٦ – ١٩٦١) و(تولمان) Tolman (١٨١٦ – ١٩٦١) و(دولارد) Dollardو(ميللر)Miller و(آيزنك) ،حيثاعادوا النظر في تجارب بافلوف وآراء واتسون .

واكتشفوا ان الانسان يستجيب فعلا للحوافز ولكن العملية تمر بسلسلة من تأثيرات انفعالية وبذاكرة من الخبرات السابقة ..ومن الدوافع . فالسلوك هو استجابة او عادة تعرضت لعدة دوافع وعوامل معقدة من خلال الشعور (والمخ) وليس من خلال (اللاشعور) كما يدعي فرويد . وقد وجدنا في فصل نظريات التعلم تفاصيل هذه النظرية ، ابتداء من تجارب (ثورندايك) على الحيوان وتعلمها عن طريق الخطأ والصواب وربط المفاهيم والحلول، كما وجدنا رأيه في قانون الأثر ، ثم كيف تبعه (سكينر) الذي اضاف كثيرا على مسألة المنبه والحافز والاستجابة والتعلم الشرطي الادائي ..

وتعددت الابحاث الى ايجاد (ابعاد الشخصية) وتوزيع انماطها وفق نظرية يونج في الانطواء والانبساط والاستقرار وعدم الاستقرار . واستمر آيزنكو (فيرنون) Vernon فأوجدوا علاقة بين نمط الشخصية وامراضها واستجاباتها للعقاقير والمواقف والاتجاهات. وهكذا دخل علم النفس الى نظرية دينمية اخرى للسلوك والشخصية باسلوب احصائي قياسي ..وحسب مبدأ الاستجابة المتعددة العوامل والمتغيرات ، ثم اصبحت النظرية وسيلة تطبيقية فعلية في العلاج السلوكي المتعدد الاشكال والمناهج كما رأينا في فصل العلاجات النفسية.

وتناولت نظرية التعلم الحديثة محالات التغذية الحيوية الراجعة لتحل محل معادلة (حافز – استجابة) ، فانتقلت بالتعلم الى ميادين التعلم الذاتي والتمرين

الى العلاجات الطبية وخاصة الامراض النفسجسمية . وكان ربط التغذية الحيوية الراجعة بالسلوك المنظم مبنيا بالحقيقة على نظرية الترابط الدينمي المعقد للعقل البشري و (علم التوصيل الحيوي) او ما يدعى الآن بعلم (السيبرناطيقا) Cybernetics الذي تقدم به العالم (وينر) Wiener منذ عام ١٩٤٨. وقد اضيفت السيبرناطيقا الى علم السلوك البشري ودعيت هذه الطريقة من التعلم (بفحص — الاداء — وفحصه — ثم اداته (TOTE) Test - operate - tost-exit بالتغذية الراجعة .

رابع عشر — الفرويديون المحدثون Neo - Freudians

من الانصاف القول ان حياة فرويد العلمية القصيرة لم تتح له ان يستمر في تطوير وتعديل آرائه التي تبدو مغالية حيناً ومثالية او مبتورة احيانا اخرى، لكن تلاميذه واتباعه المنتشرون في اوربا وامريكا اجتهدوا وتابعوا البحث والتعليل والتفسير . ونذكر ادناه ابرز اتباعه واراءهم ، فبهذه الآراء استمرت الفرويدية كأكبر مدرسة نفسية لحد الآن مقابل نظرية التعلم الحديثة :

١ — أنه فرويد Anna Freud ، ابنة فرويد التي اشارت الى اهمية (الأنا) في السلوك في كتابها (الانا والآليات الدفاعية) . وقالت ان التحليل النفسي لن يكون ناجحا بتحليل الانا او تفسير الاحلام فحسب، بل بمحور اضافي هو (الانا والحياة الشعورية) . وهي اول من اشار الى امكان التحليل النفسي للاطفال منذ السنة الثالثة من العمر ، اى انها كانت المحفز على التفكير في سلوك الاطفال والعلاج باللعب وأهمية تربية الوالدين وتأثير المحيط الاجتماعي وليس فقط الحاجات الفطرية الغريزية ، وان الانا الاعلى يتكون منذ السنة الرابعة من العمر .

٢ — ميلاني كلاين Melanie Kleine (١٨٨٢ — ١٩٦٠م):
وهي من أتباع فرويد الكلاسيكيين . بحثت في دور ماقبل عقدة أوديب ، أي في أدوار الرضاعة والطفولة الاولى ، وان المحيط أقل تأثيراً مما تتصوره

(أنّه فرويد) ، وان الانا الاعلى يتكون منذ السنة الثانية من العمر ،وان من أهم الغرائز والدوافع في الانسان هو العنف والعدوان ، وان علاج الاطفال باللعب يماثل التحليل للكبار ، ويمكن البدء به منذ السنة الثانية من العمر .

٣ ــ واهتم (فرانز السكندر) F. Alexander و (ويلهلم رايش) . W. Reich بالظواهر النفسجسمية وعلاقتها بمدرسة التحليل النفسي والدوافع اللاشعورية ، أي أن بعض الأمراض الجسمية ذات منشأ نفسي لاشعوري نتيجة الكبت ، وانه يؤدي وظيفة ويرمز إلى هدف ومعنى .كذلك اهتما بالعوامل الاجتماعية في السلوك .وابتكر (رايش) اسلوب العلاج النفسي الروحاني .

٤ ــ تيودور رايك T. Reik : جاء بنظرية أخرى عن العصاب وهي فقدان الثقة بالنفس . ولكنه استمر على اعتبار اللاشعور كجهاز كبير لشخصية الانسان يستقبل مختلف الاحاسيس ومنها الادراك فوق الحسي أوالخارق ،وقدم تفسيراً آخر لتكوين الشخصية.

٥ ــ كارل مينجر K. Menninger ، الذي اشتهر في امريكا بأبحاثه في دوافع الانتحارواسلوب الوقاية منه، اذ أسس عيادة مينجر والمعروفة واستند إلى نظرية فرويد في (الحزن والميلانخوليا) mourning & Melancholia وفي دوافع العداء وغريزة الموت ــ أو الموت في الآخرين ...

٦ ــ أوتورانك O. Rank ، الذي اعتبر ان اول صدمة للانسان هي عملية المخاض والولادة، فهي أولى مسببات القلق ، فكأن الجنين يعيش في رحم الام في حالة من عدم الاستقرار والتهديد . ثم يعتقد ان الارادة هي الموجه للسلوك وضابط للشخصية، وان اضطرابها يولد الشعور بالذنب .. فالتحليل النفسي يجب أن يستهدف ادخال الشعور بالمسؤولية عند المريض ..

٧ ــ اريك فروم E. Fromm (١٩٠٠ ــ ١٩٨٠) ، من مشاهير علماء النفس المعاصرين ومن الكتاب في الاجتماع والسياسة . ويستند على قاعدة

عريضة من نظرية التحليل النفسي ، لكنه يطور تلك الآراء ويبتكر - اشياء جديدة فوقها . وهو نفسي – إجتماعي ويعتمد على تفسير السلوك بالنسبة للمناخ والعوامل الاجتماعية مضافاً اليها علم الانسان (الانثروبولوجيا) والفلسفة.

ويقول (فروم) ان ميول الانسان ليست جنسية غريزية فحسب بل ميول أخرى إلى الحب وإلى القوة والشهرة والمبادىء والدين وقال ان سبب العصاب هو عقدة التحرر من سلطة الاب وليس عقدة أوديب كما يتصور فرويد. واعتبر ان شخصية الانسان تكون من احدى طرازين ..

أ– شخصية منتجة Productive type – وهي الشخصية الوحيدة الناضجة .

ب– شخصية غير منتجة Non-productive type ،وهي غير ناضجة، وتكون بذاتها ذات سمات وصفات متنوعة هي :

١ – الشخصية الاتكالية receptive type ، التي تحاول استلام الاشياء والارباح جاهزة من الغير . فهي شخصية تعيش عالة على الآخرين من ذوى القوة والكرم والثقافة . لذلك يعتري الشخصية القلق والرعب اذا لحق الاذى بمن تتوكأ عليهم. وهذه العلاقة بين المحسوب والمنفذ تفسر الميول السادية والماسوشية عند الطرفين .

٢ – الشخصية الاستغلالية expoliative type وهي التي تحاول الحصول على كل شيء بأية وسيلة ممكنة سواء بالحيلة او العنف .. وهي صفات الانتهازى opportunist المتقلب، المجامل، الحقود،الغيور .

٣ – الشخصية المدخرة The hoarding ، وهي شخصية بخيلة لا تشعر بالاطمئنان من اكتساب شيء جديد بل تحاول الادخار والاكتناز. فالصرف يثير فيها القلق، وهي تعرف دقائق الامور، وتتقيد بالنظام والدقة وضبط المواعيد، ولكنها مرنة وغير مبتكرة ...

٤ – الشخصية السلعة the marketing ، وهي التي تعرض نفسها

للبيع — اي لمن يستغلها بثمن . وهي التي تتلون وتتقلب بالنسبة للظروف، مؤمنة ان النجاح مقياسه الانسياب والتكيف للظروف ..

٨ — هارى سوليفان H. Sullivan ، من الانسانيين ، الذي طور في اسلوب العلاج النفسي والعلاقة بين المريض والطبيب. ودعا إلى فهم المريض. واعتبر ان الشخصية تعتمد على حاجات بدنية وحاجات نفسية كالأمن والاستقرار، وان القلق ناجم عن عدم اشباع اي منهما او كليهما.

٩ — كارين هورني K. Horney ، من المبدعات في مدرسة التحليل النفسي لأنها انعطفت كثيراً بالفرويدية ، واعتبرت القلق نتيجة للشعور بالخذلان والاحباط تجاه دنيا معادية ليس فيها ضمان. لذلك يمكن تصنيف القلق إلى عصاب — تحدي القوى، وعصاب تحدي الحب والعطف، وعصاب الرضوخ ، وعصاب التقهقر والانسحاب . وتحدثت كارين هورني عن (العصاب الخُلُقي) character neurosis لأنه مرتبط بالشخصية وليس بالمواقف الشخصية ، فهو ليس عصاب موقف ssituation neurosis

وتؤكد هورني على أهمية المجتمع والثقافة المحلية (متأثرة بآراء الانثرو بولوجيين) في نشوء العصاب ، وتقلل من نفوذ المشاكل النفسية الشخصية كما تعارض مبدأ السادية والماسوشية التي جاء بها فرويد .

١٠ — وهنالك كثيرون من مشاهير الفرويديين من جماعة (لندن) أو (شيكاغو) نذكرهم للتاريخ مثل : (شتيكل) Stekel و (فيرنزي) Ferenczi و (ارنست جونز) E.Jones ، و (فينخل) Fenichel ، و(هلين دوتش) H. Deutsch و (روهايم) Roheim و (كاردينر) Kardiner .

ونلاحظ مما تقدم ان الفرويدية (بعد فرويد) انشطرت إلى اتجاهين : يميني ويساري . أحدهما اغرق في التغلغل في الطفولة وغرائزها إلى السنة الثانية والثالثة من العمر وربما إلى الاشهر . والثانية اتجهت إلى المجتمع والثقافة والمحيط العام وأهملت من شأن الذات والغرائز . لكن الاتجاهين

بقيا على اخلاص واتصال بالفرويدية في قضايا الاحلام واللاشعور ومعنى السلوك ورمزيته ، وبدينمية السلوك الانساني وليس بآليته واستجاباته الجامدة .

خامس عشر ــ علم النفس السوفييتي

لم تكن نظرية بافلوف مدرسة روسية خاصة، بل نظرية عالمية ــ ترابطية وأساس السلوكية الحديثة .وبقيت تعاليم بافلوف محدودة في (لينغراد)، لكن مبدأه الاساسي ونظريته في التنبيه والاستفزاز والكف في قشرة المخ السنجابية في حالات الامراض النفسية بقي مستمراً في الاتحاد السوفيتي ومحورا لعلم النفس السوفيتي.

اذن ،هل يوجد علم نفس سوفيتي يختلف عن مدارس واتجاهات ابحاث العالم ؟لقد بدأ (سيخنوف) Sechenov علم النفس الفسلجي عام ١٨٦٣م، وتبعه (بيختيريف) Bechterev ، ثم بافلوف . كلهم آمنوا بأن القوة الذهنية فسلجية ومن وظائف الدماغ. ثم جاءت الماركسية لتضع بصماتها على علم السلوك، ولذلك استبعدت كل النظريات «التالية» ومن جملتها مدرسة (فندت) التركيبية. وكانت السلوكية الكلاسيكية او (علم المنعكسات) reflexology هي اقرب الى المادية الدايلكتيكية .

وقد تقدم (كورنيلوف) Kornelov بنظريته عن التفاعلية ــ اوعلم ردود الافعال reactology سواء للحوافز او للعوامل الاجتماعية.

ولم يكن ذلك يلائم سياسة (لينين). فاهتم العلماء السوفيت (مثل روبنشتاين) بعدئذ بقضايا التربية والتأهيل وبالشعور كأعلى شكل للحركة يعكس الحقيقة. واستبعدت البافلوفية من علم النفس السوفيتي منذ عام ١٩٥٠ واعتبرت جزءا من علم الفسلجة، ثم أعيد اليها الاعتبار عام ١٩٥٦ وخاصة موضوع (جهاز الاشارة الثاني) في تفسير اللغة والادراك. واقترب (رازران) Razran من نظرية التعلم الحديثة . وتقدم (سوكولوف) Sokolov بنظريته عن «الاستجابة الموجهة»، كما حاول (انوخين) Anoknin ربط المنعكسات

الشرطية بالتشريح الفسلجي العصبي للجهاز الشبكي في الدماغ . واستمر (كوبالوف) Kupalov في أبحاث الحوافز والمثبطات على الجهاز العصبي . لكن علم النفس السوفيتي توسع في تطبيقات مسائل التربية education و التمرين training للاطفال وبقي علم النفس السوفيتي منغلقا على نفسه ومحدداً بضوابط في اتجاهات البحث العلمي.

قائمة المصطلحات

GLossary

(آ)- انكليزي – عربي

— A —

ability	قابلية
primary,a.	قابلية أولية
specific,a.	قابلية خاصة
absolute threshold	عتبة مطلقة
achievement test	اختبار الانجاز
adjustment	توافق . مواءمة
adolescence	المراهقة
aesthetics	علم الجمال . الجماليات
afferent	وارد
aggression	عدوان
AGCT	اختبار الذكاء الجمعى العسكري
Aha experience	تجربة (آها)
alertness	يقظة . تنبه
ambiguous	غامض . مبهم
ambivalence	ثنائى التوجه
amnesia	نساوة (فقدان الذاكرة)
anterograde,a.	نساوة اللاحق
retrognade,a.	نساوة السابق
amphetamine	مادة الامفيتامين
amygdaloid nucleus	النواة اللوزية
anaesthesia	تخدير — بنج
anal stage	الدور الشرجى
analysis-by-synthesis	التحليل بالتركيب
androgen	الاندروجين (هرمون الذكورة)
animal magnetism	المغناطيسية الحيوانية

anonymous	متنكر . نكرة . مجهول
antisocial	لااجتماعى
anthropology	علم الانسان (الانثروبولوجي)
anxiety	قلق
primary,a.	قلق أولي
apathy	سدر . لااكتراث
aptitude test	اختبار الاستعداد
archaic	أثارى . سلالى
archetype	نمط اثارى
associaiton	ترابط
laws of ,a.	قوانين الترابط
associationism	الترابطية
asthenic type	نمط نحيف
astrology	علم التنجيم
athletic type	نمط رياضى
attachment	ارتباط وجداني، مودة
attention	انتباه
selective,a.	انتباه انتقائى
attribute	خصيصة (صفة)
a, theory	نظرية الخصائص
attribution process	عملية التخصيص
autobiography	سيرة ذاتية
autokinetic effect	تأثير الحركة الذاتية
autonomic nervous system	الجهاز العصبى المستقل (الاوتونومي)
awareness	وعي
axon	المحورة.

background	خلفية
barbituarates	مركبات الباريتوريت المنومة
barum Effect	تأثير باروم
battered children	االمفال مهشمين (مضروبين)
behavioral	سلوكى
b., sciences	العلوم السلوكية
behaviour	سلوك
automatic, b.	سلوك آلي
b., genetics	علم السلوك الوراثى
b., modification	تقويم السلوك
b., therapy	العلاج السلوكى
species specific,b.	سلوك خاص بالنوع
behaviourism	المدرسة السلوكية
binocular	ثنائى العدسة (او البصر)
biochemistry	علم الكيمياء الحياتية
biofeedback	تغذية حيوية راجعة
birth order	التسلسل الولادى
botulins toxine	سم جرثومة البوتيولين
brain damage	تخريب الدماغ
brainwashing	غسل الدماغ
brighthes$_s$	تألق

C

CAL (Computer–Assisted Learning)	التعلم بالكومبيوتر
castrarion complex	عقدة الخصاء

catharsis	تنفيس
catecholeamines	كاتيكول امينية
cell body	جسم الخلية
censor	رقيب
censorship	رقابة
cerebral cortex	قشرة المخ
cerebrotonic	طبع عقلاني
cerebrum	المخ
chlorpromazine	الكلوربرمازين (اللارجا كتيل)
choleric	صفراوي
chromosome	كروموسوم (جسم صبغي)
c., chart	لوحة الكروموسومات
chronological age	العمر الزمني
cingulate gyrus	التلفيف الحزامي
circadian	نسق يومي
c., rhythm	نسق
clairvoyance	جلاء بصري
client-centered	مرتكز على العميل
clue	دليل. مفتاح أثر
collective mind	العقل الجمعي
cognition	ادراك .فهم
cognitive	ادراكي. معرفي
c., map	خارطة ادراكية
c., dissonance	تناشز ادراكي
coma	اغماء

comandos	مغاوير . (كوماندوز)
compensation	تعويض
competence	كفاءة
compliance	مسايرة .مطاوعة
computor	الآلة الحسابة. (كومبيوتر)
concept	مفهوم
semantic,	مفهوم دال
conditioned	شرطي
c., reflex	منعكس شرطي
coditioning	إشتراطي
operant, c.	إشتراطي – أدائي
conflct	صراع
approach–approach,c.	صراع مزدوج الجذب
appraach–avoidance,c.	صراع جذب ونفوز
avoidance–avoidance,c.	صراع مزدوج النفور
confusion	تشوش
consciousness	وعى . شعور
consistency	ثبات ، مادة ، تركيب
constancy	ثبات
colour, c	ثبات اللون
location. c.	ثبات الموقع
shape c,	ثبات الشكل
size, c.	ثبات الحجم
content	محتوى .مضمون
manifest c.	محتوى ظاهري

control	ضبط . سيطرة
conventions	إعتبارات
convergence	حصر . تقارب
conversion	تحويل
convolution	تلفيف
corpus callosum	الجسم الثفني
correlates	علائق ، ارتباطات
correlation coefficient	معامل الارتباط
creativity	الابداعية
crowd psychology	علم نفس الحشود
CPT (California personality Inventory)	استفتاء كالفورنيا للشخصية
culture	ثقافة
cumulative effect	تأثير تراكمي
curare	كورار (مادة سامة مرخية للعضلات)
cybernetics	علم الاتصالات الحيوية (السيبرناطيقا)

-D-

deamination	ازالة جذر الأمين
decompensation	انحلال
defence mechanisms	آليات دفاعية
deindividuation	التخلي عن الذات
delerium	هذاء . هذيان
dendrides	تشجرات
denial	نكران
deprivation	حرمان

sensory,d.	حرمان حسي
visual,d.	حرمان بصري
depth psycyhology	علم نفس الاعماق
designed experiment	تجربة مصممة
determinism	الحتمية
derelopment	تطور
developmental	تطوري
diazepam	عقار الدايزيام (الفاليوم)
difference threshold	عتبة فارقة
dimensional theory	نظرية ابعاد الشخصية
discrimination	تمييز
displacement	ازاحة
dissociation	انشطار . تجزئة
distortion	تحريف
disuse	ترك . اهمال
divergence	انفراج .تباعد
dizygotic	ثنائي البيضة
DNA	(دي . ان . آي) — مادة الحامض النووي في النواة الخلية
doctrine	عقيدة ، مبدأ
dominant	مسيطر
dopamine	دوبامين
dream	حلم . رؤويا
latent,d.	حلم كامن
drive	حافز
drive reduction	اختزال الحافز —

dual memory theory	نظرية الذاكرة الثنائية
dynamic	دينمي
d., psychlolgy	علم النفس الدينمي
dysplastic type	نمط حثلي

--E--

ecclecticism	الانتقائية
economics	علم الأقتصاد
ectomorph	نمط نحيف
EEG (electroencephalo graphy)	مخطط الدماغ
effect	أثر . تأثير
Law of , e.	قانون الأثر
efferent	صادر
ego	الأنـا
ejaculation	قذف
electra complex	عقدة الكترا
electrode	مسار كهربائي
elementism	مبدأ العناصرية
emancipation	تحـريـر
emotion	انفعـال
empathy	تقمص
empiricist	تجريبي
encoding	تسجيل
e.., stage	مرحلة التسجيل
encounter group	جماعة النزال
endocrine gland	غدة صماء

e., system	جهاز الغدد الصماء
endomorph	بدين
endorphine	مادة الاندورفين
enkephaline	مادة الانكفالين
erection	نعوظ . انتصاب
Eros	طاقة الحياة
erotic zones	مناطق شبقية
ESP (extra sensory perception)	ادراك حسي خارق
EST (therapy)	ألعلاج النفسي الكينونى
estrogen	الايستروجين (هرمون انثوى)
ethics	الاخلاق
ethology	علم الدراسات العرقية
excitatory	استفزازي
existential psytchology	علم النفس الوجودي
extinction	اطفاء
extrapyramidal	خارج الهرمى
extravert	انبساطى — منبسط
Eysenck Personaltiy Invenory (EPI)	استفتاء آيزنك للشخصية

-F-

facilitator	منشط
factor analyis	تحليل العوامل
factors	عوامل
family therapy	علاج الأسرة
fanatos	طاقة الفناء والموت
fantasy	تخيل

feeble- minded	متخلف . ضعيف العقل
feedback	تغذية راجعة
field study	دراسة ميدانية
field theory	نظرية المجال
figure (—Gestalt)	شكل . هيئة
fixation	تثبيت . ترسيخ
fraternal twins	توائم متآخية
free association	تداعي حر
free word association test	اختبار تداعي الافكار الحر
free will	الأرادة الحرة
frontal	جبهي
frustration	احباط
functionalism	الوظيفة (علم النفس الوظيفي)

- G -

GAMA (gama amine butyricacid)	حامض كاما امينوبوتيريك
ganglia, basal	النوى القاعدية
gene	جينة (صفة وراثية)
generalization	تعميم
genital	تناسلي
g., phase	مرحلة تناسلية
Gestalt	شكل .هيئة (جشتالت)
gesture	ايماءة. اشارة
gifted child	طفل موهوب
gland	غدة
glial cells	خلايا دبقية

glutamic acid	حامض الكلوتاميك
GPS (general problem solver)	حلال المشاكل العام
gregariousness	حب التجمع
grouping	تجميع
group test	اختبار جماعي

-H-

habit	عادة
hallucinations	هلاوس
hallucinogen	عقار مهلوس
halo effect	تأثير الهالة
hedonism	مبدأ اللذة
heredity	وراثة
heroin	الهيروين
hemisphere, cerebral	نصف كرة المخ
heterosexuality	الجنسية المغايرة (حب الجنس الآخر)
hierarchy	تدرج هرمي
hippocampus	قرن آمون
histamine	الهيستامين
histaminergic	مولد الهيستامين
holistic	كلي . جامع
homeostasis	ثبات داخلي
homosexuality	المثلية الجنسية (اللواط)
hormic theory	النظرية الغائية
hormone	هورمون
humanistic	انساني

humours	اخلاط . سوائل
hypnosis	تنويم
hypnotism	تنويم مغناطيسي
hypothalamu s	المهاد التحتاني
hypothesis testing	اختبار الفرضية
hypothetical construct	بناء فرضي

— ا —

id	الهو
ideals	مثل . مثاليات
idetic	تخيلي
i., image	صورة تخيلية
ioɔeidentifin	قتداء
Idiot	معتوه
Illusion	خداع حسي
visual i	خداع بصري
Imagery	تصور . تخيل
imbecile	ابله
Impression	انطباع
mprinting	بصم . ختم
Impulse	دفعة . نبضة
incentive	مثير . باعث
negative,i.	مثير سلبي
positive,i.	مثير ايجابي
indiffernce	لااكتراث . لامبالاة (تبلد)
individual psychology	علم النفس الفردي

Indole	جذر الاندول (كيمياء)
Infantile phase	مرحلة الطفلية الجنسية
Inferiority complex	عقدة النقص
Inhibiton	كفّ ، تثبيط
inhibitory	كاف . ناهي
insertion	حشر
insight	بصيرة
insomnia	أرق
Instigator	محرض
intellect	ذهن . ذكاء
intellectualization	استعقال
Intelligence	الذكاء
general,i.	الذكاء العام
special,i.	الذكاء الخاص
i,Quotient (IQ)	درجة (أو حاصل) الذكاء
interference	تداخل
proactive,i.	تداخل السابق
retroactive,i.	تداخل اللاحق
internal experience	تجربة داخلية
Inerview	مقابلة . مواجهة
Introspection	تأمل . استبطان
Introjection	ابتلاع . امتصاص
introvert	انطوائي . منطوي
involuntary	لاارادي

	– K –
Key-Word	مفتاح لغوي (كلامي)
	– L –
language	لغة
sign,L.	لغة الاشارات
latent phase	مرحلة الكمون الجنسي
L-dopa	مادة ل ــ دوبا
learning	التعلم
associative,L.	تعلم ترابطي
biofeedback,L.	تعلم حيوي راجع
CAL,	تعلم بالكومبيوتر
cognitive,L.	تعلم ادراكي
Individual,L.	تعلم شخصي
latent,L.	تعلم كامن
modern L. theory	نظرية التعلم الحديثة
vicarious,L.	تعلم بديلي
libido	ليبيدو (طاقة الحياة)
lie-detector	جهاز كشف الكذب
limbic system	الجهاز الحافي
locus	موقع جغرافي ــ مكان
logotherapy	العلاج النفسي التنويري
LTM (long term memory)	ذاكرة طويلة الامد
	– M –
MAOI (monoamine oxidase inhibitor)	مضاد المونو امين او كسيديز
mammals	الثدييات
marijuana (—hashish)	مادة الماريهوانا (الحشيشة)

masculine protest	احتجاج الذكورة
masochism	الماسوشية
mass media	الجمهور
maze	متاهة
medial fillet	الحزمة الانسية
meditation	تأمل . عبادة
medulla	النخاع . اللب
medulla oblongata	النخاع المستطيل
melancholic	سوداوي(ميلانخولي)
membrane, cell	غشاء الخلية
memory	ذاكرة
photographic,m.	ذاكرة تصويرية
mental abilities	قابلية عقيلة
mental age	العمر العقلي
mental hygiene	الصحة النفسية
mental machanisms	آليات عقلية
mental subnormality	تخلف عقلي
mescaline	مادة الميسكالين
Mesmerism	الميزمرية (نظرية ميزمر في التنويم المغناطيسي)
mesomorph	نمط عبل
metabolism	أيض
midbrain	الدماغ الوسيط
MMPI (Minnesota Multi Phasic Inventory)	اختبار مينيسوتا متعدد المراحل
model	نموذج . موده
modelling	علاج بالتشبيه

monitor	مرقاب
monocular	وحيد العين
monovular (—monozygotic)	وحيد البيضة
morpheme	وحدة لغوية
motion	حركة
apparent,m.	حركة ظاهرية
stroboscopic,m.	حركة دورانية
motive	دافع
performance,m.	دافع الانجاز
multiple response	استجابة متعددة
myelin sheath	الغمد النخعي
mystico-transcedent theory	العلاج الديني الروحاني

– N–

narcissism	النرجسية
narcolepsy	خدار . نوم انتيابي
nat vist	طبيعي
nature	طبع . طبيعة
need system	منظومة الحاجات
negativism	سلبية (لا تعاون)
Neo–Freudians	الفرويديون المحدثون
neurosis	عصاب
character,n.	عصاب خلقي
primary,n.	عصاب اولي
situation,n.	عصاب موقفي
neural circuit	دورة عصبية

neurilema	غشاء العصب
neurone	عصبة (خلية عصبية)
neurotransmitter	ناقل عصبي
nerve	عصب
n., endings	نهايات عصبية
nightmare	كابوس
node of Ranvier	عقدة رانفير
nonconscious	غير الشعور
normal curve	منحنى طبيعي
NREM (non–rapid–eye–movements)	مرحلة النوم بطيء حركة العين
nucleus	نواة
caudate,n.	النواة الذنبية
amygdaloid,n.	النواة اللوزية
nurture	تطبع

– O –

objective	موضوعي
o.,study	دراسة موضوعية
o., Therapy	علاج موضوعي
observation	ملاحظة . مراقبة
observational method	طريقة الملاحظة
obsessive–compulsive neurosis	عصاب الحصر – القهري (الوسواس)
occipital	قفوي
occultism	دراسات السحر والجن
Oedipus complex	عقدة أوديب
ontology	علم النفس الوجودي

operant	ادائي . اجرائي
operation	عملية
concrete,o·	اداء جامد
formal,o.	اداء عرفي (شكلي)
operational	ادائي (عملياتي)
pre–,o·	ماقبل الاداء
oral stage	الدور الفمي
organismic psychology	المدرسة الحيوية (في علم النفس)
orienting	موجه
overcompensation	تعويض مفرط

–P–

Parasympathetic	لاودي
pattern	نموذج . شكل
patterning	تشكيل
perception	ادراك حسي
extrasensory,p	ادراك حسي خارق
depth,p.	ادراك العمق
motion,p.	ادراك الحركة
self,p.	ادراك الذات
performance	اداء . انجاز
p., test	اختبار الاداء
periphery	محيط . طرف
permeability	نفوذية
personality	الشخصية
doub.e,p.	شخصية مزدوجة

expoliatlve p.	شخصية استغلالية
hoarding,p.	شخصية مدخرة
p.,inventory	استفتاء الشخصية
mu!tiple,p.	شخصية متعددة
productive,p.	شخصية منتجة
p., profile	جانب الشخصية
Quadrup'e,p.	شخصية رباعية
receptive,p.	شخصية خانعة
triple,p	شخصية ثلاثية
Personalistic psychology	المدرسة (الشخصانية)
personology	علم النفس الشخصي
persuation	اقناع
phallic phase	الدور القضيبي
pharmacology	علم العقاقير (الاقرباذين)
phenomenology	علم الظاهراتية
phi-phenomenon	ظاهرة فاى (حركة ظاهرية)
phlegmatic	بلغمى
phoneme	وحدة صوتية (صوت لغوي)
phrase	مقطع . (شبه جملة)
phrenology	علم فراسة الدماغ
physiology	علم وظائف الأعضاء (الفسلجة)
physique	بنية
pituitary gland	الغدة النخامية
planaria	دودة البلاناريا
pluralistic ignorance	تجاهل جمعى

politics	علم السياسة
polls	استطلاع . استفتاء
polygraph	جهاز متعدد المخططات
pons	الجسر
potential, electric	وسع كهربائي
precognition	تنبؤ . ادراك مسبق
preconscious	دون الشعور
precursor	المولد السلف
prefrontal	قبل الجبهي
primal therapy	العلاج النفسي الاساس
principle	مبدأ . اصول
pleasure,p.	مبدأ اللذة
reality,p.	مبدأ الواقعية
productive think ng	تفكير مثمر
projection	اسقـاط
projective teachnique	طريقة اسقاطية
proposition	افتراض . اقتراح
prostoglandin	هرمون بروستوكلاندين
psychedelics	موسعات الادراك (مهلوسـات)
psychiatry	الطب النفساني
psychoanalysis	تحليل نفساني
psychoanaiytical	تحليل نفسي
psychobiological	نفسبيولوجي
psychodrama	العلاج التمثيلي
psychokinesis	تحريك الجماد

psychology	علم النفس
abnormal,p.	علم نفس الشواذ
animal,p.	علم نفس الحيوان
applied,p.	علم النفس التطبيقي
child,p.	علم نفس الطفل
clinical,p.	علم النفس السريري
criminal,p.	علم نفس الجريمة
developmental,p.	علم نفس التطور
differential,p.	علم نفس الفوارق
dynamic,p.	علم النفس الدينمى
educational,p.	علم النفس التربوي
engineering,p.	علم النفس الهندسي
environmental,p.	علم نفس المحيط
experimental,p.	علم النفس التجريبي
forensic,p.	علم النفس الشرعي
general,p.	علم النفس العام
military,p.	علم النفس العسكري
meta,p.	علم نفس ما فوق الطبيعة
occupational,p.	علم النفس الصناعي
para-,p.	علم نفس الخوارق
personality,p.	علم نفس الشخصية
psychometric,p.	علم نفس القياسات
physiological,p.	علم النفس الفسلجي
social,p.	علم النفس الأجتماعي
psychosis	ذهـان

psychosomatic	نفسجسمي
psycnotherapi t	معالج نفسي
psychotherapy	علاج نفسي
depth,p.	تحليل نفسي عميق
group,p.	علاج نفسي جماعي
ndividual,p.	علاج نفسي فردي
play,p.	علاج نفسي باللعب
psychotropic drug	عقـار نفسـاني
puberty	البلـوغ
punishment	عقـاب
purposivism	الغائيـة
pyknic type	نمط مكتنز — بديـن

– Q –

Questionaire	استفتـاء

– R –

rapport	ود. تعاطف . تعاون
rage	حدة الغضب ، (استشاطة)
rational	معقول . مبرر
rational–emotive therapy	علاج عقـلاني
rationalism	العـقلانيـة
rationalization	تبـريـر
reality therapy	علاج بالحقيقة
reaction formation	تشكيل تفـاعلي
reactology	علم التفاعلية (ردود الافعال)
recency effect	تأثير الحداثـة

receptors	مستقبـلات
recitation	استظهار ، حفظ
recognition	تعرف . الفـة
reflex	منعكس
conditioned,r	منعكس شـرطـى
orient ng,r.	منعكس موجـه
unconditioned,r.	منعكس غير شرطى
reflexology	علم المنعكسات
regression	نكـوصـن
rehearsal	حفظ بالتكرار والتمرين . استظهار
reinforcement	تعزيز . تقوية
differential, r	تعزيز تفاضلي
relay station	محطـة ترحيـل
religion	ديـــن
REM (rapid–eye–movement)	مرحل النوم سريعة حركة العينين
repression	كبـت
response	استجـابـة
reticular system	الجهـاز الشبكي
retrieval stage	مرحلة استعادة الذاكرة
reversible figure	شكل منقلب
right–handed	ايمن اليـد
ritualism	طقوسية – شعائرية
RNA	آر . ان . آي (حامض نووي)
role	دور
r., confusion	تشويش الدور

sex,r.	دور جنسي
rote memorizing	حفظ آلي
Rorschach Test	اختبار رورشاخ

-S-

Sadism	السادية . القسوة الجنسية
saggital	سهمي (مقطع)
sanguine	دموي
SAT (scholastic aptitude test)	اختبار المهارات المدرسية
scapegoat	كبش الفداء .. ضحية
schizophrenia	الفصام (الشيزوفرينيا)
security	أمن
selective attention	انتباه انتقائي
self-actualization	تحقيق الذات
self-regulation	تنظيم الذات
self-report	تقرير ذاتي
semantics	علم الدلالات
sensation	احساس
sensorimotor	حسي – حركي
serotonin (5HXT)	السيروتونين
sex typing	تنميط الجنس
situation	موقف . ظرف
s., specific	ثبات موقفي خاص
situational	موقفي . ظرفي
Skinner Box	صندوق سكينر
sleep	نوم

s., apnoea	توقف التنفس في النوم
socialization	اجتماعية (تطبع)
sociology	علم الاجتماع
somatic	جسماني . عضوي
somatotonic	مزاج جسدي
somnambulism	سير النائم
spatial ability	قابلية حيزية
standard	معيار . مستوى
standardized	معيار قياس
steroid	ستيرويد . شحماني
Stereotype	نمطي . مقنن
STM (short – term memory)	ذاكرة قصيرة الامد
Stimulus	منبه
storage stage	مرحلة الخزن
structuralism	التركيبية
stupor	الذهول
subconscious	تحت الشعور
sublimation	تسامي (تصعيد)
substitution	ابدال
super–ego	الانا الاعلى
superimposition	تداخل . اضفاء
suppression	قمع
sympathetic	ودي (سمبتاوي)
synapse	اشتباك عصبي
syncretism	التوليفية

teaching machine	جهاز تعليم
telepathy	التخاطر (تيلباثي)
temporal	صدغي .حيزي
Terman-Merril test	اختبار تيرمان – ميريل للذكاء
Thalamus	المهاد
Thematic Apperception test (-TAT)	اختبار فهم الموضوع
thinking	تفكير.
visual, t.	تفكير بصري
word,t	تفكير كلامي
threshold	عتبة
thyroid gland	الغدة الدرقية
tone	درجة التوتر
TOT (tip-of-the-tongue)	على طرف اللسان
TOTE (test-operate-test–exit)	اختبار الاداء واخراجه
trait	سمة
t.,theory	نظرية السمات
transactional, t.	العلاج النفسي الاجرائي
transference	تحويل نفسي
nogative,t.	تحويل سلبي
positive t .	تحويل ايجابي
transsexualism	تبديل الجنس
trial and error	التجربة والخطأ
tryptophan	تريبتوفان

type	نمط
t., theory	نظرية الانماط
typicality	نموذجية

—U—

Unconditioned	لاشرطي
unconsciousness	اللاشعور
understanding psychology	علم نفس التفهم
undoing	الغاء

—V—

vacillation	تردد
variables	متغيرات
verbal report	تقرير كلامي
vicarious learning	تعلم بديلي
violence	العنف
viscerotonic	مزاج احشائي
(voice-stress-analysrer) VSA	محل نبرات الصوت
voluntary	ارادي

-W-

Wakefulness	يقظة. انتباه
Wechsler-Bellevue Test	اختبار ويكسلر — بيلفيو للذكاء
Withdrawal	انسحاب
Woman emanic'pat'on	تحرير المرأة
Writing Therapy	العلاج النفسي بالكتابة

اليوجا	Yoga
يوجي (ممارس اليوجا)	Yogee

قائمة المصطلحات

(ب) – عربي – انكليزي

الاصطلاح العربي	وارد في صفحة	المرادف الانجليزي
الابتلاع (امتصاص)	٢٤١	Introjection
الابداعية	٢٠٤	Creativity
ابدال	٢٤١	substitution
ابله (وأخرق)	٢٠٧	imbecile
الاتصالات الحيوية (علم السيبرناطيقا)	٣٤٠	Cybernetics
اثاري (سلالي)	٢٨٦، ٣٣٢	archaic
اثر (تاثير)	١٣٨، ١٥٤، ٣٠٨	effect
قانون الاثر	١٣٨، ٣٢٥	-law of ,e,
اجتماعية (تطبع)	٧٠	socialization
احباط	٢٣١	frustration
احتجاج الذكورة	٢٥، ٣٣١	male protest
احساس	٦٣	perce ption
اختبار (استبار)	١٩٩، ٢٦٠، ٣٠٢	test
اختبار تداعي الافكار الحر	٣٣٢	free word association,t
اختبار تيرمان—ميريل ستانفورد بينيه	١٩٩، ٢٦٠	—Terman-Merril,t
اختبار جماعي	٢٠١، ٢٦٠	group :
اختبار الاداء (الانجاز)	٢٠٢، ٢٦٠	-performance,t
اختبار الاداء واخراجه	٣٤٠	TOTE
اختبار الذكاء العام	١٩٩، ٢٠٢	-general intelligence, t.
اختبار الذكاء الجمعي العسكري	٢٠١	AGCT
اختبار الاستعداد	٢٠١، ٢٦١	aptitude test
اختبار رورشاخ	٢٢٤، ٢٦١	Rhorschacb,t.
اختبار فهم الموضوع	٢٢٤، ٢٦١، ٣٣٧	TAT.

المرادف الانجليزي	الاصطلاح العربي
Scholostic,t.	اختبار المهارات المدرسية ٢٠٢، ٢٦٠، ٣٠٢
achievement,t.	اختبار الانجاز ٢٠٢، ٢٦٠
MMPI	اختبار مينيسوتا متعدد المراحل ٢٢٢، ٢٦١
Wechsler.Belvue	— ويكسلر — بيلفيو ١٩٩، ٢٠٤، ٢٦٠
drive reduction	اختزال الحافز ١٧٠، ٢٣٥
humors	اخلاط (سوائل الجسم) ٢١٦،
ethics	اخلاق ٢٢، ٣٠٠
operational	ادائي ٧٥، ١٣٢
concrete, o.	اداء جامد ٧٥
formal , o.	اداء عرفي ٧٥
cognition 'perception	ادراك (فهم) ٢٤، ٩٣، ١٣٨، ١٨٤
-motor, -C.	— الحركة ١٠١
self' C.	— الذات ٣١٢
fromal,C.	— عرفي (اجرائي) ١٣٣
-depeth perception	— العمق ١٠٣
-precognition	— مسبق ٣١
cogni tive dissonance	— تناشز ادراكي ٣١٧
-extra sens ory'preception	— ادراك حسي خارق ٣١، ١٠٩
cognitive map	— خارطة ادراكية ١٤١
free wi l	ارادة حرة ٢٦، ١١٥
a tac hment	ارتباط وجداني (مودة) ٧٦
correlates	ارتباطات (علائق) ١٢٨، ١٣٠
insomnia	أرق ١٢٠

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
آر .ان. أي (حامض النواة الريبوزي)	١٥١	RNA.
ازاحة	٢٤٢	displacement
ازالة جذر الامين	٤٣	de–amination
استبطان	٢٥، ٣٣، ٣٢٤،	introspection
استجابة	١٢٩، ٢٣٥	res ponse
— متعددة	١٣٤	multiple R
— الجلد الكهربائية	١٨٦	GSR
استظهار	١٥٣	recitation
استعقال	٢٤٠	intellectualization
استفتاء (استطلاع)	٢٢٢، ٣٠٢، ٣٢٤	invertory,polls
— ايزنك للشخصية	٢٢٣	EPI
— الشخصية	٢٢٢	PI
— كاليفورينيا للشخصية	٢٢٣	C P T
استفزازي	٤١	excitatory
اسقاط	٢٢٣، ٢٤٠	projection
اشارة (ايماءة)	١٦١	Sign, Signal,gesture
اشتباك عصبي	٤٠	synapse
اشتراطي	١٣٠، ١٣٢	conditioning
اشتراطي — ادائي	١٣٢	operant-conditioning
اطفال مهشمون	١٧٤	battered children
اطفاء	١٣١	extinction
اعتبارات	٢٢	conventions
اغماء	١١٣	Coma
اقتداء	٨١، ٢٤٣	identification
اقناع	٣١٧	persuasion

الاصطلاح العربي		المرادف انجليزي
انبساط	٢١٤، ٢١٦	extra version
اعسر اليد	٤٨	left-handed
انتباه	١٠٧، ١٠٩،	attention
انتقائية	١٠٨، ٣٢١	ecclecticism
اندروجين (هورمون الذكورة)	١٧٢	androgen
الانا	٢١٨، ٢٣٩، ٣٢٨	ego
الانا الاعلى	٢١٨، ٢٣٩، ٣٢٨	super–ego
انتروبولوجي (علم الانسان)	١٨، ٢٢، ٣٠٠	anthropology
انسحاب	٢٤٦	withdrawal
انساني	٢٦، ٢٢١	humanistic
انحلال	٢٤٤	decompensation
انشطار	١١٦، ٢٤٣	dissociation
انطواء ، انطوائي	٢١٤، ٢١٦	introversion
انفعال	١٦٧، ١٨٢	emotion
آليات	٢٣٥	mechanisms
آليات دفاعية	٢٣٥، ٢٣٨	defence,m.
ــ عقلية دفاعية	٢٣٨، ٢٤٤	–mental, m
إلفة (تعرّف)	١٤٨، ٣١١، ٣٣٦	recognition
امفيتامين (مادة منبهة)	١٢٤	amphetamine
آها (ظاهرة)	١٤٠	aha
اهمال (ترك)	١٥٤	disuse
ايض	٦٠	metabolism
ايمن اليد	٤٧	Right–handed

الاصطلاح العربي		المرادف الانكليزي
	(ب)	
باربيتوريت	١٢٤	Barbituarate
باروم (تأثير)	٢٢٧	Barum effect
بروستوكلاندين	٤٤	prostoglandins
بصم (ختم)	١٦٨	imprinting
بصيرة	١٣٨	insight
بلغمي	١٠،	phlegmatic
البلوغ	٨٥	puberty
بناء فرضي	١٧٠	hypothetical corstruct
بنج (مخدر)	١١٣	anaesthetic
بنية	٢١٢	constitution,built,physigque
بوتولين (سم)	٤٢	botulin toxins
	(ت)	
تأثير ـ الحداثة	٣٠٩	recencny effect
تأمل (عبادة)	٢٨٦	meditation
تبديل الجنس	١٧٣، ١٧٧	transsexualism
تبرير	٢٣٩	rationalization
تثبيت (ترشيح)	٢٢٠، ٣٣١	fixation
تجاهل جمعي	٣١٥	pluralistic ignorance
تجربة داخلية	٣٢٣	self-experience

المرادف الانجليزي		الاصطلاح العربي
empiricist	١٠٦	تجريبى
Subacononscious	١١٣	تحت الشعور
Womanemariciplion	٣٠٠	تحرير المرأة
distortion	٩٨	تحريف
psychokinesis	١١٠،٣١	تحريك الجماد
self – actualization	٢٢١،١٧٩،٢٦	تحقيق الذات
psychoanalysiy	٣٢٨،٢٦٩،٢١٧،٢٥	تحليل نفسى
analysis. by-synthesis	٩٩	تحليل بالتركيب
factor analysis	٢١٥،١٩٢	تحليل العوامل
Conversion	٢٤٣	تحو ل
transference	٤٤٣	تحويل نفس
–negative,t	٢٧٠	– سلبى
–positive, t.	٢٧٠	– ايجابي
telepathy	١١٠،٣١	تخاطر
fantasy	٣٢٦١٥٢،١٥٠	تخيل
iedetic	١٥١	تخيلى
mental retardation	٢٠٨	تخلف عقلى
ttributionprocess	٣١١	التخصيص (عملية)
anaesthesia	٢٨٠،١١٣	تخدير
deindividuation	٣٠٧	التخلى عن الذات
interference	١٥٤	تداخل
proactive,t.	١٥٤	– السابق
retroactive,t	١٥٤	– اللاحق
free association	٣٣٨،٣٣٢،٢٦٩	تداعى حر

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
تدرج هرمي	١٥٤، ١٧٨	hierarchy
ترابط ، تكرار	١٢٨، ١٣٠	association
— قوانين الترابط	٣٢٥	laws of, a·
ترابطية	١٢٨، ٣٢٥	associationism.
تردد	٢٣٤	vacilation
ترك (اهمال)	١٥٤	disuse
التركيبية	٣٢٢، ٣٢٣	structuralism
تسامى (تصعيد)	٢٤٢	subl imation
تسجيل	١٤٧	encoding
تشجرات	٣٨	dendrides
تشكيل	٩٧	patterning
تشكيل تفاعلى	٢٤٣	reaction farmation
تشويش، تحريف	٩٨	confunsion
تشويش الدور	٨٦	role, c.
تطبع	٧٠	nurture
تطور	٧٣	development
تطوري	٣٠١	developmental
تعزيز (تقوية)	١٣٠	reinforcement
— تفاضلى	١٨١	differenti,R.
— شرطى	١٣٠	condiioned,R.
تعلم	١٠٥، ١٢٧	Learning
تعلم ادراكى	١٣٨	- cognitive L,
— بديلى	١٨٢، ٢١٧	- vicarious,L.
— ترابطى	١٢٨، ١٤٤	- associative, L·

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
ـ بالحاسبة (الكوميوتر)	١٤٣	cal, L
ـ حيوي راجع	١٤١	- biofeedback, L.
ـ شخصي	١٤٢	- individual,L.
ـ كامن	١٤٠	- Latent,L.
تعميم	١٣١	generalization
تعويض	٢٤١	compensation
تعويض مفرط	٢٤١	overcompansation
تغذية راجعة	٣٥	feedback
ـ حيوية راجعة	٢٩، ٥١، ١٧١	biofeedback
تفكير بصري	١٦٣	visual Thinking
ـ كلامي	٣٣٤	verbal Thinking
تقرير كلامي	٣٣٤	Verbal report
تقمص	٢٧٥، ٣٣٨	empaThy
تلفيف	٤٥، ٥٣	convolution
تناسلي	٣٣٠	genital
تنبؤ مسبق	٣١،	precognition
تنجيم	٢٢٩	astrology
تنفيس	٢٧٠	catharsis
تنظيم الذات	١٨٢	self-regulation
تنميط الجنس	٨٣	sex typing
التوفيقية، الانتقائية	١٠٨، ٣٢١	ecclecticism
التوليفية	٣٢١	syncritism
توافق	٢٣١، ٢٥٢، ٣١٦	adjustment
توقف التنفس (اثناء النوم)	١٢٠	sleep apnaea

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
توائم	٦٣	Twins
ـ متأخية	٦٣	fraternal twins
ـ متطابقة	٦١	identical twins
تمييز	١٣١	discriminition
تنويم	٢٧٩، ٢٨٠	hyponosis
تنويم مغناطيسي	١٢٢، ٢٧٩	hypnotism

حرف (ث)

ثبات	٩٤، ٢٢٥	constancy
ـ الحجم	٩٤	- volume , C
ـ الشكل	٩٦	-Shape, ↄ
ـ اللون	٩٤	- colour,C
موقف خاص	٢٢٦	situation specific
ـ الموقع	٣٥، ٥٢، ١٧٠، ٢٣٥	iocation,c.
ثبات داخلي	٣٥، ٥٢، ١٧٠، ٢٣٥	homeastasis
ثفنى ،(جسم)	٤٧، ٤٨	corpus collosums
ثقافة محلية	٢٢، ٣٠٠	cuiture
ثنائي البيضة	٦٢	dizygotic
ثنائي الازدواج	٢٣٤، ٣٣٠	ambivalence
ـ العدسة (البصر)	١٠٣	binocular

حرف (ج)

جانب الشخصية	٢١٥	personality profile
جبهى	٤٦	frontal
جسماني (عضوي)	٥٧	somtic, physical

المرادف الإنجليزي		الاصطلاح العربي
pons	٥٢	الجسر
gestalt	٣٣٤، ٢٨٨، ٩٧	جشتالت
chronosome	٣٣٤، ٢٨٨، ٩٧	جسم صبغي (كرومرسوم)
clairvoyance	١١٠، ٣١	جلاء بصري
encounter group	٢٨٩، ٢٦	جماعة النزال
aesthetics	٢٢، ١٤	جماليات (علم الجمال)
teaching apparatus	١٤٣	جهاز تعليم
lie-detector	١٨٥	جهاز كشف الكذب
limbic system	١٨٤، ٥٣	الجهاز العصبي الحافي
parasympathetic ,NS	٥٧	ــ اللاودي
re ular N.S	٥٢	ــ الشبكي
sym The tic	٥٧	ــ ، الودي
auton mic N.S	٥٧	ــ ، المستقل
poly graph	١٨٤	الجهاز المتعدد المخططات
crowd massmedia	٣٠٣، ٨٩	جمهور
gene	٦١	جينة (حاملة صفات الوراثة)
	(حرف ح)	
need	١٧٠، ١٦٩	حاجة
drive	١٧٠ ١٦٩	حافز
drive, reductio	١٧٠	اختزال الحافز
GABA	٤٣	حامض كاما امنوبوتريك
glutamic acid	٤٣	ــ ، كلوتاميك
gregarious hess	٣٣٣	حب التجمع
determinism	٢٦	الحتمية (مبدأ نظرية)

المرادف الانكليزي		الاصطلاح العربي
rage	٥٦	حدة الغضب
motion	١٠٢، ٣٣٤	حركة
apparentt, m	١٠٢	— ظاهرية
stroboscopic M	١٠٢	— دورانية
deprivation	٧٣	حرمان
–, visual,d.	١٠٦	— بصري
– sensory, d	١٧٥	— حسي
medial fillet	٥٣	الحزمة الانسية
sensori–motor	٧٤	حسي — حركي
convergence	٢٠٥	حصر (تقارب)
rote memorizing	١٣٥	حفظ آلي
rehrearsal	١٣٥، ١٥٣	حفظ بالتكرار
general problem solver	١٦٣	حلال المشاكل العام
dream	١١٧، ١٢١	حلم (رؤيا)
latent,d	١٢٠	— كامن
– manifest, d	١٢٠	— ظاهري

(حرف خ)

narcolepsy	١٢٠	خدار
illusion	٩٨	خداع
visual, l.	٩٨	— بصري
sensory. l	٩٨	— حسي
attribute	١٥٨، ٣١٢	خصيصة (صفة)

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
الخصائص (نظرية)	٣١١	a.theory
خلفية	٩٨، ٣٣٥	background
خلية (حجيرة)	٣٨	cell
جسم الخلية	٣٨	cell body
خلية دبقية	٣٩	glial cell
	حرف (د)	
دافع	١٥٤، ١٦٧، ١٨٠	motive
ـ الانجاز	٣١٤	performance,m
دراسة السحر والجن	٢٢٦	occultism
دراسة موضوعية	٣٢	objective study
ـ ميدانية	٣٢	field study
درجة التوتر	٤٢	tension'tone
ـ الذكاء	٢٠٢، ٢٠٣	inlelligence Quotient'(IQ)
دفعة (نبضة)	٣٩	imqulse
دليل (مفتاح اثر)	١٠٤	Clue
دماغ	٤٥، ٤٨	brain
ـ تخريب الدماغ	٥٤، ٣٣٦	braindamage
ـ غسل الدماغ	٣٠٧	brainwashing
ـ وسيط	٥٢	midbrain
دموي	١٠، ٢١٦	sanguine
دودة البلاناريا	١٥١	Planaria
دوبامين	٤٢	dopamine
دور	٨٢، ٣٠٥، ٣٢٩	stage

الاصطلاح العربي	وارد في صفحة	المرادف الانجليزي
— جنسي	٣٣٠	genital,s
— شرجي	٣٢٩	anal,s,
— قضيبي	٣٢٩	phallic,s.
دورة عصبية	٥٢	neural circuit
دون الشعور	١١٢	rubconscious
دين	٢٢	religion.
دي .ان اي (الحامض النووي الخلوي)	١٥٠	D.N.A.
دينمي	٢٥، ٣٠٤	dynamic.
	حرف (ذ)	
ذاكرة	١٤٧، ١٥٢	memory
— تصويرية	١٥٠	phatographic,m.
— طويلة الامد	١٤٨	Long-Term,m.
— قصيرة الامد	١٤٨	short-term,m
ذكاء	١٩١، ١٩٩	intel ligene
— خاص	١٩٢	specific,i.
— عام	١٩١، ٢٠٢	general,l.
ذهان (وظيفي)	٢٤٤، ٢٤٩، ٢٦٥	psychosis
ذهن	١٩٣	intellect
	(حرف س)	
السادية	٣٣١	sadislism.
ستيرويد (شحماني)	٦٠	steroids
سدر	١١٣، ٢٣٦، ٣١٤	apathy
سلالي (أثري)	٢٨٦	archaic

المرادف الانجليزي		الاصطلاح العربي
negativism	٢٤٤	سلبية (لاتعاون)
behaviour	٢٤، ٦١،	سلوك
autaomatic, b.	١٦٩	— آلى
b.modification	٢٨٢	— تقويم السلوك
b..geneties	٦١	— وراثى (علم السلوك الوراثي)
behaviorism	٢٤، ١١٥، ٣٣٤	السلوكية (مدرسة)
trait	١٥٢، ٢١٢	سمة
melancholic	١٠، ٢١٦	سوداوى (ميلانخولى)
saggital section	٥٣	سهمى (مقطع)
somnambulism	١٢٢، ٢٤٣	سير النائم
autobiography	٣٣	سيرة ذاتية
serotonin(5HT)	٤٣	سيروتونين
	حرف (ش)	
conditioned	١٢٨، ١٤٤،	شرطي
personality	١٨٩، ٢٠٩	شخصية
expoliative.p.	٣٤٢	— استغلالية
triple,p.	١١٦	— ثلاثية
receptive,p.	٣٤٢	— خانعة (إتكالية)
Quadruple,p.	١١٦	— رباعية
mulitple,p.	١١٥	— متعددة
double,p.	١١٦	— مزدوجة
produdive,p.	٣٤٢	— منتجة
ritualism	٢٤٦	شعائرية (طقوسية)
consciousness	١١١	الشعور

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
شكل (هيئة)	٩٧	gestalt
ـ منقلب	٩٩	reversible, figure
شيزوفرينيا (الفصام)	٢٤٩ ، ٢٦٥	schizophrenia
	الحرف (ص)	
صادر	٣٨	efferent
صحة نفسية	٢٤٧	mental hyghene
صدغي	٤٧	temporal
صراع	٢١٩، ٢٣١	conflict
ـ جذب ونفور	٢٣٣	opproach–avoidance,c.
ـ مزدوج الجذب	٢٣٢	opproach–approach,c.
ـ مزدوج النفور	٢٣٣	avoidance-avoidance,c.
صفراوي	٣٠، ٢١٦	choleric
صندوق سيكنز	١٣٢	skinner box
	الحرف (ض)	
ضبط	١١٥	Control
	الحرف (ط)	
طاقة الحياة	١٨٠	eros
ـ الفناء والموت	١٨٠	thanatos
طبع	٢١٣، ٢١٤	type
ـ احشائي	٢١٤	Viscerotonic
ـ انبساطي	٢١٤	extraversion
ـ انطوائي	٢١٦، ٢١٤	introvert
ـ بلغمي	١٠، ٢١٦،	phlegmatic

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
— جسدي	٢١٤	Somatotonic
— سوداوي	٢١٦،١٠	malancholic
— عقلاني	٢١٤	cerebrotonic
طبيعة — طبيعي	١٠٥،٧٠	nature (nativist)
طرف اللسان (على ٠٠)	١١٢	T–O–T.
طريقة (البحث)..	٣٢ ،٢٦،٢٣	method
— اسقاطية	٢٤٠،٢٢٣	projective,m
— الملاحظة	٣٢	observational,m
	حرف (ظ)	
ظاهرة	٢٦	phenomenon
ظاهراتمية (علم مدرسة)	٢٢٠،٢٦	phenomenolgy
ظاهرة فاى	٣٣٥،١٠٣	phi–phenomenon
	حرف (ع)	
عادة	١٢٩،٢٤	Habit
عامل (عوامل)	٢١٥،١٩٢،٣٢	factor
عتبة	٦٤	threshold
— فارقة	٦٥	differential,t
— مطلقة	٦٤	absolute,t.
عدوان	٣٢٦،١٧٥	aggression
عصاب	٣٢٨،٢٦٥،٢٤٩	neurosis

الاصطلاح العربي		المرادف الإنجليزي
ـ خلقي	٣٤٣	Character,N.
ـ موقفي	٣٤٣	,situational,N.
عصب	٣٧	nerve
عصبة (خلية عصبية)	٣٧	neurone
عقاب	١٢٧	punishment
عقار نفساني	١٢٤	psychotropic drug.
ـ الدايزبام (فاليوم)	١٢٤	diazepam
عقدة	٣٣٠،٣٣١،٣٩	complex,node
ـ الاخصاء	٣٣٠	castration,C
ـ اوديب	٣٣٠	oedipus,C.
ـ الكترا	٣٣٠	electra,C.
ـ النقص	٣٣١،٢٧٢	inferiory,C
ـ رانفيير	٣٨	n.of Ranvier
عقل جمعي	٣٣٢	collective mind
عقلانية	١٦٧	rationalization
عقيدة (مبدأ)	٣٠٧	doctrine
علاج نفسي	٢٦١،٢٥٧	psychotherapy
ـ اجرائي	٢٩٠	operational p.
ـ ، اساسي	٢٧٦	primal,p.
ـ ،سلوكي بالتشبيه	٢٨٤	modelling
ـ ، بالتنوير	٣٣٨،٢٧٦	logo-herapy
ـ ، بالحقيقة	٢٧٧	reality,P.

الاصطلاح العربى		المرادف الإنجليزي
— ، تمثيلي	٢٩٢	psychodrama
— ، جماعي	٢٦٨، ٢٨٦	group,P.
— ، بالكتابة	٢٧٩	writing,P.
— ، للاسرة	٢٩٣	family therapy
— ، كينوني	٢٩١	EST
— ، باللعب	٢٨١	play,p.
— ، عقلاني	٢٧٨	rational emotive,t.
— ، فردى	٢٦٨، ٢٦٢	individurl,t.
علم التفاعلية	٣٤٤	reactology
— ، الدلالات	١٥٦، ٣١٦	semantics
— ، السياسة	٢٢	politics
— ، الفسلجة	٢٢	physiology
— ، الدراسات العرقية	١٧، ٢٢، ٣٠٠	ethology
— ، الاجتماع	٢٢، ٣٠٠	sociology
— ، الظاهراتية	١٥،	Phenomenology
— ، الاقتصاد	٢٢	enconomcls
— ، المنعكسات	٣٣٤	reflexology
العلوم السلوكية	٢٤	astrology
علم النفس	٢١	psychology
— ، التجريبي	٢٧، ٦٥	experimental,p
— ، التفهم	٣٣٨	understanding,p
— ، التطبيقي	٢٨	applied,p.

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
ـ ، التطور	٢٨	developmental,p
ـ ، التربوي	٣٠	educational,p
ـ ، الجريمة	٣١	criminology
ـ ، الاجتماعي	٢٨	social,p
ـ ، الحشود	٢٩١	crowd,p
ـ ، الحيوان	٢٧	animal,p
ـ ، الخوارق	٣١، ١٠٩	para,p.
ـ ، الدينمي	٢٥، ٣٢٨	dynamic,p.
ـ ، السريرى	٢٩، ٢٥٧	clinical p.
ـ ، ألشخصي	٣٢٣، ٣٣٧	personalogy
ـ ، الشخصية	٢٩، ٣٢٣	personality,p
ـ ، الشرعي	٣١	forensic,p.
ـ ، الصناعي	٣٠	industrial,p.
ـ ، الطفل	٢٨	child,kp.
ـ ، الاعماق	٢٥، ٢٦٣، ٣٢٨	depth.p.
ـ ، العسكري	٣١	military,p.
ـ ، العام	٢١	general,p
ـ ، الفسلجي	٢٧	physiological,p.
ـ ، الفردي	٢٥	individual p.
ـ ، القياسات	٣٠	psychometric,p.
ـ ، الميتافيزيقي	٣١	metapsychology
ـ ، المحيط	٢٨	environmental, p.
ـ ، الهندسي	٣٠	engineering p

المصطلح العربي		المرادف الانكليزي
— ،الوجودي	٢٢١، ٣٣٨	existential p.
— ،الوظيفي	٣٢٢، ٣٢٤	functional,p.
— ،الفوارق	٣٢	difference,p.
عمر	٢٠٢، ٢٠٣	age
— ،زمني	٢٠٢، ٢٠٣	chronological,a.
— عقلي	٢٠٢، ٢٠٣	mental,a
عنف	١٧٦	violence
	حرف (غ)	
غائية	٣٢٣،	purposivism
غدة	٥٦،	gland
— ،درقية	٥٩، ٢١٠	thyroid,g.
— ،صماء	٥٨	endocrine
— ،كظرية	٥٦، ٥٩	suprarenal
— ،نخامية	٥٩	pituitary,g.
غريزة	١٦٨، ٣١٦	instinct
غشاء الخلية	٤٠	cell memhrane
غلاف العصب	٣٨	neurolema
الغمد النخعي	٣٨	myelin sheath
غير الشعور	١١٣	non–conscious
	حرف (ف)	
فراسة الدماغ	١٥،	phrenology
الفرويديون المحدثون	٣٢٣، ٣٤٠	Neo-freudians
فصام الشخصية (شيزوفرينيا)	٢٤٩، ٢٦٥	schizophrenia
فمي	٣٢٩	oral
الدور الفمي (الجنسي)	٣٢٩	oral stage

المصطلح العربي		المرادف الانجليزي
	حرف (ق)	
قابلية	١٩١، ٣١٤	ability
ــ ، اولية	١٩٢	primary,a.
ــ ، خاصة	١٩٢	special,a
ــ ، عقلية	١٩١، ١٩٣، ١٩٩	mental,a
قذف	٥٨	ejaculation
قرن آمون	٥٣، ١٤٩	hippocampus
قشرة	٤٥، ٥٩	cortex
قفوى (فص)	٤٧	oocipital
قلق	٢١٩، ٢٣٧	anxiety
ــ ، اولى	٢١٩،	primary,a
قمع	٢٤٠	suppression
	حرف (ك)	
كابوس	١٢١	nightmare
كاتيكول امين	٤١، ٤٣	cateholamine
كاف (ناهي)	٤١، ١٣١	inhibitory
كبت	١١٣، ١٨١، ٢٣٩	repression
كروموسوم (جسم صبغي)	٦١	Chromosome
ــ ، لوحة الكروموسومات	٦١	C., Chart
كف (تثبيط)	١٣١	inhibition
كفاءة	٣١٠	competence
كلوربرومازين (لارجاكتيل)	٤٤، ١٢٤	chloropromazine

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
كلي (جامع)	٢٨٨، ٣٢٧	holistic
كورارى (مادة سامة)	٤٢	curare
كورتيزول	٦٠	cortisol
كومبيوتر (آله حاسبة)	٢٥، ١٤٣، ١٦٣	Computor
— ،تعلم بالكومبيوتر	٣٢، ١٤٣	CAL
	حرف (ل)	
لااجتماعي	٣٠٦	antisocial
لاشرطي	١٢٩	unconditioned
لاشعور	١١٢، ١٨١، ٣٣٢	unconscious
لااكتراث (لامبالاة)	٣١٤	indifference
لذة	١٧٤	pleasure
— مبدأ اللذة	١٦٨، ٢١٨	P.,principle
لغة	١٤٧، ١٥٨، ١٦٠	lamguage
— ،الاشارات	١٦٢	sign,L
ليبيدو (طاقة الحياة)	١٧٢، ١٨٠، ٢١٨، ٣٢٨	Libido
	حرف (م)	
مادة الانكفالين	٤٤	enkephalin
— الهيروين	١٢٤	heroin
— الايندورفين	٤٤	endorphine
— الايستروجين	١٧٢	oestrogen
— الدويا (ل.دوبا)	٤٢	L-dopa

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
— الماريهوانا	١٢٤	marijuana
ماسوشية	٣٣١	masochism
مبدأ (اصول) عقيدة،	٢٢	Principle
— اللذة	١٦٨، ٢١٨	Hedonism (pleasure, Principle)
— العناصرية	٣٢٤	elementism
— الواقع	٢١٨	reality principle
متاهة	١٤٠	maze
متخلف(ضعيف العقل)	٢٠٨	mental retardation
متنكر (مجهول)	٣٠٥	anonymous
متغيرات	٣٢	variables
مثل (مثاليات)	٢٢	ideals
مثلية جنسية	٣٣٠	homosexuality
مثير (باعث)	١٧١	incentive
— ايجابي	١٧٢	positive,xi
— سلبي	١٧٢	-negative,l
محتوى (مضمون)	١٢٠	content.
— ، ظاهرى	١٢٠	manifest, c.
محطة ترحيل	٥١	relay station
محلل نبرات الصوت	١٨٧	VSA
محورة	٤٠	axon.
محيطي (طرف)	٣٥	Periphery
مخ	٤٥	cerebrum
— ، نصف كرة المخ	٤٧، ٤٨	cerebral hemisphrre
مخطط الدماغ	٤٩، ١١٨	ECG

الاصطلاح العربي		المرادف الانجليزي
مدرسة (في علم النفس)	٣٢١	school
ـ ، المدرسة الحيوية (في علم النفس)	٣٢٢، ٣٣٢	psychobiological,S.
ـ ، (الشخصانية)	٣٢٣ ،	perso nalistic, S.
مراهقة	٨٤، ٨٥	adolescence
مرحلة	٣٢٩	phase
مرحلة تناسلية	٣٢٩، ٣٣٠	– genital,p,
ـ الطفلية الجنسية	٣٢٩	– infantile,p.
ـ الكمون الجنسى	٣٣٠	– Latent,p.
ـ الخزن (الذاكرة)	١٤٧، ١٤٨	– storage,s
ـ النوم بطيء حركة العينين	١١٧، ١١٩	NREM
ـ النوم سريع حركة العينين	١١٧، ١١٩	REM
مرقاب	٤٩	monitor
مزاج احشائي	٢١٤	viscerotonic
مسار كهربائي (الكترود)	٦٥، ١٣٦	electrode
مسايرة (مطاوعة)	٣١٦، ٣٣٣	compliance
مرتكز على العميل	٢٧٣، ٣٣٨	client–centered
مستقبلات (مستلمات)	٣٩	ereceptors
مصممة (تجربة مخططة)	٣٢	designed experiment
معالج نفسي	٢٦٧	psychotherapist
معامل	١٩٣	coefficient
ـ التربط	١٩٣	Correlation,c.
معتوه	٢٠٦، ٢٠٧	idiot
معقول (مبرر)	١٦٧	rational
معيار	٢٥٣، ٢٥٤،	stardard

المصطلح العربى		المرادف الانجليزى
قياسي		standardized
مستوى		standard
مغاوير	٣٠	Commandos
مفتاح لغوى	١٥٢	Key–word
مفهوم	٩٩، ١٥٦	concept
— ، دال	١٥٦	sematic,c
مقطع (شبه جملة)	١٥٨	phrase
ملاحظة (مراقبة)	٢٢٢	observation
منبهه	٦٤، ١٢٩	stimulus
منشط	٢٩٠	facilitator
مناطق ، شبقية	٣٢٩	erotic zones
منظومة	٣١٠، ٣١٦	system
— ، الحاجات	٣١٠	–, need,s
منعكس	١٢٩، ٣١٦	reflex
— ، شرطى	١٢٩، ٣١٦	–, conditioned,R
— ،غير شرطي	١٢٩، ٣١٦	–, unconditioned,R.
— ، موجه	٣٤٤	– oriented,R
مواءمة	٢٣١، ٢٥٢	adjustment
موقع (مكان)	٢١٧	situation
موقفى (ظرفى)	٣٣	situational
المولد السلف	٤٢	precursor
مولد الهيستامين	٤٣	histaminergic
موضوعي	٢٤٥	objective
موسع‌نفسي ، (مهلوس)	١٢٥	psyehedelic

المصطلح العربي		المرادف الانجليزي
موهوب (طفل)	٢٠٦	gifted child
المهاد	٥١	thalamus
المهاد التحتاني	٥١	hypothalamus
الميزمرية	١٥، ٢٧٩	mesmerism
الميسكالين	١٢٤، ١٢٥	mescaline
	حرف (ن)	
ناقل	٣٨	transmitter
— ، عصبي	٣٨، ٤٠	neurotransmitter
نخاع (لب)	٥٩	medulla
النخاع المستطيل	٥٢	medulla obiongata
نساوة (فقدان الذاكرة)	١٤٧، ١٥٤	amnesia, forgetting
— اللاحق	١٥٥	anterograde,a
— ، السابق	١٤٩، ١٥٥	retrograde, a.
نسق	١١٨	Rhythm
— ، يومي	١١٨	circadian R.
نرجسية	٣٣٠	Narcissism
نظرية		Theory
— ، ابعاد الشخصية	٢١٥	dimensional,T.
— جيمس — لانكيه	١٨٣، ١٨٥	James–lange, T·
— ، التعلم الحديثة	٣٢٣، ٣٣٩	modern learning,t.
— ، الذاكرة الثنائية	١٤٩	dual memory,t.
— ، المجال	٣٣٦	– field,t.
— ، الغائية	٣٣٢	hormic,t.

المصطلح العربي		المرادف الانجليزى
– ،الانماط (السمات)	٢١٤، ٢١٥	trait,t
نعوظ (انتصاب)	٥٨	erection
نفسبيولوجي	٣٢٢، ٣٢٧	psychbiogojical
نفسجسمي	٥٦، ١٤١	psychosomatic
نفوذية	٤١	permeability
نكوص	٢٣٦	re gression
نكران	٢٤٠	denial
نمط	٢١٣، ٢١٤	type, model
– ،بدين (مكتنز)	٢١٣	pykn ic t.
– ،حثلى	٢١٣	dysplaslic,t.
– ،رياضي	٢١٣	athletic t.
– ،عبل	٢١٤	mesomorph
– ،نحيف	٢١٣	asthenic,t.
نمطية	١١٢ ٢٣٥	steaeotyped
نموذجية	١٥٦	typicality
نواة	٣٨	nucleus
النوم	١١٧، ١١٩	Sleep
– النواة اللوزية	٥٣	amygdaloid,n
– النواة الذنبية	٤٢	caudate,n.
النوى القاعدية	٤٢	basal nuclei

حرف (و)

وارد (مورد)	٣٨	afferent
وحده لغوية	١٥٩	morpheme
وحدة صوتية	١٥٩	phoneme

المصطلح العربي		المرادف الانجليزي
وحيد البيضة	٦١	monozy gotic
— ، العين	١٠٣	monocular
وراثة	٦١	heredity
وسع كهربائي	٣٩، ٤٠	electric potential
وعي	١١١	consiousness
— ، ولادي (تسلسل)	٨٣	birth order
حرف (ه)		
هالة — و(تأثير)	٢٢٢	halo effect
هرمي (حزمة عصبية)		pyramidal
هلاوس	١٧٥	hallucinations
الهو	٢١٨، ٣٢٨	id
هورمون	٥٩، ١٧٢	hormone
الهيستامين	٤٣	histamine
حرف (ى)		
يقظة (انتباه)	١٠٧، ١١٣	alertness
يوجا	١٢٥	yoga
يوجى	١٢٥	yogee

قائمة الأعلام

Authors' Index

(آ)

— ابن خلدون ١٣
— ابن سيده ١١
— ابن سينا ١٢
— ابن قيم الجوزية ١٣
— ابن مسكويه ١٣
— ابو اسحق ١١
— ابو تمام ٧
— ابو العلاء المعري ٧
— اتكنسون ١٤٩
— اخوان الصفا ١٣
— ادلر، الفريد ٢٥، ٣٣١
— ادولف ماير ٣٢٧
— ارنست جونز ٣٤١
— ارسطو ٩
— اريكسون ٧٦
— افلاطون ٩
— البورت ٣٣٨
— الكسندر، فرانز ٣٤١
— انوخين ٣٤٤
— أنّه فرويد ٢٨١، ٣٤٠
— اوزكود ١١٦
— ايبنهجاوس ١٣٥
— ايبوقراط ١٠
— آيزنك ٢١٥، ٢٨٥
— أينشتاين ١٦٣

(ب)

— باروم ٢٢٧
— بافلوف ١٢٨، ٣٢٦، ٣٤٤
— بافيلاس ٣٠٤
— باولبي ٧٦، ٧٧
— بندر ٣٣٦
— بندكت، روث ١٧
— بنزوانجر ٣٣٨
— بوتشيللى ١٤
— بونزو ٩٨
— بياجيه، جان ٧٤، ٣٢٥
— بيختريف ٣٤٤
— بيرت ١٩٤
— بيرجر ٤٩
— بيرز ٢٥٨
— بيركلى ١٤
— بيفر ١٦٢
— بينل ١٧
— بينيه ١٧، ١٩٤، ١٩٩

(ت)
— تولستوي ٧
— تولمان ١٤٠، ٢٨٥، ٣٣٩
— تيتشنر ١٦، ٣٢٤
— تيرمان ١٩٤، ١٩٩، ٢٠٦
— تريبليت ٣١٣

(ث)
— ثرستون ١٩٢
— ثورندايك ٣٢٥، ٣٣٩

(ج)
— الجاحظ ٧، ١٣
— جيبسون ١٠١
— جالتون ١٩٣
— جالينوس ١٠
— جانيه ١٦
— جودارد ١٩٤
— جيمس ، وليم ٣٧

(د)
— داروين ١٨٥
— دوستويفسكي ٧
— دولارد ٣٣٩
— ديموقريطس ٩
— ديكارت ١٣، ١٠٥
— ديوي ٣٢٥

(ر)
— رازران ٣٤٤
— الرازي ١٢
— رايش ٢٨٦، ٣٤١
— رايك ٣٤١
— راين ١١٠
— روجرز، كارل ٢٢١، ٢٧٣، ٣٣٨
— رولومى ٢٧٥، ٣٣٨
— روهايم ٣٤٣

(س)
— سارتر ٣٣٨
— سبيرمان ١٩٢
— سبنسر ٣٢٥
— سقراط ٩
— سكينر ٢٤، ١٣٢، ٣١٦
— سلطان ١٣٨
— سوكولوف ٣٤٤
— سوليفان ٣٤٣
— سيخينوف ٣٤٤
— سيمون ١٦٣، ٢٥٨

(ش)
ـ شاركو ١٦
ـ شبرنجر ٣٣٨
ـ شتيرن ١٩٤، ٣٣٧
ـ شتيكل ٣٤٣
ـ الشريف الرضى ٧
ـ شكسبير ٧١، ٣٠٨
ـ شيرنجتون ١٦

(غ)
ـ غال ١٥
ـ الغزالي ١٢
ـ غومسكي ١٥٩، ٢٠٥

(ف)
ـ الفارابي ١٣
ـ فروم، ايريك ٣٤١
ـ فرويد ١٧٢، ١٨٠، ٣٢٨
ـ فرنكل ٢٧٦
ـ فريزر ١٧
ـ فندت ١٦، ٢٥٧، ٣٢٣
ـ فيبر ١٦،
ـ فيثاغورس ٩
ـ فيرتهايمر ٣٣٤
ـ فيخنر ١٦
ـ فيستنجر ٣٠٦، ٣١٧
ـ فيرنون ٣٣٩
ـ فيرنزي ٣٤٣
ـ فينخل ٣٤٣
ـ فودور ١٦٢

(ك)
ـ كاتز ٣٢٥
ـ كاتل ١٦، ٢١٥، ٢٥٧،
ـ كاردينر ٣٤٣
ـ كارين هورني ٣٤٣
ـ كانت ١٠٥
ـ كالكينز ٧٢٧
ـ كانون ١٨٤
ـ كاوفمان ١٠٣
ـ كريتشمر ١٠، ٢١٢
ـ كريك ٢٥
ـ كليكلي ١١٦
ـ كوبالوف ٣٤٥
ـ كولدشتاين ٣٢٧، ٣٣٦
ـ كورنيلوف ٣٤٤
ـ كوفكا ٣٣٤
ـ كولبه ٣٢٥
ـ كولر ١٣٨، ٣٣٤
ـ كولفن ١٩٤

— كيركجارد ٥ ١، ٣٣٨
— كيكوليه ١٦٣

(ل)

— لانجيه ١٨٣
— لاشلى ١٦
— لايبزج ١٦، ٣٢٣
— لوشيتز ٣٠٨
— لوك ١٤، ١٠٦، ٣٢٥
— ليفن ٣٠٤، ٣٣٦
— لينبرغ ١٦٢

(م)

— ماسلو ١٧٨
— مالنوفسكي ١٧
— ماير ،اودلف ٣٢٧
— المتنبي ٧
— مرجريت ميد ١٧
— مكدوجل ١٦٨، ٣٣٢
— مورافيا، البرتو ٧
— مورجان ٣٢٥
— موري ٢٢٤، ٣٣٧
— مورفي ٣٢٥
— مولر ١٦، ٣٢٥
— ميزمر ١٥، ٢٧٩
— ميلاني كلاين ٣٤٠
— ميلر ٢٨٥، ٣٣٩
— مينتجر ، كارل ٣٤١

(ن)

— نايسر ٩٩
— نيكر ٩٩
— نيوكومب ٣٠٦

(و)

— واتسون ١١٥، ٣٣٤
— ويكسلر ١٩٣
— وولكر ١٢٦
— وولب ٨٥
— ويتمر ٢٥٧

(هـ)

— هايدر ٣١٢
— هسرل ١٥
— هل ٢٨٥، ٣٣٩
— هنت ١٩٤
— هوبز ١٤،
— هيامهولتز ١٦، ١٦٨
— هيلي ٢٥٨

— هیلین دوتش ۳۴۳
— هیوم ۳۲۵،۱٤

(ی)

— یاسبرز ۲۷۵
— یونج ۱٦٤
— یونج ۳۳۲،۲۱٤
— وینر ۳٤۰

مصادر الكتـــاب

References

مصادر الكتاب

١ ــ المصادر العربية

١ ــ ابن أبي اصيبعة، (عيون الانباء في طبقات الاطباء) ، ١٩٦٥ دار مكتبة الحياة ، بيروت .

٢ ــ ابن جلجل ، (طبقات الاطباء والحكماء)، ١٩٥٥، تحقيق . فؤاد سيد، المعهد الفرنسي، القاهرة .

٣ ــ ابن خلدون ، (المقدمة ..)، مكتبة المثنى بالاوفسيت ــ بغداد.

٤ ــ ابن قيم الجوزية ، (كتاب الروح)، ١٩٦٣، حيدر اباد ــ الهند.

٥ ــ ابن قيم الجوزية، (الطب النبوى)، مكتبة النهضة ، القاهرة.

٦ ــ ابن سينا، (الاشارات والتنبيهات)، ٣ أجزاء ، دار المعارف بمصر

٧ ــ ابن سينا، (رسائل الشيخ ابن سينا في إسرار الحكمة المشرقية) ١٨٨٩م، طبعة ليدن .

٨ ــ ابن منظور ، (لسان العرب).

٩ ــ نجاني الماحي ، (مقدمة في تاريخ الطب العربي)، ١٩٥٩، الخرطوم.

١٠ ــ جيلفورد، ج،ب،(ميادين علم النفس النظرية والتطبيقية)، ١٩٧٧. مترجم باشراف د. يوسف مراد ، دار المعارف بمصر.

١١ ــ الحمداني ، موفق، (دراسات في علم النفس من الاقطار الاشتراكية) ١٩٧١، وزارة الاعلام العراقية .

١٢ ــ إخوان الصفا، (الرسائل..)، دار صادر، بيروت .

١٣ ــ الرازى ، ابو بكر محمد بن زكريا،(رسائل فلسفية)، ١٩٧٧، دار الافاق الجديدة، بيروت .

١٤ ــ الرازي، ابو بكر محمد بن زكريا، (الطب الروحاني)، ١٩٧٨ تحقيق د. عبد اللطيف العبد، مكتبة النهضة المصرية.

١٥ ــ الشطي، أحمد شوكت، (تاريخ الطب وآدابه وأعلامه)، ١٩٦٧، مطبعة طرابين ، دمشق.
١٦ ــ صليبا، جميل، (من أفلاطون إلى ابن سينا)، دار الاندلس بيروت .
١٧ ــ عبد الكريم الخطيب ، (الله والانسان)، ١٩٧٥، دار المعارف، بيروت.
١٨ ــ العقاد، عباس، (الشيخ الرئيس ابن سينا)، ١٩٤٦، دار المعارف بمصر
١٩ ــ الغزالي ، ابو حامد، (معارج القدس في مدارج معرفة النفس.) ١٩٧٨، دار الافاق الجديدة ــ بيروت .
٢٠ ــ الغزالي، ابو حامد، (رسائل فلسفية)، ١٩٧٧ ، بيروت.
٢١ ــ الغزالي، ابو حامد، (المنقذ من الضلال)، ١٩٦٧، دار الاندلس ــ بيروت .
٢٢ ــ فخري الدباغ، (اصول الطب النفساني)، ١٩٧٦، دار الكتب، جامعة الموصل .
٢٣ ــ فخري الدباغ، (العلاج النفسي)، ١٩٨١، دار الجاحظ ــ بغداد.
٢٤ ــ القفطي ، جمال الدين، (أخبار العلماء باخبار الحكماء)، ١٩٠٤، لايبزج .
٢٥ ــ كمال ،علي، (النفس)، ١٩٦٧، الدار الشرقية للطباعة ،بيروت،
٢٦ ــ كمال محمد حسين، (الموجز في تاريخ الطب والصيدلة عند العرب)، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم .
٢٧ ــ النظامي ، العروضي السمرقندي ، (جهار مقالة)، نقله إلى العربية عبد الوهاب عزام ويحيى الخشاب ، ١٩٤٩ ، لجنة التأليف والترجمة القاهرة .
٢٨ ــ الاهواني ، أحمد فؤاد، (الغزالي مؤسس علم النفس الاسلامي)، مجلة العربي الكويتية ، العدد (٥٦).

٢-المصادر الاجنبية

References

1- Ackerknecht, E.H. C 1959) . A Short History of Psychiatry. N.Y. Hafner Publ shing Co.

2- Adams, Jack A. (1967). Human Memory. London, McGraw-Hill.

3- Anastasi, A. (1976). Psychological Testing. N.Y.; Macmillan Publishing Co. Inc.

4- Bellak, L. C 1975). The TAT, CAT, CAT and SAT in Clinical Use. N.Y. Grune & Stratton nc.

5- Boddy, J. (1978). Brain System and Psychological Concepts. N.Y. John Wiley & Sons.

6- Bowlby, J. (1957). Child Care and The Growth Of Love. A pelican .

7- Brazier, Mary A.B. (1977). Electrical Activity of the Nervous System. Pitman Medical .

8- Brown, D. & Pedder J. (1979). Introduction To Psychotherapy Tavistock Publication Ltd.

9- Brown, J.A.C. (1961). Freud and The Post-Freudians. A pelican .

10- Carroll H.A. (1964). Mental Hygiene. New Jersey; Prentice-Hall, Inc.

11- Char-Nie-Chen. (1979). Sleep, Depression and Antidepressants. Brit. J. Psychiat. 135, 385.

12- Ciba Foundation Symposium 69. (1979). Brain and Mind. Oxford; Excerpta Medica.

13- Clark, A.U. & Clark, A.D.B. (1965). Mental Deficiency. London; Methuen & Co. Ltd.

14- Coleman, J.C. et al (1977). Introductory Psycnology. London; Route edge & Kegan Paul.

15- Coville. W.J. et al (1960). Abnormal Psychology. N.Y.; Barnes & Noble Inc.

16- Cronbach, L.J. (1977). Educational Psychology. N.Y.; Harcourt Brace Jovanovitch. Inc.

17- Dalbiez, R. (1948). Psychoanalytical Method Of The Doctrine Of Freud. 2 Vol. London; Longmans Gre=n & Co.

18- Engel, T.L. (1964). Psycho ogy; its Pr nciples and applications. N.Y.; Harcourt, Brace & World Inc.

19- Eysenck, H.J. (1955). Dimensions of Personality. London; Routlcdge & Kegan Paul Ltd.

20- ——— (1958). Uses & Abuses of Psychology. Penguins.

21- ——— (1960). The Structure Of Human Personality. London; Routledge & Kegan Paul.

22- ——— (1960). Behaviour Therapy and The Neurosis. oxford; Pergamon Press.

23- ———,(1976). Case Studies in Behaviour Therapy. London; Routledge & Kegan Paul.

24- Fenichel, O (1960). The Psychoanalytic Theory Of Neurosis. London; Routledge & Kegan Paul.

25- Flugel, J.C, (1954). A Hundred Years of Psychology. London; Duckworth & Co. Ltd.

26- Fordham, F. (1959). An Introduction to Jung,s Psychology. Penguins.

27- Foulkes, S,H. & Anthony, E,J, (1957). Group Psychotherapy. Penguin Books.

28- Freud, S. (1954). The Interpretations of Dreams. London; Allen & Unwin Ltd.

29– ——— ,(1957). Mourning & Melancholia. in collected papers. (Vol. iv). London; Hogarth Press.

30– ——— ,(1959). An Qutline of Psychoanalysis. London; The Hogarth Press.

31– ——— ,(1960). The Psychopatho'ogy of Everyday Life. London; Ernest Benn Ltd.

32– Garfield, S.L. (1974). Cl nical Psychology. London.; Edward Arnold.

33– Ganong, W.F. (1977). The Nervous System. California; Lange Medical toPublications.

34– George, F.H. (1965). Cybernetics & Biology. London; Oliver & Boyd.

35– Goth, Andres (1978). Medical Pharmacology. St. Louis; The C.V. Mosby Co.

36– Gray, M. 1978). Neuroses. N.Y; Van Nostrand Reinhold Co.

37– Guilford, T.P. (1967). The Nature of Human Intelligence. London; McGraw Hil Book Co.

38– Hilgard, E.R., Atkinson, R.C. & Atkinson, R.L.(1979). Introduction to psychology. N.Y; Harcourt Brace Jovaovitch. Inc

39– Kiloh, L.C. (1966). Clinical Electroencephalography. London; Butterworths.

40– Kolb, L.C. (1973). Modern Cl nical Psychiatry. Toronto W.B. Saunders Co.

41– Kovel, J. (1978). A Complete Guide to Therapy. Pelican Books.

42– Kraepelin, E. (1962). One Hundred Years of Psychiatry London; Peter Owen.

43– Langer, T.S. & Michael, S.T. (1963). Life Stress and Mental Health. London; Collier–Macmillan.

44– Lewis Way. (1960). An Introduction. to Psychology. A Pelican.

45– Matheson, B.W. et al (1978) . Experimental Psychology. N.Y. Holt, Rinenart & Winton.

46– McDougall, W. (1963). An Introduction to Social Psychology. London,; Metnuen.

47– Millon, T. (1967). Theories of Psychopathology. Philladelphia; W.B. Saunders Co.

48– ——— ,(1969). Modern Psychopathology. London; Saunders Book Co.

49– Morgan, Clifford T.& King, Richard A. (1966). N.Y.; McGraw Hill Co.

50– Munn, N.L. (1956). Psychology. London; George Harp Co. Ltd.

51– Newcomb. T.M. etal (1969). Social Psycholog. London Routledge & Kegan Paul Ltd.

52– Rhine T B. (1954). The Reach of Mind. Penguins .

53– Richter D (1966). Aspects of Learning and Memory. London; Heinman.

54– Rimm D C. & Masters J.C. (1979). Behaviour Therapy. N.Y.; Academic Press.

55– Rollo–May (1960). Existential Psychology. N.Y.; Rondom House.

56– Rothgeb C.L., (1973). Abstracts of The Complete Psychological Work of Freud. N.Y.; International Universities Press Inc.

57– Simons Richard C.& Herbert Pardes (1978). Understanding Human Behaviour in Health and Illness. Williams & Williams Co.

58– Stedeford A.C (1979). Psychotherapy to The Dying . patient. Brit. J. Psychiat. 135 .

59– Sweet W.H. (1980). Neuropeptides and Monoaminergic Neurotransmitters: their relation to pain.J. Roy. Soc. Med. 73:7 482.

60– Talbot J.H. (1970). A Biographical History of Medicine. N. Y. Grune & Stratton.

61– Thompson, T. & Dews P.B. (1977). Advances in Behavioral Pharmacology. N.Y.; Academic Press.

62– Thouless R.H. (1960). General & Social Psychology. London; oxford University Press.

63– Wechsler, D. (1968). Adult Intelligence. Baltimore; The Williams & Wilkins Co.

64– Wells, H.K. (1960). Pavlov and Freud. 2 Vols. London; Lowrence & Wishart.

65– Wolman, B.B. (1973). Dictionary of Behavioral Sciences. N.Y. Van Nostrand Reinhold Co.

66– Woodworth R.S. & Sheehan (1971). Contemporary. Schools of Psychology. London; Methuen.

67– Young J.Z. (1978). Prograns of the Brain. oxford University Press.

68– Young K. (1963). Social Psychology. London; Routledge & Kegan Paul.

69– Yung G,G. (1960). Psychology and Religion. New Haven Yale University Press.

✡ محتويات الكتاب ✡

الموضوع	الصفحة

الباب الاول :

تاريخ علم النفس ٥

الباب الثاني :

الفصل الاول :

علم النفس : طبيعته ، مناهجه، ميادينه ... ٢١

الفصل الثاني :

الأساس البيولوجي للسلوك ٣٥

الفصل الثالث :

التطور النفسي ٦٩

الباب الثالث :

العمليات العقلية ٩١

الفصل الاول :

الادراك الحسي ٩٣

الفصل الثاني :

الوعي .. والادراك ١١١

الفصل الثالث :

التعلم .. ونظرياته ١٢٧

الفصل الرابع :

الذاكرة ، التفكير ، اللغة ١٤٥

الباب الرابع :

محركات السلوك ١٦٥

الفصل الاول :

الدوافع والانفعالات ١٦٧

الباب الخامس :
الفوارق الشخصية ١٨٩
الفصل الاول :
الذكاء ، طبيعته ومقاييسه ١٩١
الفصل الثاني :
الشخصية ومعاييرها ٢٠٩
الباب السادس :
أسس الصحة النفسية ٢٢٩
الفصل الأول :
الصراع .. والتوافق ٢٣١
الفصل الثاني :
الصحة النفسية والمرض النفسي ٢٤٧
الفصل الثالث :
علم النفس السريري ٢٥٧
العلاجات النفسية ٢٦١
الباب السابع :
علم النفس الاجتماعي ٢٩٧
الباب الثامن :
مدارس علم النفس المعاصرة ٣١٩
قائمة المصطلحات
أ انكليزي عربي ٣٤٧
ب عربي انكليزي ٣٧٧
قائمة الاعلام : ٤٠٧
مصادر الكتاب ٤١٥

«كتب للمؤلف»

١ – اطفالنا والثقافة الجنسية	١٩٥٦
٢ – الاطباء .. والناس	١٩٥٩
٣ – الثورة الجنسية في امريكا	١٩٦٠
٤ – الموت ..إختياراً	١٩٦٨
٥ – غسل الدماغ	١٩٧٠، ١٩٨٢
٦ – اصول الطب النفساني	١٩٧٤، ١٩٧٦
٧ – جنوح الاحداث	١٩٧٥
٨ – الحرب النفسية	١٩٧٩
٩ – خطوات على قاع المحيط	١٩٨٠
١٠ – العلاج النفس	١٩٨١
١١ – في ضمير الزمن	١٩٨١

تحت الطبع

١٢ – علم النفس العسكري

رقم الايداع في المكتبة الوطنية ببغداد (٩٧٦) لسنة ١٩٨٢

طبع بمطابع مديرية دار الكتب للطباعة والنشر - جامعة الموصل

