

## مدخل لعلم السلوك

د. دارين الرمضان



مدققة

20/9/2018

1

S.P 60

12

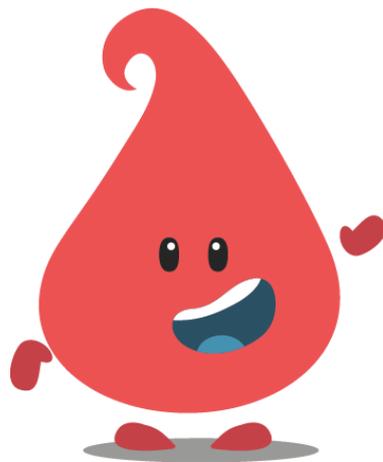
# علم النفس السلوكي | RB Medicine Psychology

## السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

بسم الله نبدأ معكم زملائنا أطباء المستقبل رحلتنا الممتعة مع مادة علم النفس السلوكي  
نتمنى أن نكون عند حسن ظنكم وأن نوفق في إيصال المعلومة بالشكل الأمثل والأكثر دقة.

## الفهرس

رقم الصفحة	الفقرة
2	مدخل في علم السلوك
3	مكونات السلوك
4	عوامل السلوك
4	علم النفس
5	أقسام علم النفس
8	أهداف علم النفس
9	شروط أبحاث السلوك
10	مناهج البحث في علم النفس
11	مكونات النفس



## أولاً: مدخل في علم النفس

**السلوك:** هو الفعل الذي يقوم به الكائن الحي والذي يمكن ملاحظته وتقييمه كالحركة والمشى واحمرار الوجه والتفاعلات الإجتماعية ونتائجها السلوكية.

**علم السلوك:** يمكن أن يكون علم سلوك النبات، او الحيوان، او الإنسان.

**إذاً:** لجميع الكائنات الحية سلوك خاص فيها.

### تعريف سلوك الإنسان

**لغويًا:** تصرف الإنسان، وسيره وإتجاهه (حسن السلوك-سيء السلوك).

**نفسياً:** كل الأفعال والنشاطات التي تصدر عن الفرد سواء كانت ظاهرة أم غير ظاهرة.

السلوك الظاهر: سلوك يمكن ملاحظته وقياسه كالنشاطات الفيزيولوجية والحركية.

السلوك غير الظاهر: نشاطات تتم على نحو غير ملحوظ (كالتفكير-التذكر-الوسواس القهري).

✓ السلوك غير ثابت: اي أنه يتغير بفعل عوامل متعددة.

✓ السلوك لا يحدث في الفراغ: وإنما في بيئة معينة (اجتماعية -خارجية-داخلية).

✓ يحدث السلوك بصورة إرادية وعندها يكون بشكل مقصود وواعي (مشي-كلام-حركة).

✓ كما أنه قد يحدث بصورة لا إرادية كما في الأحلام أو زلات اللسان.

✓ السلوك يمكن تعلمه ويتأثر بالبيئة وعواملها والمحيط الذي يعيش فيه الفرد.

✓ الكثير من السلوكيات تكون سلوك تكيف وله غاية (أي ليس سلوك عفوي أو عبثي).

**وجدت ملاحظة كانت محط خلاف فيما إذا كان السلوك موروث أم مكتسب.**



❖ يولد الإنسان وعقله صفحة بيضاء، تنطبع عليها السلوكيات التي يتعلمها خلال مسيرة حياته وتفاعله مع

البيئة وهذا الرأي يأخذ به علماء البيئة الذين يرون أن سلوك الإنسان مكتسب من البيئة أمثال **(لوك**

**-واطسن .... وغيرهم).**

❖ يولد الإنسان ولديه سلوكيات مزروعة فيه جينياً، (استعدادات وراثية) لتعلم السلوكيات المختلفة، وهذا

الرأي يأخذ به علماء الوراثة أمثال **(ماندل-ديكارت .... وغيرهم).**

- ❖ **الأطباء النفسيين** يعتقدون أن 70-80% من السلوكيات مورثة.
- ❖ وهنا يختلف علم النفس والطب النفسي اختلاف جذري في دراسته للسلوك، حيث يركز علم النفس والسلوك على دراسة الظواهر الخارجية لمعرفة سبب السلوك، (دون الوصول إلى نتيجة حتمية) أهي الوراثة؟ أم البيئة؟.

**مثلاً:** عند دراسة ظاهرة الإنتحار:

😊 **الطب النفسي:** يرى أن نقص في النواقل العصبية في الدماغ يؤدي إلى الإنتحار.

(وطبعاً هذا الخلل يعود إلى خلل في المورثات).

😊 **علم النفس:** يرى أن الشخص ينتحر نتيجة لبعض المشاكل والهموم التي يواجهها، هذه

المشاكل تكون خارج أو فوق قدرة الشخص على التحمل.

(طبعاً وهذا الرأي يعكس دور العوامل البيئية).

## ثانياً: مكونات السلوك

✍ يتكون السلوك من:

1. **المثير أو المنبه:** أي عامل خارجي أو داخلي يثير نشاط الكائن الحي أو يجعله يتكيف مع الوضع

الجديد، والمنبهات نوعان:

- **إما خارجية:** فيزيائية (حرارة-صوت)، اجتماعية، عاطفية.
- **أو داخلية:** فيزيولوجية (الشعور بالبرد-مشاعر أو أحاسيس نفسية).

### **مجموع المثيرات يسمى موقف» «موقف**

والموقف: مجموعة منبهات تصدر من البيئة الاجتماعية تسمى (موقف).

- **مثال:** المدرس الذي يقوم بتفهم تلميذ مسألة حسابية يشكل موقف، فالموقف هو مجموعة المنبهات

التي جعل الفرد يستجيب لها برمته.

2. **الإستجابة:** النشاط الخارجي الناجم عن المنبه وقد يكون ظاهر يمكن ملاحظته أو لا، ومن أنواع

الاستجابات:

- **حركية:** كتحريك الذراع للتحية، انقباض حدقة العي، الهروب من الخوف.
- **فيزيولوجية:** تسرع دقات القلب، ضيق تنفس.

- **معرفية:** تفكير-تذكر.

- **انفعالية:** الغضب من سماع كلمة معينة.

## ثالثا: عوامل السلوك

يتحدد السلوك الإنساني بفعل عدة عوامل هي:

a. **عوامل وراثية:** مورثات-جينات، تنتقل من الآباء إلى الأبناء بالوراثة، كصفة الذكاء.

b. **عوامل فيزيولوجية:** غدية.

c. **النظام الإدراكي الحسي:** يتضمن الحواس الخمسة.

d. **البيئة الثقافية والاجتماعية المحيطة بنا:** مدى قبول أو رفض هذه البيئة للسلوك.

e. **خبراتنا الحياتية الماضية من الطفولة حتى الآن:** تشمل معرفتنا السلوك ونتائجه.

f. **الخصائص الشخصية:** مثل الذكاء-الشخصية (وتشمل الإستعدادات والميول والقدرات) -الصحة

النفسية

**وعليه يمكن القول:** لا يوجد سبب وحيد يفسر السلوك إنما أسباب متعددة متغاوتة تفسر هذا

السلوك او ذلك، يتم ربطها بالدماغ لتعطي الإستجابة المناسبة أو غير المناسبة.

## رابعا: علم النفس

- هو الدراسة العلمية للسلوك الإنساني والعمليات النفسية العقلية الواعية وغير الواعية (الحالة الفيزيائية)،

الفعلية، البيئية) ولتوافقه مع البيئة.

- علم النفس يشبه السلوك، لكن السلوك يدرس التصرفات فقط، بينما علم النفس يدرس التأثير ويتم فيه

الدمج بين العمليات العقلية الداخلية والسلوك الخارجي. **مثلا** التذكر وعلاقته بالقدرة على الحفظ.

- علم النفس تاريخيا:

كل دراسات علماء النفس كانت على القروء وغيرها من الحيوانات، لذلك النتائج المستخلصة في دراستهم لا تنطبق

بنسبة عالية على الإنسان **قديمًا:** كان يدعى علم دراسة الروح، **ثم دُعي** علم دراسة العقل البشري.

- علم النفس علم غير فيزيولوجي حتى الآن، تجاربه ليست مادية بصورة كاملة ولذلك هو علم قابل للتغيير من

وقت لآخر.

- يعود الاهتمام بمسائل النفس والطبيعة البشرية إلى عهد الفلسفة اليونانية وكان للفلاسفة اليونان وجهة نظر انتهت إلى أن في الإنسان جانباً غير الذي تلمحه العين او تدركه الحواس الأخرى.
- هذا الجانب غير الملموس، مسؤول عن بعض الظواهر كالأحلام، الشهوات، التردد في اتخاذ القرارات.
- أطلقوا على هذا الجانب المسؤول عن الخبرة والسلوك اسم النفس أو الروح، من بين هؤلاء الفلاسفة أفلاطون، أرسطو، وغيرهم.
- **أفلاطون:** وُحِد بين النفس والأفكار (المثل) التي اعتبرها جوهرًا غير مادي مستقلاً عن الجسد، وهو، وُجِد قبله [قِي بعده، ومسكنه الدماغ].
- **أما أرسطو:** فكان أقرب إلى الوحداية في تصويره النفس وظيفة للجسد، غير مسقلة عنه وجعل من الأفكار نتاج لتأثير المحيط في العضوية.
- في القرن السابع عشر بدأ البحث السيكولوجي على يد ديكارت الذي اعتبر أن الجسد آلة تتحرك وتتصرف وفق طرائق يمكن التنبؤ بها إذا عُرِفَت مدخلاتها، وما يمكن التنبؤ به خاضع للبحث.
- وفي نفس القرن أفتتح أول مختبر من أجل الدراسة العلمية لعلم النفس، الذي أسسه وليم فوننت wandt وهو الأب المؤسس لعلم النفس الحديث.

## خامساً: أقسام علم النفس

يوجد أقسام كثيرة تتفرع عن علم النفس منها:

### (1) علم النفس العام General psychology

يهتم بـ:

- دراسة المبادئ العامة لسلوك الإنسان الراشد السوي (أي يستخلص الأسس العامة للسلوك الدراسة المبادئ العامة لسلوك الإنسان الراشد السوي (أي يستخلص الأسس العامة للسلوك الإنساني، ولا يركز على حالة أو حالات خاصة، مثل: دراسة الدوافع – الانفعالات الذكاء-إلخ).
- يدرس الظواهر الخارجية عند الأفراد الطبيعيين مثل: (نسبة الذكاء في مدرسة ما-دراسة التكيف، علاقة أي ناحية من جسم الإنسان مع ردة فعله، مثل: التغيرات الفيزيولوجية لإعضاء الجسم أثناء الخوف والقلق، او زيادة دقات القلب وزيادة الأدرينالين، زيادة النبض، احمرار الوجه ....
- يدرس أساليب البحث العلمي ووسائل جمع المعلومات في علم النفس وكذلك مدارس علم النفس التي حاولت تفسير السلوك.

## (2) علم النفس الفيزيولوجي

- مأخوذ من الطب.
- يدرس الحواس الخمسة، وتأثيرها في السلوك الحي.
- دراسة الدماغ والمناطق المتخصصة بالعمليات النفسية المختلفة.
- دراسة تأثير الهرمونات على السلوك والحالة النفسية. مثلاً: تأثير اضطراب الغدة الدرقية بالانخفاض أو الزيادة على الشخصية ككل من خلال الصحة (السمنة المفرطة) تؤثر على نفسية الشخص. وأيضاً: زيادة أو نقصان الهرمون الذكري أو الأنثوي يؤدي إلى زيادة الشعر بالجسم وهذا ينعكس على نفسية الفرد ويؤدي إلى حالات من الغضب والقلق واضطراب المزاج.

## (3) علم النفس السريري Clinical Psychology

- الأقرب للطب النفسي.
- تقييم وعلاج الأفراد ذوي المشكلات النفسية (الفصام)، إجراء البحوث الخاصة للسلوك العادي وغير العادي، التشخيص والعلاج. مثل (عيوب النطق، التخلف الدراسي، بعض حالات القلق).

## (4) الإرشاد النفسي Counseling Psychology

- إرشاد الأفراد ذوي مشكلات التوافق والتكيف المعتدلة وليس الاضطرابات أو الامراض النفسية.
- يُشجع على الانجاز في مواقع التعليم والعمل. (اختيار مهنة أو دراسة ما)
- جمع البيانات، تقديم المشورة.

## (5) علم النفس الاجتماعي وعلم نفس المجتمع

- يهتم بذوي المشكلات النفسية داخل الجماعة وتوجيه أسلوب العمل داخل الجماعة، كما يُنشئ ويطور برامج لتحسين الصحة النفسية لأفرادها.
- يدرس العلاقة بين الفرد والجماعة، مثل (التنشئة الاجتماعية-سيكولوجيا الجماهير-تماسك الجماعة-الأدوار الجماعية-الدعاية-الرأي العام.....).
- يدرس الانحرافات والأمراض الاجتماعية، مثل (جنوح الأحداث-الإجرام).
- يهتم بالمجال الاجتماعي الذي يتم فيه السلوك.
- المجتمع وحضارته والفروق بين الجماعات الاجتماعية، المشكلات الاجتماعية. مثل (الجريمة-الانحراف الأخلاقي-السلوك المجتمعي).

## (6) علم نفس النمو Development Psychology

- يدرس نمو وتكون الطفل إلى مرحلة المراهقة.
- يطلق عليه علم النفس التكويني، علم النفس الإرتقائي.
- يدرس مرحل النمو التي يمر بها الإنسان وخصائصها لمعرفة الشروط البيئية اللازمة التي تؤدي لأحسن نمو ممكن لإكتساب أحسن الطرق للتكيف الاجتماعي، والتغيرات في السلوك التي ترتبط مع التقدم في العمر.

## (7) علم النفس التجريبي، وشبه التجريبي Experimental

- هو العلم الذي يعتمد على التجربة وله تطبيق عملي.
- يدرس عوامل نفسية / اجتماعية على الأفراد (غالباً طبعيين) لعد أشهر أو سنوات. مثل: عرض أفلام عنف على الأطفال "محل الدراسة"، ثم يُدرس تأثير الأفلام العنيفة على تطور السلوك العدواني.
- تصميم وإجراء بحوث في مجال معين مثل التعليم أو الدافعية-اللغة-الأسس النفسية للسلوك. مثل: فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى عينة من الأشخاص.
- هو علم غير مرضي، بمعنى لا يتعرض الأشخاص محل الدراسة لجرايم أو تأثير الأشعة عليهم.

## (8) علم النفس التربوي

- يُعنى بدراسة الخصائص الرئيسية لمراحل النمو، ليستطيع المربون وضع المناهج وتطويرها وتحسين وتقديم المواد والإجراءات الخاصة بالبرامج التربوية.
- تقديم المشورة وإجراء البحوث وتدريب المعلمين وعلاج الصغار ذوي المشكلات.
- يعنى بدراسة المبادئ والشروط الأساسية للتعليم والاتجاهات السليمة.
- يُراعي الفروق الفردية بين الطلاب في القدرات وال ميول.
- يهتم بحل المشكلات التعليمية.
- يعنى بإجراء التجارب لمعرفة أحسن المناهج التعليمية.

## (9) علم نفس الشخصية

- دراسة كيف ولماذا يختلف الناس بعضهم عن بعض وكيفية قياس تلك الفروقات.



**(10) علم القياس النفسي (الكمي)**

- إنشاء وتقييم الإختبارات النفسية، يصمم أبحاث السلوك وقياسها.
- هو أساس كل الأبحاث العالمية التي تم تطويرها.
- أي بحث قبل أن يتم نشره، يُعرض على أحد مختصي علم القياس النفسي، (هو الذي سيحدد منهجية البحث صحيحة أم لا).

**(11) علم النفس المقارن**

- يُقارن سلوك الإنسان بسلوك الحيوان، سلوك الطفل بسلوك الراشد، سلوك الشاذ بسلوك السوي..... إلخ.

**(12) علم نفس الشواذ**

- يطلق عليه اسم علم نفس الموهومين-علم النفس المرضي.
- يبحث في نشأة الأمراض النفسية والعقلية (الجنون)-ضعف العقل-الإجرام.

**(13) علم النفس الصناعي وعلم النفس التجاري**

- جمع البحوث، تقديم المشورة، تطوير البرامج لزيادة الكفاءة، الشعور بالرضا والروح المعنوية للعمل.
- وهناك أيضاً علم النفس الجنائي، القضائي، العسكري.

**(14) علم نفس الحيوان**

- يهتم بدراسة الأسس السلوكية من أجل التوصل لنتائج تفيد في تفسير سلوك الإنسان.

**سادساً: أهداف علم النفس**

1. **فهم وتفسير السلوك الإنساني:** أي دراسة سلوك الإنسان لإدراك العلاقات والقوانين

والمبادئ العامة التي تشكل السلوك وفهمها وتفسيرها تفسيراً سليماً ومعرفة الأسباب التي أدت لحدوثها، وذلك من خلال:

فهم الدوافع الحقيقية التي تحرك سلوكنا وسلوك الآخرين من حولنا، مثلاً إذ سئلت عن سبب وجودك بالجامعة فإن الجواب المتوقع هو أنك تريد أن تتعلم، أو لأنك تحتاج إلى الشهادة الجامعية من أجل الحصول على عمل، أو لأن الجامعة هي المكان المناسب لتكوين الصداقات والصلات التي ترغب

فيها، أو لأنها رغبة والديك ..... (والأقرب إلى الصحة هي أنك تتابع دراستك الجامعية من أجل مركب من هذه الحاجات)، ومن يفهم دوافعك يفهم سبب تصرفك.

فهم نواحي القوة والضعف في شخصياتنا وما لدينا من استعدادات وإمكانات خاصة.

معرفة أسباب ما يبدو في سلوكنا أو سلوك زملائنا أو الأطفال من انحراف، مثلاً: سلوك العنف، الأهل هم المسؤولون عنه، فقد يكون القائمة على الضرب والتسلط والإهمال وغيره.

2. **التنبؤ بما سيكون عليه السلوك في المستقبل:** بعد عملية الفهم والتفسير الشامل

للسلوك يمكننا تطبيق ما توصلنا إليه في التنبؤ بحدوث الظاهرة النفسية وهذا بدوره يساعد على دقة توقعنا حول ما سيكون عليه السلوك في المستقبل.

فإذا عرفنا أن التربية القاسية في عهد الطفولة تمهد الطريق للإصابة بمرض نفسي في مستقبل حياته، استطعنا أن نتنبأ بالمصير النفسي لطفل نشأ على هذه التربية، (وإنه يجب أن نبتعد عن مثل هذه التربية في تنشئة الأطفال) **وهنا يكمن الهدف الثالث لعلم النفس وهو:**

3. **ضبط السلوك والتحكم فيه وتوجيهه:** إن غاية علم النفس من خلال فهمه وتفسيره

للسلوك ومحاولة التنبؤ به هو ضبط السلوك والتحكم فيه وتوجيهه الوجهة السليمة وصولاً بالإنسان إلى أقصى قدر ممكن من التوافق النفسي والصحة النفسية فإذا عرفنا استعداد طالب لدراسة معينة وعدم استعداده لأخرى أو استعداد فرد لمهنة معينة وعدم استعداده لأخرى يتثنى لنا أن نجنبه الفشل من إقحامه في مهنة أو دراسة معينة ليس مؤهلاً لها.

## سابعاً: شروط إجراء أبحاث السلوك

1. **قابلية للقياس:** أي سلوك غير قابل للقياس لا يمكن دراسته.

2. **لها صفة التكرار:** أي بحث علمي يجب أن يكون قابل للتكرار في المستقبل مع اتباع نفس المنهجية في تطبيقها.

3. **إمكانية الضبط والمراقبة:** ألا يكون عشوائي أو غير واضح.



## ثامنا: مناهج البحث في علم النفس

### منهج البحث الوصفي

وصف الظواهر النفسية عن طريق جمع البيانات وتحليلها وتعرف العلاقات بينها وتطورها عبر الزمن، ويتضمن أنواع متعددة منها:

#### الدراسات المسحية:

هدفها التعرف إلى ظاهرة نفسية أو أكثر في مجتمع إحصائي معين بواسطة جمع البيانات عن تلك الظاهرة من عينة ممثلة للمجتمع، ثم تعميم توصل إليه من نتائج على المجتمع (مثال: دراسة الاضطرابات السلوكية عند الأطفال-دراسات السكان-اتجاهاتهم-أحوالهم الاقتصادية.....)

#### دراسة العلاقات:

أعمق من الدراسات المسحية لأنها تدرس علاقة ظاهرة بعوامل أخرى (مثل العلاقة بين المعاملة الوالدية والإبداع عند الأطفال).

#### دراسة الحالة:

دراسة حالة ذات خصوصية ما بشكل مفصل.

#### الدراسات النمائية:

- تتناول التكوين النفسي للإنسان من خلال ملاحظته في أبعاد النمو المختلفة (النفسي-العقلي-الإجماعي-الجسمي).
- تتم خلال مراحل النمو المختلفة بدءاً من مرحلة الولادة فالشيخوخة.
- تتم على مدار عشر سنوات أو أكثر.

### منهج البحث التاريخي

دراسة حدث تاريخي عبر الماضي مثل دراسة للحرب العالمية الأولى أو الثانية، دراسة تاريخية لشخصية تاريخية هامة " عمر المختار مثلاً".

## منهج البحث شبه التجريبي

دراسة العلاقة بين متغيرين أو أكثر "دراسة أثر مشاهدة أفلام العنف على ظهور السلوك العدواني عند الأطفال".



## تاسعا: مكونات النفس

### للنفس ثلاث مكونات:



- **مكون معرفي:** معلومات مورثة أو مكتسبة من البيئة.
- **مكون انفعالي دافعي:** وهي محركات السلوك.
- **مكون بيولوجي:** وهو الدماغ.

وبما أنو حكينا عن مكونات السلوك ومكونات النفس، بقي نحكي عن مكونات الفريق الطبي العلاجي:

يتألف الفريق الطبي العلاجي من أربع مكونات:



1. **الطبيب النفسي:** خريج كلية الطب، اختصاص طب نفسي، قادر على وصف الأدوية.
2. **المعالج النفسي:** خريج كلية تربية، قسم علم نفس، اختصاص علاج نفسي وسلوكي، غير قادر على وصف الأدوية.
3. **المرشد الاجتماعي:** خريج علم اجتماع، يهتم بالنواحي الإجتماعية والمادية للمرض.
4. **المرض النفسي:** لا يوجد له في سوريا دور منفصل.

