جامعة ديالى

كلية التربية الاساسية

علم النفس العام

المرحلة الاولى

استنساخ . طباعة . بحوث . قرطاسية

2016-2015

القسم ر ا هنيات
المرحلة ٢ - الفصل

أولا:تعريف علم النفس

يعرف علم النفس الحديث بأنه العلم الذي يدرس السلوك والعمليات العقلية ، أي انه علم نشاطات الفرد سواء كانت النشاطات حركية او عقلية أو انفعالية .

ثانيا : تاريخ علم النفس

لعلم النفس تاريخ قصير وماضي طويل ، فعلم النفس ذو التاريخ الطويل هو العلم الذائع بين الناس الذي يحاول به الفرد إن يفهم غيره من الناس ممن يلازمهم ويعاملهم ، وعلم النفس العلمي لا يقنع بالفهم السطحي بل يفسر السلوك تفسيرا علميا مستندا إلى الملاحظة و التنبؤ بالسلوك والتحكم به .

لقد قام علم النفس فرعا من الفلسفة من قبل بزمان طويل فقد ذهب بعض فلاسفة الإغريق الأول إلى إن الروح ماده كالهواء وكانوا يخلطون بين(الروح والنفس والعقل) لكن بعد ذلك شهد علم النفس محطات هامة في تطوره وهي كالأتي :

١-:الاتجاه المثالي (أفلاطون)

يعتقد أفلاطون أن أفكار الإنسان تؤثر في سلوكه ، وهذه الأفكار لها وجود مستقل عن الإنسان ، تقيم في الإنسان أثناء الحياة وتتركه عند الموت

٢- :الإتجاه النفسي الواقعي (أرسطو)

تقدم علم النفس إلى الإمام حيث أشار أرسطو إلى إن الروح هي مجموعه الوظائف الحيوية للجسم ، و بها يتميز عن الجماد ، وبهذا يكون السلوك الحالات النفسية نتيجة عمليات جسمية . وحاول أن يفهم الطرق التي يفكر بها الإنسان ، وصاغ قوانين تداعي المعاني لذا يعد المؤسس الأول لعلم النفس .

٣ : فلاسفة العصور الوسطى

أنقسم الفلاسفة في هذه العصور إلى فريقين أحدهما أختص إبدراسة الظواهر الروحانية وهم رجال الدين ، وأختص آخرون بدراسة الظواهر العقلية ، وهؤلاء هم الفلاسفة أو علماء النفس . فكانت أول بادره لانفصال علم النفس عن علم الإلهيات .

٤ : ديكارت

حاول حل مشكلة العلاقة بين العقل والجسم فقال أنهما شيئان مختلفان ، فخاصة الجسم الامتداد ، وخاصة العقل هي التفكير والشعور ، والصلة بينهما صلة تفاعل ميكانيكي ، وكان ديكارت يعتقد إن الكائن الحي ما هو إلا آلة معقدة ينشطها الضوء والصوت والحرارة وغيرها من المنبهات ، فالحيوان لا يفكر ولا يحس بل يستجيب للمنبهات . والعقل في الإنسان يوجه الآلة الإنسانية ويجعل الإنسان يتصرف تصرفا معقولا .

٥ : المدرسة الترابطية

ابرز أنصارها جون لوك و هارتلي وسبنسر ، وتعتقد هذه المدرسة إن الإنسان يولد وعقله صفحة بيضاء تنقش عليها الخبرات الحسية ، والإحساسات وهي عناصر العقل وهذه الإحساسات تكون غير مترابطة في البداية ، ثم تترابط فتنشأ العمليات العقلية جميعا ، كالإدراك والتصور والتفكير .

لقد ظل علم النفس علما عقليا تأمليا بعد ديكارت لكن بعد ذلك حدثت ثلاث انقلابات بعلم النفس أولها كان على يد العالم جارلس دارون عام ١٨٠٩م .

٦ : الاتجاه الوظيفي (دارون)

لقد أثرت نظرية التطور بعلم النفس ، إذ قضت على الرأي القائل بانفصال الحيوان عن الإنسان ، وأكدت نظرية التطور أثر الوراثة في انوصل بين ماضي الخليقة وحاضرها ، كما أكدت أثر البيئة في تطور الكائنات وبقاء الأنسب في معركة الحياة ، وبدأ هذا الاتجاه يهتم بدراسة وظائف العمليات العقلية أي ما فائدة التفكير للفرد وما وظيفته ، وما وظيفة اللغة وما وظيفة الانفعال .

٧ : الاتجاه التجريبي (فونت)

لقد أتجه العالم فونت اتجاه يخالف من سبقه ، أذ كان الفلاسفة القدماء يسيرون في بحوثهم على نمط النظر والتأمل والبرهان الجدلي . لكنه خالفهم جميعا بتأسيس أول معمل لعلم النفس التجريبي بألمانيا . وهو معمل مزود بأجهزة لإجراء تجارب على الحواس والتذكر والتعلم والتفكير والانتباه ، وقياس سرعه النبض والتنفس إثناء الانفعال .

٢- علم النفس الفارق

يدرس مابين الأفراد والجماعات من فوارق الذكاء والخلق أو الشخصية ودراسة أسباب هذه الفوارق ونتائجها .

٣- علم النفس الارتقائى

يدرس مراحل النمو المختلفة التي يجتازها الفرد في حياته والخصائص النفسية لكل مرحلة .

٤- علم النفس الاجتماعى

يدرس سلوك الأفراد والجماعات وهم تحت تأثير الموقف الاجتماعي ويدرس صور التفاعل الاجتماعي بين الجماعات والأفراد . ويدرس المشكلات الاجتماعية .

ب- الفروع التطبيقية:-

١- علم النفس التربوى .

معونة المعلم أو الطالب على الاستفادة من مبادئ علم النفس في حل المشكلات التعليمية وتكييف عملية التعلم وفق مبادئ التعلم وقوانينه .

٢- علم النفس الصناعى

يهدف إلى رفع مستوى الإنتاج للعامل عن طريق حل المشكلات النفسية التي تعترض سير العمل . أي تهيئة الظروف المادية والاجتماعية .

٣- علم النفس التجارى

هو العلم الذي يهتم بدراسة دوافع الشراء وحاجات المستهلكين غير المشبعة وتقدير اتجاهاتهم نحو المنتجات الموجودة في السوق ، ودراسة طرق تأثير البائع في المشتري .

٤- علم النفس الجنائى

يدرس العوامل التي تتعاون على أحداث الجريمة ، ويقترح انجح الوسائل لعقاب المجرم أو علاجه .

خامساً : علاقة علم النفس بالعلوم الأخرى

لعلم النفس علاقة بالعلوم الأخرى وتتجلى هذه العلاقة بالجوانب الاتية :

أ- علاقته بعلم الأحياء وعلم وظائف الأعضاء

أن سلوك الفرد يتوقف على تكوينه البيولوجي الجسمي والعصبي و الغدي وما ورثه من استعدادات فطريه، فهناك صلة بين الذكاء والمواهب الخاصة والمهارات الحركية وبين الجهاز العصبي ، كما أن الاضطراب في إفرازات الغدد الصم أو التلف الذي يصيب المخ قد يكون له اثر خطير في شخصيته الفرد وصحته النفسية .

ب – علاقته بعلم الاجتماع

يؤثر المجتمع و ثقافة المجتمع في شخصيه الفرد وتفكيره وسلوكه فلو كنا نشأنا في هضاب التبت ، أو أواسط أستراليا أو على سفوح نهر الفولجا في برد الشمال لكنا اليوم نلبس غير ملابسنا ، ونأكل غير طعامنا ونسكن في غير مساكنا ولكان لنا عادات وتقاليد تختلف عما نحن عليه بل واختلفت نظرتنا الى الكون وموضعنا فيه ، بل أن ثقافة المجتمع تؤثر في طرق تفكير أفراده وطرق تعبيرهم عن انفعالاتهم أو فيما يتعلمون من معايير الخير والشر والمباح و المحضور أو العدل والظلم وفيما يكتسبونه من معلومات ومهارات وعواطف .

أن سلوك الإنسان يصدر عن كائن حي يعيش في مجتمع فلابد لفهمه وتفسيره من معرفة شروطه الاجتماعية . إذ يساعدنا علم الأحياء ووظائف الأعضاء على معرفة شروطه العضوية ويساعدنا علم الاجتماع على فهم شروطه الاجتماعية .

سادسا : مدارس علم النفس

المدرسة السلوكية Behaviorism

أسسها العالم الأمريكي واطسنWatson في بداية القرن العشرين ، وهي مدرسة تنظر إلى الكائن الحي نظرتها إلى اله ميكانيكية معقدة ، لا تحركه

٢- أبن سينا ٩٨٠م

قسم ابن سينا الحواس إلى نوعان : ظاهرة وباطنه فالظاهرة هي السمع والبصر واللمس والتذوق والشم والباطنه هي قوة في الباطن تدرك من الأمور المحسوسة ما لا يدركه الحس وذلك كالقوة التي في الشاة والتي تدرك من الذئب معنى العداوة والخوف مالايدركه الحس ولا تؤديه الحواس . .

٣- الغزالي ١٠٥٨م

تحدث الغزالي عن القوة النفسية ونشاط النفس وكيفية اكتساب العادات الضارة ، ووظائف الإدراك والذاكرة ، وأنواع الإرادة والتخيل ، ووضح الأفعال البسيطة مميزا إياها على النشاط المعقد .

وأهتم الغزالي بدراسة الدوافع الفطرية والمكتسبة وأكد على إن وراء كل دافع سلوك ، واهتم بدراسة الانفعالات وهي مجموعتين مؤلمة ولذيذة وحللها إلى عناصر ثلاث : المنبه ، الإنسان ، الاستجابة ، وأشار إلى وجود الفروق الفردية في سرعة الاستجابة وفي القدرة على التحكم في الانفعال . كما وضح التغيرات المصاحبة للانفعال واثر عاملي الخبرة والنضج .

وأعتمد الغزالي على التأمل الباطن في أغوار النفس والى الملاحظة الخارجية لنشاط الناس وأنواع سلوكهم ، من أجل معرفة الطبيعة البشرية حتى يستطيع التحكم بسلوك الناس ويرشدهم إلى ما فيه صلاح أمرهم . فكان هدفه من الدراسة هدفا تطبيقا دينيا وذلك حتى يستخدم أفضل الطرق لإرشاد الناس دون إهمال الجوانب الفطرية لديهم .

٤- أبن رشد ١١٢٦م

يعتقد أبن رشد أن النفس لا تفعل ولا تنفعل إلا بالجسد ولكن للنفس أحوالاً تدرس فيما وراء الطبيعة ، وقوى النفس خمسة أقسام هي النباتية والحساسة والمتخيلة والنزوعية والناطقة .

٤- مدرسة الجشطلت Gestalt psychology

ظهرت هذه المدرسة في ألمانيا في أوائل هذا القرن وكلمة جشطلت بالألمانية تعني الكل المتكامل الأجزاء أو الصيغة الكلية او النمط وهذه المدرسة هي رد على إسراف علماء النفس في تحليل الظواهر النفسية إلى عناصر جزئية ،كانوا يحللون الإدراك إلى أحساسات جزئية والتعلم إلى روابط عصبية بين مثيرات نفسية واستجابات لكن هذه المدرسة ترى أن الظواهر النفسية هي وحدات كليه منظمة وليست مجموعات من عناصر بسيطة . فالإدراك والشخصية ليس كل منهما كالحائط المكون من قوالب متلاصقة بل كالمركب الكيميائي اندمجت عناصره بعضها في بعض ولو حللنا المركب إلى عناصره تلاشى المركب نفسه ومن ومؤسسي هذه المدرسة (كوفكا) و (كهلر).

٥- مدرسة تحليل العوامل Factor Analysis School

تحاول هذه المدرسة الكشف عن اقل عدد من العوامل المستقلة الاوليه أي التي لا يمكن ردها إلى ابسط منها والتي تتألف منها المركبات النفسية كالذكاء والشخصية وتعتمد بحوثها على تطبيق الاختبارات النفسية المختلفة ، ومعالجة النتائج بطرق احصائيه معقدة ، ويعتبر سبيرمان الانجليزي منشئ هذه المدرسة . كما يعتبر ثرستون من أشهر ممثليها بأمريكا وقد نجحت المدرسة في تقدير الوضع الأخير لمشكلة التكوين العقلي .

سابعا : دور العلماء العرب والمسلمين فى علم النفس

١- الفارابي :٨٧٢م

قسم الفارابي قوة النفس إلى قسمين : أحدهما موكل بالعمل والأخر موكل بالإدراك وقوى العمل ثلاثة أقسام : النباتية والحيوانية والإنسانية وقوى الإدراك : حيواني وظيفته الإحساس وأنساني وظيفته تحصيل المعرفة العقلية

وتكون السعادة للقوة الناطقة والسعادة شيء خير مطلوب لذاته . وليس لينال بها شيء أخر .

نقص الماء في أنسجة الجسم كله ، وهو نقص يبدو أثره في جفاف الفم والحلق .

٢- حاجات تكفل الاستمرار في حفظ النوع

كالحاجة الجنسية أو الدافع الجنسي [illegible] وأكبرها أثراً في [illegible] ، حيث أن فقد الشهية وفقد الميول [illegible] المتمدنة على الدافع وملابساته قبل دراسته وفي عند الإنسان أكثر أهمية من الباحثون بدراسته في صورته البسيطة عند الحيوان .

أما دافع الأمومة وهي الشعور والانشغال بها وإشباعها وسرعة [illegible] فراقها ظواهر مشاهدة عند أنواع كثيرة من الحيوانات . [illegible] أما عند الطيور فغالبا ما يتعاون الوالدان كلاهما عليها في حين تقع هذه المهمة على عاتق الأم دائما عند الثدييات .

٣ الحاجة إلى التنبيه الحسي الخارجي

ان الانسان بحاجة دائمة الى [illegible] كثيرة لان تغير التنبيهات أساس دائم لليقظة العامة في حين ان ثباتها يولد الملل والسأم وان هذا التغير ينشط لحاء المخ ففي المخ جهاز عصبي مركزي وعضلي أعلاه أشارات تنشط لحاء المخ ، والمخ هو الذي يسيطر على اليقظة وتركيز الانتباه .

٤- الحاجة إلى استطلاع البيئة ومعالجتها

[illegible] الى الطفل الرضيع حتى قبل أن يستطيع المشي ، فهو يستطلع بعينية وأذنيه ويديه وفمه ويتضح هذا الميل من خلال المشي ومن خلال التساؤل عن الأشياء والحوادث وأسمائها وأصلها وكيفية حدوثها .

٢- الدوافع الثانوية (الاجتماعية)

هي الدوافع التي يكتسبها الفرد-نتيجة خبراته اليومية وتعلمه المقصود وغير المقصود أثناء تفاعله مع بيئته خاصة الاجتماعية . ومن هذه الدوافع : الحاجات النفسية كالحاجة إلى الأمن ،والحاجة إلى التقدير الاجتماعي والاتجاهات والميول والعادات .

أولا : أصناف الدوافع الثانوية (الاجتماعية)

١- دوافع اجتماعية عامة : وهذه تنتشر في جميع الحضارات كالحاجة إلى الأمن والحاجة إلى التقدير الاجتماعي .

٢- دوافع اجتماعية حضارية : وهذه تنتشر في بعض الحضارات والجماعات كدافع حب الظهـــور والتملك والادخار وحب التفوق والسيطرة وحب النظام ... الخ .

٣- دوافع اجتماعية فردية : وهذه تختلف من فرد إلى آخر حتى ممن ينتمون إلى حضارة واحدة ، فقد يكتسبها بعضهم ولا يكتسبها الآخر ، كمن يصبو إلى أن يكون طبيبا وأخر يصبو إلى أن يكون سائق سيارة ... الخ .

ثانياً : الحاجات النفسية الأساسية

أ- الحاجة إلى الأمن النفسي

الامن يعني التحرر من الخوف ، ويشعر الفرد بالأمن متى كان مطمئنا على صحته وعمله ومستقبله ومركزة الاجتماعي ولإرضاء هذه الحاجة يتطلب من الفرد .

١- العمل على كسب رضا الناس وحبهم واهتمامهم ، حيث يشعر أن هناك من يرجع إليه وقت الحاجة .

٢- توفر قدر كاف من المعلومات والمهارات الأساسية اللازمة للكفاح في الحياة فمعرفة الدروس تقلل خوف الطالب من الامتحان والمهارة في الحديث مع الناس ومعاملتهم ينقص الخوف من المواقف الاجتماعية .

٣- الثقة بالنفس فشعور الفرد بالنقص والعجز عن حل مشاكل الحياة اليومية من أهم أسباب فقد الشعور بالأمن .

٢- أمثلة على الدوافع اللاشعورية

هناك من الناس من يخاف عبور الشوارع أو رؤية الدم أو المكوث في مكان مقفل او من حيوان غير ضار كالفار والصرصار وهو لا يعرف لذلك واقعا او سببا ومنهم من يبالغ في غسل يديه كلما صافح شخصا او فتح بابا أو لمس كتابا .... الخ .

٣- أسباب عدم الشعور بالدافع

١- أن طرق أرضائنا لدوافعنا أصبحت عادات نقوم بها دون تفكير فيما يقوم وراءها من دوافع فنحن نراعي العرف ونحترم القوانين . وننتمي إلى جماعة ، ونعبر عن أرائنا ونتعاون مع الناس ،كل ذلك دون شعور صريح بالدوافع التي تحملنا على هذه الأوجه من النشاط .

٢- أن الإنسان لا يحاول معرفة دوافعه ألا أذا اعترضت تنفيذها عقبات ماديه أو اجتماعية ، فالحب الذي ينشأ وينمو ببطء لا يشعر به المحب ألا حين يعترضه فتور أو مفوت أو منافس يثير الغيرة . فنحن لا نحس بدرجة الحرارة على أبداننا ألا حين تنخفض درجة الحرارة .

٣- أن السلوك الإنساني يندر أن يصدر عن دافع واحد ، وأنما يصدر عن دوافع متداخلة مع بعضها البعض . فالإنسان قد يتصدق اختيارا أو اضطرارا طمعاً أو خوفا سخاءً او تساخياً حرصاً أو زهداً والأغلب أن يكون بمجموع هذه الدوافع .

٤- بيد أن أهم العوامل التي تحول دون الشعور بالدافع ومعرفة طبيعته أن يكون الدافع ثقيلا على النفس يجلب له القلق أو الخزي أو الذعر أو يمس كرامته أن بدأ له الدافع واضحاً في شعوره لذا فهو لا يريد رؤيته ، وينكره أن نكشف له .

أمثلة من حياتنا اليومية للدوافع اللاشعورية

١- فلتات اللسان وزلات القلم

هي تلك الهفوات والأخطاء التي يتورط فيها لسان الإنسان أو قلمه على غير قصد ظاهر منه والتي قد تقلب المعنى الذي يريده رأسا على عقب ، فتسبب له كثيراً من الحرج أحيانا ، فمن أمثال فلتات اللسان أن وقف أستاذ في الجامعة يثني على سلفه فإذا به يقول أمام الحفل لا يسعني إلا أن أهنئه على (جموده) في البحث بدل أن يقول على جهوده في البحث .

٢- النسيان

من أمثلة النسيان نسيان الزوج عيد ميلاد زوجته ونسيان أحد الناس في التاكسي حقيبة مملوءة بالأوراق المالية وحالات النسيان هذه تكون تعبيرا عن دوافع لاشعورية أو شبه شعورية كنسيان المواعيد التي نحددها للناس مخلصي الرغبة في حضورها .

٣-أضاعه الأشياء

أضاعه الأشياء ليست دائما نتيجة إهمال ، بل أن الظروف والملابسات تشير في كثير من الأحيان إلى أنها نتيجة قصد دفين لاشعوري لا نفطن إلى وجوده فنحن نضيع الأشياء متى رثت أو بليت ، فقلم الحبر الذي تريد تغييره بآخر أحدث منه يختفي على حين فجاءه ، وكم من تلميذ حريص لا تضيع ساعته أو حافظه كتبه ألا في اليوم السابق لعيد ميلاده .

٤- تحطيم الأثاث

يحدثنا فرويد أن مكتبه كان يزخر بالتحف الفنية القابلة للكسر لكن لم يتفق له أن كسر شيئا منها . وذات يوم أذا بذراعه تطيح بالغطاء المرمري لمحبرة المكتب فتلقيه على الأرض مكسورا ، ويقول فرويد أنه كان قبل الهفوة يطلع أخته على مجموعته الفنية فأعجبت بها ألا هذه المحبرة إذ قالت أنها لا تنسجم مع سائر ما على المكتب ؛ وما كاد يعود من نزهه له حتى نفذ القضاء في هذه المحبرة بعينها دون غيرها . ويعلق فرويد على ذلك بأن

حركة يده لم تكن طائشة بل كانت ماهرة مقصودة لاشعوريا إذ أنها حققت غرضا في نفسه .

الجانب الرابع : الانفعالات

أولاً : تعريف الانفعال Emotion

هو حالة وجدانية عنيفة تصحبها اضطرابات فسيولوجية وتعبيرات حركية مختلفة كانفعال الخوف والحزن والخجل والشعور بالذنب ... الخ وهناك قسمان من الانفعالات (معتدلة وحادة).

التعريفات المصاحبة للانفعال

١- العاطفة : استعداد كامن ثابت نسبيا ومركب من عدة انفعالات تدور حول موضوع وعلى هذا يكون الحب والكره و الغيرة من العواطف لا من الانفعالات .

٢- المزاج Mood: هو حالة انفعالية معتدلة نسبيا تغشى الفرد فترة من الزمن وتعاوده بين حين وأخر أي أنها حالة مؤقتة قد تتسم بالمرح أو الاكتئاب بالسعادة والحزن .بالهدوء أو الاهتياج او التهجم ، والحالة المزاجية أقل عنفا وأطول بقاء من الانفعالات .

ثانياً : خصائص الانفعال

١- ذاتيه : أي أنها شخصية وتنبع من الشخص ذاته .

٢- خليط : أي ممكن أن يكون الانفعال مجموعه انفعالات تكون انفعال واحد .

٣- اختلاف الدرجة : أي أن درجة الانفعال قد تكون عاليه أو منخفضة والذي يؤثر على درجة الانفعال هو الموقف الذي يمر به الفرد او طبيعة انفعالات الفرد التي تعود إلى جهازه العصبي .

٤- ارتباط نفسي جسمي : أي أن الانفعال يكون نفسي ولكن تصاحبه تغيرات أو حركات جسمية ، ومن هذه التغيرات الخارجية تغير ملامح الوجه والتغيرات الداخلية ما يتعلق بالإفرازات الناتجة عن الغدد القنوية والصماء .

٥- سريعة معدية : أي أن الانفعال سريع الانتقال من فرد إلى آخر ويمثل هذا عندما يكون الجمـــيع يشاهدون التلفاز ويدخل شخص من الخارج مسرعا وخائفا سنوف يشعر الجميع بهذا الخوف ، أما أذا كان الشخص الذي دخل سعيد وضحكته تملا الوجه سوف يشعر الجميع بهذه السعادة .

ثالثاً : التغيرات الفيزيولوجية المصاحبة للانفعال

١- الجانب الفيزيولوجي للانفعال أحد الجوانب المهمة او تزود الاستجابة الفيزيولوجية المرتبطة بالانفعال الكائن بالطاقة لمواجهة الطوارئ .

٢- خلال الانفعال تتولد ردود الأفعال الفيزيولوجية من الجهاز العصبي المركزي والمستقل والغدد الصماء .

٣- عندما نجرب انفعال شديد كالخوف او الغضب فأننا نكون واعين لعدد من التغيرات الجسمية مثل دقات القلب والتنفس السريع . وجفاف الفم وارتعاش الأطراف واضطراب المعدة وزيادة توتر العضلات .

رابعاً : نظريات الانفعال

١- نظرية جيمس – لينج

كان الشائع بين الناس أن رؤية الأسد تثير فينا الشعور بالخوف أو أن هذا الشعور يولد تغيرات جسمية ، فسيولوجية وخارجية هي الهرب غير أن عالم النفس الأمريكي جيمس خرج بنظريه من مخالفة لهذا الرأي ، إذ زعم أننا نرى الأسد فتضطرب أحشاؤنا وأجسامنا وليس الشعور بالانفعال الا الإحساس بهذه التغيرات الفسيولوجية والجسمية ، فنحن نرى الحيوان فنرتجف ومن ثم نشعر بالخوف ، فالشعور بالخوف هو الإحساس بالرعشة ونحن نسمع خبرا مزعجا فنبكي ثم نحزن وفي هذا يقول جيمس : لا نشعر

٦- زيادة عدد كريات الدم الحمر بدرجة كبيرة نتيجة لتأثيره في الطحال .
٧- زيادة سرعه تخثر الدم مما يقي الفرد من النزيف الموصول إن أصيب بجراح .
٨- تأخير ظهور التعب بما يمكن الفرد من القيام بأعمال لا يستطيع القيام بها في الأحوال العادية .

أذن نظرية كانن تقول ... أن الانفعال هو رد فعل يصدر عن الفرد لمواجهه الطوارئ وأعداد للهرب أو القتال وينسب كانن إلى التغيرات الفسيولوجية الأعمال الخارقة التي يأتيها الفرد في حالة الطوارئ كالقفز فوق سور ارتفاعه متران والتي تمكنه من الخلاص .

دراسة بعض الانفعالات

١- الخوف

يرث الإنسان والحيوان استعدادا للخوف والابتعاد عن المواقف التي تؤلم الجسم ، وكل موقف يهدد بهذا الألم يشكل لدى الفرد خطرا ، فالألم الجسمي أو مثير للخوف عند الإنسان وهو مثير فطري ، وقد أختلف العلماء في تحديد عدد المثيرات الفطرية للخوف ، فمنهم من يقول أن الألم الجسمي هو المثير الفطري الوحيد للخوف عند الإنسان وما عدا ذلك من المخاوف فهو مكتسب مشتق من هذا الألم عن طريق عملية التعلم .

ويرى العلماء أن التغيرات المفاجئة غير المتوقعة في البيئة من مثيرات الخوف الفطرية فالخوف من المجهول ومن المفاجئ ومن الغريب يشاهد لدى الحيوان وعند الصغار والكبار من بني الإنسان ، وربما كان لسبب هو عجز الكائن عن التصرف الملائم المأمون حيال هذه التغيرات .

أما المخاوف الشاذة (Phobia) هي خوف غير طبيعي من شيء أو موقف أو فعل معين لا يثير الخوف عند الأسوياء ، كالخوف من الصرصار أو الفأر أو الظلام أو الوحدة أو عبور الشارع .

٢- القلق

القلق هو الخوف من خطر أو ألم أو عقاب يحتمل أن يحدث لكنه غير مؤكد الحدوث ، كخوف المجرم من افتضاح أمره وخوف المريض من الموت وهذا الخوف لا يستطيع الفرد التحرر منه بالهدوء أو الاختفاء ، كخوف التلميذ بعد تأدية الامتحان .والقلق انفعال مكتسب مركب من الخوف والألم وتوقع الشر لكنه يختلف عن الخوف في أن الخوف يثيره موقف خطر

٢- تعريف التعلم

تغير ثابت نسبياً في السلوك ينشا عن نشاط يقوم به الفرد أو عن الممارسة أو التدريب أو الملاحظة ولا يكون نتيجة لعملية النضج الطبيعي أو الظروف عارضة كالتعب أو المرض أو الإصابة الجسمية.

٣- شروط التعلم

أ- وجود الفرد أمام مشكلة يتعين عليه حلها . والمشكلة هي موقف جديد يكون بمثابة عقبة تعترض أرضاء حاجات الفرد ، مثل كسب الرزق ومجاراة الناس واستغلال أوقات الفراغ .

ب- وجود دافع يحمل الفرد على التعلم .

ج- بلوغ الفرد مستوى من النضج الطبيعي يتيح له أن يتعلم .

٤- التعلم والنضج الطبيعي

النضج الطبيعي Maturation:هو النمو الذي يتوقف على التكوين الوراثي للفرد في ظروف البيئة العادية المناسبة دون حاجة إلى تدريب . أما التعلم فهو نمو يتطلب تدريب لكنه يتوقف على مستوى النضج الذي بلغه الفرد .

مثال على النضج

١- الطائر الصغير يستطيع الطيران حتى لو قيدنا حركات جناحيه .

٢- المشي عند الأطفال يتوقف على النضج لان الطفل يستطيع المشي دون تدريب متى نما جهازه العضلي والعصبي ونحن نساعده على المشي .

أمثلة على التعلم

القدرة على السباحة أو على الغزف أو على حل معادلات من الدرجة الثانية .أذن هناك صلة بين النضج والتعلم .فالفرد لا يستطيع التعلم ألا أذا بلغ مستوى من النضج يتيح له أن يتعلم فلا يستطيع أحد أن يعلم الطفل القراءة قبل أن ينضج . أي وصوله إلى عمر عقلي لا يقل عن ست سنوات ونصف ويقصد بالعمر العقلي مستوى الذكاء الذي بلغة الطفل بالنسبة للطفل من نفس عمره الزمني..

نظريات التعلم

أولاً : النظريات الترابطية (المثير والاستجابة)

وهي تعني عقد روابط بين مثيرات حسية واستجابيه حركية او غدية .

١- نظرية التعلم الشرطي التقليدي

قام العالم الروسي بافلوف بدراسة عملية الهضم عند مجموعه من الكلاب في معمله . غير انه لاحظ مايلي :

١- من المعروف أن الكلب يسيل لعابه قبل أن يوضع الطعام في فمه . وهذا (فعل منعكس طبيعي).

٢- أن الكلب يسيل لعابه أيضا لمجرد سماعه وقع أقدام هذا الشخص وهو قادم ، أي أن لعابه يسيل قبل أن يوضع الطعام في فمه . وهذا (فعل منعكس غير طبيعي) او (إفراز نفسي).

من تجارب بافلوف انه كان يجيء بكلب فيثبته على مائدة ثم يضع على لسانه مقدار من مسحوق اللحم المجفف فيسيل لعابه . بعد ذلك يقرع جرس كهربائي يسمعه الكلب أي قبل أن يضع المسحوق في فمه مباشرة ببضع ثواني وتكرر التجربة عدة مرات تصل إلى ١٠٠ مرة وفي كل مره يلاحظ أن قرع الجرس يكفي لإفراز لعاب الكلب دون إن يتلو ذلك وضع الطعام في فمه .

شروط التعلم الشرطي

١- اقتران المثير الشرطي بالمثير الطبيعي اقتران مباشر لا يتجاوز نصف ثانية

٢- تكرار الاقتران ١٠٠ مرة .

٣- أن يكون الحيوان جائع ومتيقظ وفي صحة جيدة .

٤- عدم وجود مشتتات لانتباه الحيوان كالضوضاء او الضوء.

مبادئ بافلوف الاشراطيه

١- مبدأ الاقتران المتتابع

يكون للمثير الشرطي أثر فعال أن صاحب المثير الأصلي في الزمان أو سبقه

٢- مبدأ المرة الواحدة

أن الاستجابة الشرطية قد تتكون من فعل المثير الشرطي مرة واحده ، ويحدث هذا في الحالات التي تقترن فيها التجربة بانفعال شديد . فالطفل الذي لسعته النار أو لدغه حشرة مرة واحدة لا يقترب منها بعد ذلك .

٣- مبدأ التدعيم

تسمى تقوية الرابطة بين المثير الشرطي والاستجابة الشرطية بالتدعيم فإشباع دافع الجوع عند الحيوان أي انخفاض حاله توتر لديه فكأن تقديم الطعام كان بمثابة مكافأة للكلب ونوع من الثواب على الاستجابة المقبلة .

٤- مبدأ الانطفاء

هو عكس التدعيم ، فالمثير الشرطي أن تكرر ظهوره دون أن يتبعه المثير الأصلي من آن لآخر أي دون تدعيم تضاءلت الاستجابة الثابتة بالتدريج حتى تزول . فالكلب الذي تعود إن يسيل لعابه عند سماعه جرسا لا يعود يسيل لعابه أن تكرر سماعه الجرس مرات كثيرة دون أن يتلو ذلك تقديم الطعام.

ونحن لا نخاف صفارات الإنذار أن تكرر سماعنا لها دون أن يقترن ذلك بإطفاء النور او القصف .

٥- مبدأ تعميم المثيرات

هو انتقال اثر المثير او الموقف إلى مثيرات ومواقف أخرى تشبه أو ترمز إليه ، فمن لدغه ثعبان فانه يخاف من رؤية الحبل ، والطفل الذي عضه كلب يخاف من جميع الكلاب .

٦- مبدأ التمييز

التمييز هو التغلب على التعميم ، أي التفرقة بين المثير الأصلي والمثيرات الأخرى الشبيهة به نتيجة لتدعيم المثير الأصلي وعدم تدعيم المثيرات الشبيهة به ، فالطفل يسمي كل من يراه (بابا) لكنه بفضل التدعيم وعدم التدعيم من البيئة يصحح خطاءة هذا فلا يعود يطلق هذا اللفظ ألا على أبيه .

٧- مبدأ الاستتباع

أذا كان الضوء الذي يبشر بقدوم الطعام يسيل لعاب الكلب فالجرس الذي يسبق الضوء يسيل لعابه أيضا . وإذا كان ظهور العصا يحمل الطفل على الطاعة فأن كلمة التحذير التي تسبق العصا تحمله على الطاعة أيضا .

والطفل يكف عن البكاء حين ترضعه أمه ، ثم حين تحمله ، ثم حين يراها ، ثم حين يسمع صوتها قبل أن يراها .

دور الاشتراط في التعلم

أن كل تعلم هو ناتج عن ترابط بين مثيرات واستجابات طبيعية فيه فيثار السلوك برموز تنوب عن مثيراته الطبيعية ومن الامثله على ذلك .

١- أن الطفل تقوم شفتاه بحركات ارتشاف الحليب لمجرد رؤية أمه أو زجاجة الحليب قبل أن يوضع الثدي في فمه .

٢- تعلم الطفل الكلام فهو ينطق بكلمه (بابا) مثلاً ويسمع نفسه وهو ينطقها ، أي أن النطق ارتبط بسماع الكلمة فتصبح الكلمة المسموعة مثيرا شرطيا يدعو الطفل إلى نطقها مره أخرى ، وهكذا يمضي في تكرارها حتى يغلبه التعب .

٣- في تعلم القراءة يعرض المعلم للطالب على السبورة أسم الحيوان والى جانبه رمز معين هو كلمة (قط) وبعد التدريب يتعرف الطفل العلاقة بين (أسم) الحيوان والكلمة التي تدل عليه وبهذا فهو يستغني عن صورة القط بالكلمة التي تدل عليه .

ثانياً : نظرية التعلم بالاستبصار ((كوهلر))

أن الاختيار الصالح لقياس القدرة على التعلم يجب إن تكون جميع عناصره واضحة أمام الحيوان فأن كانت لديه قدرة على الملاحظة وأدراك العلاقات تسنى له أن يحل المشكلة بغير تخبط . لذا أجرى أتباع هذه المدرسة اختيارات على الحيوانات وكان من أبرزها تجارب (كهلر) على القردة العليا

ملخص التجربة

يضع كهلر الحيوان الجائع أمام عقبه في قفص مؤخره غير مغلق وواجهته من قضبان يستطيع الحيوان أن يرى من خلاله الطعام . فالكلب لم يلبث أن قام بحركة التفاف بمجرد دخوله القفص دون تردد ، في حين أن سلوك الدجاجة يبدو فيه التخبط والاندفاع للنفاذ من وأجهه القفص ، ولو أعدنا التجربة لوجدنا الدجاجة تظل في تخبطها ولكن بدرجة أقل منه في المرة الأولى ، أما الكلب فقد أدرك العلاقة بين الوسيلة والهدف . أي انه حل المشكلة حين لاحظ الطريق المباشر إلى الطعام لا يجدي هذا الحل الفجائي للمشكلة الذي يقوم على الملاحظة وأدراك العلاقات والالتفات حول العقبة هو التعلم بالاستبصار .