مجلة الرائد

العدد : ١٩٥ الموافق في رمضان ١٤١٨ هجري ١٩٩٧/١٢ ميلادي

عنوان المقال : المسلم وعلم النفس	بقلم : د. مأمون مبيض

من العادة أن يقول كل متخصص أن صلاح الإنسان والمجتمع إنما يتم عن طريق تخصصه هو . فالدارس للعلوم الاجتماعية يقول أن الإصلاح لا يكون إلا بالنظر إلى القضايا الاجتماعية ، والتربوية عن طريق التربية ، والمعلم عن طريق التعليم ، والاقتصادي عن طريق التقدم الاقتصادي... ولا أظن أني سأشذ عن هذه القاعدة كواحد من العاملين في مجال العلوم النفسية والطب النفسي بشكل محدد فسأقول : إن صلاح الإنسان والمجتمع إنما هو عن طريق العناية بالجوانب النفسية لهذا الإنسان والمجتمع .

ولعل مما يدعم كلامي هذا مزيج من آيات الكتاب وآيات الآفاق والأنفس . ففي كتاب الله يقول المولى تعالى آمراً الإنسان بالنظر ودراسة النفس البشرية : { **وفي أنفسكم أفلا تبصرون** }[الذاريات:٢١] ، ويقول مشيراً إلى أن تغير ظروف معيشة الناس إنما تتوقف على تغير ما في داخلهم من مكونات نفسية : { **إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم** }[الرعد:١١] [١].

بل إنه تعالى ينبه إلى أن الحقائق الكبرى في الحياة ، ومنها مصداقية القرآن ، إنما ستظهر من خلال البحث والنظر في العلوم الكونية والعلوم الإنسانية النفسية { **سنريهم آياتنا في الآفاق وفي أنفسهم حتى يتبين لهم أنه الحق** }[فصلت:٥٣].

وإذا نظرنا إلى آيات الآفاق والأنفس في عالم الشهادة فإننا نجد الدلائل الكثيرة التي تؤكد أهمية رعاية الحالة النفسية للفرد والمجموعة والمجتمع . وموضوع بحثي هذا هو تقديم عرض موجز لجوانب علم النفس ، ولأهمية العناية بالجوانب المتعددة للحالة النفسية بما فيها من انفعالات وشخصية وعواطف وذكاء وسلوك...

وسيلاحظ القارئ أن الاهتمام بالعلوم النفسية لم يعد حكراً على المتخصص في هذه العلوم ، وإنما أصبح من الأساسيات التي لا يستغني عنها كل من يحتك من خلال عمله ونشاطه بالآخرين من الناس ، هذا إذا أراد أن يحسن فهم الناس وتوجيه طاقاتهم . فعلى الأبوين أن يعرفا كيف يتعاملان مع أولادهما ، والمدرس مع طلابه ، والمدير مع موظفيه ، وشيخ المسجد مع رواده ، ومدير المصنع مع عماله ، والضابط مع جنوده... : « **كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته** ». وعلينا أن ننتبه إلى أن عدم تميز هذا العلم بشكل محدد واضح وهو ما يسمى بـِ " علم النفس " عند القدامى يجب ألا يمنعنا من الإقدام على

دراسة وفهم باب المعرفة هذا . فالذين سبقونا قد لا يكونون قد تعاملوا مع الرياضيات والهندسة وعلوم الطيران... إلا أن كل هذه قد دخلت في حياتنا اليومية أفراداً وجماعات .

تعريف علم النفس

وعلم النفس فرع جديد للعلوم مقارنة مع العلوم الأخرى إلا أنه ليس بأحدث العلوم فقد ظهرت في السنوات الأخيرة علوم متعددة كعلم اللسانيات وعلم البشريات أو تطور الإنسان وغيرها . ولا بد من التأكيد على كلمة "علم" بكل ما في هذه الكلمة من معنى ، فقد أصبح علماً قابلاً للتجربة والتطبيق والتنبؤ . صحيح أنه كان علماً قريباً من الفلسفة ، ولكن كل العلوم الأخرى كالرياضيات والطب كانت قريبة من الفلسفة في نشأتها ، ومن ثم بدأت تستقل عنها ، وقد يكون علم النفس من أواخر العلوم انفصالاً عنها . ويرتبط علم النفس في أذهان الكثير من الناس بعالم النفس " فرويد " ، وبسبب رفضهم لبعض مقولاته فإنه سيظهر منهم ما ينم عن رفضهم أو عدم تقديرهم لهذا الفرع من المعرفة .

وما زال علم النفس في تطور مستمر مما قد يفسر اختلاف الناس في تعريفه ؛ لأن بعض جوانبه ما زال في تطور ونماء . وهذا لا يعني أنه لا توجد صورة واضحة عن طبيعة هذا العلم ومعالمه الأساسية .

ومما يعرّف به علم النفس أنه :

- " علم يهتم في محاولة معرفة لماذا يتصرف الإنسان بالطريقة التي يتصرف بها " .
- " الدراسة العلمية لعقل الإنسان ووظائفه المختلفة وخاصة التي تؤثر في سلوكه " [٢].

وقد تعددت طرائق دراسة علم النفس حتى أصبحت تشتمل على :

١- التجارب والاختبارات .

٢- الملاحظة والمراقبة .

٣- الإحصاء والمسح .

٤- الفحوصات والقياسات .

٥- دراسة حالات معينة .

ويفيد أن أذكر هنا جدول محتويات كتاب نموذجي في علم النفس لنرى ما يتعرض له الكتاب[٣].

- ما هو علم النفس ونظرة تاريخية .
- نمو الإنسان وتطوره (الجسدي-العاطفي-النفسي-الجنسي-المعرفي-الاجتماعي).
- الإدراكات والوعي والإحساسات .
- التعلم والتفكير (الذاكرة - النسيان - اللغة - الأفكار).
- العواطف والانفعالات (ردود الفعل العاطفية - العواطف الإنسانية المختلفة) .
- الشخصية (ماهيتها - أنواعها - القدرات الشخصية) .
- الصراع والنزاع الداخلي .
- القلق والتكيف مع الشدة .
- الدفاع والعدوانية والهجوم .
- النمو والعلاقات الاجتماعية .
- الأمراض النفسية .
- العلاجات النفسية .
- السلوك الاجتماعي .

فروع علم النفس

ويتعرض علم النفس لكل جانب من جوانب الحياة الإنسانية ، وقد ازدادت أهميته أكثر مع تعقد الحياة الاجتماعية . ولذلك نرى تشعب فروع هذا العلم لنجد هناك فروعاً متنوعة نذكر منها :

- علم النفس التعليمي	- علم نفس الطفل والنمو
- علم النفس الصناعي	- علم نفس الإدارة
- علم نفس العسكرية / الجنود	- علم النفس الإعلامي
- علم النفس الاقتصادي	- علم النفس السريري / الطبي / المرضي
- علم النفس الاجتماعي	- علم نفس الإرهاب
- علم النفس التجريبي	- علم نفس الأديان
- علم نفس الأقليات العرقية	- علم النفس السياسي

ويهتم دارس علم النفس بعدد كبير من الجوانب والمواضيع ، بعضها محدد وعمليّ ، ومثال ذلك كيف ينجح الإنسان بالامتناع عن التدخين ، وما هي أنجع الطرق لتعليم الأولاد القراءة ، وما هي أفضل طرق عرض معلومات التوعية الصحية على الناس في بيئة معينة . بينما بعض الجوانب الأخرى واسع وأقل تحديداً من سابقه . ومثال ذلك ما هي طرق التربية التي تجعل من الطفل إنساناً سعيداً وناجحاً ، وكيف تتم الوقاية من الأمراض النفسية ، وكيف يعالج التعصب والتحامل العرقيّ ، وما هي العوامل الأسرية التي تدفع للجريمة والجنوح .

مدارس علم النفس

ولا شك أن هناك أكثر من طريقة واحدة لدراسة الإنسان ولفهم سلوكه ، ولذلك نجد هناك عدداً من المدارس النفسية . ولتوضيح الأمر نأتي بالمثال التالي : عندما يعبر الإنسان طريقاً ، فيمكن أن يقال في تفسير هذا السلوك أنه تم من خلال إصدار دماغ الإنسان الأوامر العصبية إلى عضلات الساقين للتحرك والانتقال إلى الطرف الآخر من الطريق . ويمكن أن ينظر للأمر أن هذا الإنسان قد شاهد الضوء الأخضر وهو يعلم أن هذا الضوء يرمز إلى إمكانية اجتياز الطريق . ويمكن كذلك النظر إلى هذا السلوك من خلال النظر إلى القصد والهدف منه ، وهو في هذا المثال اجتياز الطريق للوصول إلى

المتجر وشراء بعض الحاجيات . ويمكن أيضاً النظر إلى الأمور مجتمعة ، فكلها يقدم جزءاً من الصورة وليس كامل الصورة .

وسنذكر هنا المدارس الأساسية لعلم النفس ومنها :

١- المدرسة العصبية / العضوية :

قد يكون من أعقد المخلوقات في هذه الحياة هو دماغ الإنسان المتكون من بلايين الخلايا العصبية والأعداد اللامتناهية من الاتصالات بين هذه الخلايا . ولا شك أن الحوادث النفسية لها دلالاتها ومنشؤها في هذه الجملة العصبية وفي بقية الأعضاء الجسدية .

وتحاول المدرسة العصبية أن تربط بين وظائف هذه الجملة العصبية وبين الحوادث النفسية والسلوكية والعقلية والانفعالية . وقد وجد من خلال التجارب أنه من الممكن أن نجعل الإنسان يشعر بالخوف أو الغضب عن طريق إثارة مناطق معينة من الدماغ بتيار كهربائي خفيف .

ومن أهمية هذه المدرسة في فهم جسد الإنسان ووظائفه وعلاقاته بالحياة النفسية ، إلا أن هناك فراغات كبيرة ما زالت موجودة في فهمنا لهذه الوظائف المعقدة .

٢- المدرسة السلوكية :

حيث تهتم هذه المدرسة بالمظاهر الخارجية للحياة النفسية للإنسان ، ألا وهي السلوك . فالإنسان يأكل وينام ويتكلم ويضحك... وكلها أنواع للسلوك قابلة للتأمل والدراسة . ومن أوائل من وضع أسس هذه المدرسة جون واتسون (١٨٧٨-١٩٥٨) . وتفتخر هذه المدرسة أنها تقدم دراسة " موضوعية " للإنسان من خلال ما هو مرئي في حياته من سلوك .

وتدرس المدرسة السلوكية علاقة المثير برد الفعل من السلوك ، وعلاقة المعاقبة والمكافئة على تكرر هذا السلوك . وهي تحاول أن تتجنب التعرض لما يجري داخل الإنسان من عمليات نفسية غير مرئية للعين ، كالوعي والتفكير . وإنما تكتفي بمدلولات ما يجري داخل الإنسان والذي يظهر عبر الكلام والخطاب .

٣- المدرسة التحليلية :

ومن مؤسسيها سغموند فرويد (١٨٦٥-١٩٣٩) في أوروبا في وقت قريب لنشوء المدرسة

السلوكية في أمريكا . ورغم أن هذه المدرسة لم تقم على التجارب المخبرية والميدانية إلا أنه كان لها الأثر الكبير في التفكير النفسي وعلم النفس ، بل حتى في بعض الفنون والآداب .

والفكرة الرئيسية في هذه المدرسة هي أن الكثير من سلوك الإنسان إنما يقوم على ما في هذا الإنسان من غرائز فطرية في غالبيتها وعلى غير وعي منه . وتتحدث هذه المدرسة عن " اللاوعي " عند الإنسان وهو ما يحمله من أفكار ومخاوف ورغبات ومشاعر... لا يدركها هذا الإنسان بشكل واع ، إلا أنها تؤثر كثيراً في سلوكه وتصرفاته . وقد ينتقل ما لا يرغب به إنسان من شعوره إلى لاشعوره فيبدو وكأنه قد زال من حياته إلا أنه في الحقيقة ما زال في أعماق نفسه حيث يظهر أثره في الأحلام ، أو أخطاء اللفظ والكلام وما يسمى بـِ " هفوة اللسان " ، أو بعض مظاهر الأمراض النفسية ، أو بعض الإنتاج الفني والأدبي .

ولا يوافق الكثير من العلماء على هذا التفريق الكامل بين الوعي واللاوعي أو بين الشعور واللاشعور ، ويفضلون الحديث عن درجة من الإرادة الواعية . وينتقد الكثيرون فرويد أنه كان يدعو إلى فكرة أن الطبيعة الإنسانية إنما هي طبيعة سلبية ، وأن الدوافع التي تدفع الإنسان للعمل والسلوك إنما هي مجرد الغرائز الحيوانية كغيره من الحيوانات ، وخاصة غريزتي العدوان والجنس ، وأن الإنسان يحاول دوماً الكفاح ضد المجتمع الذي يحاول كبت هذه الغرائز ويمنعها من الانطلاق والحرية .

٤- المدرسة المعرفية :

حيث تعرض أن الإنسان ليس مجرد مخلوق سلبي مستقبل للمثيرات كما يفهم من المدرسة السلوكية ، وإنما هو كائن مفكر يتعرف على المعلومات المتاحة له ، حيث يصنفها ويرتبها . فوراء المحسوسات والمثيرات فهم معرفي ، ووراء السلوك أفكار وأنماط للتحليل والفهم والتفسير . وبذلك تنظر المدرسة المعرفية إلى الإحساسات والخيالات والذكريات والقرارات والحلول المطروحة والأفكار على أنها طرق للمعرفة والفهم ، وتركز على الأفكار والعمليات الذهنية وطريقة استقبالنا وتفسيرنا للأحداث والمعلومات .

وتهتم هذه المدرسة بتفسير مشاعر الإنسان وسلوكه وانفعالاته وعواطفه من خلال الأفكار التي يحملها ويعتقدها ؛ أفكاره عن نفسه والآخرين والعالم من حوله ، وأنه من الممكن تغير هذه المشاعر

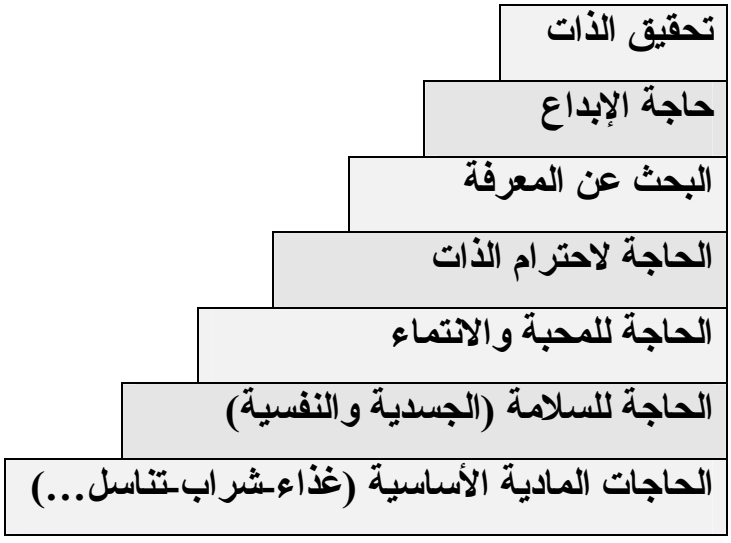
والسلوك والانفعالات من خلال تغير الأفكار التي يحملها الإنسان . ونلحظ من هذا أن المدرسة المعرفية قريبة الصلة من المنهج القرآني في تفسير السلوك وتغييره ، وقد يفهم هذا من قوله تعالى : { **إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم** }[الرعد:١١].

٥- المدرسة الإنسانية :

وهي تنظر إلى أن للإنسان حرية الاختيار وحرية التصرف والسلوك ، وبالتالي فهو مسؤول عن أعماله من غير أن يوجه اللوم إلى البيئة والظروف والناس الآخرين . وقد نشأ مفهوم هذه المدرسة من الأفكار الوجودية التي كتب فيها نيتشه (١٨٤٤-١٩٠٠) وسارتر (١٩٠٥-١٩٨٠) وغيرهما . وترتكز هذه المدرسة على تلك الصفات الإنسانية التي تميز هذا الكائن عن الحيوانات وخاصة حرية الإرادة ورغبته الدائمة في تحقيق ذاته . وممن كتب في هذه المدرسة كارل روجيرز (١٩٠٢-١٩٨٧) .

وترفض هذه المدرسة بعض معطيات المدرسة السلوكية من أن الإنسان عبارة عن مستجيب سلبي للمثيرات الخارجية . وترفض كذلك بعض معطيات المدرسة التحليلية التي تقول أن الإنسان مسيطر عليه من قبل الغرائز اللاشعورية ، وهي تفضل أن ترى الإنسان على أنه متصرف بالأمور ، وقادر على التحكم في سلوكه ومصيره ، وقادر كذلك على التأثير في البيئة من حوله . وتقول أيضاً أن دوافع الإنسان السلوكية إنما هي رغبته في النمو والتطور وتحقيق الذات .

وتقترح هذه المدرسة سلماً هرمياً لترتيب أولويات حاجات الإنسان الأساسية كالتالي :



ومن الملاحظ أن هذه المدرسة قد نشأت كردة فعل على الاتجاه الذي ينظر إلى الإنسان نظرة آلية ميكانيكية تنزع عنه إنسانيته ، وهي تؤكد على ما يمر بالإنسان من تجارب آنية حسية موضوعية .

٦- المدرسة التوفيقية :

والتي تحاول جمع كل هذه المدارس السابقة بأن تأخذ من كل منها بشكل تكاملي . وكمثال على ذلك إذا نظرنا إلى دراسة موضوع " العنف / العدوان " نجد أن كل مدرسة تقدم ما يفيد في فهم هذه الظاهرة . فالمدرسة العصبية تنظر للوظيفة العصبية والهرمونية التي تتحكم في الغضب والانفعال والعدوان ، وبشكل مشابه لغضب وعدوان الحيوان . وتحاول المدرسة السلوكية أن تنظر إلى التجربة التعليمية التي تعلمها الإنسان في حياته ليستجيب لمثيرات معينة بكل هذه الشحنة من ردود الفعل الغاضب والعدواني ، والتي تجعله أكثر عدوانية من إنسان آخر . وتحاول المدرسة التحليلية أن تتعرف على تجارب الإنسان في طفولته والتي أدت إلى كبت غضبه وعدوانيته ، وكيف أثّر هذا الكبت على حياته في كبره . وتحاول المدرسة المعرفية أن تحلل كيف يستقبل الإنسان بطريقة ما حدثاً معيناً أمامه . فقد لا يكون الحدث مثيراً للعدوانية والانفعال . وتسعى المدرسة الإنسانية لفهم تلك الظروف الاجتماعية التي تدعو وتشجع على العنف والعدوان عندما تمنع هذه الظروف الإنسان من تقدمه على طريق نموه وتطوره وتحقيق ذاته.

ولا شك أن هناك فوائد جمة من الاستفادة من كل هذه التحليلات والنظرات في فهم هذا الكائن المعقد " الإنسان " .

كيف أتابع هذا الاهتمام ؟

يمكن للإنسان ومن خلال زيارة قصيرة إلى المكتبة أن يدرك الكم الكبير من الكتب النفسية في مختلف اللغات ومنها العربية . ويفيد في المراحل الأولى أن يقتصر الإنسان على الكتب التي تتناول علم النفس بشكل عام قبل دراسة الكتب الفرعية المتخصصة في جانب محدد . وأنا على ثقة في قدرة القارئ المثقف على تمييز ما يأخذ مما يقرأ من هذه الكتب . وسيجد الإنسان أيضاً أن الكتاب سيرشده إلى كتب

أخرى كثيرة وهكذا يتتابع الأمر ، وقد يفهم هذا المعنى من قوله تعالى : { **اقرأ وربك الأكرم** }[العلق:٣] . وتفيد كذلك استشارة من له خبرة ودراية في هذه الدراسات الإنسانية .

الخلاصة :

- **علم النفس فرع للمعرفة يدرس سلوك الإنسان والعمليات الذهنية المختلفة .**
- **ويفيدنا في فهم الناس الذين نتعامل معهم من حولنا وفي فهم أنفسنا .**
- **فهو علم ضروري لكل من له احتكاك وتعامل مع الآخرين .**

الهوامش :

(١) للمزيد من الاطلاع على المدلولات النفسية والاجتماعية لهذه الآية تفيد دراسة كتاب « حتى يغيروا ما بأنفسهم » للأستاذ جودت سعيد .

(٢) قاموس أوكسفورد الإنجليزي .

(٣) Introduction to Psychology, E. Hilgard, R. Atkinson