



جامعة أبو بكر بلقايد - تلمسان
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

المستوى: سنة ثالثة ليسانس

التخصص: علم النفس العمل والتنظيم

مقياس: الصحة النفسية والعمل

أستاذ المقياس: د. أحمد فواتيح محمد الأمين

محاضرة رقم (10): الصحة النفسية الإيجابية (تابع...)

2- نشأة علم النفس الإيجابي:

إن حداثة مصطلح علم النفس الإيجابي لا يلغي قدم الاشتغال به، وهذا يعني بأن هناك البعض من علماء النفس الذين مهدوا له قبل ظهوره بهذا الشكل الذي عليه اليوم، ويمكننا أن نتلمس جذور علم النفس الإيجابي في كتاب عالم النفس البراجماتي "وليام جيمس" (تنوع الخبرة الدينية) 1902م، حيث رأى بأن السعادة هي بؤرة الحياة الإنسانية السوية ويمكن أن يسقط على من يسعون إلى السعادة ويتمتعون بها وصف "الأصحاء نفسياً".

ولما كان علم النفس الإيجابي هو مدخل وبوابة لاستعادة التوازن وتصحيح المسار ومنهج في الوقاية والعلاج، فيمكننا أن نجد له جذور وروابط مع "المدرسة الإنسانية" التي تؤمن بقوة الإنسان ورفي ذاته مثل عالم النفس الأمريكي "أبراهام ماسلو" الذي صاغ نظرية في علم

النفس ركز فيها بشكل أساسي على الجوانب الدافعية للشخصية الإنسانية، حيث تحدث عن دافعية تحقيق الذات لدى الإنسان.

وكذلك عالم النفس "كارل روجرز" الذي أسس التوجه الإنساني مع "أبراهم ماسلو" فقد ارتقى بنظرة علم النفس للإنسان وقدراته، ورأى بأن الدافع الأساسي لأفعال البشر هو الرغبة في التحقيق الذاتي.

وكذلك عالم النفس "ديفيد ماكلياند" في حديثه عن "دافع الإنجاز" من خلال نظريته (الحاجة للإنجاز).

ثم ماقدمته "سوزان كوبازا" في تناولها لموضوع (الصلابة النفسية)، ومع أن كل هؤلاء قد مهدوا لما يسمى بـ (علم النفس الإيجابي) (النجم، د.ت).

إلا أن تأسس علم النفس الإيجابي كفرع من فروع علم النفس كان سنة 1998 أثناء فترة ترأس "مارتن سيلجمان" (Martin Seligman) للجمعية أو للرابطة الأمريكية لعلم النفس.

ودعم "شيكزنتميهايلي" (Csikszentmihalyi) هذا الفرع الجديد بدراساته المتعمقة عن:

- التدفق، و
- الإبداع الإيجابي، و
- السعادة، و
- غيرها من القضايا الرئيسية.