**مدخل إلى علم النفس**

1. **تعريف علم النفس:**

علم النفس يعني دراسة جميع أنواع السلوك الإنساني في جميع مراحل حياة الإنسان المختلفة، ويكتشف القوانين والمبادئ العامة التي تحكم هذا السلوك وتوجهه، وتنسيق هذه القوانين والمبادئ والحقائق في نظام معرفي متكامل، وبالتالي إذا أردنا أن نضع تعريفا عاما لعلم النفس لقلنا أنه الدراسة العلمية لسلوك الإنسان ولتوافقه مع البيئة.

1. **أهداف علم النفس:**

يهدف أي علم إلى ضبط الظواهر التي يدرسها والتنبؤ بحذوتها وفهم الظواهر في طريقة حدوثها والكشف عن أسباب ظهورها. ويهدف علم النفس إلى الكشف عن هندسة النشاط البشري الذي تيسر لنا حل كثير من المشاكل في مجرى حياتنا التي تجعلنا نعيش حياة سعيدة في بيوتنا ومطمئنين في عملنا. إذن فهدف علم النفس هو الكشف عن أسس السلوك الإنساني وتحقيق الغاية من علم النفس، وأي علم عن طريق أسس ثلاثة تمثل أهداف العلم.

* 1. **الفهم:**

إن أهم ما يميز العلم كنشاط إنساني أنه يهدف إلى كشف العلاقات التي تقوم بين الظواهر المختلفة، والواقع أي كشف العلاقات والفهم شيء واحد. ففهم الظاهرة معناه أننا نجد علاقة تربط بينها وبين الظواهر الأخر، أما إذا لم نجد أي علاقة لها بأية ظاهرة أخر فإنها تكون غامضة غير مفهومة أو غير معروفة، فالمعروفة أو الفهم لا يتم إلا عن طريق اكتشاف العلاقات المختلفة بين متغيرات موضوع الفهم أو المعرفة.

* 1. **التنبؤ:**

معناه إمكانية انطباق القانون أو القاعدة العامة في مواقف أخرى غير تلك التي نشأ فيها أصلا، أو بمعنى اخر تصور النتائج التي يمكن أن تترتب عل استخدامنا المعلومات التي توصلنا إليها في مواقف جديدة. فبناء على اكتشاف العلاقة بين الحرارة وتمدد الأجسام الصلبة نستطيع أن نتنبأ بأن قضيب السكة الحديد سوف يتقوس إذا مر عليه القطار، ولم تكن هناك فراغات بين أجزائه بعضها بعض.

* 1. **الضبط:**

معناه تناول الظروف التي تحدد الظاهرة بشكل يحقق لنا الوصول إل هدف معين، فيمكننا التحكم في ظاهرة النجاح في الكليات على أساس التوجيه التعليمي، وفي العمل على أساس التوجيه المهني، كما نتحكم في ظاهرة تمدد قضبان السكة الحديد حتى لا تحدث أخطار معينة عن وجود هذه الأخيرة، فنترك فراغات بين القضبان عل مسافات متباعدة.

1. **أهمية علم النفس:**

يهتم علم النفس بفهم الإنسان ومحاولة تغيير أو تعديل سلوكه، كما أن الغرض الرئيسي لكل علم ومن بينها علم النفس هو وصف الظواهر التي يدور حولها مجال بحثه وفهمها والكشف عن أسباب ظهورها.

أي أنه علم يمر بمرحلتين وله جانبين:

1. علم النفس قبل أي علم آخر له ناحية نظرية تتمثل في دراسة الظواهر النفسية التي تتضح في السلوك الخارجي بغرض التوصل إلى القوانين العامة أو المبادئ التي تحكم هذه الظواهر.
2. من الناحية التطبيقية تتمثل في الاستفادة من هذه القوانين في التحكم في السلوك الإنساني وتغييره وتوجيهه التوجيه السليم.

وتظهر أهمية علم النفس وفوائدها بصورة أوضح إذا ما استعرضنا أهم ميادينه:

1. **علم النفس العام:**

وهو مدخل لكل العلوم النفسية يهتم بدراسة المبادئ والقوانين العامة لسلوك الإنسان الراشد السوي، ويحاول أن يستخلص الأسس السيكولوجية العامة للسلوك الإنساني التي تصدق بوجه عام عل جميع الأفراد.

1. **علم النفس الفسيولوجي:**

يعني بوجه عام بدراسة الأساس الفسيولوجي للسلوك الإنساني، فهو يهتم بدراسة الجهاز العصبي ووظائفه المختلفة، فهو يحاول مثلا أن يعرف كيف يحدث الإحساس وكيف ينتقل التيار العصبي في الأعصاب، وكيف يسيطر المخ على الشعور والسلوك، وهو يدرس الوظائف المختلفة للغدد الصماء وغير الصماء وكيفية تأثرها في السلوك، وهو يدرس أيضا الأساس الفسيولوجي للدوافع وغير ذلك من الميكانيزمات العصبية للنشاط النفسي.

1. **علم النفس الحيواني:**

يعني دراسة الأسس السيكولوجية العامة لسلوك الحيوان، ويهتم علماء النفس بدراسة سلوك الحيوان لأنه من السهل أجراء التجارب العلمية عل الحيوان، بينما يصعب أو يستحيل في بعض الحالات إجراء مثل هذه التجارب على الإنسان لاعتبارات إنسانية.

1. **علم النفس الطفل ( النمو):**

يعني بدراسة نمو الطفل، والمراحل المختلفة التي تميز مراحل النمو المختلفة، وتمدنا هذه الدراسات بكثير من المعلومات التي تجعلنا أكثر قدرة على فهم شخصية الطفل، وسلوكه، ودوافعه، واتجاهاته في مراحل حياته المختلفة وتجعلنا نقدر على توجيهه وتربيته.

1. **علم النفس الاجتماعي:**

يهتم بصفة خاصة بدراسة علاقة الفرد بالجماعة، وعلاقة الجماعات يبعضها البعض، فهو يهتم مثلا بدراسة التنشئة الاجتماعية للفرد وكيفية تأثره بالنظام الاجتماعي وبالحضارة والثقافة التي ينشأ فيها، وكيف يؤثر ذلك في تكوين اتجاهاته واعتقاداته وميوله.

1. **علم النفس التربوي:**

يعني علم النفس التربوي بدراسة الخصائص الرئيسية لمراحل النمو المختلفة لكي يتسنى للمربين وضع المناهج الدراسية التي تتناسب مع مستويات النضج المختلفة للأطفال حتى تستطيع هذه المناهج تحقيق أهدافها. وهو يعني أيضا بدراسة المبادئ والشروط الأساسية لعملية التعلم حتى يستطيع المربون أن يهيئوا الجو التربوي الصحيح بحيث يضمنون أن يتم التعليم بطريقة صحيحة.

1. **علم النفس الإكلينيكي:**

يدرس اضطرابات الشخصية، وأساليب التشخيص المختلفة، وفنون العلاج الملائمة.