جـــامعة أبو بكر بلقايد تلمسان
كلية العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية
قسم علم النفس
السنة الأولى علم النفس الطبي

**مناهج البحث في علم النفس** **الأستاذة: داود حكيمة**

## المحاضرة الأولى: مدخل إلى منهجية البحث العلمي في علم النفس.

### تمهيد

يسعى الإنسان، في حياته اليومية، إلى فهم نفسه وفهم الآخرين، وتفسير سلوكهم والتنبؤ بردود أفعالهم. فهو يلاحظ تصرفات المحيطين به، ويستند إلى خبراته السابقة ومعتقداته وتجاربه في تكوين أحكام حول شخصياتهم ودوافعهم وانفعالاتهم.

وتُشكّل هذه الممارسات نمطًا من المعرفة النفسية غير المتخصصة، التي تتكون بصورة تلقائية من خلال الخبرة الحياتية والتفاعل الاجتماعي والحس المشترك. غير أن هذه المعرفة، رغم أهميتها في الحياة اليومية، لا تخضع بالضرورة لإجراءات منظمة للتحقق من دقتها، وقد تتأثر بالأحكام المسبقة والتحيزات والتفسيرات المتسرعة.

ومن هنا ظهرت الحاجة إلى الانتقال من المعرفة النفسية غير المتخصصة إلى المعرفة النفسية العلمية، التي تعتمد على الملاحظة المنظمة والأدلة التجريبية والإجراءات المنهجية القابلة للفحص والتحقق.

وعليه، تتناول هذه المحاضرة طبيعة المعرفة النفسية غير المتخصصة وحدودها، ثم تنتقل إلى مفهوم المعرفة العلمية وخصائصها، وصولًا إلى توضيح الفروق الأساسية بينهما.

### 1. المعرفة النفسية غير المتخصصة:

#### 1.1. مفهوم المعرفة النفسية غير المتخصصة

يقصد بالمعرفة النفسية غير المتخصصة مجموع التصورات والأحكام والتفسيرات التي يكوّنها الأفراد حول السلوك الإنساني والعمليات النفسية، اعتمادًا على خبراتهم الشخصية وملاحظاتهم المباشرة ومعتقداتهم الاجتماعية، دون الاستناد بالضرورة إلى إجراءات علمية منظمة.

فالإنسان يمارس بصورة مستمرة نوعًا من التحليل النفسي التلقائي للمواقف والأشخاص؛ إذ يحاول فهم أسباب تصرفاتهم، وتفسير انفعالاتهم، والتنبؤ باستجاباتهم، كما يوظف هذه المعرفة في تقديم النصائح والمساعدة والمواساة وحل النزاعات.

مثال: قد يلاحظ شخص أن صديقه أصبح قليل الكلام ومنعزلًا، فيفسر ذلك بأنه يعاني من الحزن أو فقدان الاهتمام بالآخرين، مستندًا إلى معرفته السابقة به. لكن هذا التفسير يظل افتراضًا شخصيًا ما لم تدعمه معلومات كافية.

#### 1.2. مصادر المعرفة النفسية غير المتخصصة

**أ. الخبرة الشخصية:**

الاعتماد على التجارب السابقة في فهم المواقف الحالية وتفسير سلوك الآخرين.

مثال: يعتقد شخص أن التعامل مع الأفراد الهادئين أسهل من التعامل مع الأفراد كثيري الكلام، اعتمادًا على تجاربه الشخصية.

**ب. الملاحظة المباشرة:**

تكوين أحكام حول الآخرين انطلاقًا من السلوكيات التي يمكن ملاحظتها في الحياة اليومية.

مثال: تفسير تأخر الطالب المتكرر عن الدراسة بأنه دليل على عدم اهتمامه بالتعلم.

**ج. الحس المشترك والمعتقدات الاجتماعية:**

الاعتماد على الأفكار والأمثال والتصورات المتداولة داخل المجتمع، والتي تُقبل غالبًا دون إخضاعها للتحقق العلمي.
مثال: الاعتقاد بأن الطفل الذي لا يتحدث كثيرًا طفل خجول بالضرورة.

**د. المعلومات المنقولة اجتماعيًا:**

تبني أحكام حول الأشخاص أو الجماعات استنادًا إلى معلومات نقلها الآخرون دون التحقق من مصدرها أو دقتها.
مثال: تكوين حكم سلبي حول شخص لأن المحيطين به وصفوه بأنه غير جدير بالثقة.

**2. حدود المعرفة النفسية غير المتخصصة وأخطاء التفكير**

على الرغم من أهمية الخبرة اليومية في توجيه السلوك والتفاعل الاجتماعي، فإن الاعتماد عليها وحدها في تفسير الظواهر النفسية قد يؤدي إلى أحكام غير دقيقة، نتيجة مجموعة من التحيزات والأخطاء المعرفية. ومن أبرزها:

**2.1. التعميم المتسرع**

يحدث عندما يصدر الفرد حكمًا عامًا انطلاقًا من عدد محدود من التجارب أو الملاحظات.
مثال: تعرض شخص للخيانة من أحد أصدقائه، فيستنتج أن جميع الأشخاص غير جديرين بالثقة.

**2.2. التحيز التأكيدي**

يتمثل في الميل إلى البحث عن المعلومات التي تؤكد الاعتقادات السابقة، مع إهمال المعلومات التي تتعارض معها.
مثال: أستاذ يعتقد أن طالبًا كسول، فيركز على أخطائه وإخفاقاته، ويتجاهل التحسن الذي يحققه في أدائه الدراسي.

**2.3. الارتباط الوهمي**

يتمثل في الاعتقاد بوجود علاقة بين ظاهرتين دون وجود أدلة كافية تثبت هذه العلاقة.
مثال: الاعتقاد بأن بعض الأحداث النفسية أو الاجتماعية ترتبط حتمًا بتغيرات فلكية، اعتمادًا على حالات متفرقة دون التحقق المنهجي من العلاقة.

**2.4. الثقة المفرطة**

تتمثل في المبالغة في تقدير دقة الأحكام الشخصية والقدرة على فهم الآخرين والتنبؤ بسلوكهم.
مثال: اعتقاد شخص أنه يستطيع تحديد شخصية الفرد ودوافعه بصورة دقيقة بمجرد لقائه الأول به.

**2.5. الخلط بين الارتباط والسببية**

يحدث عندما يُفسر التزامن أو الارتباط بين ظاهرتين على أنه دليل على أن إحداهما تسببت في الأخرى.
مثال: ملاحظة ارتفاع القلق وانخفاض التحصيل الدراسي لدى بعض الطلبة، ثم الاستنتاج مباشرة أن القلق هو السبب الوحيد في ضعف التحصيل، دون دراسة العوامل الأخرى المحتملة.
خلاصة المحور: إن المشكلة ليست في الخبرة اليومية أو الملاحظة الشخصية بحد ذاتهما، بل في التعامل مع الاستنتاجات الناتجة عنهما باعتبارها حقائق علمية مؤكدة، دون التحقق من صحتها.

**3. مفهوم المعرفة العلمية وخصائصها**

**3.1. مفهوم المعرفة العلمية**

المعرفة العلمية هي معرفة تُبنى من خلال دراسة منظمة للظواهر، بالاعتماد على الملاحظة وجمع البيانات وتحليلها واختبار الفرضيات، وفق إجراءات واضحة تسمح بفحص النتائج ومراجعتها ونقدها.
وفي علم النفس، تهدف هذه المعرفة إلى دراسة السلوك والعمليات النفسية والعقلية بطريقة منهجية، من أجل وصف الظواهر وفهمها وتفسيرها والتنبؤ بها.

ولا تصبح المعلومة علمية لمجرد ورودها في كتاب أو صدورها عن متخصص، بل تتحدد قيمتها العلمية وفق الطريقة التي تم التوصل إليها بها، ومدى قوة الأدلة التي تدعمها.

### 3.2. خصائص المعرفة العلمية

تتميز المعرفة العلمية بمجموعة من الخصائص الأساسية:

**أ. الموضوعية:**

تعني السعي إلى تقليل تأثير المعتقدات والتوقعات الشخصية للباحث في جمع البيانات وتحليلها وتفسيرها، والاعتماد على إجراءات واضحة يمكن للآخرين فحصها.

**ب. المنهجية:**

تعني اتباع خطوات منظمة ومترابطة في دراسة الظواهر، بدل الاعتماد على الملاحظات العشوائية أو الأحكام المتسرعة.

**ج. الطابع التجريبي:**

تعني استناد المعرفة إلى أدلة مستمدة من الواقع، سواء من خلال الملاحظة أو القياس أو التجربة أو غيرها من وسائل جمع البيانات.

**د. القابلية للتحقق:**

تعني إمكانية فحص الادعاءات العلمية ومراجعة الإجراءات والأدلة التي استند إليها الباحث.

**هـ. القابلية للتكرار:**

تعني إمكانية إعادة إجراء الدراسة وفق إجراءات واضحة للتحقق من النتائج، مع مراعاة طبيعة الظاهرة والسياق المدروس.

و. النقد والمراجعة:

المعرفة العلمية ليست نهائية أو مطلقة، بل تظل قابلة للمراجعة والتطوير كلما ظهرت أدلة جديدة أو تحسنت أدوات البحث.

### 3.3. أهمية التحقق العلمي في علم النفس

لنفترض أن باحثًا لاحظ ارتفاع القلق لدى مجموعة من الطلبة قبل الامتحانات. تمثل هذه الملاحظة نقطة انطلاق للبحث، لكنها لا تكفي لإثبات أن الامتحانات هي السبب المباشر للقلق، أو أن جميع الطلبة يتأثرون بالطريقة نفسها. لذلك ينبغي تحديد الظاهرة بدقة، وصياغة سؤال بحثي، واختيار أدوات مناسبة، وجمع البيانات وتحليلها، ثم تفسير النتائج في ضوء الأدلة المتاحة. وهكذا ينتقل الباحث من الملاحظة الأولية إلى معرفة علمية يمكن فحصها ومناقشتها.

ومن المهم التأكيد أن المعرفة النفسية غير المتخصصة ليست بالضرورة خاطئة في جميع الحالات، فقد تتوافق بعض الأحكام اليومية مع نتائج البحث العلمي، لكن هذا التوافق لا يجعلها معرفة علمية ما لم تُدعّم بإجراءات وأدلة مناسبة.

**مثال:** قد يقول أحد الآباء: «ابني لا يركز في الدراسة لأنه كثير الانشغال بالألعاب الإلكترونية».

يمثل هذا القول تفسيرًا مستمدًا من الملاحظة والخبرة الأسرية. أما الباحث النفسي، فينطلق من هذا الاحتمال ليطرح سؤالًا علميًا حول العلاقة بين استخدام الألعاب الإلكترونية والانتباه والتحصيل الدراسي، ثم يحدد المتغيرات، ويختار أدوات القياس، ويجمع البيانات، ويفحص العلاقة بين هذه المتغيرات، مع مراعاة العوامل الأخرى المؤثرة. وهكذا يتحول الانطباع الأولي إلى سؤال قابل للدراسة العلمية.