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 الثانية: أسس البحث النفسي

تمهيد

لا يقتصر البحث العلمي على جمع المعلومات أو تسجيل الملاحظات حول الظواهر، بل يتجاوز ذلك إلى تنظيم المعطيات، والبحث عن العلاقات التي تربط بينها، وبناء تفسيرات تساعد على فهم الظاهرة وتوقع كيفية حدوثها في ظروف معينة.

وفي علم النفس، تكتسب هذه العملية أهمية خاصة؛ لأن موضوع الدراسة هو الإنسان بما يتضمنه من عمليات عقلية وانفعالية وسلوكية، تتفاعل فيها عوامل متعددة. لذلك يحتاج الباحث إلى إطار نظري ينظم معرفته، وإلى أهداف علمية واضحة توجه عملية البحث، مع مراعاة خصوصية الظاهرة النفسية وتعقيدها.

أولاً: النظرية العلمية في علم النفس

1. مفهوم النظرية العلمية

النظرية العلمية هي نسق من المفاهيم والافتراضات والمبادئ المترابطة، يُستخدم لتنظيم المعارف المتعلقة بظاهرة معينة وتفسيرها، وتوضيح العلاقات بين عناصرها. ولا تعني النظرية مجرد رأي شخصي أو تخمين، بل هي بناء معرفي يستند إلى معطيات وأدلة علمية، ويظل قابلاً للاختبار والنقد والتعديل في ضوء النتائج الجديدة. في علم النفس، تساعد النظريات على تفسير السلوك والعمليات العقلية والانفعالية، من خلال تقديم تصورات منظمة حول كيفية حدوثها والعوامل المؤثرة فيها.

مثال: يمكن أن تفسر نظرية التعلم السلوكية اكتساب بعض السلوكيات واستمرارها من خلال العلاقة بين المثيرات والاستجابات والتعزيز، بينما تركز المقاربة المعرفية على دور الانتباه والذاكرة والتفسير الذهني للمواقف.

2. وظائف النظرية العلمية

تؤدي النظرية العلمية مجموعة من الوظائف الأساسية:

- ❖ تنظيم المعرفة: ربط النتائج والملاحظات المتفرقة ضمن إطار مفاهيمي متماسك.
- ❖ تفسير الظواهر: تقديم تفسير للعلاقات والآليات التي تقف وراء حدوث الظاهرة.
- ❖ توجيه البحث: مساعدة الباحث على تحديد الأسئلة والفرضيات والمتغيرات التي ينبغي دراستها.
- ❖ توليد الفرضيات: اقتراح توقعات يمكن إخضاعها للاختبار التجريبي أو الميداني.
- ❖ تطوير المعرفة: فتح المجال أمام مراجعة التفسيرات السابقة وبناء تصورات أكثر دقة.

3. العلاقة بين النظرية والفرضية والقانون العلمي

ينبغي التمييز بين ثلاثة مفاهيم متقاربة، لكنها ليست مترادفة:

- النظرية العلمية: إطار تفسيري منظم يوضح كيف ولماذا تحدث الظواهر.
- الفرضية العلمية: توقع أو تفسير مؤقت ومحدد، قابل للاختبار من خلال جمع البيانات.
- القانون العلمي: وصف لعلاقة أو انتظام يتكرر بين ظواهر أو متغيرات في شروط محددة.

مثال:

إذا انطلق الباحث من نظرية معرفية تفترض أن طريقة تفسير الفرد للمواقف تؤثر في استجاباته الانفعالية، فقد يصوغ الفرضية الآتية: «توجد علاقة بين التفسيرات المعرفية السلبية وارتفاع مستوى القلق لدى الطلبة.«

تُختبر هذه الفرضية من خلال إجراءات بحثية مناسبة، ولا تتحول إلى حقيقة علمية لمجرد صياغتها أو تبنيها نظرياً.

ومن المهم التأكيد أن النظريات والقوانين العلمية لا تمثل حقائق مطلقة ونهائية، بل تظل خاضعة للمراجعة كلما ظهرت أدلة جديدة أو تطورت أدوات البحث.

ثانياً: أهداف البحث العلمي في علم النفس

يسعى البحث النفسي إلى تحقيق مجموعة من الأهداف المترابطة، ولا تمثل هذه الأهداف بالضرورة مراحل منفصلة، بل قد تتداخل في الدراسة الواحدة.

1 .الوصف(Description)

يقصد به تحديد خصائص الظاهرة النفسية وتسجيل مظاهرها كما تظهر في الواقع، بصورة منظمة ودقيقة.

يجيب الوصف عن أسئلة مثل: ما طبيعة الظاهرة؟ كيف تظهر؟ ما خصائص الأفراد الذين تظهر لديهم؟ ما مدى انتشارها أو تكرارها؟

مثال: وصف مستوى القلق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، وتحديد أبرز مظاهره المعرفية والانفعالية والسلوكية.

2 .الفهم(Understanding)

يتعلق بمحاولة استيعاب طبيعة الظاهرة، وتحديد مكوناتها والعوامل المرتبطة بها، وفهم الكيفية التي تتفاعل بها هذه العناصر.

مثال: دراسة كيفية ارتباط القلق الأكاديمي بطريقة إدراك الطالب للامتحان، وتصوراته حول قدراته وإمكاناته.

3 .التفسير(Explanation)

يتجاوز التفسير مجرد وصف الظاهرة أو تحديد العوامل المرتبطة بها، إلى البحث عن العلاقات والآليات التي يمكن أن تفسر حدوثها. ويتطلب ذلك التمييز بين مجرد التزامن أو الارتباط بين متغيرين وبين وجود علاقة سببية تدعمها أدلة وتصميمات بحثية مناسبة.

مثال: لا يكفي أن نجد علاقة بين قلة النوم وضعف التركيز لنستنتج مباشرة أن قلة النوم هي السبب الوحيد في ضعف التركيز؛ إذ ينبغي فحص عوامل أخرى محتملة، مثل الضغط النفسي والحالة الصحية وطبيعة المهام المعرفية.

4 .التنبؤ(Prediction)

يقصد به تقدير احتمال حدوث ظاهرة أو سلوك معين، اعتماداً على معرفة العلاقات والانتظامات التي كشفت عنها الدراسات السابقة.

مثال: استخدام بعض المؤشرات النفسية والأكاديمية لتقدير احتمال مواجهة الطالب صعوبات في التكيف الجامعي.

والتنبؤ في علم النفس احتمالي، وليس يقينياً؛ لأن السلوك الإنساني يتأثر بعوامل متعددة ومتغيرة.

5 .التدخل والتغيير(Intervention and Change)

يهدف البحث النفسي، في بعض تطبيقاته، إلى الاستفادة من المعرفة العلمية في تصميم تدخلات تساعد على تحسين الأداء النفسي والتكيف، أو الحد من المشكلات والاضطرابات.

مثال: الاستناد إلى نتائج البحوث المتعلقة بالقلق لتصميم برنامج إرشادي يستهدف تطوير مهارات التعامل مع الضغوط الأكاديمية.

ويجب التمييز هنا بين البحث الذي يهدف إلى إنتاج المعرفة، والتدخل النفسي الذي يهدف إلى إحداث تغيير لدى الفرد أو الجماعة. وقد يجمع البحث التطبيقي بين الهدفين، وفق تصميم وإجراءات محددة.

ثالثاً: خصوصية الظاهرة النفسية وأثرها في البحث العلمي

تتميز الظاهرة النفسية بمجموعة من الخصائص التي تجعل دراستها تتطلب عناية منهجية خاصة. فالسلوك والعمليات النفسية لا تنشأ عادة عن عامل واحد، بل تتشكل نتيجة تفاعل مجموعة من المحددات الفردية والاجتماعية والثقافية والبيولوجية.

1 .تعدد المحددات النفسية والسلوكية

يتأثر السلوك الإنساني بتفاعل عوامل مختلفة، منها: عوامل بيولوجية وعصبية، عوامل معرفية، مثل الانتباه والتفكير والذاكرة، عوامل انفعالية، مثل الخوف والقلق والغضب، عوامل شخصية وفردية، عوامل أسرية واجتماعية وثقافية، عوامل مرتبطة بالموقف والسياق.

مثال: لا يمكن تفسير العدوان لدى مراهق بعامل واحد فقط، كالإحباط أو التنشئة الأسرية؛ بل ينبغي دراسة تفاعل الخصائص الفردية والخبرات السابقة والعلاقات الأسرية والظروف الاجتماعية والمواقف المحيطة.

2 .صعوبة الملاحظة المباشرة للعمليات النفسية

بعض موضوعات علم النفس، مثل التفكير والذاكرة والدوافع والمعتقدات والانفعالات، لا يمكن ملاحظتها مباشرة بالطريقة نفسها التي نلاحظ بها السلوك الظاهر. لذلك يعتمد الباحث على مؤشرات تسمح بالاستدلال عليها، مثل: الاستجابات السلوكية، التقارير اللفظية والتقديرات الذاتية، نتائج الاختبارات والمقاييس النفسية، المؤشرات الفسيولوجية والعصبية. ويجب الانتباه إلى أن المؤشر المستخدم لا يمثل دائماً العملية النفسية بكاملها؛ فقد يعكس جانباً منها فقط.

مثال: يمكن قياس الذاكرة من خلال أداء الفرد في اختبار معين، لكن نتيجة الاختبار لا تعبر بالضرورة عن جميع جوانب قدرته على التذكر في مختلف المواقف.

3 .الفروق الفردية

لا يستجيب الأفراد بالطريقة نفسها للمواقف والظروف ذاتها؛ إذ تختلف استجاباتهم تبعاً لخصائصهم الشخصية والمعرفية والانفعالية وخبراتهم السابقة. وهذا يعني أن النتائج التي يتم التوصل إليها لدى مجموعة معينة لا يمكن تعميمها تلقائياً على جميع الأفراد.

مثال: قد يؤدي موقف الامتحان إلى ارتفاع القلق لدى بعض الطلبة، بينما يتعامل معه آخرون بدرجة أكبر من الهدوء، رغم خضوعهم للظروف الأكاديمية نفسها.

4 .تأثير السياق الاجتماعي والثقافي

لا يمكن فهم الظواهر النفسية بمعزل عن السياق الذي تحدث فيه؛ لأن المعايير الاجتماعية والقيم الثقافية والظروف الأسرية والاقتصادية تؤثر في السلوك وفي الطريقة التي يدرك بها الأفراد تجاربهم ويعبرون عنها.

مثال: قد تختلف طريقة التعبير عن الحزن أو طلب المساعدة النفسية من مجتمع إلى آخر، تبعاً للمعايير الثقافية والاجتماعية السائدة.

ولهذا ينبغي على الباحث مراعاة الخصوصية الثقافية عند اختيار أدوات القياس وتفسير النتائج وتعميمها.

5 .الطبيعة الديناميكية والمتغيرة للظواهر النفسية

الظواهر النفسية ليست ثابتة بالضرورة؛ فقد تتغير بتغير العمر والخبرة والظروف الحياتية والعلاقات الاجتماعية والتدخلات النفسية.

مثال: قد تتغير استراتيجيات مواجهة الضغط لدى الفرد نتيجة اكتساب خبرات جديدة أو الاستفادة من برنامج إرشادي.

وهذا يجعل دراسة الظواهر النفسية تتطلب أحياناً تتبع التغير عبر الزمن، بدلاً من الاكتفاء بقياسها في لحظة واحدة.

6 .الطابع الاحتمالي للنتائج النفسية

بسبب تعدد العوامل المؤثرة في السلوك واختلاف الأفراد والسياقات، فإن نتائج البحث النفسي غالباً ما تقدم مؤشرات واحتمالات واتجاهات عامة، ولا تسمح دائماً بتقديم تنبؤات يقينية بشأن سلوك فرد معين.

فوجود علاقة إحصائية بين متغيرين لا يعني أن هذه العلاقة تنطبق على كل فرد، ولا يعني بالضرورة وجود علاقة سببية بينهما.

وهذا لا يقلل من علمية علم النفس، بل يبرز أهمية استخدام مناهج وأدوات مناسبة لطبيعة موضوعه.