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 الثالثة: مراحل إنجاز البحث

تمهيد

لا تقتصر أهمية البحث العلمي في علم النفس على إنتاج المعارف والنظريات، بل تمتد إلى الاستفادة من هذه المعارف في فهم المشكلات النفسية والاجتماعية والتربوية، وتطوير أساليب الوقاية والتقييم والتدخل. ومن هنا تظهر العلاقة بين البحث العلمي والممارسة النفسية؛ فالبحث يوفر الأدلة والمعطيات التي يمكن أن تستند إليها الممارسة المهنية، بينما تتيح الممارسة الميدانية ملاحظة مشكلات جديدة تثير تساؤلات بحثية وتدفع إلى تطوير المعرفة. غير أن الانتقال من ملاحظة مشكلة نفسية إلى دراستها علمياً أو التدخل بشأنها يتطلب اتباع خطوات منهجية واضحة، تضمن دقة النتائج وملاءمة الإجراءات واحترام أخلاقيات البحث.

أولاً: العلاقة بين البحث العلمي والتدخل النفسي

1. مفهوم التدخل النفسي: التدخل النفسي هو مجموعة من الإجراءات المهنية المنظمة والمقصودة، التي يقوم بها مختص أو فريق من المختصين بهدف مساعدة فرد أو جماعة أو مؤسسة على التعامل مع صعوبة نفسية أو سلوكية أو اجتماعية، أو تحسين مستوى التكيف والأداء النفسي. وقد يتخذ التدخل النفسي أشكالاً متعددة، منها:

- التدخل الوقائي: يهدف إلى الحد من عوامل الخطر وتعزيز عوامل الحماية قبل ظهور المشكلة أو تفاقمها.
- التدخل الإرشادي: يساعد الأفراد على فهم صعوباتهم وتطوير مهارات التعامل معها واتخاذ القرارات.
- التدخل العلاجي: يستهدف معالجة الاضطرابات أو الصعوبات النفسية وفق أساليب علاجية تستند إلى أسس علمية.
- التدخل التربوي والنمائي: يركز على دعم النمو النفسي والمعرفي والاجتماعي وتحسين التكيف في البيئة التعليمية أو الأسرية.

2. الفرق بين البحث العلمي والتدخل النفسي : على الرغم من وجود علاقة وثيقة بينهما، فإن البحث العلمي والتدخل النفسي ليسا نشاطاً واحداً.

التدخل النفسي	البحث العلمي	وجه المقارنة
إحداث تغيير أو تحسين في وضع نفسي معين	إنتاج المعرفة واختبار التفسيرات	الهدف الأساسي
حاجة أو صعوبة لدى فرد أو جماعة	سؤال أو مشكلة بحثية	نقطة الانطلاق
تقييم مهني وتخطيط وتنفيذ ومتابعة	تصميم بحثي وجمع بيانات وتحليلها	الإجراءات
تغيرات في الأداء أو التكيف أو الأعراض	استنتاجات ومعارف قابلة للفحص	النتائج
يرتبط أساساً بالحالة أو الفئة المستهدفة	وفق خصائص العينة والتصميم وحدود الدراسة	مجال التعميم

وقد يجتمع البحث والتدخل في دراسة واحدة، كما يحدث في البحوث التجريبية وشبه التجريبية التي تختبر فعالية برنامج إرشادي أو علاجي.

3. كيف يستفيد التدخل النفسي من البحث العلمي؟ تظهر أهمية البحث العلمي في الممارسة النفسية من خلال عدة جوانب:

أ. تحديد طبيعة المشكلة: تساعد الدراسات على فهم الظاهرة النفسية وتحديد خصائصها والعوامل المرتبطة بها.
ب. اختيار أساليب التدخل: توفر نتائج البحوث أدلة تساعد المختص على اختيار التدخلات الأكثر ملاءمة للمشكلة والفئة المستهدفة.
ج. تقييم الفعالية: تسمح البحوث بتقدير مدى تحقيق التدخل للأهداف المحددة، بدلاً من الاعتماد على الانطباعات الشخصية وحدها.
د. تطوير الممارسة المهنية: تتيح النتائج مراجعة الإجراءات المهنية وتعديلها وتحسينها وفق الأدلة الجديدة.

4. الممارسة النفسية المبنية على الأدلة العلمية

يقصد بالممارسة المبنية على الأدلة اعتماد أفضل المعطيات البحثية المتاحة، إلى جانب الخبرة المهنية للمختص، وخصائص الفرد وتفضيلاته وظروفه. ولا تعني هذه الممارسة تطبيق تقنية واحدة بصورة آلية على جميع الحالات، بل تتطلب تقديراً مهنياً يراعي اختلاف الأفراد والسياقات.

مثال: إذا أراد مختص نفسي إعداد برنامج للحد من القلق الأكاديمي لدى الطلبة، فإنه لا يكتفي باختيار مجموعة من الأنشطة التي تبدو مفيدة، بل يحتاج إلى: مراجعة الدراسات العلمية حول القلق الأكاديمي، تحديد حاجات الفئة المستهدفة، اختيار أساليب تدخل تتناسب مع طبيعة المشكلة، تحديد مؤشرات واضحة لقياس التغير، تقييم نتائج البرنامج بعد تطبيقه. وبذلك يصبح التدخل أكثر ارتباطاً بالمعرفة العلمية وقابلاً للتقييم والتطوير.

ثانياً: مراحل إنجاز البحث العلمي في علم النفس

يمر البحث العلمي بمجموعة من المراحل المترابطة، التي تساعد الباحث على تنظيم عمله وضبط قراراته المنهجية. وقد تختلف تفاصيل هذه المراحل بحسب طبيعة الدراسة وتصميمها، لكنها تشترك في منطق عام يبدأ بتحديد المشكلة وينتهي بمناقشة النتائج وتقديم الاستنتاجات.

1. اختيار موضوع البحث وتحديد المشكلة

تتمثل الخطوة الأولى في اختيار موضوع يرتبط بمجال علم النفس ويستجيب لاهتمام علمي أو حاجة ميدانية.
لكن الموضوع العام لا يمثل مشكلة بحثية مكتملة؛ إذ ينبغي تضييق نطاقه وتحديد الجانب الذي يرغب الباحث في دراسته.

مثال:

الموضوع العام: الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.
الموضوع الأكثر تحديداً: القلق الأكاديمي لدى طلبة السنة الأولى.
المشكلة البحثية: التساؤل حول طبيعة العلاقة بين القلق الأكاديمي والتكيف الجامعي لدى طلبة السنة الأولى.
ويُراعى عند اختيار المشكلة: أهميتها العلمية أو التطبيقية، قابليتها للدراسة والبحث، وضوح مفاهيمها وحدودها، توافر الإمكانات والبيانات اللازمة، واحترام الاعتبارات الأخلاقية.

2. مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة

يقصد بها الاطلاع المنظم على ما أُنجز سابقاً من دراسات وأبحاث ونظريات مرتبطة بالموضوع.
ولا تقتصر مراجعة الأدبيات على جمع التعريفات أو تلخيص الدراسات واحدة تلو الأخرى، بل تهدف إلى:
تحديد المفاهيم الأساسية للموضوع، التعرف على النظريات والتفسيرات المعتمدة، معرفة المناهج والأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة، مقارنة النتائج وتحديد أوجه الاتفاق والاختلاف، الكشف عن الجوانب التي لا تزال تحتاج إلى دراسة.
وتساعد هذه المرحلة الباحث على تجنب التكرار غير المبرر، وتحديد الإضافة العلمية التي يمكن أن يقدمها بحثه.

3. صياغة سؤال البحث والفرضيات

بعد تحديد المشكلة ومراجعة الأدبيات، يصوغ الباحث سؤالاً رئيسياً يحدد ما يريد الوصول إليه. وقد تتفرع عنه أسئلة فرعية تساعد على تنظيم الدراسة. أما الفرضيات فهي توقعات علمية مؤقتة بشأن طبيعة العلاقة أو الفروق بين المتغيرات، وتُستخدم عندما تكون طبيعة البحث وأهدافه تسمح بذلك.

مثال:

سؤال البحث :هل توجد علاقة بين الدعم الاجتماعي ومستوى الالتزام بالعلاج لدى المرضى المصابين بداء السكري من النوع الثاني؟

الفرضية :توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الدعم الاجتماعي ومستوى الالتزام بالعلاج لدى المرضى المصابين بداء السكري من النوع الثاني.

ومن المهم الإشارة إلى أن بعض البحوث الاستكشافية والكيفية تنطلق من أسئلة بحثية مفتوحة، ولا تشترط صياغة فرضيات مسبقة.

4. تحديد المفاهيم والمتغيرات والتعريفات الإجرائية

يحتاج الباحث إلى تحديد المفاهيم الأساسية التي يستخدمها، حتى لا تبقى غامضة أو قابلة لتفسيرات متعددة.

ويجب التمييز بين التعريف النظري الذي يوضح المعنى العلمي للمفهوم استناداً إلى الأدبيات والنظريات والتعريف الإجرائي الذي يحدد الكيفية التي سيُدرس بها المفهوم أو يُقاس في البحث الحالي.

مثال:

إذا كان موضوع الدراسة هو الالتزام بالعلاج لدى مرضى السكري من النوع الثاني:

- التعريف النظري :يشير الالتزام بالعلاج إلى مدى توافق سلوك المريض مع التوصيات العلاجية المتفق عليها مع الفريق الصحي، بما يشمل تناول الأدوية واتباع النظام الغذائي والمراقبة الصحية والالتزام بالمواعيد الطبية.
- التعريف الإجرائي :الدرجة التي يحصل عليها المريض في المقياس المعتمد لقياس الالتزام بالعلاج، وفق الأبعاد وطريقة التصحيح المحددة في الدراسة.

كما ينبغي تحديد المتغيرات وطبيعة العلاقات المفترضة بينها، إذا كان البحث يتطلب ذلك.

5. اختيار المنهج والتصميم البحثي

يختار الباحث المنهج والتصميم المناسبين وفق طبيعة المشكلة والأهداف والأسئلة والفرضيات.

ومن المناهج الشائعة في علم النفس نجد المنهج الوصفي، المنهج الارتباطي، المنهج شبه التجريبي

6. تحديد مجتمع البحث والعينة

يقصد بمجتمع البحث جميع الأفراد أو الوحدات التي تستهدف الدراسة الوصول إلى نتائج بشأنها.

أما العينة فهي مجموعة جزئية من هذا المجتمع تُختار وفق إجراءات محددة.

ويحتاج الباحث إلى: تحديد المجتمع الأصلي للدراسة. وضع معايير الاشتمال والاستبعاد عند الحاجة. اختيار طريقة المعاينة المناسبة. تحديد حجم العينة بما يتناسب مع التصميم والأهداف. مراعاة مدى تمثيل العينة للمجتمع المستهدف.

7. اختيار أدوات جمع البيانات والتحقق من جودتها

تختلف أدوات جمع البيانات بحسب طبيعة الظاهرة والمنهج المعتمد، ومن أبرزها: الاختبارات النفسية. المقاييس والاستبيانات.

المقابلات. الملاحظة المنظمة. تحليل الوثائق والسجلات. وينبغي أن يراعي الباحث مدى ملاءمة الأداة للمتغيرات المدروسة والفئة المستهدفة والسياق الثقافي واللغوي. كما ينبغي فحص خصائصها السيكومترية

8. جمع البيانات

بعد إعداد التصميم والأدوات، ينتقل الباحث إلى التطبيق الميداني وفق إجراءات موحدة ومنظمة قدر الإمكان.

وتتطلب هذه المرحلة: توضيح هدف الدراسة للمشاركين. الحصول على الموافقة المستنيرة. احترام الخصوصية والسرية.

تطبيق الأدوات وفق تعليماتها. تسجيل البيانات بدقة. تجنب التأثير غير المبرر في استجابات المشاركين.

وتُعد جودة البيانات التي يتم جمعها أساساً لصحة التحليل والاستنتاجات اللاحقة.

9. تحليل البيانات وتفسير النتائج

تختلف طريقة تحليل البيانات حسب طبيعتها وسؤال البحث. في البحوث الكمية، قد يستخدم الباحث الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية، مثل المتوسطات والانحرافات المعيارية واختبارات الفروق ومعاملات الارتباط. أما في البحوث الكيفية، فيمكن استخدام تحليل المضمون أو التحليل الموضوعاتي أو غيرهما من أساليب تحليل المعطيات النوعية.

ولا يكفي عرض الأرقام أو الموضوعات المستخلصة؛ بل ينبغي تفسيرها في ضوء أسئلة البحث والإطار النظري والدراسات السابقة. كما يجب التمييز بين النتائج التي تدعمها البيانات والاستنتاجات التي تتجاوز حدودها.

10. مناقشة النتائج واستخلاص الاستنتاجات

تسمح المناقشة بتحديد دلالة النتائج ومعناها العلمي، من خلال: ربط النتائج بأسئلة البحث وفرضياته. مقارنتها بنتائج الدراسات السابقة. تفسير أوجه الاتفاق والاختلاف. تحديد الإسهام العلمي للدراسة. توضيح حدود البحث ومواطن القصور. اقتراح دراسات مستقبلية. ويجب أن تستند الاستنتاجات إلى المعطيات الفعلية، دون مبالغة في التعميم أو ادعاء علاقات سببية لا يسمح التصميم بإثباتها.

11. كتابة التقرير العلمي وعرض النتائج

تمثل كتابة التقرير المرحلة التي يعرض فيها الباحث عمله بصورة منظمة تسمح للآخرين بفهم إجراءاته وتقييم نتائجه والاستفادة منها. ويتضمن التقرير العلمي عادة: المقدمة ومشكلة البحث. الإطار النظري والدراسات السابقة. الإجراءات المنهجية.

عرض النتائج. مناقشة النتائج. الاستنتاجات والتوصيات. قائمة المراجع والملاحق عند الحاجة. وتُعد الأمانة العلمية والتوثيق الدقيق ووضوح اللغة من الشروط الأساسية لجودة التقرير.

ثالثاً: العلاقة التكاملية بين مراحل البحث

لا ينبغي النظر إلى مراحل البحث باعتبارها خطوات منفصلة تماماً أو مساراً جامداً لا يقبل المراجعة؛ إذ قد تدفع نتائج مرحلة معينة الباحث إلى العودة إلى مرحلة سابقة لتعديل قراراته. فقد يكتشف الباحث أثناء مراجعة الأدبيات أن المشكلة تحتاج إلى إعادة تحديد، أو يجد أن أداة القياس غير مناسبة، أو يلاحظ أثناء جمع البيانات أن بعض الإجراءات تحتاج إلى ضبط.

وهذا يعني أن البحث العلمي يتسم بالتنظيم والمرونة في الوقت نفسه؛ فهو يتطلب الالتزام بالمنهجية، مع الاستعداد لمراجعة القرارات كلما ظهرت معطيات تستدعي ذلك.