

١. السلوك والعوامل المؤثرة فيه

اختلف العلماء في تحديد معنى السلوك Behavior ، فمنهم من يقتصره على النشاط الحركي الظاهر الذي يمكن ان يشاهده اشخاص آخرون ، كالمشي والكلام والاكل والهرب... الخ. ومنهم ان يبسط مفهومه بحيث يشمل جميع ما يصدر عن الفرد من نشاط ظاهري او نشاء. باطن كالتفكير والتذكر والشعور بالانفعال.. وهو يتفاعل مع بيئته ويحاول التكيف لها.

تعريفه فالسلوك كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة ازاء موقف يواجهه.

ويقصد بالاستجابة Roponse كل نشاط يثيره منه او مثير Stimulus وقد تكون الاستجابة على الصورة التالية:

- ١- (حركية) كتحريك ذراعك للرد على شخص يحييك كالهرب من خطر مائل امامك او كإنقباض حدقة العين ان سلط عليها ضوء شديد.
- ٢- (لفظية) كالرد على سؤال يوجه اليك او تعبيرك عن فكرة تجول في خاطرك باللغة.
- ٣- (فسيولوجية) كارتفاع ضغط الدم ، او زيادة افراز غدة ، او تقلص عضلات المعدة.
- ٤- (انفعالية) كالغضب عند سماع كلمة معينة ، او الحزن لسماع خبر معين.
- ٥- (معرفية) أي ان يراد بها كسب معرفة كالنظر والسمع والتفكير والتذكر.
- ٦- بل قد تكون الاستجابة بالكف عن النشاط كالتوقف عن السير او الاكل او التفكير عند سماع امر معين.

اما المنبه او المثير فهو أي امر خارجي او داخلي ، يثير نشاط الكائن الحي

او نشاط عضو من اعضائه ، او يغير هذا النشاط او يعطله والمنبهات الخارجية اما فيزيقية كموجات الضوء او تغير درجة الحرارة والروائح المختلفة.. او اجتماعية كمقابلة صديق او صرخة استغاثة او سماع مناقشة ، اما المنبهات الداخلية فقد تكون فسيولوجية كإنخفاض مستوى السكر في الدم او تكون منبهات نفسية كالافكار والذكريات والتصورات الذهنية والمعتقدات والتفكير في الطعام قد يثير الجوع ونقص الخط يحملنا على التحرك.

برنامج معين. كما تستخدم في تحليل الأعمال المهنية يدوية كانت او غير يدوية لمعرفة ما يطلبه العمل من حركات او عمليات واهمية كل منها او لتحديد الواجبات التي يتطلبها اداء العمل ... الخ.

٣- البحوث التجريبية:

الهدف منها هو اختبار صحة الفروض المطروحة ، والتجربة هي الملاحظة التي يقوم بها الباحث تحت ظروف معينة يمكنه التحكم فيها ، وتتبع التجربة خطوات محددة في البحث تبدأ بالملاحظة وايجاد مشكلة الدراسة وتنتهي بالنتائج كما تشمل التجربة عدة عناصر ومتغيرات كالمجموعات الضابطة والتجريبية والمتغيرات التابعة والمستقلة.

اهم مناهج البحث في علم النفس

المناهج التالية تقوم على الملاحظة العلمية:

١- منهج التأمل الباطن:

تسمى كذلك بمنهج الاستبطان Introduction ويعني التأمل الذاتي في محتويات الشعور سواء اكانت خبرات حسية او عقلية او انفعالية مع ملاحظة منظمة صريحة تستهدف وصف هذه الحالات وتحليلها او تأويلها احياناً.

ومن الامثلة على ذلك حين نصف لصديق ما نشعر به من تعب او قلق او

سرف منهج الاستبطان واذكراهمية

وقد يدور الاستبطان على الحالات الشعورية الحاضرة والماضية. وان اهمية

الاستبطان يمكن ان تبدو للاسباب التالية

انه الوسيلة الوحيدة لدراسة بعض الظواهر والاحوال النفسية كالاحلام

واحلام اليقظة او شعور الفرد اثناء انفعال الخوف او الغضب وغيرها.

يمكن الاستفادة منه في بعض الدراسات التجريبية حين نسأل الشخص

الذي تجري عليه التجربة ان يصف لنا ما يرى او يسمع او ما يشعر به بعد

مجهود ذهني طويل.

هذا المنهج ، والذي يستخدم وسائل عدة لجمع البيانات اللازمة لتحقيق اغراضه ، ومنها دراسة الحالة ، ومن الطرق التي يستخدمها هذا المنهج دراسة ألعاب الاطفال المشكلين حيث يتم من خلال اللعب واكتشاف الحياة النفسية الشعورية واللاشعورية للطفل والعمل على تشخيص متاعبه النفسية ولعلاجه ايضاً وبخلاف ميدان المنهج الكلينيكي عن ميدان الدراسات التجريبية التي تجري على اعداد كبيرة في انه يهتم بحالات فردية. غير ان هذا لا يحول دون التصميم من دراسة عدد كبير من الحالات الفردية المتشابهة.

المنهج التجريبي:

التجربة ملاحظة مقصودة مقبلة بشروط تجعلها تحت مراقبة الباحث وإشرافه. لذا كان لابد له ان يتدخل فيزب الظروف التي تقع فيها الظواهر ترتيباً معيناً ثم يلاحظ ما يحدث وذلك ان العلم لو اقتصر في بحوثه على انتظار وقوع الاحداث والظواهر لملاحظتها لكان سببه بطلاً. ويمكن ان تعرف التجربة بأنها تغير مدبر يحدثه الباحث عمداً في ظروف الظواهر.

والمنهج التجريبي يعتمد على الملاحظة الموضوعية الدقيقة ، ولكنه يتميز عنها في قدرته على التحكم في مختلف العوامل التي يمكن ان تؤثر في سلوك المدروس ، كما انه يتيح الكشف عما بين الاسباب والنتائج من علاقات. وينضح المنهج التجريبي من خلال الخطوات التالية:

- 1- وجود مشكلة وتحديد لها.
- 2- صياغة فرض او عدة فروض.
- 3- اختبار صحة الفروض.