الباب الثاني

النظرة العامة عن الروحية و النفسية

علم النفس من العلوم المحببة إلى كل إنسان، و الواقع أن كل فرد منا يحمل في نفسه معمله الخاص الذي يستطيع به أن يتأمل ما يجري في نفسه، ويقارنه بما يجري في نفوس الغير بما يلاحظه من سلوكهم، وأن يطابق بين احساساته وبين الآراء التفسيرات العلمية التي يصادفها.

و من ثم يمكن القول أن علم النفس بالرغم من أنه علم حديث في صورته التي نعرفها الآن إلا أن بذوره متأصلة و موجودة منذ وجد الإنسان مهما كان جنسه أو أصله.[٢٠]

و تهدف الدراسة الحالية إلى تقديم المعرفة الأساسية لدارسي علم النفس و بناء حسهم النفسي حتى يتمكنوا من ترشيد علاقتهم مع أنفسهم ومع الآخرين، وأيضا من الاستفادة منجزات هذا العلم في مواقع عملهم مستقبلا.

٢٠- الشيخ كامل محمد محمد عويضة، علم النفس ، ص ٣

فالتقدم العلمي والتكنولوجي الذي يعيشه المجتمع الإنساني في القرن العشرين جعل قضايا علم النفس تحتل مركز الصدارة، وهذا حقيقة يعيها علماء النفس والطب النفسي فحيث يوجد الإنسان يوجد علم النفس.

الفصل الأول

تعريف علم النفس وتطوره التاريخي

علم النفس Psychology مشتق من كلمتين يونانيتين.[٢١] Psyche بمعنى الروح أو العقل أو الذات، Logos وتعني العلم أو الدراسة. و بالتالي يكون علم النفس هو دراسة الذات كما تكشف عن نفسها في الأداء و العمل و النشاط--أي في السلوك.[٢٢]

و من ثم يمكن تعرف علم النفس بأنه "العلم الذي يدرس سلوك الإنسان أي يصف هذا السلوك ويحاول تفسيره."

و نقصد بالسلوك كل ما تصدر عن الفرد من استجابات مختلفة إزاء موقف يواجهه إزاء مشكلة يحلها، أو خطر يهدده، أو قرار يتخذه، أو مشروع يخطط له، أو درس يحفظه، أو مقالة

٢١-- الشيخ كامل محمد محمد عويضة، مدخل إلى علم النفس، ص ٣

٢٢-- علم النفس، ص ٣

يكتبها، أو آلة يصلحها، أو مسابقة يعمل على الفوز فيها، أو لوحة فنية يتأملها، أو أزمة نفسية يكابدها.

يمتاز الربع الأخير من القرن العشرين بالصبغة الإنسانية الأمر الذي دعا جميع الدول المتقدمة والنامية أن تسعى جاهدة إلى العناية الفائقة بالإنسان حتى أصبح الإنسان كفرد و كمجموع هو محور الحياة في السنوات الأخير. و من هنا كان على علوم الإنسانية أن تتبوأ مركزها الطبيعي.[٢٣]

و لما كان علم النفس يهدف إلى دراسة الهندسة البشرية، فقد احتل موقع الصدارة بين علوم الإنسانية نظرا لأهمية هذا العلم في توفير الحياة السعيدة للأفراد و الجماعات، كما انه يبحث في التكوين العقلي للإنسان للتعريف إلى دوافع سلوكه وقدراته الطبيعية لمساعدته على تحديد أسلوب حياته وحل مشكلاته، ويشترك علم النفس في هذا الهدف مع العلوم الإنسانية الأخرى.

---

[٢٣]- Abu Ahmadi. Drs. Psikologi Umum, hal -

وحيث أن علم النفس يعتبر أحد العمد الحضاريـــة الـــتي تسهم إسهاما إيجابيا في تحقيق رضاء الفرد و سعادته، فقد أصبح لزاما عليه أن يجابه هذا التحدي ويتجه ٰلى دراسة الإنســـان و البحث فيما يأتي:[٢٤]

١ -- يبحث علم النفس في كل ما يفعله الإنسان سواء مـا يقوله في أحاديث أو يصدر عنه من ســلك حركـة وجسمي و لفظي وعقلي واجتماعي وانفعالي.

٢ -- يبحث علم النفس كل ما يشعر به الإنسان من راحة أو تعب وضيق من اتزان أو انفعال، مـــن رغبـة أو عزوف.

٣ -- يبحث علم النفس في كل ما يدركه الإنسان: كيف يتعلم وكيف يتذكر، كيف يصمم وكيف يفكـــر، كيف يتخيل وكيف يبتكر، لماذا يثور ولماذا ينفعـــل، لماذا يحب ولماذا يكره، لماذا يخاف و يغضب.

٢٤-- مدخل إلى علم النفس، ص ٥

وفي كل هذه المباحث يحاول علم النفس أن يعطي تفسيرا لهذا السلوك ودوافع التصرفات التي نشأت من علاقة الإنسان في البيئة التي يعيش فيها.

و يعتبر علم النفس في صورته الحديثة علما جديدا لأنه كان يدرس ضمن دائرة الفلسفة عيها بالتدريج، ثم تأثر بعد ذلك بأبحاث و نظريات علوم الحياة، ثم استقامت طرائقه، و وضح منهجه وأسلوبه، وتحديد ميدانه فأصبح اليوم علما قائما بذاته له مبادئه وتطبيقاته وقوانينه العلمية.

ومما يدل على أن بذور هذا العلم متأصلة وموجودة منذ وجد الإنسان وإن كانت قد اتخذت صورا مختلفة على مر الزمان وتعلق العصور، أننا نجد المفاهيم النفسية و المعاني ذات الأصل السيكولوجي في جميع اللغات و اللهجات، ففي قواميس اللغات و اللهجات القديمة و الحديثة عند الشعوب المختلفة نجد كثيرا من العبارات والمعاني النفسية كالحب، و الكراهية، والغضب، و الأمل، واليأس و الطموح، والتراجع، والتفكير، والانفعال وهكذا.

فكثيرا ما نصادف أفرادا يتحدثون مصطلحات نفسية من غير معناها الصحيح، ويلقون أحكاما خاطئة على تصرفات غيرهم في ثوب من العبارات ذات الأصل النفسي، وقد يتسبب عن ذلك بلبلة من الأفكار، وأخطار لا يستهان بها بسبب عدم القدرة على التحديد المعاني الحقيقة واستعمال الألفاظ و المصطلحات النفسية من غير مدلولاتها الصحيحة.

وإذن فلابد من الدراسة العلمية لحقائق علم النفس، و الإفادة من خبرة العلماء السابقين و آرائهم فيه، و متابعة تطور نظريات علم النفس و تطبيقاته الحديثة في ميادين الحياة المختلفة.

الفصل الثاني

رجل عند ماسلو (Maslow)

ليحاولَ فَهْمُ تّنويع النّفسِ وتعقيده، يصف علماء النفس ثلاثة أفكار للفرد(personological): علم التحليل النفسي، behaviorism، وإنساني. أما علم التحليل النفسي، يَخْرجُ من دراسةِ سيجموند فريود(Sigmund Freud) للأفرادِ الذين تزعجَهم عقول، وعلاقتهم بالناس كمخلوقِ ذي غريزةِ ونزاعِ. يُؤكّدُ هذا الدرس بالدوافع والطاقات التي سَيْطَرت سّلوكَ الناس. فالتلَخيّصَ من قِبل بي. إف. سكيننير(B. F. Skinner)، أنه يُميّزُ رجلاً كضحيّةِ من دوافعه الخارجية والمرونةُ، والسلبية واللطيفة. ويأكد أن التَعْليمَ كالتّفسيرِ الرّئيسي للسّلوكِ الإنساني. فا الإنسانية، عند دراسةِ إبرادنام ماسلو للأفرادِ الصّحّيين والنشطين، تصورُ إختلاف الطبيعة البشريةِ. يُؤكّدُ أن الإنسان في حقيقتهم جيدون

نظرية ماسلو عن الإنسانية التي تبين عنيقة (peculiarity (uniqueness الفردي وأهمية القيَم والمعنى، والإمكانية لنمـــو الجهـــةِ الـــذّاتي والشّخصي قَدْ كَانتَ مؤثرةَ في تَرْقِيةِ فكرِ وجـــودي. الفلســـفة الوجودية تَهتمُّ بالرّجلِ كفردِ والمشكلةِ الفريدةِ لإيجـــادِ نفســـه. فالرّجل بشكل حرفي كمخلوق يعيش في العالم، يفهم وجـــوده وزواله وكذلك موته. الوجوديون (Existentialists) يَعتقـــدونَ أن كل شخصٍ يسير في الحياة قدر حظه، حيث كان للفرد حريـــةُ كاملةُ في بدة وكل في الإحتيارشخصِ ومسؤول عن وجـــوده.[٢٦] وكذلك إنسا نيون (Humanist) الوجوديون يَعتقـــدونَ أن كـــل شخصٍ مسؤول عن أفعاله، كقول سارتر (Sartre) غالباً :" أنـــا كإختياراتي " كل فردِ يعين سلوكه وخبرتـــه. هكـــذا، عنـــد الإنسانيين، المطلب لايجاد النفس يَتطلّبُ أكثر من إنجاز الحاجاتِ البيولوجيةِ والغرائزِ الجنسيةِ. اعتبرَ ماسلو أن هـــذه الحاجـــاتِ كعمليةِ تحقيق ذات (self-actualization).[٢٧]

٢٦- نفس المرجع، ص ٣٦٤

٢٧- نفس المرجع، ص ٣٦٥

وَصفَ ماسلو أن سلوكَ الإنسان لاجل إسباع حاجاتـــه، كمخلوق طموح " طموح الحيوانَ " ولكنه غير مقتنع بحالـــة في معظم الأحيان. إن الرغب بالأشياء من حياةِ الإنســـانيةِ. هـــذه الأمنياتِ الإنسانيةِ فطريةُ وكانت ترتّـــب في تـــدرجِ الأولويـــةِ والفعاليةِ. من هذا التدرجِ، الحاجات الفسيولوجية لبقاء الحيـــاة، هي حاجة أساسيةِ، تَليها الحاجات الاجتماعية مثل إحتيـــاج إلى الأمنِ، والإلتماء والحبِّ. ما بعد هذا أعلى حاجـــات حاجـــة الاحترام، حاجةُ إنسانيةُ في يدة من حاجة التّحقيـــقِ الـــذّاتي أو حاجةِ للإنجازِ الشّخصي من إدْراكِه مكانةِ الإنسان الفرديةِ.[٢٨]

حاجات لتحقيقِ الذاتي

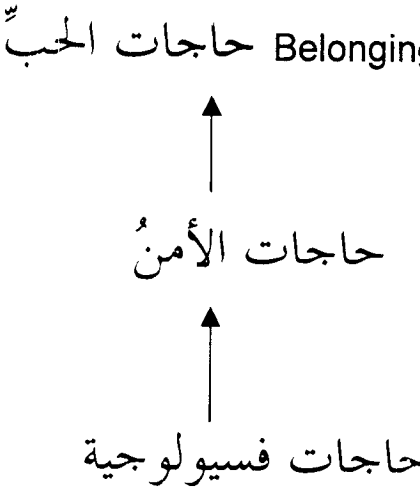
↑

حاجات الاحترام

↑

٢٨- مدخل إلى علم النفس، ص ٢١٥-٢١٨، Mazhab ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow, 69-77,

Weber, Ann L. 1991. Introduction to Psychology, 10



هذا شكل تمثيل تخطيطي من تدرجِ الحاجـــةِ حســـب نظريـــةِ ماسلو.[٢٩]

حاجات الفسيولوجية

حاجات الإنسانِ الأساسية، القوية، والواضحـــة حاجـــةُ فيزيائيِ لبقاء الحياة. تتضمّن في هذه المجموعةِ الحاجاتُ لطّعـــامِ، وشراب، وأوكسجين، ونشاط ونوم، وعلاقة جنسية، وحماية من الحرارةِ المتطرّفةِ. بشكل مباشر هذه الحاجاتِ الفسيولوجية تَـهتمُّ بالصّيانةِ البيولوجيةِ كمخلوق وعلى الأقل يَجبُ إشباعها قبل مـا

٢٩- مدخل إلى علم النفس، ص ٢١٥ و Weber, Ann L. 1991. Introduction to Psycology, ١١٣

يدفع الفردِ الحاجاتِ لعلى منهاِ. إذا لا تشبع واحدة من هذه الحاجات، بسريع يُصبحُ الفرد مُسَيطَر علىَ حاجاته، فالحاجلتِ الأخرىِ كلها تَختفي أو تُصبحُ حاجة ثانية. اضافَ إلى نظر ماسلو أن دراسة الأفراد هي دراسة كاملة كمندمجِ واحد شيء ضروري، أي الدوافع تُؤثّر الفردِ كليا:

عند النّظريةِ الجيدة، ليست هناك وحدة الحاجةِ مثل المعدةِ أو الفم، أو تناسل. فتبقى حاجةُ واحدة للفردِ. إن الذي يُريدُ طعلم " حدّاد جون(John Smith) " ، لَيسَ معدةَ حدّادِ جون. علاوة على ذلك، الاقناع بالاشباع للفردِ كله وليس لجزءِ منه فحسب. الطّعام يشبع جوعَ حدّادَ جون ولَيسَ جوعَ معدته. . . عندما كان حدّاد جون جائع، فهو جائع في جميع أنحاء.[٣٠]

الحاجات الفسيولوجية مهمة لفهمِ سلوكِ الإنسان. يضرب ماسلو أمثلةَ كم من فساد السّلوكِ لذي يُنتجُ مِن قِبل نقصان الحاجاتِ الفسلجيةِ، مثل الطّعامِ أو الماء في التّجاربِ المتعدّدة، الحوادث. مثالا المُفزِع من سقوط طائرةِ بيرويةِ في عمق غابةِ

٣٠- Maslow, A. 1970. Motivation and Personality, Page 19

أمريكا الجنوبية سنة ١٩٧٠. لأن الحصر في الغابة مع عدم الطعام، كان الباقون لا سيم الرهيب منهم، بضمن يـــأكلون ضحايـــا الاصطدام. هذه الحادثة تصور أن المحرمن نظرا إلى قيم اجتماعيـــة وأخلاقية قد تؤدي إشباع الحاجـــة إلى البيولوجيـــة في الحالـــة الخطيرة. لا شك فيه، أن حاجات فسيولوجية تســـيطر علـــى الأمنيات الإنسانية، تجبر أنفسهم على الانتباه قبل طلب الأهداف العلي.[٣١]

حاجات الأمان

إذ تشبع الحاجات الفسيولوجية، يصبـــح الفـــرد مـــهتما بمجموعة جديدة، حاجات الأمن. الدوافع القوية تضمن درجـــة معقولة من الحقيقة، طلبية، ومقدرة في بيئة الفرد. اقترح ماســـلو بأن حاجات الأمن لحظت كثيرة في اليافعين والأطفال بســـبب عجزهم النسبي واعتمادهم على الكبار.[٣٢]

٣١- Hjelle, L.A. and Daniel J. Ziegler. 1986. Personality Theories: Basic Assumptions, research, and App ications. 369, 70.

٣٢- نفس المرجع، ص ٣٧٠

والاحتياجُ إلى الأمنُ يأثرَ كثيرا ألى الكبار. إرادة الكبار للشغلِ بالحيازةِ والحمايةِ الماليةِ، وفتح حسابات التوفيرِ، واكتساب التّأمينِ (مثل طب، والشيخوخة والبطالة) تعتبر من جزء طَلَبِ الأمنِ. الحاجة إلى الأمنُ تتضمّنُ الأمنَ الفيزيائيَ والاستقلال من ألمَ وخوفَ. يُساعد الدّين والفلسفة شخصًا في تنظّيمَ حياته ويدخل فيه الآخرون مظاما كاملا ومتماسكا ويشعرون بالطمئنان " خزانة ".[٣٣]

التعابير الأخرى من حاجةِ إلى الأمنِ تَحْدثُ حيث يصعب الأفرادَ على الطّوارئِ الحقيقيةِ، مثل حرب، وجريمة وتلوّحُ، وفيضانات، وزلازل، وهزيمة ومشابه ذلك. يرى ماسلو أنّ بعض الكبار الذين زلزتلهم العقول لشبب بحثِ الأمنِ. بعضهم يَتصرّفونَ كأن الكارثة العظيمة امامهم، وهي تسيطر على حياتهم سيطرة منظّمةِ مَضْبُوطةِ. حجاتهم إلى الأمنُ تكتشف في البحثُ عن الحاميةِ، أو الاعتماء على شخص أقوى منهم " فويهرير ".[٣٤]

---

[٣٣]- Weber Ann L. 1991. Introduction to psycology, 113

[٣٤]- Maslow, A. 1970. Motivation and Personality, 32

بيلونجينجنيس(Belongingness) وحاجات الحبِّ

belongingness وحاجات الحبِّ من المستوى الثالث. هذه الحاجات تَظْهرُ بعد إشباع حاجات الفسيولوجية والأمنِ. هذه الحاجة تدفع الفرد للعلاقاتِ العاطفية مع الآخرين، سواء كانتِ في عائلته أو مجموعات أخرى. يَحتاجُ الفرد إلى القبول والمكانة من قِبل الآخرين. الفشل في إنْجاز هذه الحاجاتِ ستُسبّبُ شعور آلام واجتناب، ومقاطعة اجتماعية، وعدم أصدقاء، ورفض، خاصةً عند غيابِ الأصدقاءِ، والأقرباء، والزوج، أو الأطفال.[٣٥]

من منظرِ ماسلو، تدفع مجموعات الشّابِ العاصيةِ الواسعة الانتشار عن عدم إقتناعٍ للإتصالِ، للألفةِ، و**belongingness**. آخر، يَذْكرُ بأنّ غيابَ **belongingness** يَجْلبُ المشاعرَ الواسعة الانتشار للعزلِ، والغرابة، و**aloneness** التي تسيئها قابلية الحركةِ العامّةِ، تعطيلِ التّجميعِ التّقليديِ، هلاك العوائلِ، الفرق بين

٣٥- Hjelle, L.A. and Daniel J. Ziegler. 1986. Personality Theories: Basic Assumptions, Research, and Applications, 37

الأجيال، والتمدين الثابت وسطح العلاقة القريبة فيما بين الافراد.[٣٦]

رفض ماسلو تصور الفرويدى(Freud) بأن الحب والمودة تشتقان من الغرائز الجنسية؛ عند ماسلو، الحب ليس مرادفا بالجنس. كأنه يريد أن يصرح أن الحب الحقيقي هو صداقة وحابة صحية، بين الشخصين، تتضمن هذه علاقة احترام متبادل، وإعجاب، وثقة. كونه محبوبا ومقبولا مفيد إلى صحة الشعور. وعدم كونه محبوبا يفيد إلى عبث، وفراغ، وعداوة التي تنتج سوء التوافق والتفاهم. باختصار، ماسلو يصرح أن الحب هو شرط أساسي من تطور الصحية الإنسان كالسيارات تصمم تصميما جيدا حيث تحتاج إلى غاز وبزيتون.[٣٧]

حاجات احترام الذات

عندما أشبعت حاجات الحب من الآخرين معقولا، فتنقص الدوافع، وتمهد الطريق لحاجات احترام الذات. قسم ماسلو هذه

٣٦- نفس المرجع، ص ٣٧١و٢

٣٧- Maslow, A. 1970. Motivation and Personality, 176

الحاجات في المجموعتين: احترام النفس والاحترام من الآخرين. احترام النفس يَتضمّنُ أمنيةَ للقدرةِ، والثقة، والقوة الشخصية، والكفائة، والإنجاز، والاستقلال، والحرية. لابد لكل فرد أنْ يعْرفَ قدرته وتحديات في الحياة. الحترام من الآخرين يَتضمّنُ التمييز، والقبول، والانتباه، والشهرة، والتقدير. بمعنى هذا إن الناسِ يحتاج إلى احترام ما يَعملونَ، لكي يشعروا يشعروا حقوقهم في نيل الاحترام مِن قِبل الآخرين.[٣٨]

الرضا بحاجاتِ احترام الذاتِ يؤدي إلى مشاعرَ الثّقة بالنفسِ، إستحقاق الذات، والقوة، والاستطاعة، وإحساس بقمة التفس في الحياة. وعلى النقيض، الفشل من هذه الحاجاتِ تَقُودُ إلى مشاعرِ الإهانة ومواقفِ، والسخافة، والضعف، والعجز. فإدراك الذّاتي السّلبي، يسبّبُ الإحباط، وإحساس العبثِ واليأسِ في التّعَامُلِ بطلباتِ الحياةِ، والإنخفاض للعلاقةِ مع الآخرين.[٣٩]

٣٨- Hjelle, L.A. and Daniel J. Ziegler. 1986. Personality Theories: Basic Assumptions, research, and Applications, 372

٣٩- نفس المرجع، ص ٣٧٣

يأكّدَ ماسلو أنّ اصح احترام الذاتِ مستند على الاحـــترام من الآخرين بدلاً من الشّهرةِ، والرحولة، أو التملق. والاحـــترام نتيج الجهدِ والكسبُ. وهناك خطرُ نفسيُ من استناد الاحـــترام على آراءِ الآخرين بدلاً من على المقدرةِ الحقيقيـــةِ، والإنجـــاز، والكفائة. إذ يَعتمدُ شخص على آراءِ الآخرين لاحترام الـــذات، فهو في النّفسي الخطر. فالحقيقة، احترام ذات يَجبُ أَنْ يَكُـــونَ أسّس علي إستحقاق الفرد، ولَيسَ على العواملِ الخارجيةِ خلوج سّيطرةِ الآخرين.[٤٠]

حاجات تحقيقِ ذاتيةِ

أخيراً، إذا أشبعت كل الحاجاتِ السّابقةِ بكفاية، فتطلع الحاجـــة للتّحقيقِ الذّات. يَميّزَ ماسلو أن تحقيقَ الذات كالأمنيةِ على أنـــه قادر تنقيد النفسه. فالشّخص الذي يَضْغطُ أعلى المستوى يميـــل إلى الاستعمال والاستغلال الكاملِ على مواهبه، ووسعه، وطاقته. تحقيق الذات أمنيةُ شخصِ لتطور نفسه، وايجاد طاقته. باختصار، تحقّق الذات يَصلَ القمة الإمكانيةِ الطاقة:

٤٠- نفس المرجع، ص ٣٧٣

" يَجِبُ على موسيقا أَنْ يغير موسيقى، ويَجِبُ المرسم أَنْ يرسم، وكذلك يَجِبُ على الشاعر أَنْ يكتب الشعر، إن يريد كل فـــرد أن يعيش بسلام مع نفسه ويجب على الفرد أَنْ يحقق ارادتـــه، و يصدق على طبيعته الخاصةِ ".[٤١]

الحركة في هذه الجهةِ، على أية حال، ليس ســـهلة. مـــن الحقيقةِ، اعتقدَ ماسلو أن تحقيقِ الذّات يولّدُ الإنجازفحسب، لكنه يُولّدُ الخوف من المسؤولياتَ والمجهولة. هناك فرق في التّحقيـــقِ الذّات فيما بين الأفراد. إن في تدرجِ حاجةِ ماسلو ظهر الخلافاتِ الفرد. نظرية ماسلو لتّحقيقِ الذّات يَجْعلُ الشخص معرفة منزلتـه حيث يعيش في نشاط وبالتّلذذِ وبالغرضِ المعين.

---

[٤١] - Maslow, A. 1870. Motivation and Personality, 36