السلوك

مفهوم السلوك

قياس السلوك

السلوك وأنواع المنبهات والاستجابات

العوامل المؤثرة في السلوك

الفروق الفردية في السلوك

السلوك

السلوك هو مجموع افعال الكائن العضوي الداخلية والخارجية ، والتفاعل بين الكائن العضوي وبيئته المادية والاجتماعية ، والسلوك كذلك مختلف أنواع الأنشطة التي يقوم بها الإنسان والحيوان ٠

ويختص علم النفس بدراسة نوعين على الأقل من الظواهر هما :-

١. السلوك القابل للملاحظة المباشرة :- مثل التأتأة ، زيادة إفراز العرق / العنف / الحركة / الحديث / الضحك / المشي ٠ ٠ ٠ الخ ومثل هذه الأنواع من السلوك الظاهر الواضح يخضع للملاحظة والقياس ٠ ويشمل كل سلوك على استجابات عدة تصدر بوصفها رد فعل لمنبهات خارجية أو داخلية .

٢. السلوك (الظواهر) القابل للملاحظة عن طريق (التأمل الذاتي) :- وهذه الأنواع من السلوك لا تسهل ملاحظتها من الخارج مثل ألم الإنسان / الصداع / الهموم / الجوع / الحزن / الخوف / عمليات التفكير والتذكر والتخيل ٠

ويختلف العلماء في تحديد معنى السلوك فمنهم (السلوكيون) من يقصره على النشاط القابل للملاحظة المباشرة (كالمشي والكلام) والأخر يرى أن السلوك يتضمن الأفكار والمعتقدات والأحلام ٠

والسلوك الكلي هو موضوع علم النفس فهو النشاط الشامل الذي يصدر عن الإنسان بأسره من حيث كونه وحدة كلية أثناء تعامله مع البيئة ، فالإنسان حين يكتب لا يكتب بيده فقط ، بل يرافق ذلك أنواع من النشاط العقلي كالانتباه والإدراك ، والنشاط الوجداني كالشعور بالارتياح أو الحزن وعندما يفكر الإنسان من موضوع ما ، يصاحب ذلك النشاط العقلي تغيرات جسمية ووجدانية ٠ وعندما يشعر بالقلق أو الخوف (انفعال) يصاحب ذلك تغيرات جسمية واضطرابات فسيولوجية وتقلبات عقلية ٠

أن السلوك كنشاط كلي يتضمن ثلاثة جوانب هي :-

١ -جانب معرفي : وهو أن ندرك ما حولنا من أحداث ونتفاعل برموز ومعاني ، فالإدراك والتمييز والتخيل والتصور والتذكر والتفكير واللغة هي الجانب المعرفي للسلوك ٠

٢ -جانب حركي : مثل الكتابة أو المشي ، ففي عملية كتابة الشعر مثلاً يتمثل الجانب المعرفي في إدراك معنى الكلمات ، والجانب الحركي في حسن الكتابة والسرعة ٠

٣ -جانب انفعالي : وهو الحالة الانفعالية التي تصاحب السلوك ، فالشعور بالارتياح نحو موضوع معين ، والتحمس له والإقبال عليه والميل له ٠

هذه الجوانب الثلاثة تعمل في وحدة كلية متكاملة .

قياس السلوك :

يحاول علماء النفس أن يقيسوا بدقة الأنشطة التي يقوم بها الكائن العضوي فيستخدمون الملاحظة والتجريب والقياس وغيرها من مناهج البحث ٠ ويدرس علم النفس بالدرجة الأولى ما الذي يفعله الكائن العضوي وكيف يقوم به ولكنه لا يتوقف عند ذلك بل أن البحث العلمي يصل إلى ما وراء البيانات القابلة للملاحظة بحثاً عن الأفعال غير القابلة للملاحظة بطريقة مباشرة ، والتي يمكن استنتاجها ، مثلاً عندما يوجه الباحث صدمة كهربائية خفيفة إلى إصبع فرد ما ، فأنه يسحب إصبعه في الحال ٠ والذي يمكن ملاحظته من المثال السابق هو (منبه الصدمة الكهربائية والاستجابة سحب الفرد لإصبعه)٠ لكن هذه الاستجابة ليست وحدها نتيجة للمنبه وليس كل الإفراد يستجيبون لمنبه معين بنفس الطريقة ، فبعضهم يستجيب بطريقة عنيفة والبعض الأخر يوقف استجابته ، وآخرون لا يستجيبوا مطلقاً ٠

السلوك وأنواع المنبهات والاستجابات :-

سلوك الفرد يصدر نتيجة التعرض مثيرات أو منبهات (stimulus) تقابلها استجابات (responses) ، فالسلوك يصدر وفق هذه المثيرات ٠

وهناك عدة أنواع من المنبهات أو المثيرات :-

والمنبه أو المثير ، مؤثر داخلي أو خارجي يثير نشاط الكائن الحي ٠ أو أي عضو من أعضائه ، أو يغير أو يعدل هذا النشاط أو يعمل على تعطله أو إيقافه ٠

اولاً : أنواع المنبهات

المنبه : هو أي عامل أو حادثة أو موقف (خارجي أو داخلي) يمكن تحديده ويثير استجابة الكائن العضوي أو يجعله يغير نشاطه أو يوقفه ويمكن تقسيم المنبهات إلى مايأتي :-

١. منبهات خارجية :

أ. فيزيقية ، مثل تغيرات درجة الحرارة والضوء والصوت والروائح المختلفة ٠

ب.اجتماعية ، مثل لقاء صديق أو سماع صرخة أو استغاثة ٠

٢. منبهات داخلية :

أ. فسيولوجية ، كزيادة ضغط الدم أو زيادة تقلصات المعدة ٠

ب.نفسية ، مثل الحالات الوجدانية والأحلام والتصورات الذهنية وأحلام اليقظة ٠

الموقف : أي مجموعة مركبة من المنبهات مثلاً قيام المدرس بشرح الدرس للطلبة ٠بينما الضوء حين يسلط على العين (منبه) أو لسعة النار منبه ٠

ثانياً : أنواع الاستجابات :-

الاستجابة : كل نشاط أو فعل يصدر من الكائن العضوي ويرد به على المنبه ٠ ويمكن تقسيم الاستجابات الى ما يلي :-

١. استجابات حركية : الجري والهرب عند تعرض الفرد للخطر أو مد اليد لتحية شخص أخر

٢. استجابات لفظية : التعبير عن فكرة باللغة والنطق أو الاستغاثة عندما يشب حريقاً مثلاً ٠

٣. استجابات فسيولوجية : زيادة إفراز اللعاب عند تناول طعام ما أو ارتفاع ضغط الدم عند سماع خبر محزن ٠

٤. استجابات انفعالية : كالفرح عند النجاح أو الغضب عند اخذ لعبة من طفل ما ٠

٥. استجابات معرفية : يكون الغرض منها اكتساب معرفة كالرؤية والسمع والتذكر والتذكير ٠

٦. استجابت الكف : كالتوقف عن التفكير أو مشاهدة التلفزيون ٠

أن سلوك الإنسان نحو أي موقف يتكون عادة من مجموعة مركبة من الاستجابات المختلفة ٠ مثلاً عندما يكون طفل ما يلعب بلعبته ويأتي طفل أخر يختطف منه هذه اللعبة ٠ نجد أن الطفل الأول يغضب ويصرخ ثم يفكر كيف يحصل على لعبته ٠ وقد يهتدي في تفكيره إلى الاعتداء على الطفل الأخر وينتزعها منه بالقوة ٠

وكذلك بالنسبة للطالب الذي يؤدي الامتحان ٠ فهو يقرأ الأسئلة ويحاول فهمها ٠ ويتردد عند اختيار الأسئلة التي يجيب عليها ٠ ويصاحب ذلك مشاعر متعددة كالخوف والرضا والثقة والطمأنينة أو الخيبة ٠ فالسلوك يشمل جميع الاستجابات المركبة ٠ وكل ما يصدر من أفعال أو أقوال أو تفكير ٠ أو أي نشاط عقلي ٠ كذلك يشمل ما يحس به الإنسان من مشاعر وجدانية أو انفعالية كالألم والخوف والغضب ، والشعور بالضيق أو الارتياح ٠ والشعور بالأمل والخيبة ، وما يصاحب ذلك من نشاط وتغيرات فسيولوجية ٠

العوامل المؤثرة في السلوك

١. العوامل الوراثية : – يتكون الإنسان باندماج حيوان منوي ببويضة فيتكون ما يسمى بالبويضة المخصبة (الزايكوت) وتنمو هذه البويضة المخصبة بالانقسام المتضاعف (خلية تنقسم الى خليتين ثم ٤ ثم ٨ ٠٠٠٠٠ الخ)٠ وتحتوي هذه البويضة أو الخلية على (٤٦) كروموسوم ، نصفها من الأب (٢٣) كروموسوم و(٢٣) كروموسوم من الأم (٢٢) منها خاصة بجميع خصائص الإنسان و(كروموسوم واحد) خاص بالجنس ٠ وتحتوي الكروموسومات على ما يسمى بـ (الجينات) وهي التي تنقل الخصائص الوراثية عبر الأجيال ، وهي تنقل خصائص مادية مثل لون الجلد ، لون العين ، شكل الأنف ، الطول ، القصر ، الاستعداد لبعض الأمراض ٠ بعض هذه الجينات مسيطرة والأخر متنحية ، وقد تحدث طفرة فيها فتنقل خصائص لا توجد في الجيل الحالي بل كانت موجودة في الأجداد ٠ وأحياناً يكون للفرد أقل من (٤٦) كروموسوم أو اكثر ٠ وينتج عنه تخلف في النمو الجسمي والعقلي واختلافات في بنية الجسم ٠ ذكرنا أن الوراثة تنقل الخصائص البدنية كجنس الفرد ولون جلده وعينه وشعره وشكل انفه وبنية جسمه ، وكذلك فأن الوراثة تؤثر على السلوك من خلال التركيب الفسيولوجي ، فقلت الذكاء تؤثر في كيفية استجابتنا في المواقف الانفعالية أو الاجتماعية ، كما أن الوراثة تحدد مدى احتمالية اصابتنا ببعض الأمراض ٠ كما أننا نرث الامكانات أو القدرات التي تجعل من بعضنا رساماً أو موسيقياً ٠ وإذا كانت البيئة تسمح بتنمية هذه القدرات فأنها تتطور بينما بعض البيئات لا توفر الظروف المناسبة لتنمية هذه القدرات كالتشجيع والثناء والدعم فأنها سوف تضمحل ولا تنمو.

٢. العوامل البيئية :– تقسم العوامل البيئية إلى قسمين هي :–

أ. العوامل الجنينية :– أن حياة الإنسان تبدأ منذ اللحظة التي يتم فيها تكوين البويضة المخصبة ٠ ويرتبط الجنين بأمه بواسطة الحبل السري ، ولا يرتبط جهازه العصبي بالأم ، كما أن دمه لا يمتزج بدمها لأنه مفصول بواسطة غشاء نصف ناضج ، بحيث لا ينتقل إلى الجنين من أمه سوى المواد الكيمياوية التي يحملها الدم والأكسجين والغذاء

والهرمونات والأجسام الحيوية المضادة عن طريق المشيمة ٠ وقد أظهرت البحوث أن هذه المرحلة تؤثر على نمو الجنين فحالة الأم الانفعالية لها تأثير كبير في سلوك الجنين ونموه ، كالقلق والخوف والغضب ، حيث تفرز الغدد الصماء والهرمونات أثناء الانفعالات إفرازات تؤدي إلى تغير في كيمياوية الدم وتنتقل إلى دم الجنين ٠ مما يؤدي إنجاب أطفال كثيرو الحركة وذوي أوزان قليلة ، ومضطربون في النوم كثيرو التهيج والصراخ ٠ كما أن الصحة العامة للأم من العوامل المؤثرة على نمو الجنين وسلوكه فالأم المريضة يتحمل أن يكون طفلها ضعيفاً مريضاً ٠ كما أن استخدام المخدرات والمسكرات له أثر على نمو الجنين ٠ وبالرغم من أن الجنين لا يصاحب بالأمراض التي لا تصاب بها أمه ٠ الا أن الأمراض تؤدي إلى تغير التركيب الكيمياوي لدى الأم لذلك يكون أثرها كبيراً على الجنين مثلاً إصابة الأم بالحصبة الالمانية خلال الأشهر الثلاث الأولى من الحمل يؤدي إلى فقدان السمع أو العمى أو التخلف العقلي ٠ كما أن تعرضها للأشعة السينية قد يؤدي إلى تأخر النمو العقلي أو الجسمي ٠ أن نمو أجهزة الجنين يسير وفق جدول زمني محدد ، فإذا لم تسمح الظروف لنمو أحد هذه الأجهزة في الوقت المحدد له فأنه لن ينمو لاحقاً ٠

ب. العوامل الثقافية :- أن الثقافة تعني أنواع من السلوك والتفكير التي تنتقل من جيل إلى أخر ضمن المجتمع ٠ وتشمل العادات والتقاليد والأفكار والدين والأعراف والنظم والقوانين والفن ٠ هذه الثقافة تطبع أفراد المجتمع الذين يعيشون فيه ٠ بخصائص وعادات ومفاهيم وأفكار وأنواع من السلوك تغاير ما لدى أفراد تكونوا في ثقافة أخرى ، ويتأثر الفرد بثقافة مجتمعة منذ لحظة الميلاد ويتطبع بالثقافة الموجودة فيه ، إذ أنها تشكل خبراته وسلوكه وتطبع شخصية عن طريق الأسرة والتربية والضبط الاجتماعي ٠ ويمكن القول أن الثقافة تعتبر مسئولة عن تشكيل كل جوانب السلوك تقريباً ٠ فالمعتقدات في مجتمع ما تعبر مشتركة تقريباً لكل أفراد مجتمع ما ٠ فالطقوس والاحتفالات والرسوم في الثقافة توضح لنا معتقدات أفراد تلك الثقافة لذلك لها تأثيرات على سلوك أفرادها ٠ وكذلك فأن العادات والمعايير التي يشترك فيها أفراد ثقافة ما

فهناك عادات كعادات الطعام وطريقة أكله يشترك بها أفراد المجتمع ٠ ولا يحاسب المجتمع اختلاف الفرد في عادته عن عادات المجتمع ٠ أما المعايير التي أتفق عليها أفراد المجتمع فأن المجتمع يعاقب الأفراد الذين ينحرفون عنها كالعدوان مثلاً ٠ وكذلك الحال بالنسبة للقيم ٠

كيف يتعلم الأفراد التصرف وفق ثقافة مجتمعهم :

أن ما يميز الثقافة هي الاستمرارية الناتجة عن تطوير الأساليب والسلوك المرغوب فيه وأضعاف ما هو غير مرغوب فيه ٠ والفرد عندما يولد في مجتمع ما أو يدخل مجتمعاً عن طريق الهجرة يتعلم أن يتصرف وفقاً للمعتقدات والقيم والمعايير الأساسية لذلك المجتمع ٠ أن اكثر هذا التعلم يتم خلال فترة الطفولة ٠ فعندما يسلك الفرد سلوكاً معيناً فهو يستمع من الكبار المحيطين به لا تفعل ذلك أو أنه غير صحيح ، وعندما يتصرف الطفل كما يريد الكبار منه أن يتصرف فأنه يمتدح أو يكافئ ٠ وقد يعاقب الأطفال بدنياً أو مادياً إذا انحرف عن قيم وتقاليد مجتمعه ٠ وقد يتعلم الأطفال ثقافة مجتمعهم عن طريق التقليد والمحاكاة للكبار المحيطين به كالوالدين والإخوة والمعلمين فيتقولب سلوكهم وتفكيرهم بخصائص تلك الثقافة ٠ وعندما يكبر الأطفال يتصلون بالناس الآخرين ، كالأصدقاء في المدرسة والمنطقة السكنية والمعلمين ٠ وكذلك يتعلمون الثقافة عن طريق وسائل الأعلام كالتلفزيون والراديو والكتب وكلها تعتبر وسائل أساسية في غرس الثقافة في المجتمع ٠

الفروق الفردية في السلوك

أن الوراثة تؤدي حتماً إلى اختلافات في السلوك بين الأفراد في الثقافة الواحد ، فالأفراد الأقوياء بدنياً يسلكوا بطريقة قد تختلف عن سلوك الأفراد ضعيفي البنية ، وكذلك تؤثر الوراثة في الذكاء ويعتبر الذكاء عاملاً في سهولة تعلم الأفراد ٠ وكذلك فأن كل فرد يولد وينشأ في عائلة تختلف في مدركاتها للمعايير الثقافية للمجتمع وتختلف في أساليب تنشئه وتربية أطفالها ٠ بل حتى في الأسرة الواحدة فأن التنشئة تختلف بين طفل وآخر ، فالطفل الأول قد ينمو في ظروف غير التي ينمو فيها الطفل الاصغر في نفس العائلة ٠ كما أن الظروف الأسرية كانفصال الوالدين أو فقدان أحدهما قد تؤثر على سلوك الأبناء ٠ أو أن الأبناء قد يتبنوا أنواع من السلوك تختلف عن سلوك إبائهم ٠ ونتيجة لهذه العوامل فأن هناك فروقاً فردية في السلوك في الثقافة الواحدة ٠