

الفصل السابع:- السلوك الانفعالي

المبحث الاول: مفهوم الانفعال

تعريف الانفعال :

- 1- حالة وجدانية عنيفة تصحبها اضطرابات فسيولوجية حشوية وتعبيرات حركية.
- 2- حالة تأتي الفرد بصورة مفاجئة .
- 3- يتخذ صورة أزمة عابرة لا تدوم طويلا .

التفريق بين الانفعال ومصطلحات أخرى :

الانفعال والعاطفة :

العاطفة : استعداد ثابت نسبيا مركب من عدة انفعالات تدور حول موضوع معين . مثل :
الحب والكره .

أما الانفعال فهو حالة مؤقتة لا تدوم إلا إذا تكررت الظروف المثيرة للانفعال ، أو أطال
الفرد التفكير في تلك الظروف .

الانفعال والحالة المزاجية :

حالة معتدلة نسبيا تغشى الفرد فترة من الزمن أو تعاوده بين الحين والآخر .

فالحالة المزاجية أقل عنفا وأطول بقاء من الانفعال .

الانفعالات والدوافع :

سواء اعتبر الانفعال مصاحبا للدافع ، أو ناتجا عن إحياط الدافع ، فهو يعتبر دافعا لأنه
نوع من التوتر الذي يسعى الفرد لخفضه كي يستعيد توازنه .

أنواع الانفعالات :

فطرية ومكتسبة :

انفعالات فطرية : تظهر مبكرة في حياة الفرد ومثيراتها بسيطة ،وهي أولية لا يمكن ردها إلى أبسط منها .

انفعالات مكتسبة : وهي مركبة من عدة انفعالات .

منشطة ومثبطة :

الانفعالات المنشطة : كالفرح .

الانفعالات المثبطة : كالحزن

خصائص الانفعال : للانفعال خصائص متعددة منها :

- هو استجابة مركبة عند الإنسان .
- وهو خبرة ذاتية .
- وهو مصحوب بتغيرات على الأصعدة النفسية والفسولوجية .
- وهو يسبب خلخلة في قدرة الإنسان على حفظ توازنه .
- قد تكون للانفعالات اثار سلبية وقد تكون لها نتائج ايجابية .
- بعض الانفعالات سطحية وبعضها الآخر عميقة .
- والانفعال كذلك عنصر مهم في الشخصية وفي العلاقات والتفاعلات القائمة بين الأفراد .

المبحث الثاني: العوامل المؤثرة على الانفعالات:.

- **العوامل المؤثرة في نمو الانفعالات:-** تتضافر بعض العوامل في ظهور وتطور

ونمو الانفعالات وتصل الى صيغ انفعالية وأنواع مختلفة ، هذه العوامل هي :

اولا : النمو الطبيعي او النضج . تبدأ انفعالات الطفل بحالة انفعالية تدعى (الاهتياج العام) ثم

تتميز بعد شهور قليلة الى الابتهاج والضيق بسبب العوامل الوراثية وليس التعلم وبدلالة انه يحصل

لجميع الأطفال باختلاف المستويات الحضارية والبيئية ، فضلا عن ان السلوك الانفعالي يبدأ في سن معينة رغم اختلاف البيئات ودون توفر الفرصة الكافية لتعلمه ، وتظهر التعبيرات الانفعالية لدى جميع الأطفال سليمي الحواس وفاقدي السمع والبصر في عمر واحد .

ثانيا : العوامل الفزيولوجية . وتتمثل بتأثيرات الجهاز العصبي المحيطي بقسميه (السمبثاوي) الذي يحفز أنماط السلوك المرتبطة بحالات الطوارئ كما في حالات الانفعال ، والباراسمبثاوي والذي يتعلق بأنماط السلوك المرتبطة بالأحوال الاعتيادية مثل الظروف التي لا تستدعي الانفعالات.

ثالثا : التعلم . ويؤثر في السلوك الانفعالي من ناحية مثيرات الانفعال وطرق التعبير المناسبة عنه ودرجة السيطرة عليه . ويتعلم الطفل خلال مراحل نموه لماذا ومتى واين وكيف ينفعل ، ويكون لعمليات التنشئة الاجتماعية والخبرة الفردية دورها المهم في هذا الجانب .

ويمكن تحديد ثلاث طرق يتم بها تعلم الاستجابة الانفعالية لمواقف معينة باعثة على الاستثارة وهي :

1. المحاكاة والتقليد . من السهل ملاحظة ان الأطفال الصغار في سن سنتين يلجأون الى تقليد سلوك الكبار المحيطين بهم والاستجابة للمواقف الانفعالية بنفس طريقة استجابة الكبار لها . ولاحقا يقلد بعض النماذج السلوكية التي يراها في برامج التلفاز .

2. الاقتران الشرطي . وفيها يربط الطفل بين مثير محايد بمثير آخر لديه قوة استدعاء الانفعال ليكون للمثير المحايد قدرة استدعاء نفس الاستجابة الانفعالية بعد عملية الاقتران الشرطي . وتجربة واتسن الشهيرة في جعل احد الأطفال ممن لا يخافون من الفأر الأبيض (يتعلمون) الخوف منه هي نموذج لتأثير عملية الاقتران الشرطي في تعلم الانفعالات .

3. الفهم . فنحن نخاف من بعض المنبهات اذا فهمنا وجه الضرر او الخطورة الكامنة فيها كما في الخوف من الأسلاك الكهربائية او الحيوانات المفترسة او الأسلحة النارية .