مدخل إلي علم النفس الحياتي

لاشك أن تعقد الحياة المعاصرة وصعوبتها يحتاج إلى مساندة نفسية واجتماعية وتفتح عقلي وسعة صدر ولياقة نفسية وتكامل في الشخصية الإنسانية ورقي وتسامي في اللغة أثناء عملية التفاعل الاجتماعي بين البشر في المواقف المختلفة في الحياة ؛ حتى تذوب هذه الصعوبة في الحياة المعاصرة ، ويذوب البأس الشديد بين البشر ، وتكون هناك سهولة نفسية ومرونة عقلية وتفتح عقلي وانبساطية ويقظة ضير وتعقل بين البشر في جميع أنواع التصرفات والتفاعلات الاجتماعية ، ووضع بدائل وحلول متنوعة لمعظم مشاكل الحياة المعاصرة المعقدة لاختيار البديل والحل الأمثل لهذه المشاكل ؛ حتى لا يكون هناك مضاعفات اجتماعية واقتصادية تضر بالأمن الوطني لأي مجتمع ، وحتى تنمو شجرة الانتماء والولاء لأفراد هذا المجتمع في الطريق الصحيح ، وتكون بإضافة لمسة جمالية في تحقيق التنمية الشاملة ، وبناء حضارة إنسانية حديثة ، ولن يتحقق هذا إلا عن طريق الثروة البشرية التي تنهض بهذا المجتمع ، هذه الثروة البشرية تحتاج إلى إعادة بناء نفسي لإعداد الكوادر المتخصصة ذوي الكفاءة المهنية والشخصية المتميزة ، والتي يتحقق فيها معايير الجودة ، وتكون صالحة لسوق العمل ، وهذا لن يتحقق إلا بإعدادهم نفسياً حتى يكونوا أسوياء ، وهنا تظهر الأهمية الضرورية لعلم النفسي في الحياة المعاصرة المعقدة، أو ما يسمى بعلم النفس الحياتي.

ويعتبر علم النفس الحياتي بصفة عامة علماً قديماً وحديثاً ، حيث اهتم أول إنسان ظهر علي سطح الكرة الأرضية بنفسه وبدراسة أبعادها منذ أن وعيَّ ذاته وانتبه إلي وجوده ، حيث اختص بدراستها الفلاسفة القدماء أمثال أرسطو وأفلاطون وسقراط .

لقد كان علم النفس في الماضي يمثل أحد أركان الفلسفة، حيث كان يبحث في ماهية النفس وطبيعتها ، وطبيعة العقل الإنساني ، وأصبح علم النفس يدرس جميع أوجه النشاط الإنساني [تصرفات الإنسان]؛ لأنه علم السلوك ، أي العلم الذي يدرس السلوك بمنهج البحث العلمي الذي تتبعه العلوم الطبيعية كالفيزياء والكيمياء .

فعلم النفس الحياتي علم احتمالي وليس يقيني مثل (علم الرياضيات)، لأنه علم دراسة السلوك الإنساني في تفاعله مع المثيرات والمواقف البيئية التي يعيش معها الإنسان ؛ لأن الحياة متغيرة والإنسان متغير ، به جانب ظاهر من سلوكه ، وجانب خفي (اللاشعور) بمعنى أن تفسيراته للنفس البشرية ليست يقينية بل احتمالية تحتمل الصواب والخطأ.

كما أن البيئة التي تشمل كل ما يحيط بالإنسان من أفراد وجماعات وظروف داخلية أو خارجية وجميع الأماكن التي يرتادها الإنسان المصري القديم والحديث تؤثر في توافقه النفسي وتكيفه الاجتماعي إما بالسالب أو الإيجاب ، ويستطيع الإنسان أن يعمل بصفة دائمة إلي التوفيق وتعديل سلوكه وتصرفاته إذ اقتضى الأمر ، بحيث يتوافق ويتكيف مع هذه المواقف والأفراد والجماعات والظروف الصعبة التي تحيط به ، وهذا لا يتم إلا عن طريق إعمال عقله وفكره وتفكيره ،

فهو مُطالب بالتفكير والتحكم في انفعالاته ، وإعمال العقل في كل هذه المواقف والظروف الصعبة حتى يتفاداها ويتغلب عليها ويحلها بأسلوب علمي.

فجميع أوجه النشاط العقلي والانفعالي التي تحدث لدي الإنسان حين يتعامل مع البيئة المحيطة به [من مواقف وظروف صعبة] هي موضوع الدراسة في علم النفس الحياتي . وعلي هذا فعلم النفس الحياتي يتناول ثلاثة أوجه من النشاط الإنساني [التصرفات] .

١ــ السلوك اللفظي والحركي وهو النشاط الخارجي والموضوعي الذي يمكن أن يلاحظه ويبحثه أفراد آخرين غير الإنسان.

٢ــ النشاط العقلي وتتحكم فيه العمليات العقلية العليا [الإحساس – الانتباه - الإدراك ـ التصور - التذكر - التفكير اللازمة لإعمال العقل]

٣ــ النشاط الوجداني الانفعالي : الذي يتضمن [مشاعر الخوف الغضب - الحزن - السرور - اللغة].

فالنشاط العقلي والوجداني والانفعالي .يعتبران أنشطة داخلية ذاتية، أي لا يمكن أن يشعر بها إلا صاحبها وحده فقط، لذلك تسمي محصلة هذا النمط الذاتي بالحالات الشعورية .

أما النشاط اللفظي الحركي فيعتبر نشاطاً خارجياً .

وهناك اللاشعور الإنساني "البنك النفسي" في رأي المؤلف ، والذي يتضمن المواقف والذكريات والخبرات النفسية والاجتماعية السارة وغير السارة التي مر بها الإنسان مدة حياته والذي يتناول ماضيه وحاضره وبالتالي مستقبله.

ويتضمن هذا الكتاب الجميل اثنا عشر فصلاً يتناولون بالتفسير النفسي كل ما يتصل بالإنسان في حياته من قبل ميلاده وحتى وفاته كالتالي:

الفصل الأول : ويتضمن مقدمة في علم النفس الحيائي .

الفصل الثاني : السلوك الإنساني "التطرقات"

الفصل الثالث : الدوافع النفسية .

الفصل الرابع : النمو الإنساني.

الفصل الخامس : مرحلة المهد.

الفصل السادس : الطفولة المبكرة "الحضانة".

الفصل السابع : الطفولة الوسطى والمتأخرة.

الفصل الثامن : مرحلة البلوغ والمراهقة .

الفصل التاسع : النمو العقلي في مرحلة المراهقة.

الفصل العاشر : النمو الانفعالي في مرحلة المراهقة.

الفصل الحادي عشر : النمو الاجتماعي والخلقي في مرحلة المراهقة.

الفصل الثاني عشر : الشخصية.

هذا الكتاب يعتبر إضافة نفسية جديدة إلى المكتبة النفسية لعله يكون سبباً في تطوير حياتنا .

المؤلف
د. إبراهيم محمد المغازي
جامعة بور سعيد
سندسيس – المحلة الكبرى- الغربية
٢٠١٣

obeikandi.com