جامعة الموصل/ كلية الفنون الجميلة

قسم التربية الفنية

المرحلة الثالثة

مادة: علم النفس الفني

العام الدراسي (2023-2024)

المحاضرة الاولى

علم النفس و اهميته

 علم النفس (أو السيكولوجيا) هو دراسة أكاديمية وتطبيقية للسلوك الانساني وغيره,و تشير كلمة علم النفس أيضا إلى تطبيق هذه المعارف على مجالات مختلفة من النشاط الإنساني، بما فيها مشاكل الأفراد في الحياة اليومية ومعالجة الأمراض العقلية,ويهدف علم النفس الى التوصل إلى فهم هذا السلوك وتفسيره و ضبطه و التنبؤ به والتحكم فيه.

 و لعلم النفس الكثير من التطبيقات مثل : علم النفس التجريبي ويعتمد صاحب هذا الفرع على التجارب لكي يدوِّن ملاحظاته واستنتاجاته, و علم النفس الفسيولوجي: حينما يقوم باكتشاف الأسس الفسيولوجية للسلوك، حيث يسعى هذا الفرع إلي اكتشاف العلاقة بين العمليات الفسيولوجية والسلوك, و علم النفس النمو : يدرس ما يطرأ على الإنسان من تغيرات خلال فترة حياته (بدء تكوينه في رحم الأم إلى أن تنتهي حياته), و علم النفس الاجتماعي: يختص بدراسة تأثير الجماعة على سلوك الأفراد وكذلك دراسة سلوك الفرد في الجماعة, و علم النفس التربوي الذي يهتم بالتعليم الأكاديمى والتحصيل الدراسي, و علم النفس الصناعي والتنظيمي: يطبق مبادئ علم النفس في مجال الصناعة والمنظمات لحل المشكلات المتعلقة بالعمل بهدف رفع الكفاءة الإنتاجية.

 و يركز علم النفس على تحليل السلوك في ضوء تنافس تأثير الوراثة والبيئة فضلا عن اثار علم النفس على الجهاز العصبي البيولوجي و طبيعة التعلم و انعكاساته السلوكية و المعرفية و طبيعة الانفعالاته فيما له من امزجة و عادات و البحث عن الحاجات و حقيقة الاتجاهات و الميول و الرغبات و من ثم نوع الجوانب التفكيرية و القيمية, كما يهتم علم النفس بالغرائز الفطرية و عالم اللا شعور.

 وتوجد علاقة وثيقة بين علم النفس والعلوم الأخرى، فهو يتصل اتصالاً وثيقاً بعلم الأحياء، فالكثير من علماء النفس والأحياء يدرسون قدرات البشر، والحيوانات وحاجاتهم ونشاطاتهم المختلفة، غير أنَّ علماء النفس يركزون في دراساتهم على عمل الجهاز العصبيّ ولا سيما الدماغ, كما يتصل علم النفس بالعلوم الطبية و لاسيما الطب النفسيّ، فمعظم علماء النفس يحصلون على شهادات جامعيّة في مجال علم النفس، ولكن نُخبة قليلة يتخصصون في مجال علاج الاضطرابات العقليّة، بينما الأطباء النفسيين لديهم شهادات طبية، ويكرّسون عملهم من أجل معالجة الاضطرابات العقليّة.

المحاضرة الثانية

الصحة النفسية

 تدل الصحة العقلية أو النفسية الى مستوى الرفاهية النفسية أو العقل الخالي من الاضطرابات، «وهي الحالة النفسية للشخص الذي يتمتع بمستوى عاطفي وسلوكي جيد». ومن وجهة نظر علم النفس الإيجابي أو النظرة الكلية للصحة العقلية من الممكن أن تتضمن قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة وخلق التوازن بين أنشطة الحياة ومتطلباتها لتحقيق المرونة النفسية. الشخص الذي يعاني من اضطراب في حالته الصحية السلوكية يواجه مشاكل عديدة، لعل أبرزها الإجهاد، والاكتئاب، والقلق، ومشاكل في علاقاته مع الآخرين وقد يعاني من الحزن، والإدمان، وقصور الانتباه، وفرط الحركة، وصعوبات في التعلم، واضطراب المزاج، واضطرابات نفسية أخرى. يمكن للمرشدين النفسيين والمعالجين ومدربي الحياة وعلماء النفس ومزاولي مهنة التمريض، والأطباء أن يساعدوا في إدارة المخاوف الصحية السلوكية عن طريق معالجتها بطرق مثل جلسات العلاج، أو الاستشارة، أو المداواة الميدان الجديد للصحة النفسية العالمية وهي «مجال الدراسة والبحث والخبرة والذي يضع الأولوية لتحسين الصحة العقلية وتحقيق الإنصاف في مجالها لجميع الناس في العالم.

أهمية الصحة النفسية :

 تعد الحفاظ على صحة نفسية جيّدة من الامور المهمة للعيش بحياة هانئة على عكس الصحة النفسية السيئة التي تعيق صاحبها من عيش حياة أفضل, و توجد عدة اليات تشخيص الصحة النفسية:

1. التحليل النفسي الذي يتم عن طريق التأمل الباطني: هو طريقة لازمة يتبعها علم النفس لأنه يبحث في أشياء غير ملموسة لا يحس بها إلا الشخص الواحد، حيث أن الشعور بالسرور هو شعور شخصية لا يدركه شخص آخر. وهي طريقة تعتمد في تعميمها على قدرة الوصف فعلى الإنسان أن يصف بدقه الحالة الداخلية ويعبر عنها باللغة، أي ملاحظة الإنسان لنفسه. والتأمل الباطني هو طريقة ينفرد بها علم النفس عن غيره ويتميز بها عن سائر العلوم، فالمُلاحِظ والُملاحَظ شئ وحد.
2. الملاحظة الخارجية: هي طريقة نستعملها حين نريد تفسير سلوك غيرنا بما يظهر على وجوههم ومن تصرفاتهم. وأحيانا في الملاحظة قد يكون الاستنتاج خاطئ نظرا لما بين الناس من فروق كثيرة، لأن بعض المظاهر التي تبدوا علي بعض الأفراد قد تكون مصطنعة، علما بأن الأفراد يختلفون في طباعهم وفي الطرق التي يعبرون بها عما يخجلهم من مشاعر.
3. التجريب: هو عبارة عن ملاحظة تحت ظروف محدودة يمكن التحكم فيها، وبذلك تختلف التجربة عن الملاحظة. وقد يواجه عالم النفس صعوبة عند إجراء التجارب وهي تعدد العوامل والشروط التي ترتبط بالظاهرة، لأن الإنسان يتأثر بعوامل كثيرة ومتداخلة ولا يتأثر بعامل واحد. ونتائج التجريب تتوقف على نوعين من العوامل:عوامل خارجية: وهي الظروف المحيطة وما فيها من مثيرات, عوامل داخلية: وهي حالة الشخص المزاجية وحالتة النفسية العامة.