



المقدمة..... 17

### الباب الأول: المدخل

الفصل الأول : موضوع علم النفس وفروعه ومدارسه المعاصرة..... 21

1- تمهيد : تفاعل الإنسان وبيئته..... 21

2- علم السلوك : مباحث علم النفس..... 22

3- السلوك نشاط كلي : الإنسان وحدة جسمية نفسية، علم النفس والفسولوجيا..... 25

4- السلوك نشاط غائي..... 27

5- السلوك أداة التكيف للبيئة : البيئة الواقعية والسيكولوجية، عملية التكيف..... 29

6- أهداف علم النفس..... 32

7- صلة علم النفس بالعلوم الأخرى..... 33

8- فروع علم النفس..... 34

9- نشأة علم النفس وتطوره..... 38

10- مدارس علم النفس المعاصرة : السلوكية، السلوكية الجديدة، المدارس

الغرضية، التحليل النفسي الجديد، مدرسة الجشطالت، تحليل العوامل..... 42

الفصل الثاني : مناهج البحث في علم النفس..... 46

1- المنهج العلمي : الملاحظة العلمية..... 46

2- أنواع البحوث في علم النفس : البحوث الكشفية والمسحية والبحاث الوصفية

والتحليلية، البحوث التجريبية..... 48

3- منهج التأمل الباطن..... 49

4- منهج الملاحظة في مجال الطبيعة..... 52

5- المنهج التبعي..... 53

6- المنهج الإكلينيكي..... 54

7- المنهج التجريبي..... 55

8- الإحصاء في علم النفس. أسئلة وتمارين..... 61

## الباب الثاني: دوافع السلوك

تمهيد وتعريف : تعريف الدوافع، الدافع حافز وغاية، الباعث، الحاجة، الرغبة، الهدف، الغرض، الانتحاءات والأفعال المنعكسة.....	67
<b>الفصل الأول : الدوافع الفطرية</b> .....	73
1- تمهيد وتصنيف.....	73
2- مبدأ استعادة التوازن.....	74
3- الجوع والعطش، الحاجة إلى الطعام، الجوع النوعي، الحاجة إلى الماء.....	75
4- الدافع الجنسي.....	78
5- دافع الأمومة.....	80
6- الحاجة إلى التنبيهات الحسية.....	81
7- دافع الاستطلاع ومعالجة الأشياء.....	82
8- الغرائز : نظرية مكدوجل. نظرية فرويد. نظرات أخرى إلى الغرائز، خاتمة.....	84
<b>الفصل الثاني : الدوافع الاجتماعية</b> .....	
1- تعريف وتصنيف : نظرية الاستقلال الوظيفي، محور الدوافع الفطرية، تصنيف الدوافع الاجتماعية.....	91
2- الحاجات النفسية الأساسية : الحاجة إلى الأمن النفسي، الحاجة إلى التقدير الاجتماعي، الحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى التعبير عن الذات وتوكيدها، الحاجة إلى احترام الذات.....	91
3- الاتجاهات النفسية : تكون الاتجاهات والعواطف، أثر الاتجاهات في الآراء والسلوك.....	93
4- الميول المكتسبة.....	100
5- حكم العادة.....	106
6- مستوى الطموح.....	106
	107

110	<b>الفصل الثالث : الدوافع اللاشعورية</b>
110	1- تمهيد : النوم المغناطيسي
111	2- أسباب عدم الشعور بالدافع : تعريف الدافع اللاشعوري
113	3- عملية الكبت : الكبت والقمع
	4- أمثلة من حياتنا اليومية للدوافع اللاشعورية : فلتات اللسان وزلات القلم،
114	النسيان، إضاعة الأشياء، تحطيم الأثاث، الأفعال العارضة، العاب الأطفال
	5- خصائص السلوك الصادر عن الكبت : الطابع الرمزي، الطابع القهري، الطابع
118	الغريب والشاذ
	6- أضرار الكبت : الكبت خداع للنفس، انشطار الشخصية، الكبت عملية غير
119	اقتصادية
121	7- العقد النفسية : عقدة النقص، عقدة أوديب
126	<b>الفصل الرابع : الانفعالات</b>
126	1- تعريف الانفعال : العاطفة، الحالة الانفعالية، الحالة المزاجية
127	2- الانفعالات والدوافع
128	3- جوانب الانفعال : الحكم على نوع الانفعال
130	4- نظريات الانفعال، الجهاز العصبي المستقل، كشف الكذب
134	5- نمو الانفعالات وتطورها : أثر النضج الطبيعي، أثر التعلم
	6- دراسة بعض الانفعالات : الخوف، القلق، الغضب، الشعور بالذنب والخجل
136	والندم
143	7- الانفعال والمزاج
144	8- النضج الانفعالي
145	9- أثر الانفعال في العمليات العقلية والسلوك
147	10- الانفعال والأمراض الجسمية : الطب السيكوسوماتي. أسئلة في باب الدوافع

## الباب الثالث: العمليات العقلية

155	الفصل الأول : الانتباه والادراك الحسي
155	1- تمهيد : الانتباه والإدراك
155	2- الإنتباه : الانتباه اختيار وتركيز
	3- أنواع الانتباه : الانتباه القسري، الانتباه التلقائي، الانتباه الإرادي، عوامل اختيار المثيرات
156	4- عوامل الانتباه الخارجية : الشدة، التكرار، التغير، التباين، الحركة، موضع المنبه
157	5- عوامل الانتباه الداخلية، الحاجات العضوية، الوجهة الذهنية، الدوافع المهمة، الميول المكتسبة
159	6- حصر الانتباه
160	7- مشتتات الانتباه : العوامل الجسمية والنفسية، والاجتماعية، والفيزيقية
161	الإدراك الحسي :
163	1- الإحساس والإدراك : ماذا ندرك، الصيغ الإدراكية؟
168	2- قوانين التنظيم الحسي : عوامل التقارب والتشابه والاتصال والشمول والتماثل والإغلاق
171	3- عملية التأويل، أثر الخبرة والتعلم، أثر الملابسات في التأويل، الخلاصة
171	4- الإدراك يسير من المجلد إلى المفصل
175	5- الفروق الفردية في الإدراك : أثر الحاجات الفسيولوجية، الميول والعواطف والانحيازات، الانفعال والحالة المزاجية، أثر المعتقدات، أثر القيم، أثر الكبت
176	6- الإدراك والسلوك
180	7- الخداعات والهلاوس
181	أسئلة وتمارين
183	

184	<b>الفصل الثاني : التعلم ... نظرياته</b>
184	1- معناه ونتائجه، تعريفه وشروطه
187	2- التعلم والنضج الطبيعي
189	3- نظريات التعلم
190	4- التعلم الشرطي التقليدي، الإشراف عند الإنسان، الاستجابة الشرطية
	5- مبادئ بافلوف الإشرافية : الاقتران المتأني والمتتابع، مبدأ المرة الواحدة،
193	التدعيم، الانطفاء، التعميم، التميز، الاستتباع
198	6- دور الإشراف في التعلم
	7- التعلم بالمحاولة والخطأ : نتائج ثورنديك المحاولة والخطأ عند الإنسان - الفأر
199	في المتاهة، الإنسان والمتاهة
206	8- دور المحاولات والأخطاء في التعلم
208	9- كيف تؤدي المحاولات والأخطاء إلى التعلم : قانون الأثر
210	10- التعلم الشرطي الإجرائي : مبادئه
212	11- نظرية التدعيم لكلارك هل : مبدأ التدعيم وقانون الأثر
	12- نظرية التعلم بالاستبصار : تجارب كهلر على الشمبانزي، مفهوم الاستبصار،
215	نتائج تجريبية على الاستبصار
223	13- تعلم الإنسان وتعلم الحيوان
224	14- الموقف الحاضر من عملية التعلم
226	<b>الفصل الثالث : التعلم. تطبيقاته (التعلم والتعليم)</b>
	1- مبدأ الدافعية والتدعيم : الثواب والعقاب، المنافسة، معرفة المتعلم مدى تقدمه،
226	التعلم العارض والتعلم المقصود
234	2- مبدأ النشاط الذاتي
236	3- مبدأ الفهم والتنظيم
237	4- مبدأ التكرار

- 5- مبدأ التعميم، انتقال أثر التعلم، أفكار خاطئة عن الانتقال، الانتقال السلبي.....239
- 6- الطرق الاقتصادية للتعلم: الطريقة الكلية والطريقة الجزئية، التسميع الذاتي،  
التعلم المركز والموزع، التعلم في أثناء النوم. أسئلة.....243
- الفصل الرابع : التذكر والنسيان.....249**
- 1- معنى التذكر وطرقه : الاسترجاع والتعرف.....249
- 2- الوعي والنسيان.....250
- 3- أسباب النسيان : نظرية الترك والضمور، نظرية التداخل والتعطيل، نظرية  
الكبت، قياس الوعي والنسيان، نتائج تجارب النسيان.....252
- 4- الاسترجاع : معطلاته وميسراته (القصور النفسي).....257
- 5- تحريف الذكريات : الشهادات القضائية، عوامل التحريف.....259
- 6- التعرف : خداعاته.....263
- 7- هل يمكن تقوية الذاكرة؟، كيف تستذكر دروسك؟ أسئلة.....264
- الفصل الخامس : التفكير.....268**
- 1- تعريف التفكير.....268
- 2- أدوات التفكير.....268
- 3- الصور الذهنية.....269
- 4- المعنى العياني والمعنى المجرد، المعنى السيكلوجي والمعنى المنطقي، التعريف  
الإجرائي.....271
- 5- كيف تكتسب المعاني : التجريد والتعميم.....273
- 6- المعاني واللغة : معاني دون ألفاظ، المعاني في اللغات البدائية، مزالق اللغة.....274
- 7- التفكير كلام باطن.....276
- 8- تطور المعاني وترقيتها.....278
- 9- مستويات التفكير : المستوى الحسي، المستوى التصوري، التفكير المجرد.....279

## المحتويات

281	<b>الفصل السادس : الاستدلال والابتكار</b>
281	1- تعريف الاستدلال : التفكير في حل المشكلات، مزايا الاستدلال
282	2- خطوات الاستدلال وشروطه، الاستدلال والمنهج العلمي
	3- نمو القدرة على الاستدلال : خصائص استدلال الطفل، بحوث بيرت وبياجيه،
284	النقد المنطقي
	4- عوائق الاستدلال السليم : عدم كفاية المعلومات، غموض المعاني، عدم مراعاة
	شروط الاستدلال، التسرع في الحكم والتعميم، التعليل السحري، اعتبار
287	الارتباط سبباً، الإذعان لأفكار سابقة، الميل والهوى، ضعف الثقة بالنفس
292	5- الإبداع والاستدلال : الذكاء والقدرات الإبداعية
295	6- مراحل الإبداع : الإعداد، الحضانة : الإلهام، التحقيق
299	<b>أسئلة في التفكير والاستدلال</b>
303	<b>الباب الرابع: تمهيد في الفروق الفردية : الذكاء والاستعدادات</b>
303	<b>الفروق الفردية : الفروق في الفرد نفسه</b>
304	1- وجوب مراعاة الفروق الفردية
305	2- مدى الفروق الفردية
307	3- أسباب الفروق الفردية : الوراثة والبيئة
309	4- قياس الفروق الفردية
311	<b>الفصل الأول : طبيعة الذكاء وقياسه</b>
311	1- معنى الذكاء
	2- نشأة مقاييس الذكاء وتطورها : مقياس بنيه، أمثلة من مقياس منقح لبنيه، العمر
312	العقلي ونسبة الذكاء، طبقات الذكاء
317	3- مقاييس الذكاء العملية
319	4- مقاييس الذكاء الجمعية
320	5- مقياس الذكاء الثانوي لتلاميذ مصر

321	6- مقياس وكسلر للراشدين.....
324	7- الحكم على الذكاء من مقاييسه.....
325	8- التحليل العاملي للذكاء : معامل الارتباط والتنبؤ.....
327	9- نظرية سييرمان في الذكاء.....
329	10- نظرية ثرستون.....
331	11- اختبارات القدرات الأولية.....
333	12- التوفيق بين سييرمان وثرستون.....
333	13- نظرية ثورنديك.....
335	<b>الفصل الثاني : نتائج مقاييس الذكاء</b> .....
335	1- نمو الذكاء.....
337	2- ثبات نسبة الذكاء.....
338	3- الأثر النسبي للوراثة والبيئة في الذكاء : طريقة التوائم، ذكاء أطفال الملاجىء.....
340	4- التخلف العقلي (ضعف العقل).....
343	5- الأطفال الموهوبون، الذكاء والعبقرية.....
345	6- اختلاف السلالات والجنسين في الذكاء.....
347	7- الذكاء والنجاح في الدراسة.....
348	8- الذكاء والنجاح في المهنة.....
349	9- الذكاء والخلق والجريمة.....
351	<b>الفصل الثالث : الاستعدادات</b> .....
351	1- الاستعداد والقدرة.....
352	2- طبيعة الاستعدادات وتكوينها.....
353	3- الاستعداد والميل.....
354	4- أهمية الكشف عن الاستعدادات، التوجيه والاختيار المهني والتعليمي.....
355	5- قياس الاستعدادات.....



## المحتويات

- 357.....6- الاستعداد اللغوي
- 358.....7- الاستعداد الحسابي
- 359.....8- الاستعداد الميكانيكي
- 362.....9- الاستعداد للأعمال الكتابية
- 363.....10- الاستعدادات الأكاديمية
- 363.....11- الاستعداد الموسيقي
- 364.....أسئلة في الذكاء والاستعدادات

### الباب الخامس: الشخصية

- 369.....الفصل الأول : بناء الشخصية
- 1- تعريف الشخصية : الشخصية والخلق، الشخصية والمزاج، الشخصية والذكاء.
- 2- سمات الشخصية : السمة متصل بين طرفين، السمات الأساسية والسطحية،  
369.....أيزنك وبناء الشخصية
- 3- تكامل الشخصية.....371
- 4- طرز الشخصية : الطرز المزاجية، الطرز الجسمية، الطرز الهرمونية، الطرز  
375.....النفسية، نقد الطرز
- 377.....الفصل الثاني : الحكم على الشخصية
- 1- أهدافه وطرقه : الاتجاه التحليلي والاتجاه الكلي.....381
- 2- المقابلة الشخصية.....381
- 3- التداعي الحر وتأويل الأحلام.....382
- 4- موازين التقدير.....384
- 5- الاستخبار.....385
- 6- اختبارات الشخصية : الاختبارات الموقفية، المبيان الاجتماعي، الاختبارات  
الإسقاطية : اختبار رورشاخ، تفهم الموضوع، تكميل الجمل، الأصوات الخافتة،  
389.....تداعي المعاني
- 7- الطريقة الشاملة للحكم على الشخصية.....396

399	الفصل الثالث : نمو الشخصية وعوامل تكوينها
399	1- أصول الشخصية ونموها
400	2- الهو والأنا والأنا الأعلى، الصورة الديناميكية للشخصية
404	3- كيف تكتسب السمات (التطبيع الاجتماعي)
408	4- عوامل تكوين الشخصية
	5- الشخصية والغدد الصم : الغدة الدرقية، غدتا الأدرنالين، الغدد التناسلية،
409	الغدد النخامية، تفاعل الغدد والشخصية
412	6- أثر العوامل الجغرافية في الشخصية
413	7- أثر العوامل الاجتماعية : أثر ثقافة المجتمع، الثقافات الفرعية، الثقافة والوراثة
415	8- أثر الأسرة في الطفولة المبكرة : الدراسات الكلينيكية، الدراسات الأنتروبولوجية
420	9- مركز الطفل في الأسرة
422	10- المدرسة الابتدائية والتطبيع الاجتماعي
424	11- التطبيع في المراهقة، أزمة المراهقة، أسباب الأزمة
429	12- أثر الدور الاجتماعي في الشخصية
430	13- الفوارق بين الشخصيات
431	14- تغير الشخصية وتغييرها
434	أسئلة في الشخصية

### الباب السادس: الصحة النفسية

439	الفصل الأول : الأزمات النفسية
439	1- معنى الأزمة
	2- أسباب الأزمات النفسية : عقبات مادية، عقبات اجتماعية، عوامل اقتصادية،
439	عيوب شخصية صراع الدوافع، مصادر أزمات شديدة
442	3- الطرق السليمة لحل الأزمات، وصيد الإحباط، غسل المخ
	4- الحيل الدفاعية : الكبت، الانسحاب، أحلام اليقظة، أحلام النوم، النكوص،

## المحتويات

التبرير. الإسقاط، التعويض الزائد، التكوين العكسي، العزل، التقمص، العدوان، العدوان المزاح، العدوان المرتد، الاحتماء بالمرض، التكفير حيل دفاعية أخرى، الخمير.....	445
5- وظيفة الحيل الدفاعية وخصائصها.....	461
<b>الفصل الثاني : الأمراض النفسية والعقلية</b> .....	463
1- التوافق وسوء التوافق.....	463
2- أسباب سوء التوافق.....	464
3- الشخصيات السوية والشاذة.....	465
4- اضطرابات الشخصية : الأمراض النفسية والأمراض العقلية.....	466
5- الهستيريا : النساوة، التوهان، التجوال النومي.....	467
6- عصاب الوسواس.....	470
7- عصاب القلق.....	472
8- الأمراض العقلية.....	474
9- الفصام.....	476
10- الذهان الدوري.....	477
11- العوامل الممهدة والمفجرة : أثر الوراثة، العوامل النفسية والاجتماعية الممهدة، العوامل المفجرة، هل ينقلب العصاب إلى ذهان؟.....	479
12- العلاج النفسي : التحليل النفسي، العلاج المعقود على المريض، العلاج السلوكي، العلاج بالإيحاء، العلاج الجماعي.....	482
13- أثر العلاج النفسي.....	493
<b>الفصل الثالث : مبادئ الصحة النفسية</b> .....	496
1- الأعباء النفسية للحضارة الحديثة.....	496
2- علم الصحة النفسية.....	497
3- علامات الصحة النفسية.....	498

4-	تنوير الآباء والأمهات : بعض ورطات الوالدين، أسس التربية السليمة، الاستشفاف الوجداني، معاملة المراهق التربية الجنسية.....	499
5-	عواقب التربية الخاطئة : القسوة والنبذ، التراخي والتدليل، التذبذب في المعاملة، التلهف والقلق الزائد، الشجار بين الوالدين.....	506
6-	الصحة النفسية في المدرسة : المدارس النموذجية الحديثة.....	509
7-	العيادات النفسية.....	512
8-	كيف تحافظ على صحتك النفسية.....	513
9-	متى تستشير أخصائياً نفسياً.....	516
	أسئلة في الصحة النفسية.....	518
	المراجع الأساسية للكتاب.....	520
	معجم إنجليزي عربي لمصطلحات علم النفس.....	521