

المحور الأول: مدخل

أولاً- التذكير بأساسيات علم النفس الاجتماعي

1. تعريف علم النفس الاجتماعي

هو دراسة الطريقة التي تتأثر بها أفكار الأفراد، مشاعرهم، وسلوكهم بوجود الآخرين، سواء أكان هذا التأثير حقيقياً أو متخيلاً أو ضمنياً.

علم النفس الاجتماعي هو فرع من فروع علم النفس يدرس كيف يتأثر الأفراد بسلوك الآخرين وأفكارهم ومشاعرهم في سياقات اجتماعية مختلفة. يتناول هذا العلم العلاقة بين الأفراد والمجتمع، ويهدف إلى فهم كيفية تأثير الجماعات والعلاقات الاجتماعية على السلوك البشري.

يهدف علم النفس الاجتماعي في الأساس إلى فهم طبيعة العلاقات القائمة بين الفرد والمجتمع مؤثراً ومتأثراً به، ويحاول فهم الطريقة التي من خلالها يتمكن الإنسان من التوافق مع القواعد والمعايير والقيم الاجتماعية السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه. هذا وقد ساعدت الدراسات التجريبية الكثيرة في ميدان علم النفس الاجتماعي الفرد والمجتمع على تفهم طبيعة العلاقة القائمة بينهما، وذلك لما فيه خير للفرد والمجتمع في آن واحد.

2. موضوعات علم النفس الاجتماعي

- التأثير الاجتماعي: كيف يتأثر الأفراد بمعتقدات وسلوكيات الآخرين.
- الاتجاهات والمعتقدات: كيف تتكون الاتجاهات وكيف تتغير بمرور الوقت.
- الإقناع والتغيير السلوكي: طرق التأثير على الأفراد لتغيير مواقفهم وسلوكهم.
- الدوافع الاجتماعية: مثل الحاجة إلى الانتماء والتقدير.
- العلاقات الاجتماعية: مثل الصداقة، الحب، والتفاعل الاجتماعي.
- السلوك الجماعي: دراسة تأثير المجموعات على السلوك الفردي.

3. أهم المفاهيم في علم النفس الاجتماعي

- التوافق الاجتماعي: ميل الأفراد لتبني سلوكيات ومعتقدات الجماعة.
- التأثير المعياري والمعلوماتي: كيف يغير الأفراد سلوكهم ليكونوا مقبولين اجتماعياً أو لاكتساب معلومات جديدة.
- التحيز الاجتماعي: مثل القوالب النمطية والتمييز.
- الإدراك الاجتماعي: كيف يدرك الأفراد أنفسهم والآخرين في البيئة الاجتماعية.

4. نظريات علم النفس الاجتماعي

- نظرية الإدراك الاجتماعي: تركز على كيفية تفسير الأفراد للأحداث والآخرين.
- نظرية الهوية الاجتماعية: تشرح كيف تؤثر المجموعات التي ننتمي إليها على هويتنا.
- نظرية التبادل الاجتماعي: ترى العلاقات الاجتماعية كمجموعة من المكافآت والتكاليف.
- نظرية التعلم الاجتماعي: توضح كيف نتعلم من خلال الملاحظة والنقل.

5. تطبيقات علم النفس الاجتماعي

- في الحياة اليومية: فهم التفاعلات الاجتماعية، اتخاذ القرارات، والتفاوض.
- في العمل: تعزيز العمل الجماعي، القيادة، وإدارة النزاعات.
- في الإعلام والإعلانات: فهم كيفية التأثير على الجمهور.
- في الصحة: تحسين السلوكيات الصحية من خلال حملات التوعية.

ثانياً. مصطلحات أساسية في علم النفس الاجتماعي

1. الجماعة (Group): مجموعة من الأفراد تربطهم أهداف أو اهتمامات أو علاقات مشتركة، مثل الأسرة، الفصل الدراسي، فريق العمل...
2. الهوية الاجتماعية: (Social Identity): هي جزء من هوية الفرد ناتج عن انتمائه لمجموعة معينة (مثل: الدين، اللغة، الجنس، الوطن....).
3. النمط: (Stereotype): هو تبسيط أو تعميم مفرط عن مجموعة معينة من الناس، وغالبًا يكون خاطئًا أو غير عادل. مثال: "كل الرجال لا يعبرون عن مشاعرهم" (تعميم خاطئ).
4. التحيز: (Prejudice): هو اتجاه سلبي أو حكم مسبق تجاه شخص أو جماعة بدون معرفة كافية. مثال: كره شخص بسبب لونه أو جنسيته فقط.
5. التوافق الاجتماعي: (Conformity): هو تغيير السلوك أو المواقف لتتناسب مع المعايير أو توقعات الجماعة.
6. الإقناع: (Persuasion): عملية تهدف إلى تغيير معتقدات أو سلوك الآخرين من خلال الخطاب أو التأثير النفسي.
7. القيادة: (Leadership): القدرة على التأثير في الآخرين وتوجيههم لتحقيق أهداف معينة داخل جماعة.

8. العدوان (Aggression) : سلوك يهدف إلى إيذاء الآخرين جسدياً أو نفسياً، ويمكن أن يكون لفظياً أو فعلياً.

9. العلاقات الاجتماعية (Social Relations) : كل أنواع التفاعلات بين الأفراد، مثل الصداقة، الحب، التعاون، الصراع...

10. الموقف (Attitude) : هو تقييم أو نظرة الفرد تجاه فكرة، شخص أو موضوع، ويمكن أن يكون إيجابياً أو سلبياً.

11. التأثير الاجتماعي (Social Influence) : هو تغيير في التفكير أو السلوك نتيجة تفاعل الفرد مع الآخرين (مثل ضغط الجماعة، الإعلانات...

12. الدور الاجتماعي (Social Role) : هو مجموعة من التوقعات التي تُفرض على الفرد حسب موقعه في المجتمع (مثل دور المعلم، الأم، القاضي...

13. التفاعل الاجتماعي (Social Interaction) : هو الطريقة التي يتواصل ويتعامل بها الأفراد داخل بيئة اجتماعية.

14. الإدراك الاجتماعي (Social Perception) : كيف نُدرك الآخرين ونحكم عليهم بناءً على مظهرهم، سلوكهم، أو انتمائهم.

15. التنشئة الاجتماعية (Socialization)

هي العملية التي يكتسب من خلالها الفرد المعرفة، القيم، العادات، والمعايير الاجتماعية التي تمكنه من الاندماج في المجتمع..، وتتم عبر الأسرة (أول وأهم وسيط)، المدرسة، الأصدقاء، الإعلام... وغيرها.

وههدفها: تحويل الفرد من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي قادر على التفاعل والعيش ضمن جماعة.

16. الاتجاهات: هي مواقف نفسية داخلية تميل إلى الاستقرار، تُعبّر عن تقييم الفرد (سلبى أو إيجابى) نحو شيء، شخص، فكرة، أو سلوك، وتتكوّن من 3 مكونات:

1. معرفى: ما يعتقد الفرد.

2. وجدانى: ما يشعر به تجاه الموضوع.

3. سلوكى: استعدادة للتصرف بطريقة معينة.

مثال: شخص لديه اتجاه سلبى نحو التدخين (يعرف أضراره، يكره رائحته، ويتجنبه)