

مناهج البحث في علم النفس تنوّعت مناهج وطرق الإنسان في تفسير الظواهر السلوكيّة والنفسية؛ حيث اعتمد في العصور القديمة على مبدأ التأمل والاستنباط الداخليّ حتّى يلاحظ ذاته ومشاعره الداخليّة ويفهمها، كما اعتمد أيضاً على الملاحظة الخارجيّة التي اعتبرت أكثر موضوعيّة، أمّا حديثاً فقد ظهرت الكثير من المناهج وطرق البحث المُتخصّصة بعلم النفس، وفيما يأتي معلومات عن مجموعة منها: المنهج التجريبيّ يعتمد استخدام المنهج التجريبيّ على عملية التجريب والتطبيق العمليّ للعلوم النظرية،^[١] واعتُبر هذا المنهج عند بعض الفلاسفة أمثال جون لوك وديفيد هيوم المصدر الوحيد للمعرفة؛ حيث يعتمد هذا المنهج على تطبيق الملاحظة العلميّة الدقيقة، وتحويل الأفكار الناتجة عنها إلى فرضيات علمية تعتمد على التجربة أكثر من مرّة؛ بهدف الوصول إلى نتائج واضحة وقابلة للتطبيق، ثمّ تتحوّل بعد إثباتها إلى قوانين علمية، وقد استفادت العلوم الإنسانية بشكل عام وعلم النفس بشكل خاص من التطبيقات والخطوات العلميّة للمنهج التجريبيّ، إلا أن الظواهر الإنسانية السلوكيّة غير ماديّة وغير ثابتة وتتميّز بالتجريد والوعي والإرادة؛ لذلك من الصعب تقييدها بالإجراءات التجريبية في المختبرات، فأصبح المختبر الذي تُدرّس فيه الظواهر السلوكيّة وتخضع للتجربة هو البيئة الطبيعيّة العامة التي توجد بها هذه الظواهر، فصارت العملية التجريبية تعتمد على مبدأ الملاحظة المقصودة والموجهة، فيُمثّل المنهج التجريبيّ دراسة لمجموعة من التأثيرات والعلاقات بين عدّة متغيرات، وتُفسّر هذه العلاقات باستخدام التحكم والضبط والتجريب. المنهج التتبعية يهتمّ هذا المنهج بدراسة عمليات النموّ النفسي خلال المراحل العمرية؛ عن طريق متابعة مجموعة معينة من الأطفال وإخضاعهم لكافة الاختبارات النفسية باستخدام الوسائل والأدوات القياسية خلال فترات ثابتة بشكل دوري قد تكون كلّ أسبوع أو كلّ شهر أو كلّ يوم، وعادةً تأخذ الدراسات الخاصة بهذا المنهج مدّة زمنيّة طويلة؛ لأنّها عملية تسجيل المتغيرات المختلفة التي يتعرض لها الأطفال خلال مراحل النموّ التي يمرّون فيها بتتبع الظواهر النفسية ومحاكاة نشأتها وتطوّرها عند الفرد، ومن الممكن أن يستخدم الباحث في هذا المنهج الاختبارات السيكولوجيّة المختلفة أو عملية الملاحظة المباشرة، وقد اعتبرت نتائج هذه الأبحاث دقيقة وثابتة ويمكن تعميمها حيث تُظهر مسار النموّ الخاص بالعديد من الأطفال الأسوياء والسليمين، ومن أبرز الدراسات والأبحاث المعتمدة على المنهج التتبعية دراسة تيرمان الذي اعتمد على متابعة جميع التغيرات المؤثّرة في ذكاء الطفل خلال عدّة أعوام؛ حيث اهتمّ بدراسة التغيرات التي يتعرض لها مستوى الذكاء العقلي عند الأطفال الموهوبين، بالإضافة إلى دراسة كافة مظاهر النموّ الخاصة بأولئك الأطفال، النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي ابتداءً من مرحلة رياض الأطفال وصولاً إلى مرحلة الدراسات العليا.^[٢] المنهج الذاتي يُعدّ المنهج الذاتي من أقدم مناهج البحث في علم النفس التي استخدمها الإنسان في محاولاته لدراسة السلوك الإنساني، إلا أنها كانت أقل المناهج اعتماداً على العلم، فيُمثّل المنهج الذاتي الأسلوب المعتمد على الملاحظة الداخليّة أو المعروفة باسم التأمل الباطنيّ، فيهتمّ باختيار وملاحظة الفرد للحالات الشعورية النفسية التي يمرّ بها، فيهتمّ الفرد بدراسة الشعور المؤثّر فيه عن طريق متابعة مصادره المتنوّعة، فإذا اهتمّ بمتابعة الظواهر الخارجيّة مثل حدوث الرعد، فيُصنّف بأنّه باحث في علم الطبيعة الذي شكّل مصدراً خارجياً لشعوره، أمّا إذا اهتمّ بملاحظة المصدر الداخليّ لشعوره، مثل دراسة عملية الإدراك والخواطر والأحاسيس المرافقة لها تجاه ظاهرة خارجيّة معينة وتابعها بالوصف والتحليل عندها يُصنّف بأنه يدرس السيكولوجيا، مثل اعتماده على قدرة ومهارة الفرد الواحد في تطبيق الوصف والتحليل؛ لذلك لا يمكن تعميم نتائج الدراسات الفردية على جماعة من الأفراد، كما أن الموضوعات التي تُدرس باستخدام التأمل الباطني محدودة، فتكون النتائج الصادرة عنها محدودة كذلك.^[٣] المنهج الوصفي المنهج الوصفي هو منهج يُستخدم لتقديم وصف حول ظاهرة معينة؛ عن طريق فهم مكوناتها وتحديد خصائصها الغائبة والموجودة، كما يعتمد على دور الباحث في تحويل الفرضيات إلى مجموعة من الأسئلة المهمة والإشكالات وإدراك جميع المُحدّدات الخاصة بالبحث، وتشمل المُحدّدات الزمانيّة والمكانيّة والماديّة والإنسانيّة واختيار العينة التي تُمثّل الدراسة، ويعتمد نجاح تطبيق المنهج الوصفي على استخدام مجموعة من الأدوات، كالاستمارة ودراسة الحالة والمقابلة وغيرها. المنهج التاريخي يدرس المنهج التاريخي الظواهر المختلفة بتتبع خلفياتها التاريخيّة عبر الزمن، ومتابعة تطوّرها في جميع الجوانب السياسيّة والاجتماعيّة والثقافيّة والنفسية، كما يهتمّ المنهج التاريخي بدراسة العلاقة بين الزمن الماضي والزمن الحاضر والمستقبل، ويعتمد هذا المنهج على دور الوثائق في تأويل واستنتاج الوقائع والأحداث وتفسيرها، وإنشاء المعطيات التاريخيّة تركيبياً وتشريحياً.