

علم البيئة في علم النفس: نظرة عامة علم البيئة هو دراسة العلاقة بين الكائنات الحية وبيئتها. في مجال علم النفس، ي

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 7, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). علم البيئة في علم النفس: نظرة عامة علم البيئة هو دراسة العلاقة بين الكائنات الحية وبيئتها. في مجال علم النفس، ي. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=115527>

مقدمة في علم البيئة النفسي

يمثل علم البيئة النفسي (Ecological Psychology) مجالاً محورياً داخل العلوم النفسية، حيث يتحول التركيز من دراسة الفرد بمعزل عن سياقه إلى فهم التفاعل المعقد والمتبادل بين الكائن الحي وبيئته المحيطة. لا تُعتبر البيئة في هذا المنظور مجرد خلفية ثابتة للأحداث السلوكية، بل هي نظام حيوي ونشط يؤثر ويتأثر بالعمليات النفسية والتنموية. نشأ هذا المجال كاستجابة للنظريات التقليدية التي كانت تميل إلى تضخيم العوامل الداخلية (مثل الصفات الشخصية أو العمليات المعرفية المجردة) على حساب السياقات الخارجية التي تشكل السلوك وتوجهه، مما أدى إلى تأسيس إطار نظري ومنهجي أكثر شمولية لفهم التجربة الإنسانية. يهدف علم البيئة النفسي إلى تحليل كيف يتم تنظيم السلوك وتوجيهه ليس فقط من خلال النوايا الداخلية للفرد ولكن من خلال الهياكل البيئية التي يعيش فيها ويتفاعل معها بشكل مستمر.

تجاوز أهمية علم البيئة النفسي مجرد الاعتراف بوجود البيئة، إذ يركز على مفهوم "المعاملة" (Transaction)، وهو مصطلح يشير إلى العلاقة الديناميكية التي تتغير فيها كل من البيئة والفرد بشكل متبادل نتيجة تفاعلها، بدلاً من مجرد التفاعل أحادي الاتجاه. هذا المنظور يقتضي أن دراسة السلوك يجب أن تتم في البيئة الطبيعية التي يحدث فيها، مع الأخذ في الاعتبار أن الفرد والكفاءات التي يمتلكها يتم تشكيلها باستمرار من خلال متطلبات البيئة وقيودها وإتاحاتها. يعد هذا التحول في الرؤية ضرورياً ليس فقط لفهم الاضطرابات النفسية والسلوكية، بل أيضاً لتعزيز الصحة والتنمية المثلى، حيث يتطلب التدخل الفعال تعديلاً على مستوى النظام البيئي بأكمله وليس فقط على مستوى الفرد.

على الرغم من أن علم البيئة النفسي يشترك في بعض الاهتمامات مع علم النفس البيئي الأوسع (Environmental Psychology)، إلا أنه يركز بشكل خاص على النظم المتداخلة التي تؤثر على التنمية البشرية والسلوك اليومي. كان جيمس ج. جيبسون (James J. Gibson) وأوري برونفنبرينر (Urie Bronfenbrenner) من أبرز المؤسسين الذين قدموا أطراً متكاملة لفهم هذه العلاقة المعقدة. في حين ركز جيبسون على الإدراك المباشر وكيف توفر البيئة إتاحات (Affordances) للفرد، قدم برونفنبرينر نموذجاً هيكلياً متعدد المستويات يوضح كيف تترابط الأنظمة الاجتماعية والثقافية لتشكيل مسار التنمية. إن إدراك هذه النظم المتشابكة أمر حيوي لإنشاء سياسات اجتماعية ونفسية أكثر فعالية ومراعاة للسياق.

نظرية النظم البيئية لأوري برونفنبرينر

تُعد نظرية النظم البيئية (Ecological Systems Theory)، التي طورها عالم النفس التنموي أوري برونفنبرينر، الإطار النظري الأكثر تأثيراً في علم البيئة النفسي، خاصة في مجال التنمية البشرية. رفض برونفنبرينر فكرة أن التنمية تحدث في فراغ أو أنها محكومة بالكامل بالعوامل البيولوجية أو النفسية الداخلية وحدها، وبدلاً من ذلك، أكد على أن التنمية هي نتاج تفاعل معقد بين الفرد المتنامي ومجموعة من النظم البيئية المتداخلة والمتراصة. هذه النظم تشبه مجموعة من الدمى الروسية المتداخلة، حيث يؤثر كل نظام على النظم الأخرى، ويشكلان معاً السياق الكامل لحياة الفرد. وقد قدم برونفنبرينر خمسة مستويات متميزة من النظم، بدءاً من البيئة المباشرة للفرد وصولاً إلى الهياكل الثقافية والمجتمعية الأوسع.

تؤكد النظرية على أهمية العمليات القريبة (Proximal Processes)، وهي التفاعلات المعقدة والمستمرة التي تحدث بين الفرد وبيئته المباشرة (مثل اللعب مع الوالدين، أو الدراسة مع الأقران). ويرى برونفنبرينر أن جودة هذه العمليات القريبة وشدتها هي المحرك الأساسي للتنمية البشرية الصحية. كلما كانت هذه التفاعلات منتظمة ومستمرة ومعقدة وذات معنى، زادت فعالية التنمية. لكن هذه العمليات القريبة لا تعمل بمعزل عن غيرها، بل يتم دعمها أو إعاقتها بواسطة مستويات النظام البيئي الأعلى. وبالتالي، فإن النظرية تقدم خريطة شاملة تتيح للباحثين والمختصين تقييم ليس فقط ما يفعله الفرد، بل أين ومتى ومع من يفعل ذلك، وكيف تتأثر هذه التفاعلات بالظروف الاجتماعية والاقتصادية الأكبر.

إن القوة الكامنة في نموذج برونفنبيرنر تكمن في قدرته على تفسير التباينات الفردية في النتائج التنموية. فمثلاً، قد يكون لدى طفلين قدرات فطرية متشابهة، ولكن قد يختلف مسارهما التنموي بشكل كبير اعتماداً على جودة نظاميهما البيئيين، مثل مستوى الدعم الأسري المتوفر، أو نوعية التعليم المقدم في المدرسة، أو حتى السياسات الحكومية المتعلقة بإجازة الأمومة أو الرعاية الصحية. إن فهم هذه المستويات المتعددة يمنع التفسير الاختزالي للسلوك ويشجع على التدخلات التي تعالج جذور المشكلات في السياق البيئي بدلاً من التركيز حصراً على معالجة الأعراض الفردية.

الأنظمة البيئية الصغرى والكبرى

تتألف نظرية النظم البيئية من خمسة مستويات متداخلة، يبدأ كل منها بتأثير مختلف على الفرد. يتمثل المستوى الأول، وهو النظام الأصغر (Microsystem)، في البيئة المباشرة التي يعيش فيها الفرد ويتفاعل معها وجهاً لوجه. يشمل هذا النظام الأسرة، والمدرسة، ومكان العمل، ومجموعة الأقران، والحي السكني. التفاعلات في هذا النظام هي تفاعلات ثنائية ومتبادلة، وتعتبر الأكثر أهمية في تشكيل التجربة اليومية والسلوك الفوري للفرد. على سبيل المثال، تؤثر جودة علاقة الطفل بوالديه أو معلميه بشكل مباشر على شعوره بالأمان وتحصيله الأكاديمي.

يتكون النظام الثاني، النظام المتوسط (Mesosystem)، من الروابط والعلاقات المتبادلة بين اثنين أو أكثر من النظم الصغرى التي ينتمي إليها الفرد. لا يمثل هذا النظام بيئة جديدة بحد ذاتها، ولكنه يمثل جودة التنسيق والاتصال بين البيئات المباشرة. على سبيل المثال، العلاقة بين منزل الطفل ومدرسته تشكل جزءاً من النظام المتوسط. إذا كان هناك تواصل وتعاون قوي بين الوالدين والمعلمين، فإن التنمية تكون مدعومة بشكل أفضل. أما إذا كانت هناك تناقضات أو صراعات بين بيئتين صغريين، فقد يؤدي ذلك إلى ضغط نفسي وتحديات سلوكية للطفل.

تأتي بعد ذلك المستويات الأوسع التي تؤثر بشكل غير مباشر. النظام الخارجي (Exosystem) يشمل البيئات التي لا يشارك فيها الفرد بشكل مباشر، ولكنها تؤثر على النظم الصغرى التي ينتمي إليها. من الأمثلة الشائعة لهذا النظام: مكان عمل الوالد، أو السياسات المحلية للمدينة، أو شبكة الأصدقاء الأوسع للعائلة. فمثلاً، إذا كان مكان عمل الأم يوفر إجازة أمومة مدفوعة الأجر ومرونة في ساعات العمل، فإن هذا يخفف الضغط على النظام الأصغر (الأسرة) ويؤثر إيجابياً على تفاعل الأم مع طفلها، على الرغم من أن الطفل لا يتفاعل مباشرة مع بيئة عمل الأم. أما النظام الأكبر (Macrosystem)، فهو المستوى الأوسع والأكثر تجريداً، ويشمل القيم الثقافية، والمعتقدات الاجتماعية، والأيدولوجيات، والقوانين السائدة في المجتمع. يشكل هذا النظام "المخطط" الذي يحدد شكل وخصائص النظم الأربعة الأدنى. فمثلاً، النظام القانوني الذي يقر بالمساواة بين الجنسين هو جزء من النظام الأكبر ويؤثر على الفرص المتاحة في النظام الأصغر (مكان العمل أو المدرسة).

مفهوم الإتاحات (Affordances) في علم النفس البيئي

يمثل مفهوم الإتاحات (Affordances)، الذي صاغه عالم النفس الإدراكي جيمس ج. جيبسون، ركيزة أساسية في علم البيئة النفسي، خاصة فيما يتعلق بكيفية إدراك الأفراد لبيئتهم والتفاعل معها. الإتاحات ليست ببساطة خصائص موضوعية للبيئة (مثل حجم أو شكل جسم ما)، ولا هي مجرد تفسيرات ذاتية للفرد، بل هي العلاقة التكميلية بين كائن حي وبيئته. بعبارة أخرى، الإتاحة هي ما توفره البيئة للكائن الحي من إمكانيات للعمل أو التفاعل. على سبيل المثال، يُتيح سطح صلب "الوقوف عليه"، وتُتيح كرة صغيرة "الإمساك بها" ليد طفل صغير، وتُتيح حافة منحدر "الوقوف" أو "التسلق"، اعتماداً على قدرات الفرد.

يصر جيبسون على أن الإتاحات تُدرك بشكل مباشر، دون الحاجة إلى عمليات معرفية معقدة أو استدلالات داخلية واسعة. هذا الإدراك المباشر يعتمد على المعلومات البصرية والسمعية المتاحة في البيئة المحيطة. الفرد لا يرى مجرد ألوان

وأشكال، بل يرى الفرص المتاحة للعمل. هذا المفهوم له تداعيات عميقة على فهم السلوك، لأنه يربط الإدراك بالعمل بشكل لا ينفصم. عندما يرى طفل لعبة، فإن ما يراه ليس فقط مادة بلاستيكية ملونة، بل يرى إتاحة للعب بها" أو "رميها". هذا الارتباط المباشر بين الإدراك والعمل هو ما يفسر الكفاءة العالية التي يظهرها الأفراد في التكيف مع بيئاتهم.

يتم تطبيق مفهوم الإتاحات على نطاق واسع في مجالات مثل تصميم واجهات المستخدم (حيث يجب أن توفر الأزرار إتاحة "النقر")، وكذلك في تصميم البيئات التعليمية أو العلاجية. إن فهم الإتاحات يساعد في تصميم بيئات تعزز السلوكيات المطلوبة وتحد من السلوكيات غير المرغوب فيها من خلال تعديل إمكانيات العمل المتاحة. في سياق التنمية، تتغير الإتاحات التي يمكن للفرد إدراكها بمرور الوقت مع نضج الكائن الحي واكتسابه لمهارات جديدة. فالبيئة التي كانت تُتيح "الزحف" للرضيع، تصبح تُتيح "الركض" للطفل الأكبر سناً، مما يؤكد على التفاعل المستمر والديناميكي بين التغيرات البيولوجية والتغيرات البيئية المدركة.

علم النفس البيئي والتنمية البشرية

يعمل علم البيئة النفسي كعدسة أساسية لفهم التنمية البشرية، حيث يقدم تفسيراً أكثر ثراءً لعملية النمو من التفسيرات التي تركز فقط على الوراثة أو النضج الداخلي. في هذا السياق، تُفهم التنمية على أنها تغيير دائم في الطريقة التي يدرك بها الفرد بيئته ويتعامل معها. يشدد المنظور البيئي على أن التنمية ليست عملية خطية، بل هي عملية متفرعة تتأثر بالانتقالات البيئية (Ecological Transitions) التي يمر بها الفرد، مثل بدء المدرسة، أو الانتقال إلى مرحلة المراهقة، أو تغيير مكان الإقامة. كل انتقال من هذا القبيل يتطلب من الفرد التكيف مع مجموعة جديدة من القواعد والعلاقات والفرص.

تلعب جودة النظم البيئية دوراً حاسماً في تحديد مسار التنمية. على سبيل المثال، يُظهر الأطفال الذين ينشأون في أنظمة صغرى غنية بالتحفيز والدعم العاطفي، ولديهم أنظمة متوسطة متسقة (حيث يتفق الوالدان والمدرسة على أهداف التنمية)، نتائج تنموية أفضل بكثير مقارنة بالأطفال الذين يعانون من اضطراب بيئي (Ecological Disruption)، حيث تكون النظم الصغرى مفككة أو متضاربة. إن فهم كيف يمكن للضغوط التي تنشأ في النظام الخارجي (مثل البطالة الأبوية أو السياسات الاقتصادية الصارمة) أن تتسرب وتؤثر على التفاعلات اليومية في النظام الأصغر هو أمر حيوي لتفسير الفروق التنموية بين المجموعات السكانية المختلفة.

كما يسلط علم البيئة النفسي الضوء على أهمية التفاعل المتبادل في التنمية. فالطفل ليس مستقبلاً سلبياً للتأثيرات البيئية؛ بل هو مشارك نشط يختار، ويعدل، ويشكل بيئته الخاصة. فمثلاً، قد يختار الطفل الذي يتمتع بمزاج هادئ بيئات هادئة، مما يعزز هذه السمة لديه، في حين قد يسعى الطفل الأكثر نشاطاً إلى بيئات مليئة بالإثارة. هذه العلاقة المتبادلة بين الخصائص الشخصية للفرد (العمليات الشخصية) والبيئة (السياق) هي ما أطلق عليه برونفنبرينر لاحقاً نموذج PPCT (Process- Person-Context-Time)، مؤكداً على أن التنمية المثلى تتحقق عندما تتطابق متطلبات البيئة مع قدرات الفرد.

تطبيقات علم البيئة النفسي في الصحة والمجتمع

لعل أهمية علم البيئة النفسي تتجلى في تطبيقاته العملية في مجالات الصحة العامة، والتعليم، والتدخلات الاجتماعية. بدلاً من التركيز على العلاج الفردي للأمراض (النموذج الطبي التقليدي)، يطالب المنظور البيئي بتصميم تدخلات مستدامة تستهدف مستويات متعددة من النظام البيئي. هذا يتطلب من المهنيين العمل ليس فقط مع الفرد، ولكن أيضاً مع الأسرة، والمدرسة، والمجتمع المحلي، بل وحتى التأثير على السياسات الحكومية (النظام الأكبر).

الصحة العقلية والوقاية: في مجال الصحة العقلية، يتم تطبيق النموذج البيئي لتطوير برامج الوقاية من المشاكل السلوكية. على سبيل المثال، بدلاً من مجرد تقديم المشورة للمراهقين الذين يتعاطون المخدرات (النظام الأصغر)، يجب على

التدخلات البيئية أن تعالج جودة الروابط المجتمعية (النظام المتوسط)، وتوافر الفرص الترفيهية الآمنة (النظام الخارجي)، والقوانين المتعلقة ببيع الكحول والتبغ (النظام الأكبر). هذا النهج الشامل يزيد بشكل كبير من احتمالية تحقيق تغييرات دائمة.

التخطيط الحضري وتصميم البيئات: في مجال التخطيط الحضري وعلم النفس البيئي، يتم استخدام مفهوم الإتاحتات لتصميم بيئات تعزز السلوكيات الصحية. على سبيل المثال، يتطلب تشجيع النشاط البدني تصميم مسارات مشي آمنة وواضحة (إتاحة المشي)، وتوفير مساحات خضراء يسهل الوصول إليها (إتاحة الاسترخاء). كما يتم تطبيق هذا المفهوم في تصميم المدارس والمستشفيات لتقليل التوتر وتعزيز التركيز.

التدخلات التعليمية: في التعليم، يتطلب المنظور البيئي النظر إلى أداء الطالب كنتاج للتفاعل بين قدراته الفردية وجودة المناهج، وكفاءة المعلمين، والدعم الأسري، وظروف الحي السكني. التدخلات الفعالة لا تقتصر على الدروس الخصوصية، بل قد تشمل تحسين التواصل بين المعلمين وأولياء الأمور، وتوفير برامج تدريب للمعلمين لزيادة كفاءتهم في التعامل مع التنوع الثقافي (تأثير النظام الأكبر على النظام الأصغر).

إن الاعتراف بأن التحديات الاجتماعية المعقدة مثل الفقر، والجريمة، والنتائج الصحية السيئة هي نتاج تضافر عوامل على مستويات متعددة، يدفعنا نحو حلول أكثر شمولية. فمثلاً، لا يمكن معالجة مشكلة الفقر المدقع من خلال تقديم المساعدات المالية فقط (التركيز على الفرد)، بل يتطلب الأمر تعديلاً في النظام الخارجي (فرص العمل المتوفرة) والنظام الأكبر (سياسات الضرائب والضمان الاجتماعي) لضمان بيئة داعمة ومستدامة للتنمية الاقتصادية والاجتماعية.

المنظور الزمني (الكرونوسستم) وأهميته

أضاف برونفبرينر لاحقاً عنصراً حيوياً إلى نظريته، وهو النظام الزمني أو الكرونوسستم (Chronosystem)، الذي يشدد على البعد الزمني للتنمية. يمثل هذا النظام تأثير التغيرات والتحويلات التي تحدث بمرور الوقت على الفرد وعلى النظم البيئية التي ينتمي إليها. هذه التغيرات يمكن أن تكون نابعة من الفرد نفسه (مثل النضج البيولوجي، أو تغيير الوظيفة)، أو نابعة من البيئة المحيطة (مثل الطلاق الأبوي، أو الأزمات الاقتصادية، أو التحويلات التكنولوجية الكبرى). إن إدراج البعد الزمني أمر بالغ الأهمية لأن البيئات ليست ثابتة، والتفاعلات بين الفرد وبيئته تتطور وتتغير باستمرار.

يساعد الكرونوسستم في فهم كيف تؤثر الأحداث التاريخية أو التغيرات الاجتماعية الطويلة الأجل على الأجيال المختلفة. على سبيل المثال، فإن تجربة الطفولة والمراهقة تختلف جذرياً بالنسبة للأفراد الذين نشأوا قبل انتشار الإنترنت مقارنة بالذين نشأوا في عصر الإعلام الرقمي. هذه التغيرات التكنولوجية تمثل تحولاً في النظام الأكبر يؤثر على الأنظمة الأصغر (مثل طبيعة التفاعل الأسري أو التعليم). وبالمثل، فإن تأثير حدث كبير مثل جائحة عالمية يختلف في شدته ونتائجه اعتماداً على عمر الفرد ومرحلته التنموية عند وقوع الحدث، مما يوضح أن التفاعل بين الشخص والسياق هو عملية تاريخية.

إن تحليل الكرونوسستم يوفر أساساً متيناً للدراسات الطولية في علم النفس، حيث يسمح للباحثين بتتبع كيف تتراكم التأثيرات البيئية الإيجابية أو السلبية بمرور الوقت لتشكل النتائج النهائية. التغيرات في النظام الزمني لا تتعلق فقط بالأحداث الكبرى، بل تشمل أيضاً التراكم اليومي للتجارب. فهم هذا البعد يوجه التدخلات نحو أن تكون موقوتة بشكل مناسب، مدركة أن التدخلات التي قد تكون فعالة في مرحلة تنموية معينة قد تكون غير مناسبة في مرحلة أخرى بسبب تغير إتاحتات البيئة أو قدرات الفرد. هذا التأكيد على التوقيت والسياق التاريخي يضيف عمقاً لا مثيل له للتحليل البيئي.

الانتقادات والتحديات المنهجية

على الرغم من القوة التفسيرية الهائلة لنظرية النظم البيئية وعلم البيئة النفسي بشكل عام، إلا أنها تواجه تحديات منهجية ونقدية كبيرة. يتمثل النقد الرئيسي في صعوبة اختبار النظرية تجريبياً بشكل كامل، خاصة المستويات العليا (النظام الخارجي والنظام الأكبر). نظراً لأن هذه الأنظمة واسعة ومجردة وتشمل متغيرات ثقافية وسياسية واقتصادية متعددة ومتداخلة، يصبح من الصعب جداً عزل تأثير متغير بيئي واحد على التنمية الفردية في بيئة بحث مضبوطة. يتطلب هذا النوع من البحث دراسات طولية معقدة ومكلفة جداً، وغالباً ما تعتمد على مناهج نوعية بدلاً من التجريب الكمي المباشر.

كما يواجه الباحثون تحدياً في تعريف وقياس الحدود بين النظم. فغالباً ما يكون الفصل بين النظام المتوسط والنظام الخارجي، أو بين النظام الخارجي والنظام الأكبر، غير واضح في الممارسة العملية. يتطلب قياس العمليات القريبة، التي يشهد عليها برونفنبرينر، رصداً مكثفاً للسلوك في البيئة الطبيعية، وهو ما يمثل تحدياً لوجستياً كبيراً. بالإضافة إلى ذلك، يرى بعض النقاد أن النظرية، على الرغم من شموليتها، قد تكون وصفية أكثر منها تفسيرية، حيث إنها تحدد أين تحدث التنمية (في أي نظام)، ولكنها لا تقدم آليات محددة وواضحة جداً حول كيف يتم دمج التأثيرات من المستويات المختلفة في العمليات المعرفية الداخلية للفرد.

بالرغم من هذه التحديات، يظل علم البيئة النفسي إطاراً لا غنى عنه لأنه يجبر الباحثين والمهنيين على تبني نظرة شمولية للسلوك البشري. وقد أدت هذه الانتقادات إلى تطوير مناهج بحثية جديدة، مثل تحليل الشبكات الاجتماعية (Social Network Analysis) والنماذج الإحصائية متعددة المستويات (Multilevel Modeling)، التي تسمح للباحثين بالتعامل بشكل أفضل مع تعقيد البيانات البيئية المتداخلة. إن التحدي المنهجي يكمن في إيجاد طرق مبتكرة لدمج التحليل الدقيق للتفاعلات الفردية (النظام الأصغر) مع التحليل الواسع للقوى الثقافية والسياسية (النظام الأكبر) ضمن إطار بحثي واحد ومتناسك.