**هل العادة مجرد سلوك آلي ؟**

**جدلية**

 **مقدمة: يتميز المحيط الذي نعيش فيه بالاتساع وهو ما يشكل عائق أمام تكيفنا خاصة أن ما ولدنا به من استعدادات فطرية لا يمكننا من التكيف الأمر الذي جعلنا مضطرين الى اكتساب بعض السلوكات وهي العادة التي توفر لنا الجهد والوقت فهل هذا يعني أن العادة مجرد تكرار آلي أم حركات جديدة؟ هلب العادة مثل الغريزة مجرد ميل أعمى نحو غاية من غير إرادة ولا شعور؟ وإذا كانت حركة ميكانيكية فهل هي تقيد حريتنا وتجعل من الصعب التحكم في سلوكنا؟**

 **♥ ق1: حاول البعض تعليل العادة كسلوك آلي ذلك أن اكتساب العادة يقتضي ميلا للعمل وتكرار ، يقول أريسطوا (العادة وليدة التكرار )وهذا ما جعل أنصار الموقف الآلي الحديث يتخذون من الفعل المنعكس الشرطي أسس لتفسير السلوك وتقوم النظرية المادية في تفسير اكتساب العادة على أساس من الفروض الفيزيولوجية ورد العادة الى الثبات فيرى الديكارتيون (أن العادة مجرد آلية تحكم فيها نفس الوانين التي تسير الطبيعة) مثال: ثني الورقة التي تحتفظ بآثار الثني وتسهيل إعادة ثنيها مرة أخرى وهذا ما يحدث لدى الكائنات الحية وتسمى (قابلية التشكيل) وكذلك (الاستبقاء المغناطيسي) كمثال على (التعود الفيزيائي) فالقضيب الممغنط سابقا يسهل مغنطته ثانيا وعليه فقد ربط الفيزيولوجيون أمثال جيمس ومارك دوغال العادة بالدماغ والجهاز العصبي الذي يحتفظ كالورقة بالآثار المرتبطة والمنظمة بحيث عندما تبدأ الحركة الأولى يعقبها الباقي بترتيب ثابت ويؤكد هذا أن أي اضطراب في الدماغ يودي بفقدان الكثير من هذه الحركات ثباتها وسرعتها**

 **♥ نقد: لقد انتقد برادين النظرية الآلية معتبرا (أن العادة ليست أي آلية أناه آلية ناتجة عن تدخل استعداد الكائن الحي في أن يتغير هو بنفسه) فالفعل المنعكس ليس عادة ، العادة ليست طبيعة ثابتة بل لما لا تكون(طبيعة عادة ثانية) كما يرى بسكال ويرى (فون برافليت) أن العادة نموذج في الاستجابة أكثر منه سلسلة من الحركات المحدودة وهي لا تقوم على التكرار أو الربط وإنما على التنظيم والتقدم .**

 **♣ ق2: يرى أصحاب النظرية الديناميكية (الحيوية) أن العادة لا يفسرها الجسم ، فيميز أرسطو و رافيسون بين العادة (كخاصية من خصائص الكائن الحي ) والثبات (كخاصية للجوامد) يقول أرسطو : [ إن رمي الحجر في الهواء ألف مرة لايعلمه الصعود دون قوة دافعة] و يرى رافيسون : ( أن ما يميز الألة الحية ليست طبيعة خصائخها الفيزيائية والكيميائية .... إنما كونها تتصف بالحياة ) فالروح هي التي تشكل الجسم على صورتها وليس العكس و لقد بينت أبحاث (بول ) أن الفأر الذي شكل بصورة جزئية والذي يقود على السيو في المتاهة تبقى فيه العادة ، فالخطة ثابتة في حين أساليب التنفيذ لا تعرف الثبات و في نقد نظرية الإرتباط التي تلح على التكرار...يقول : إن إكتساب العادة يكون أسرع إذا فرقنا بين التمرين بفواصل زمنية فلو كانت النظرية الآلية صحيحة لكان التكرار آلي بدون الفواصل أنجح بكثير بكثير من التكرار المتقطع .**

**♠ تركيب : إن العادة ليست سلوكا آليا لأن التكرار ليس له مفعول بمفرده فهو لا يخلق آليا الروابط بين الأشياء ، كما أن الترابطات التي تحولت الى عادة لا تعود ثانية ، إلا أن الفرد يريد إعادتها فالإرادة هي التي تستخدم آليات العادة كوسيلة لغاية من الغايات ، الفعل لا يتكرر أبدا والإنسان لا يتعلم بالتكرار الآلي وإنما بالبدء من الجديد ،كما أن القول بأن العادة سلوك لاشعوري إطلاقا قول خاطئ لأن الشعور يحرس دائما الفعل العادي وأن العادة يراقبها الشعور الهامشي الذي ينتقل مباشرة للشعور كلما عجزت الآلية عن مواصلة الحركة (فإذا أخطأنا أثناء الكتابة شعرنا بخطئنا وانتبهنا)**

 **الخاتمة : هكذا نرى أن الإرادة تهتم بالغايات و الطبيعية تقدم الوسائل ، والعادة ليست غاية في حد ذاتها وإنما هي مجرد مرحلة أو وسيلة لتحقيق غايات الإرادة والعادة كسلوك آلي ما هي إلا وضعية الخادمة إلى وضعية السيدة . يقول شوفالي : (إن العادة هي أدات الحياة أو الموت حسب إستخدام الفكر لها ).**

**العادة والسلوك**

**جدلية**

**الإشكال:هل العادة مجرد ميل أعمى أم أنها سلوك إيجابي؟**

**إن حياة الإنسان لا تقتصر على التأثر بل تتعداها إلى التأثير ويتم له ذلك بتعلمه مجموعة من السلوكات بالتكرار وفي أقصر وقت ممكن والتي تصبح فيما بعد عادات أو هي كما يقول أرسطو طبيعة ثابتة وهي وليدة التكرار،إن العادة تحتل جانبا كبيرا في حياة الفرد ولهذا فقد اختلف الفلاسفة في تفسير العادة وأثرها،ومن هنا يتبادر إلى أذهاننا التساؤل التالي:هل اكتساب العادات يجعل من الإنسان مجرد آلة أم أنها تثري حياته؟،أو بالأحرى هل العادة مجرد ميل أعمى أم أنها تمثل سلوك إيجابي في حياة الفرد؟.**

**يرى أصحاب الرأي الأول(جون جاك روسو،بافلوف،كوندياك).أن للعادة آثار سلبية على حياة الأفراد،فهي تسبب الركود وتقضي على المبادرات الفردية والفاعلية وتستبد بالإرادة فيصير الفرد عبدا لها فسائق السيارة الذي تعود على السير في اليمين يواجه صعوبة كبيرة إذا ما اضطر إلى قيادة سيارته في اليسار ففي مثل هذه الحالة تتعارض العادات القديمة مع العادات الجديدة،كذلك أنها تضعف الحساسية وتقوي الفعالية العفوية على حساب الفعالية الفكرية،فالطبيب يتعود على ألا ينفعل لما يقوم به من تشريحات والمعاينة المستديمة لمشهد البؤس فيما يقول روسو(إن كثرة النظر إلى البؤس تقسي القلوب)،وقد نبه الشاعر الفرنسي سولي برودوم: (أن جميع الذين تستولي عليهم قوة العادة يصبحون بوجوههم بشرا بحركاتهم آلات)ثم إن العادة تقضي على كل تفكير نقدي إنها تقيم في وجه الإنسان عقبة إبستيمولوجية خطيرة فالحقيقة التي أعلن عنها الطبيب هانري حول الدورة الدموية في الإنسان ظل الأطباء يرفضونها نحو أربعين سنة لأنهم اعتادوا على فكرة غير هذه ولقد بين برغسون بأن روتينات الأخلاق المشتركة ما هي سوى المبادرات القديمة التي جاء بها الأبطال والقديسون.وللعادة خطر في المجال الاجتماعي حيث نرى محافظة العقول التقليدية على القديم و الخرافات مع وضوح البراهين على بطلانها إنها تمنع كل تحرر من الأفكار البالية وكل ملاءمة مع الظروف الجديدة ،فالعادة إنما هي رهينة بحدودها الزمنية والمكانية التي ترعرعت فيها وهذا ما جعل روسو يقول(إن خير عادة للطفل هي ألا يعتاد شيئاً).**

**لكن رغم هذه الحجج لا ينبغي أن نجعل من هذه المساوئ حججاً للقضاء على قيمة العادة فهناك قبل كل شيء ما يدعو إلى التمييز بين نوعين من العادات (العادات المنفعلة والعادات الفاعلة).ففي الحالة الأولى الأمر يتعلق باكتساب حالة أو بمجرد تلاؤم ينجم عن ضعف تدريجي عن الفكر،وفي الحالة الأخرى يتعلق الأمر بالمعنى الصحيح لقيمة للعادة في الجوانب الفكرية والجسمية ولهذا فإن للعادة وجه آخر تصنعه الإيجابيات.**

**على عكس الرأي الأول فإذا كانت العادة طبيعة ثابتة تقل فيها الفاعلية وتقوى فيها العفوية والرتابة،إلا أن هذه الطبيعة المكتسبة ضرورية لتحقيق التلاؤم والتكيف بين الإنسان وبيئته فلا يمكن لأي شخص أن يعيش ويتكيف مع محيطه دون أن يكتسب عادات معينة ثم أن المجتمع ذاته لا يمكن أن يكون دون أن يفرض على أفراده مجموعة من العادات التي ينبغي أن يكتسبوها كلهم،ومثال ذلك أن يتعلم الضرب أو العزف على آلة موسيقية أخرى وقد بين\*آلان\*في قولهإن العادة تمنح الجسم الرشاقة والسيولة).وإن تعلم عادة معينة يعني قدرتنا على القيام بها بطريقة آلية لا شعورية وهذا ما يحرر شعورنا وفكرنا للقيام بنشطات أخرى فحين نكتب مثلاً لا ننتبه للكيفية التي نحرك بها أيدينا على الورقة بل نركز جل اهتمامنا على الأفكار،إذاً فإن عاداتنا أسلحة في أيدينا نستعملها لمواجهة الصعوبات والظروف الأخرى،وكذلك نجد من تعلم النظام والعمل المتقن والتفكير العقلاني المنطقي لا يجد صعوبات كبيرة في حياته المهنية على خلاف غيره من الأشخاص وكل هذا يجعلنا نقر بإيجابية العادة.**

**بالرغم من إيجابيات العادة إلا أنها تشكل خطراً عظيما في بعض الأحيان،وهذا ما نبه إليه رجال الأخلاق الذين لهم تجارب عدة في تبيين سلبيات العادة فنبهوا مراراً على استبداد العادة وطغيانها،فمن تعلم عادة أصبح عبدا لها،وعلى الرغم من الفوائد التي تنطوي عليها فإن لها أخطار جسيمة.**

**إن العادة تكون إيجابية أو سلبية وفقا لعلاقتها بالأنا،فإذا كانت الأنا مسيطرة عليها فإن العادة في هذه الحالة بمثابة الآلة التي نملكها ونستعملها حينما نكون بحاجة إليها وقت ما نريد،لكن العادة قد تستبد بالأنا(الإرادة) فتكون عندئذ عائقا حقيقيا ومن ثم يكون تأثيرها سلبيا بالضرورة.**

**وخلاصة القول أن السلوك الإنساني مشروط بمجموعة من العوامل الفطرية والمكتسبة و تشكل العادة أهم جانب من السلوك المكتسب،ولتحقيق التوافق بين الشخص ومطالب حياته المادية و المعنوية أو هي كما يقول شوفاليإن العادة هي أداة الحياة أو الموت حسب استخدام الفكر لها) أو بتعبير أحسن أن يستخدمها الفكر لغاياته أو أن يتركها لنفسها.**

**العادة والارادة**

**جدلية**

**نص المقال : يقول جون جاك روسو : (( خير عادات الإنسان ألا يتعود شيئا )) حلل وناقش**

**الطريقة : جدلية**

**طرح المشكلة : يعد السلوك من الناحية النفسية ومن وجهة نظر علماء النفس استجابة تكيفية تهدف إلى تفاعل الإنسان مع محيطه الخارجي , والحقيقة أنه يمكن التمييز بين سلوكات فطرية غريزية ثابتة وأخرى مستحدثة نتيجة تفاعل الإنسان مع بيئته الطبيعية أو الاجتماعية ، وإذا علمنا أن العادة نوع من أنواع هذا السلوك فهي تلك القدرة المكتسبة التي تمكن الإنسان من أداء أعماله بشكل آلي وتتم على مستوى الجسم والنفس وكذلك العقل وتكون عن طريق التعلم والتكرار ، لكن ما أثار الجدل بين الفلاسفة هو مسألة تأثيرها على السلوك ، فهناك من أكد على الأثر الإيجابي للعادة ، وهناك من اعتبر أن لها آثار سلبية فقط وبالتالي فالإشكال المطروح : هل للعادة آثار إيجابية أم سلبية ؟**

**محاولة حل المشكلة :**

**عرض منطق الأطروحة الأولى : يرى أنصار هذا الرأي أن للعادة آثارا إيجابية إذا كانت فعالة خاضعة للإرادة والوعي ، فهي تعمل على تحرير الانتباه وتسمح بتعلم خبرات جديدة وتوسع أفقنا المعرفي وتوفر الوقت والجهد وتساعد على أداء العمل بدقة وإتقان كما أنها تعطي مرونة للجسم والفكر ، وقد ذهب أرسطو إلى كون أن العادة (( طبيعة ثانية )) إذ أنها تسهل على الإنسان حياته أكثر فيستطيع أن يتأقلم ويتفاعل بشكل أسهل مع محيطه ومجتمعه ، وهي بمثابة دعامة أساسية للتضامن الاجتماعي ، فلولا العادة لما تمكن الإنسان من التكيف مع تقاليد وضوابط مجتمعه ، لذلك يقول آلان : (( العادة تمنح الجسم الرشاقة والسهولة )) .**

**النقد : في الحقيقة لا يمكن أن ننكر الآثار الإيجابية للعادة ، لكن هذا لا يمنع من وجود آثار سلبية لها ، فهذا الموقف ركز على إيجابيات العادة وتغاضى عن سلبياتها .**

**عرض نقيض الأطروحة : يرى أنصار هذا الرأي أن للعادة آثارا سلبية وهذا في حالة ما إذا كانت عادة منفعلة تستبد بالإرادة والوعي ، ومن سلبياتها أنها تعيق التفكير والابتكار والإبداع وهذا إذا ما تعود الفرد نمطا من الأفكار واعتقد بصحتها ، كما أنها تقضي على روح النقد وتسلمنا إلى المألوف ، بالإضافة إلى أنها تبلد الشعور وتؤدي إلى التصلب فإذا ما تعود الجسم على حركات معينة صعب عليه الإتيان بحركات جديدة ، كما أنها تقف في وجه كل جديد فتؤدي إلى التخلف من الناحية الاجتماعية ، وقد ذهب الفيلسوف الإنجليزي برتراند راسل إلى أن العلماء قد يفيدون العلم في بداية مشوارهم ويضرون به في نهاية مشوارهم حيث قال : (( إن العلماء يفيدون العلم في النصف الأول من حياتهم ويضرون به في النصف الثاني من حياتهم )) ، كم ذهب جون جاك روسو إلى القول : (( خير عادة للطفل أن لا يألف أي عادة )) كما قال أيضا : (( خير عادات الإنسان أن لا يتعود شيئا )) .**

**النقد: حقيقة أن للعادة آثار سلبية على سلوك الإنسان، لكن هذا لا يمنع من أن لها آثارا إيجابية ولها فوائد على حياة الإنسان، ومشكلة الآثار السلبية يمكن أن نتجاوزها بالإرادة والوعي .**

**التركيب : من خلال تحليلنا للموقفين السابقين بين مؤكد على إيجابيات العادة وفوائدها وبين مناد بسلبيات العادة ومضارها نصل إلى أن للعادة آثارا إيجابية على سلوك الإنسان كما أن لها آثارا سلبية**

**ويبقى الأثر السلبي للعادة متوقف على شخصية الإنسان وإرادته ، فمن خلال إرادة الإنسان ووعيه يستطيع أن يتجاوز الآثار السلبية للعادة .**

**حل المشكلة : في الأخير يمكن أن نؤكد أن للعادة آثارا إيجابية ، كما أن لها آثارا سلبية ، ومشكلة الآثار السلبية يمكن تجاوزها بالإرادة والوعي وبالتالي فأثر العادة يرتبط دائما بكيفية استخدامنا لها وكما قيل : (( العادة أداة حياة أو موت حسب استخدام الفكر لها )) .**

**العادة والتكرار**

**جدلية**

**يقول أرسطو>العادة وليدة التكرار < حلل وناقش؟

المقدمة
إن الكائنات الحية في عالمنا تتكيف مع عالمنا الخارج فتأثر وتتأثر به من هذه الكائنات نجد الكانسان الذي ميزه الله عن سائر المخلوقات بالعقل وجعل له وظائف حيوية لقضاء حاجاته اليومية كالإحساس و الإدراك والذكاء والذاكرة والخيال...إن جل الأفعال التي يقوم بها الإنسان لها مغزى و ورائها دوافع ومقاصد فقد يمشي حتى يصل إلى مكان ما لقضاء حاجتة وقد يعمل ليحقق رغباته...وإذا نضرنا إلى طبيعة تلك السلوكات فانا نجد منها ماهو ضروري وبحاجة إليه للعديد من المرات فنأخذ بتكراره حتى نتمكن من اعتياده و بذالك نستطيع أن نقوم به مرة أخرى بسرعة وبجهد اقل وهذا الفعل يصبح عادة.والعادة تجعل الكائن الحي قادرا على القيام بردود أفعال لا تقتضي منه جهد في التكيف ولا تثير لديه اضطرابا بل تسهل عليه القيام بأعمال تخدم مصلحة معينة.فالعادة هي سلوك مكتسب عن طريق التعلم هذا السلوك المكتسب إذا ما رسخ في الذات أصبح سلوك آليا.ولقد قال عنها جميل صليبا(العادة كيفيه نفسانية تحصل بتكرار فعل مصحوب بالوعي يولد في الإنسان قدرة على أداء ما كان في أول الامرعاجز عنه ).ولقد اختلف الفلاسفة في كيفية اكتساب العادة فمنهم من يقول بان العدة وليدة التكرار ومنهم من ذهب إلى أنها وليدة العوامل النفسية الاجتماعية والعقلية.وهذا ما يجعلنا نتساءل -هل العادة وليدة التكرار فقط أم أن هناك عوامل أخرى هي السبب في اكتساب العادة؟
عرض الأطروحة:
يرى بعض الفلاسفة أن التكرار يعد من العوامل الفريدة والأساسية لتعلم كل سلوك لان الإنسان لا يستطيع التعود على فعل معين دون تكراره لأننا كلما كررنا الفعل ازداد ثباتا في سلوكنا ورسوخا في الخلايا العصبية وهو ما يجعلنا نقوم بالفعل بسهولة تامة ولقد عبر عن هذا الفيلسوف آرسطو في قوله(العادة وليدة التكرار)وهذا يعني إن كلما كررنا الفعل أصبح عادة.ويقول ليبينتز(أن كل فعل في البداية عادة لأنه إذا لم يبقى الفعل اثر في نفسه لم تتكون العادة وان كررت الفعل مئة مرة ) إن اكتساب عادة مالا يكون دفعة واحدة بل يكون بتقسيم الفعل إلى أجزاء مع مراعاة التدرج.بقدر ما نكرر فعلا من الأفعال كتحرير مقال فلسفي بقدر ما يزداد الفعل ثباتا داخل سلوكنا.التكرار يزيد سرعة في استجابتنا أمام المؤثرات كما انه ينحت على الخلايا العصبية فعلا ما فيجعلنا نقوم به بسهولة وليونة ولا يجعلنا نفقده بسهولة.
النقد
لقد بالغ الذين قالو بأن كل عادة أساسها التكرار ولا تقوم إلا به وهذا قول مبالغ فيه لان العادة تحتاج إلى عوامل أخرى في بناءها فالعوامل النفسية تبنى على الميل والانتباه والاهتمام أيضا العوامل العقلية والاجتماعية.
عرض نقيض الأطروحة :
أن للعوامل النفسية والعقلية والاجتماعية دور في بناء أي عادة فالعوامل النفسية تتمثل في الاهتمام والرغبة وهما من أهم شروط التعلم عند اكتساب عادة معينة لان الاهتمام والميل نحو شيء معين يسهل التعود عليه فالرغبة قوية في النجاح في البكالوريا تسهل علينا المراجعة إلى آخر الليل والاستيقاظ في الصباح الباكر.كما أن الاهتمام يخلق فينا الإرادة ودقة الانتباه ويجعلنا نكرس كل طاقاتنا من اجل تعلم اي شيء والتعلم أساس بناء كل عادة والعامل العقلي هو ان يكون الإدراك كنشاط ذهني حاضر عند الاكتساب والتعلم والعامل العقلي هو شرط أساسي لحصول التعلم والإنسان الذي لايكون عقله حاضرا وإدراكه غائبا لا يستطيع ان يتعلم الفعل الذي يريده ان يصبح عادة.والعامل الأخير هو العامل الاجتماعي والذي يتمثل في المجتمع.كما ان خروج الناس من بيوتهم لتوجه نحو الدراسة او العمل في وقت واحد ما هي الا عادة دفعنا إليها المجتمع الذي يمثله *دوركايم* فهو الذي نكتسب منه الأعراف والتقاليد والقيم وبذالك يكون للمجتمع دور أساسي لتكوين عاداتنا.
النقد
إن توافر تلك العوامل في ظل غياب التكرار الواعي لايؤدي إلى أي نتيجة لان التكرار مهم جدا في عملية الاكتساب كتعلم السياقة فهنا مفروض علينا أن نكرر هذا الفعل حتى نكتسبه.وهذا يؤدي إلى القول بان العادة وليدة التكرار.
التركيب
إن التعلم مربوط بميل الشخص وتكراره لما يريد أن يتعلمه بحيث كاما زاد ميل الشخص وحبه للعمل وتكراره للعديد من المرات بقدر ما سهل عليه تعلمه وتكراره بكل سهولة ويسر كما انه بجانب التكرار يجب أن تتوفر العوامل القلية وخصوصا منها النفسية والاجتماعية لتثبيت كل عادة.
الخاتمة
وفي الأخير نستخلص بان التسليم بالتكرار وحده هو أساس تعود الأشياء هو قول صحيح ولكنه ناقص لان العدة وليدة التكرار ووليدة عوامل أخرى من نفسية واجتماعية وعقلية فتتشابك مع بعضها البعض وهذا ما يسهل اكتساب العادات.**