وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثليجي – الأغواط–

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس و علوم التربية والأرطفونيا

الموضوع:

الفروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو.

(دراسة مستعرضة على أطفال و مراهقي مدينة باتنة)

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه الطور الثالث

تخصص: علم النفس الصحة النفسية

إعداد الطالب: يمين برقوق

إشراف الأستاذ الدكتور: ميلود حميدات

لجنة المناقشة:

الاسم و اللقب	الرتبة	المؤسسة الأصلية	الصفة
أحمد بن سعد	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	رئيسا
ميلود حميدات	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	مشرفا مقررا
سامية عرعار	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	مناقشا
عبد الحليم خلفي	أستاذ محاضر – أ–	جامعة الحاج لخضر باتنة	مناقشا
يوسف قدوري	أستاذ محاضر – أ–	جامعة غرداية	مناقشا
علي عون	أستاذ محاضر – أ–	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	مناقشا

السنة الجامعية: 2019/2018

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عمار ثليجي – الأغواط–
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية والأرطفونيا

الموضوع:

الفروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو.

(دراسة مستعرضة على أطفال و مراهقي مدينة باتنة)

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه الطور الثالث

تخصص: علم النفس الصحة النفسية

إعداد الطالب: يمين برقوق

إشراف الأستاذ الدكتور: ميلود حميدات

لجنة المناقشة:

الاسم و اللقب	الرتبة	المؤسسة الأصلية	الصفة
أحمد بن سعد	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	رئيسا
ميلود حميدات	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	مشرفا مقررا
سامية عرعار	أستاذ التعليم العالي	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	مناقشا
عبد الحليم خلفي	أستاذ محاضر – أ–	جامعة الحاج لخضر باتنة	مناقشا
يوسف قدوري	أستاذ محاضر – أ–	جامعة غرداية	مناقشا
علي عون	أستاذ محاضر – أ–	جامعة عمار ثليجي بالاغواط	مناقشا

السنة الجامعية: 2019/2018

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وعرفان

أتقدم بالشكر الجزيل للمؤطر المشرف الأستاذ الدكتور "ميلود حميدات" وهيئة التدريس التي أشرفت على تكوين طلبة الدكتوراه ، كما أقدم شكري لكل من ساعدني في إنجاز الدراسة الميدانية للبحث، وكل من قدم لي يد العون من قريب أو بعيد.

إهداء

الحمد لله الذي وفقنا لهذا ولم نكن لنصل إليه لو لا فضل الله علينا أما بعد:

أهدي عملي هذا المتواضع

أولا إلى روح أبي (رحمة الله عليه) و إلى أمي حفظها الله وأدام لها الصحة والعافية.

إلى كل من ساهم في إتمام هذا العمل من قريب أو من بعيد

و إلى أفراد أسرتي وعائلتي، خاصة سندي في الدنيا ولا أحصي لهم فضل:

زوجتي الكريمة و ابنتي العزيزتين : إثران و إيلاف

إلى أساتذتي الكرام و كل رفقاء الدراسة

وفي الأخير أرجوا من الله تعالى أن يجعل عملي هذا نفعا

يستفيد منه كل طالب و محب للعلم

الطالب: يمين برقوق

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف إذا كانت هناك فروق في استخدام أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو–طفولة مراهقة–. و إذا كانت هناك فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الجنس ونوع الضغط و مكان السكن. تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية الغرضية المكونة من 385 طفل و مراهق موزعين على الأحياء الكبرى لمدينة باتنة. ولتحقيق أهداف الدراسة استعان الطالب بالمنهج الوصفي من خلال الطريقة المستعرضة، لأنها الأنسب لأهداف و توجهات الدراسة.

- استخدم الطالب مقياس التأقلم **Kidcope** لصاحبه (**أنتوني سبيريتو Anthony Spiritom,1996**) معرب من طرف **عبد العزيز موسى ثابت 2014**.

بعد تحليل النتائج باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة، تم التوصل إلى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بين الأطفال (طفولة متأخرة) والمراهقين.
- عدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الجنس.
- وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط.
- وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمكان السكن.

الكلمات المفتاحية: أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة، الطفولة، المراهقة.

Abstract:

The present study aims at detecting if there are differences in the use of Coping according to the developmental stages - adolescent childhood. And if there are difference in Coping with stressful events, depending on gender, type of stress and location of residence.

The study sample 385 children and adolescents was chosen by the PURPOSIVE SAMPLE Method distributed in the major districts of Batna city, the student used the descriptive method through the cross-sectional way of study, because it is most suitable for the objectives of the study.

- The student used **the Kidcope scale (Anthony Spiritom, 1996)**, translated by **Abdul Aziz Mousa Thabit 2014**.

After analyzing the results with the appropriate statistical methods, The study results were as follows:

- There are no statistically significant differences in coping with stressful events between children (late childhood) and adolescents.

- There are no statistically significant differences in coping with stressful events depending on gender.

- There are statistically significant differences in coping with stressful events depending on the type of stress.

- There are statistically significant differences in the methods of dealing with stressful events depending on the location of residence.

Keywords: coping, childhood, adolescence.

فهرس المحتويات

شكر وعرفان	
الإهداء	
ملخص باللغة العربية	
ملخص باللغة الانجليزية	
فهرس المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الأشكال	
قائمة الملاحق	
مقدمة	أ
الجانب النظري	
الفصل الأول: المشكلة واعتباراتها	
1- إشكالية وتساؤلات الدراسة.	19
2- أهمية الدراسة.	25
3- أهداف الدراسة.	27
4- الضبط الإجرائي لمصطلحات الدراسة.	27
5 - الدراسات السابقة.	29
6- فرضيات الدراسة.	44
الفصل الثاني: أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة	
تمهيد.	46
1- الضغط النفسي Stress.	46
1-1- مفهوم الضغط النفسي.	46
1-2- النظريات المفسرة للضغط.	50

1–3– مصادر الضغوط في مرحلة الطفولة و المراهقة.	56
أساليب المواجهة Coping.	61
2–1– مفهوم المواجهة.	61
2–2– النظريات المفسرة لأساليب المواجهة.	65
2–3– خصوصية أساليب المواجهة في مرحلتي الطفولة و المراهقة.	76
2–4– قياس أساليب المواجهة الخاصة بالأطفال والمراهقين.	78
خلاصة.	85
الفصل الثالث: النمو في مرحلة الطفولة و المراهقة	
تمهيد.	88
1–مفهوم النمو.	88
2– مفاهيم وقضايا أساسية في النمو.	93
3–النمو في مرحلة الطفولة والمراهقة.	101
3–1– مرحلة الطفولة Childhood.	103
3–1–1– مفهوم الطفولة	103
3–1–2–الخصائص النمائية لمرحلة الطفولة.	105
3–2– مرحلة المراهقة Adolescence.	119
3–2–1 مفهوم المراهقة	119
3–2–2 الخصائص النمائية لمرحلة المراهقة	123
خلاصة.	136
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	
تمهيـــد:	139
1–منهج الدراسة.	139
2–حدود الدراسة.	140

3–الدراسة الاستطلاعية.	141
4– أدوات جمع البيانات.	144
5– مجتمع و عينة الدراسة.	152
6– إجراءات التطبيق الميداني.	156
7– الأدوات والأساليب الإحصائية.	157
خلاصة	157
الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج	
1–عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.	160
2–عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.	161
3–عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.	162
4–عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة.	165
الفصل السادس: مناقشة وتفسير النتائج	
1– مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى.	170
2– مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية.	172
3– مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.	174
4– مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة.	176
الاستنتاج العام	180
المراجع	186
الملاحق	195

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح أهم وأكثر استبيانات أساليب المواجهة استخداما مع الأطفال والمراهقين.	79

02	يوضح أهم وأكثر مقابلات أساليب المواجهة استخداما مع الأطفال والمراهقين.	81
03	يوضح أهم وأكثر أدوات الملاحظة لأساليب المواجهة استخداما مع الأطفال والمراهقين.	83
04	يمثل المحاور الأساسية للمقياس ممثلة في طبيعة و رقم كل أسلوب.	146
05	يمثل حساب قيمة r لاختبار الثبات عن طريق الثبات التجريبي (التطبيق وإعادة التطبيق).	149
06	يمثل حساب قيمة t بين عينتين مستقلتين في مقياس التأقلم من جانب الأساليب السلبية:	150
07	يمثل حساب قيمة u لاختبار مان ويتناي اللابارامتري في مقياس التأقلم من جانب الأساليب الايجابية:	151
08	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الأحياء السكنية:	153
09	يمثل توزيع أفراد العينة حسب نوع الجنس	155
10	يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونتائج اختبار(t).(الفرضية الأولى)	160
11	يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونتائج اختبار(t).(الفرضية الثانية)	161
12	يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للاستبيان حسب نوع الضغط .	162
13	يمثل نتائج متوسط الفروق البعدية لاختبار Scheffe.حسب نوع الضغط	163
14	يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للاستبيان حسب مكان السكن	165
15	يمثل نتائج متوسط الفروق البعدية لاختبار Scheffe حسب مكان السكن	166

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح سيرورة مراحل التكييف وفق نظرية هانز سيلي.	53
02	يوضح المراحل التي يمر بها الفرد عند مواجهة الموقف الضاغط حسب نظرية التقدير المعرفي للازاروس.	72
03	يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن و مكان السكن	154
04	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس والفئة العمرية.	155

قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
1	ملحق يوضح الإذن باستغلال مقياس كيدكوب للبحث الحالي	195
02	شكل المقياس وأبعاده	200
03	كيفية تسجيل وحساب الدرجات على المقياس	203
04	نتائج العمليات الإحصائية على spss	205

مقدمة

العالم اليوم يتغير بشكل سريع ويوصف بأنه عصر الضغط النفسي استنادا إلى زيادة نسبة انتشار الأمراض المتعلقة بالضغوط النفسية والتي لم تكن موجودة بهذه الكثرة في العصور السابقة إذ تشير الإحصائيات العالمية أن(80%) من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية وان (50%) من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية وسؤ التكيف معها، وأن (25%) من أفراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغط النفسي(**الغرير،2010: 14**)، فإن هذا العصر يتطلب معطيات تتماشى والتغير السريع للعالم بما فيها عملية تنشئة اجتماعية جديدة تكون قادرة على مواكبة ومواجهة هذه التغيرات، تنشئة اجتماعية تعد فردا من أجل مجتمع متغير،إذ أن التنشئة الاجتماعية التي تعد الفرد لحالة ثابتة، وليس لمجتمع متغير لا تخلق شخصا فاعلا يعتمد على نفسه، بل شخص يحتاج إلى من يعنى به ويهتم بأمره دائما، فالابن يجب أن يدرب على امتلاك نفسه بحيث يستطيع أن يتحمل مسؤولية نفسه, وليس فقط أن يكيف نفسه للمتغيرات الجارية, بل أن تكون لديه القدرة على تشكيلها وتوجيهها، وإذا كان هدف علم النفس هو وقاية وتقدم الفرد والمجتمع, فإن المجتمع الفعال لا يوجد إلا من خلال أشخاص قادرين على كيفية التعايش ومواجهة تحديات عالمنا المعاصر واستخدام أفضل أساليب وإستراتيجيات التعامل مع الضغوط، أما الأشخاص غير القادرين على التعامل أو المواجهة مع الأزمات والأحداث الحياتية الضاغطة والتصدي لها، فإنهم محرومون من استثمار طاقاتهم الإيجابية لخوض ضغوط الحياة في سبيل تحقيق الصحة النفسية لهم وتقدم المجتمع، ومن ثم يعيش الشخص غير القادر على المواجهة والتكيف مع الضغوط في صراعات قد تستنزف طاقاته وفي الوقت نفسه يحرم المجتمع من إنجازاته. وعلى ذلك فقد أصبح هناك اقتناع من قبل الباحثين بضرورة الاهتمام بدراسة أساليب واستراتيجيات المواجهة في محاولة للإجابة على سؤال هو كيف

يستطيع الشخص أن يتحمل أو يتعايش أو يدير المواقف الحياتية الضاغطة بنجاح خلال مسار حياته.

لذا حاولنا في هذه الدراسة البحث عن العلاقة التي يمكن أن تدعم الأبحاث السابقة في أساليب المواجهة الفعالة والملائمة التي تساعد الفرد على التكيف مع هذه المواقف واستيعابها تم فحصها من زاويا متعددة في ضوء عدد من الأطر النظرية وكانت بدايتها تأكيد **فرويد Freud** على أن الخبرات الأولى التي تترك آثارًا بعيدة المدى على الشخصية، وأيضًا ما أشار إليه **بولبي Bowlby 1965** من أن أنواع الرعاية التي يتلقاها الأطفال في حياتهم الباكرة تشكل الصحة النفسية للأبناء ومدى استقرارهم النفسي في المستقبل.

وكذلك تصور **اريكسون1963Erikson** أن خبرات الإشباع الجسمي والنفسي تتيح للشخصية استدخالا إما صفات إيجابية (الثقة- الاستقلال- المبادأة...) وإما صفات سلبية (الشك- الذنب- الخزي...) كما تحدد اتجاهات الفرد نحو مجتمعه وعالمه، فالإحساس بالثقة يعمل كقاعدة لكثير من الإنجازات والنجاح في مواجهة التحديات، أما الفشل في تكوين الثقة يؤدى إلى شعور دائم بالشك والخوف من الرفض وتوقع الخيبة.(**سلامة،1991: 650)**

كذلك ما دفعنا لدراسة هذا الموضوع من هذا الجانب على عينة الأطفال و المراهقين هو تزايد مصادر الضغوط لدى أوساط هذه العينة و زيادة الشكوى لديهم انعكاس ذلك على التوافق الشخصي والأكاديمي والاجتماعي لديهم ،ولأن الضغط واستراتيجيات المواجهة ظاهرة نفسية اجتماعية وإذا بلغت مستويات معينة فإنها تحمل أثارا سلبية على صحة الأفراد النفسية والجسدية، وهي وفقا لذلك ترتبط بظاهرة مرضية لديهم وبالتالي فهي لا تخرج عن نطاق التخصص " علم النفس الصحة النفسية".

انطلاقا من موضوع البحث ومتغيراته الفروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو طفولة و مراهقة. تم تقسيم البحث الحالي إلى جانبين:

جانب نظري و جانب تطبيقي: الجانب النظري يشتمل على ثلاثة فصول، الفصل الأول هو الإشكالية واعتباراتها من خلال التعريف بالبحث من خلال طرح الإشكالية وتساؤلات البحث، أهمية وأهداف البحث، التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث، وتدعيم البحث بالدراسات السابقة، وصولا إلى فرضيات البحث.

الفصل الثاني والثالث فخصصا لمتغيرات الدراسة أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة و النمو في مرحلتي الطفولة والمراهقة.

بينما اشتمل الجانب التطبيقي على الخاص بمنهجية البحث والإجراءات الميدانية على التعريف بالمنهج المتبع وهو المنهج الوصفي التحليلي والذي يناسب طبيعة الموضوع،حدود الدراسة، الدراسة الاستطلاعية أهدافها خطواتها و نتائجها أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية ، تحديد مجتمع وعينة البحث وكيفية اختيارها، لينتهي بإجراءات التطبيق الميداني والأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل النتائج.

وفي الفصل الخامس عرض وتحليل النتائج الإحصائية و التعليق عليها أما في الفصل السادس تم مناقشة وتفسير النتائج المتحصل عليها في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة والأدب النظري، ثم وصولا إلى الاستنتاج العام الذي يعد خلاصة البحث ومجرياته وعرض الاقتراحات المستخلصة منها بعد ذلك ، مع عرض قائمة المراجع العربية والأجنبية وفي الأخير تم إدراج الملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول

المشكلة و اعتباراتها

1-إشكالية وتساؤلات الدراسة.

2- أهمية الدراسة.

3- أهداف الدراسة.

4- الضبط الإجرائي لمصطلحات الدراسة.

5 - الدراسات السابقة.

6- فرضيات الدراسة.

1- إشكالية وتساؤلات الدراسة:

الصحة النفسية في مقابل الصحة الجسمية لا تقل أهميتها في كل مرحلة من مراحل النمو الإنساني، كما أن الاهتمام بالجانب النفسي قد تطور وأصبح ضروري للتكيف مع متطلبات العصر الحالي الذي نعيش فيه، بسبب ازدياد ضغوطات الحياة وتعقد متطلباتها ومشكلاتها والتي تنتهي غالباً بآثار سلبية على صحة الإنسان النفسية والجسمية.

وقد اعتبرت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية جزءاً أساسياً ومتمماً للصحة العامة، التي تمثل حالة من الصحة البدنية والعقلية والاجتماعية الكاملة وليس مجرد غياب المرض، أو انتفاء العجز والضعف، في حين أكدت المنظمة على البعد الإيجابي للصحة النفسية، وتُعرفها بأنها حالة من العافية يستطيع فيها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصة والتكيّف مع حالات الضغط، والعمل بشكل منتج ومفيد والإسهام في مجتمعه المحلي. **(منظمة الصحة العالمية، 2013).**

الضغط النفسي**(Psychological stress)** يمثل حالة من التوتر الجسمي والنفسي، ويعد محصلة للقوى التي تمارسها الأحداث الضاغطة على الفرد، وتختلف درجة الضغط من شخص إلى آخر، ومن بلد إلى آخر، ويتوقف ذلك على مدى إدراك الفرد لقدراته على السيطرة على المواقف؛ والوفاء بمتطلباته والاعتماد على إمكانياته الشخصية وخبراته السابقة، وما يتوافر له من مصادر الدعم الاجتماعي في بيئته، أما من الجانب المعرفي فان الفرد يشعر بضعف في نشاطه العقلي، وخمول في طاقته الذهنية تتجلى على شكل عدم التركيز و تشتت الانتباه، كثرة الاخطاء، وقد تتعدى هذه الأعراض الى أمراض القلب، أداء الخلايا الليمفاوية، التاثير على الجهاز المناعي، اضطرابات الجهاز الهضمي. **(عبد العزيز،2010: 100).**

الضغوط ظاهرة معقدة تعبر عن وقائع متعددة وذات مضامين بيولوجية، ونفسية، واقتصادية، واجتماعية، يمكن أن تحدد بعض الصفات الفيزيقية والداخلية، التي تعطي ظاهرة الضغوط وحدتها وتماسكها وتميزها عن غيرها من الظواهر، وقد تم استنباطها من المبادئ والقواعد والنظريات التي اهتمت بدراسة هذه الظاهرة.

هذا المفهوم–ضغوط الحياة اليومية– جعل الباحثين يهتمون أكثر بدراسة المواقف الضاغطة التي قد يتعرّض لها الفرد في حياته، وفي مراحل عمره المختلفة، وكيفية التعايش معها، ومحاولة تلافي آثارها، أو على العكس من ذلك ما ينجم من هذه المواقف الضاغطة من آثار ضارة في حياة الفرد. وحسب حقائق وأرقام عن **منظمة الصحة العالمية2013** فأن الاضطرابات النفسية قد ازدادت شيوعاً لدى الأطفال والمراهقين، حتى أصبحت تشير التقديرات إلى أن حوالي **20%** من الأطفال والمراهقين في العالم لديهم اضطرابات، أو مشاكل نفسية وحوالي نصف الاضطرابات النفسية تبدأ قبل سن الـ **14** سنة. ويجري الإبلاغ عن أنماط متماثلة من الاضطرابات في مختلف الثقافات. وتعتبر الاضطرابات العصبية النفسية من بين الأسباب الرئيسية لتدهور الصحة لدى الشباب في جميع أنحاء العالم، ومع ذلك فإن مناطق العالم ذات النسبة المئوية الأعلى من السكان تحت سن الـ **19** لديها أفقر مستوى من الموارد المخصصة للصحة النفسية. وتضيف المنظمة في نفس السياق أن معظم البلدان ذات الدخل المنخفض والمتوسط، لديها طبيب واحد فقط متخصص بالطب النفسي عند الأطفال لكل من **1** إلى **4** ملايين شخص. **(منظمة الصحة العالمية، 2013).**

إذا يمكن اعتبار هذه المؤشرات بمثابة إنذار يلفت الانتباه إلى مستوى الصحة النفسية في الجزائر، وإلقاء الضوء على ظاهرة صارت ومازالت محل اهتمام العام والخاص، فخلال مؤتمر

نظمته **الجمعية الجزائرية للطب النفسي** في نوفمبر 2007 كشفت دراسة على أنه ما لا يقل عن **10 %** من الجزائريين في حاجة إلى رعاية نفسية، فيما وصل عدد حالات الاكتئاب إلى **26 %**، وتم التأكيد في ذلك على العلاقة بين هذه الاضطرابات النفسية، وغيرها وبين ضغوط المحيط الاجتماعي، الأمني والاقتصادي المتردي الذي عاشته البلاد خلال السنوات الماضية. **(بن زروال، 2008 : 4)**.

مقدار المعاناة هذه التي تسببها تلك الاضطرابات، والآثار السلبية للضغوط التي تتركها على أدائهم لوظائف الحياة اليومية. فكثيرة جداً هي الاضطرابات النفسية وكثيرون جداً من يعانون منها في هذا العصر، عصر القلق والضغوط. فالصحة النفسية جانب مهم وجزء أساسي من صحة الإنسان عبر مراحل نموه، ويرى الباحثون أن هناك ضغوطاً مرتبطة بمراحل معينة من العمر، منها ضغوط الأطفال الناتجة عن عداء الوالدين او غياب أحدهما، الظروف الدراسية، الأقران. فالكثير من الأعراض النفسية والجسدية التي يعاني منها الأطفال تكون سببها ضغوطاً حادة، وطارئة وضغوطاً مستمرة في البيئة التي يحتكون بها، أما عند المراهق فهي عموماً مرتبطة بالتغيرات الفسيولوجية واضطرابات الهوية، وفي الرشد وبعد الزواج تكون ناتجة عن عدم الاتزان، وتنتهي غالباً في مرحلة الشيخوخة بضغوط الاحالة للمعاش. **(عبد العزيز، 2010: 109)**

في حين ركّز فريق من الدارسين على كيفية التكييف، أو ما يسمى بأساليب المواجهة **Coping** التي يتصدى بها الفرد لأحداث الحياة الضاغطة، ومنهم من يحدد سلوك التصدي بأنه السلوك التكيفي السليم، الهادف إلى حل الموقف الضاغط وتجاوزه، حيث تكون شخصية الفرد بكل مكوناتها في حالة مواجهة وتصدي، لكل الضغوط التي يتعرض لها سواء من الداخل أو من الخارج، وهذه الاستراتيجيات المعتمدة لمواجهة الضغوط تختلف من شخص لأخر، ومن مرحلة

عمرية إلى أخرى، كما أشار إلى ذلك كيسكر **(Kisker 1977)** أن كل مرحلة عمرية لها خصائص مميزة ومواقف ضاغطة. هذا التباين في اعتماد إستراتيجية معينة، على غرار أخرى يعد مكون هام في البنية النفسية للشخصية. وهذه الأخيرة التي تمتد جذور نموها إلى المراحل الأولى التي يقر علماء النفس بأهميتها في تكوين شخصية الفرد، ومن هذا تعد العملية التفاعلية التربوية أثناء التنشئة الاجتماعية في السنوات الأولى من أهم موارد بنية الشخصية، التي يمكن أن تحدد مسارها نحو السواء أو اللاسواء في المراحل المتقدمة من العمر، ذلك من خلال أنماط أو أساليب المعاملة التي يتبعها الوالدان في تربية أبنائهما، في مراحل العمر المختلفة من الطفولة إلى المراهقة وصولا إلى مرحلة الشباب. هو تزويد الأبناء بالقدرة على التعامل بنجاح مع إطارهم الاجتماعي / الثقافي. وأي تعريف لكفاية الأفراد وفاعليتهم إنما ينطوي على فرض ضمني يتعلق بمدى كفاءة علاقتهم بالمجتمع. لذا تحتم ضرورة التقاء العلم بالمجتمع، الاستمرار في فحص متغيرات الوالية التي من شأنها أن تؤثر سلبا أو إيجابا على كفاءة الأداء النفسي للأبناء. **(سلامة، 1991: 685).**

التكيف أمر ضروري لفهم آثار الضغوط على الأطفال والمراهقين، بشكل كامل لأنه لا يصور فقط دور الفرد النشط في عملية التعامل مع المطالب التي تنتجها الضغوط فعليًا في حياة الطفل. ولكن لديه أيضًا القدرة على التفكير في كيفية المواجهات الجارية أثناء النمو. كما هو الحال مع الأبحاث التي أجريت على البالغين، يركز البحث على الأطفال والمراهقين بشكل كبير على الفروق الفردية، ويدرس الروابط بين الأساليب التكيفية المختلفة، ومجموعة من النتائج في محاولة لتحديد أنماط التكيف وعدم التكيف.

الافتراضات النظرية التي تم التحقق منها في عدة دراسات نمائية مستعرضة لتحديد الفروق بين اساليب المواجهة المستخدمة، وفقا للفئات العمرية. منها دراسة **بيلينغس وموس & (Billings Moos,1981)** التي لم تستنتج فروقا جوهرية، حيث كان لكل عمر مظهراً غير متجانس لأنواع الاساليب المستخدمة، أما دراسة **كايهغن وكايهغن &(Quayhagen Quayhagen, 1982)** قد بينت أن كبار السن يميلون إلى استخدام أساليب عاطفية، في حين أن المجموعات الأخرى اتخذت اسلوبا مواجها حول المشكل. كذلك وجدا أن الأفراد الأصغر سناً يميلون الى أساليب الدعم والمساندة للتعامل مع مشاكلهم. **(Chabrol & Callahan, 2004:135)**

ومما زاد المعرفة بالموضوع أكثر، ظهور الدراسات والمقالات التي تبحث في دراسة أساليب التكيف عند الأطفال و المراهقين، مثل دراسات **كومباس(Compas,1987)، غارميزي ورتر (Garmezy Rutter,1983)، مورفي وموريايتي (Murphy & Moriarity,1976)** أو عبر مراحل العمر في دراسة ألدوين **(Aldwin ,1994)**. وقد تم تلخيص الكثير من هذه الأبحاث في مقالات وكتب. **(Skinner & Zimmer-Gembeck, 2006 :120).**

ولكن اذا كانت هذه الدراسات قد درست الموضوع عبر فئات عمرية متباعدة، وأكثر نضجا على غرار باقي الدراسات التي اهتمت بمرحلة واحدة، ودراسة المتغيرات الدخيلة فيها هناك قصور –في حدود علم الطالب– حول المجال المعرفي لأدبيات الموضوع على مستوى دراسة اساليب المواجهة لدى الفئات العمرية الصغرى **(الأطفال والمراهقين)** اللذين لهم نصيبهم من الضغوط، ما يكفي لتعرضهم لاضطرابات وأمراض سيكوسوماتية، لا تقل أهمية عن من هم أكبر منهم ولا تقف عند هذا بل وتسايرهم فيما تبقى لهم من العمر. واذا كان من أهداف ومناهج علم النفس الصحة

النفسية، هو الوصول بسلوك الانسان الى مداه من التلاؤم والرضا، والتفاعل والفاعلية مع مجتمعه ومع الأخرين، ومع ذاته وذلك عن طريق دراسة العوامل المؤدية الى ذلك **(جانب نمائي)**، والعقبات التي تحول دون ذلك **(جانب وقائي)** وخصائص ومظاهر الأحوال النفسية، وموقف الفرد منها **(جانب عيادي). (عبد العزيز. 2010، ص: 20).**

انتقال الطفل عبر مراحل نموه، يمثل نقلة نوعية في حياته تتطلب منه مجموعة من المهارات للتكيف مع الحياة الأسرية والمدرسية؛ ويشير التكيف إلى ما ينتهي إليه الفرد من حالة نفسية، نتيجة قيامه بالاستجابات التكيفية المختلفة رداً على التغيّر في المواقف التي يمر بها. وبهذا المعنى، فإن التكيف الحسن يكون مصدراً للاطمئنان والارتياح النفسي، بينما يكون التكيف السيء مصدراً للقلق والصراع والاضطراب.

ومنه فان أحداث الحياة وضغوطها يمكن توقع حل لها في ضوء بعض الخصائص الثابتة نسبيا التي تساهم في اختيار أساليب مواجهة فعالة وملائمة تساعد الفرد على التكيف مع هذه المواقف واستيعابها.

وهذا ما تطمح إليه الدراسة الحالية، وذلك من خلال البحث دراسة الضغوط التي يتعرض لها في حياته ممثلة في أحداث ضاغطة يومية، و عن أساليب المواجهة التي يستخدمها الأطفال والمراهقين مقابل هذه الأحداث الضاغطة وفق بعض المتغيرات التصنيفية (نوع الضغط، نوع الجنس، مكان السكن)، وهذا من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- هل توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو (طفولة/ مراهقة)؟

- هل توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الجنس؟
- هل توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط؟
- هل توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمكان السكن؟

2- أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في الموضوع الذي تتناوله وذلك من خلال:

- تنبع أهمية الدراسة من خلال الدور المركزي الذي تلعبه السنوات الأولى من عمر الإنسان، في إرساء الصحة النفسية أو المرض لباقي العمر، لذا كان ولا بد من الاهتمام بالدراسات البنائية والوقائية فيما يخص ذلك.
- يعد موضوع الضغوط و أساليب المواجهة من المواضيع الهامة في الصحة النفسية، خاصة إذا اقترن بفئة مهمة وهي الأطفال والمراهقين والتي تعتبر عينة الدراسة الحالية، والتي لم تحظ بالقدر الكافي من الدراسات – في حدود إطلاع الطالب – ومنه تعد الدراسة الحالية نادرة خاصة على المستوى المحلي والعربي.
- كما تنبع أهمية الدراسة من خلال الدور المركزي الذي يلعبه الطفل والمراهق، وما يلقى على عاتقه من مهام تفوق أحيانا إمكاناته وقدراته مما يؤثر سلبا على أدائه وتوافقه الشخصي والاجتماعي، وبذلك يبحث عن أساليب تمكنه من التعامل أو تجاوز تلك المواقف، والأحداث المولدة للضغط لديه.
- إذا كانت العديد من الدراسات قد تناولت موضوع الضغوط و أساليب المواجهة لدى فئات مختلفة من المجتمع، فإن الدراسة الحالية تركز على التعرف على أهم الأساليب التي يعتبرها أفراد

العينة أنها فعالة، ويلجأ إليها للتخفيف من الآثار السلبية لتلك الضغوط، وكما تتجلى أهمية موضوع الدراسة في التطرق لتأثير بعض المتغيرات المرتبطة بالعينة مثل الجنس ونوع الضغط ومكان السكن في استخدام أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة لدى أفراد العينة.

- بما أن موضوع أساليب المواجهة والتعامل مع الضغوط كان ومازال موضوعا جدير بالبحث والدراسة من قبل المختصين والباحثين، وبما أنه يوجد نقص–في حدود علم الطالب– على الصعيد المحلي في الدراسات والأبحاث المهتمة بالأطفال والمراهقين من هذا الجانب، وعلى هذا المنحى، فهذه الدراسة جاءت لتمثل خطوة علمية تسلط الضوء وتحاول المساهمة في إثراء المعرفة العلمية، وتزويد المكتبة العربية بدراسة خاصة عندما تتناول الدراسة متغيرات مهمة مجتمعة: أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة، مراحل النمو طفولة ومراهقة.

- إمكانية الاستفادة من نتائج الدراسة في إعداد برامج إرشادية وتدريبية لأفراد العينة، تساهم في تحسين أساليب المواجهة والعمل على إرشاد الأسر، والعاملين في المؤسسات التربوية، للتعامل بالشكل السوي لإرساء قواعد التكيف مع الضغوط والوقاية من الدرجة الأولى، ومن ثمة بلوغ الصحة النفسية.

- الضغط وأساليب مواجهته ظاهرة متعددة الأبعاد، وإذا بلغت مستويات معينة فإنها تحمل أثارا سلبية على صحة الأفراد النفسية والجسدية، وهي وفقا لذلك ترتبط بظاهرة نفسية تحتاج إلى العناية بالبحوث النفسية لديهم. و بالتالي فموضوع الدراسة هو في صميم التخصص " علم النفس الصحة النفسية".

3- أهداف الدراسة:

يهدف الطالب من خلال هذه الدراسة إلى الإجابة عن التساؤلات المطروحة في إشكالية الدراسة من خلال:

- توضيح ماهية أساليب مواجهة الضغوط والخصائص النمائية لمرحلتي الطفولة و المراهقة من خلال التراث الأدبي والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع بغية تكوين إطار نظري جديد للدراسة.
- التعرف على دلالة الفروق في درجات أساليب المواجهة بين أفراد العينة التي تعزى إلى مرحلة النمو (الطفولة والمراهقة).
- التعرف على دلالة الفروق في درجات أساليب المواجهة بين أفراد العينة التي تعزى إلى الجنس و نوع الضغط ومكان السكن.

4- الضبط الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

تتضمن الدراسة مجموعة من المفاهيم الأساسية التي استوجب تناول ضبطها إجرائيا ليتضح معناها وتتجلى حدودها ضمن إطار الدراسة، وهي كما يلي:

4-1/ أساليب المواجهة Coping:

هي مجموعة المجهودان السلوكية والمعرفية والانفعالية التي يستخدمها الفرد خلال تعامله مع الضغوط، وتتنوع في الدراسة الحالية بين أساليب سلبية متمركزة حول: التشتت، الانسحاب الاجتماعي، لوم النفس، لوم الآخرين، التعبير العاطفي، التمني، الخنوع. وأساليب ايجابية متمركزة

حول: إعادة التفكير، حل المشكلات، الاسترخاء، الدعم الاجتماعي. **(Spirito, Danovsky, J. Prinstein, & Donaldson, 2000 :353)**

- ويمكن تعريفه إجرائيا على أنها الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة وهم بعض أطفال ومراهقي مدينة باتنة على أبعاد المقياس **(مقياس التأقلم KIDCOPE)** المطبق في الدراسة الحالية.

4-2/ الطفولة Childhood:

- الطفولة هي المرحلة الأولى من مراحل النمو العمريّة التي يمرّ بتا الإنسان، وتبدأ منذ لحظة الولادة وحتى سن البلوغ، ويتحدد معناها اللغوي بالفترة الزمنيّة بين ولادة الإنسان طفلاً حتى وصوله إلى مرحلة البلوغ، ويشير معناها الاصطلاحي إلى أنّها إحدى مراحل عمر الإنسان الزمنيّة والإنمائية الممتدة منذ لحظة الولادة وحتى مرحلة البلوغ. **(زهران،1977:102)**.

- وتعريف الطفولة إجرائيا وفق الدراسة الحالية هي المرحلة الممتدة عمريا بين 7 و 12 سنة وفق معطيات الدراسة والمقياس المطبق **Kidcope.**

4-3/ المراهقة Adolescence:

- تُعرف المراهقة على أنّها المَرحلة الفاصلة بين الطفولة والرشد المُبكّر، وتَظهر غالِباً بعد حدوثِ البلوغ عند الذكر أو الأنثى، وتبدأ عادةً في سن الثانية عشر وقد تمتدّ إلى الحادي والعشرين، وتعني المراهقة في علم النفس الاقتراب من النضج لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بالنضج العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي، ولكنه لا يصل إلى اكتماله إلا بعد سنوات عديدة. **(الشافعي، 2009: 3)**

- وتعريف المراهق إجرائيا وفق الدراسة الحالية هي المرحلة الممتدة عمريا بين 13 و18 سنة وفق معطيات الدراسة والمقياس المطبق**Kidcope .**

5 - الدراسات السابقة:

إن المهتم بدراسة الأساليب المستخدمة للتخفيف من الضغوط وعلاقتها بمراحل النمو، يجد نفسه أمام كم من الدراسات التي أحاطت بجوانب هذا الموضوع، في حين كانت الدراسات قليلة خاصة على الصعيد العربي ولاسيما المحلي- في حدود اطلاع الطالب -أما من حيث تناول أساليب المواجهة Coping المستخدمة للتعامل مع الضغوط ومراحل النمو المبكرة، فقد تحصلنا على عدد من الدراسات التي تناولت متغيرات البحث كل على حدي، ودراسات تناولت موضوع البحث الحالي على عينات قريبة من عينة الدراسة الحالية.

ومن الدراسات التي اختارها الباحث، ويمكن القول أنها ذات صلة بموضوع الدراسة الحالية، وسيحاول الطالب عرضها بما يخدم موضوع الدراسة الحالية، محترمين بذلك التسلسل الزمني والمنطقي لمتغيرات البحث:

5-1/ الدراسات العربية:

دراسة رجب علي شعبان 1992: هدفت إلى التعرف على استراتجيات التعامل مع الضغوط وعلاقتها بسمات الشخصية والتوافق.

منهج وأدوات الدراسة: استخدم المنهج الوصفي في الدراسة وطبق مقياس أساليب التعامل مع الضغوط، ومقياس كاليفورنيا للشخصية.

عينة الدراسة: تكونت عينة البحث من 39 طالبا و29 طالبة من سن(18-22) سنة.

نتائج الدراسة: وتوصلت الدراسة إلى:

- وجود علاقة بين سمة الثبات الانفعالي لدى الإناث وأسلوب التحليل المنطقي وإعادة التقييم الإيجابي.
- ارتبط النشاط عند الذكور مع النظام بأساليب التعامل الإقدامية.
- وجود علاقة بين أساليب التعامل الإحجامية؛ وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي لدى كلا الجنسين **(يوسفي،130:2013)**.

دراسة مها درويش 1993: تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن استراتجيات التوافق مع الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

منهج وأدوات الدراسة: تطبيق استبيان التوافق مع الضغوط النفسية وفق المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: عينة قوامها 1094 طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية.

نتائج الدراسة:

- أكثر أساليب التوافق استخداما لدى الطلبة هي: إستراتجية الطرق المعرفية، الانعزال، الاسترخاء، البحث عن الدعم الاجتماعي، التعبير عن المشاعر، ونادرا ما يستخدمون إستراتجية التمارين الجسدية، التحول عن الموقف وتجنبه، العدوان اللفظي والجسدي.

– الطلبة الذكور يميلون إلى التمارين الجسدية والبحث عن الدعم الاجتماعي، العدوان اللفظي والجسدي أكثر من الطالبات الإناث اللواتي يملن إلى التعبير الانفعالي والانعزال وتجنب الموقف. (**أبو حبيب، 2010: 85-86)**

دراسة محمد رجب 1995: تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أثر الفروق الجنسية والعمرية في أساليب التكيف مع المواقف الضاغطة.

منهج وأدوات الدراسة: استعان بالمنهج الوصفي وطبق مقياس التكيف مع المواقف الضاغطة.

عينة الدراسة: عينة قوامها 684.

نتائج الدراسة:

– عدم وجود فروق دالة إحصائيا في استخدام أساليب التكيف تعزى إلى متغير الجنس.

– وجود فروق دالة إحصائيا تعزى إلى متغير السن، بحيث أن الشباب أكثر ميلا إلى استخدام أسلوب إعادة التقييم الإيجابي للموقف، والتحليل المنطقي والبحث عن المساندة الأسرية أكثر من المراهقين .**(بن عمور،2010: 56).**

دراسة منى محمود 2002: تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية، في دراسة مقارنة بين الريف والحضر.

منهج وأدوات الدراسة: تطبيق مقياس أساليب مواجهة الضغوط، ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة المصرية.

عينة الدراسة: عينة مكونة من 1073 طالبا وطالبة من كلا المرحلتين من سن (12-18).

نتائج الدراسة:

-الأساليب السلبية كانت الأكثر استخداما من طرف أفراد العينة (الإنكار/الاستسلام/التنفيس الانفعالي).

- وجود فروق بين الفئتين بحيث يميل الحضر إلى استخدام أسلوب التركيز على حل المشكل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، الاسترخاء، الانفصال الذهني، بينما يميل أبناء الريف إلى استخدام أسلوب لوم الذات، الانعزال، التنفيس الانفعالي، الدعابة.

- وجود فرق بين الذكور والإناث من طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية (**السهلي، 2009: 62**).

<u>دراسة أحمد نبيل البحراوي 2003</u>: تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن أساليب مواجهة الضغوط النفسية، والاجتماعية والمدرسية لدى طلاب وطالبات المرحلة الإعدادية من خلال التعرف على الفروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية، بين طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المرتفع، وطلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المنخفض.

منهج وأدوات الدراسة: مقياس مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية والمدرسية واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي.

عينة الدراسة: شملت العينة 200 طالب وطالبة من المرحلة الإعدادية.

نتائج الدراسة:

– الطلاب الذكور أكثر مواجهة للضغوط من الإناث، كما أن أسلوب الإناث أكثر ميلا إلى الانسحاب.

– طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المرتفع يتميزون بفعالية أكثر من طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المنخفض(**أبو حبيب،2010: 83–84**).

دراسة عربيات وخرايشة 2007: تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن أساليب مواجهة الضغوط لدى المتفوقين دراسيا.

منهج وأدوات الدراسة: المنهج الوصفي باستخدام استبيان أساليب مواجهة الضغوط..

عينة الدراسة: عينة قوامها 256 طالبا وطالبة من المتفوقين دراسيا.

نتائج الدراسة:

– أكثر أساليب المواجهة استخداما من طرف أفراد العينة هي كالتالي: استخدام المهدئات وأقلها الاستفادة من الخبرات السابقة.(**أبو حبيب، 2010: 81**).

5–2/ الدراسات الأجنبية:

دراسة فريدنبرج ولويس (Fredenberg& Lewis-1991) التي هدفت إلى التعرف على أكثر الاستراتيجيات استخداما من قبل الطلبة في أمريكا.

عينة الدراسة: وتكونت العينة من 643 طالبا وطالبة في المرحلة الجامعية

نتائج الدراسة: أشارت النتائج إلى أن الإناث كنا أكثر استخداما لكل من إستراتيجية البحث عن الدعم، وإستراتيجية التقييم الإيجابي من طرف الذكور. أما باقي الاستراتيجيات فلم يكن هناك فروق بين الذكور والإناث في استخدامها. **(السهلي، 2009: 62)**

دراسة جريفيث، ميشيل، الين (Greffith, Michel, Allen, 1992): بعنوان أساليب مواجهة المراهقين نحو ضغوط الأسرة المدرسة الأنداد.

منهج وأدوات الدراسة: للكشف عن الفروق بين المجموعتين تم تطبيق مقياس استراتيجيات تحمل الضغوط إلى جانب مقاييس القلق ، و زودت أفراد بدليل مساندة الميول التطويرية في تحمل الضغوط وتجنب مصادرها، والمجموعة الأخرى لم تزود بالاستراتيجيات.

عينة الدراسة: شملت العينة (148) من المراهقين المرحلة المبكرة (102) مراهقين المرحلة الوسطى (103) من المراهقة المتأخرة.

نتائج الدراسة: ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها وجود فروق دالة إحصائية في مواجهة الضغوط وتحملها بين المجموعتين لصالح الاستراتيجيات بغض النظر عن نوع الضغوط، ووجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين على مقياس القلق لصالح مجموعة الاستراتيجيات.

– يميل مجمل المراهقين إلى تجنب المواجهة في ما يتعلق بالضغوط الأسرية والمدرسية فيما يميلون إلى استخدام أساليب المواجهة غير التجنبية في ما يتعلق بضغوط الأقران.

– إن استخدام أساليب لمواجهة لدى المراهقين يتزايد في الصفوف الدراسية من السابعة إلى الثانية عشر فيما يختص في الضغوط الأسرية والمدرسية.

– أن المراهقات يستخدمن بشكل أكثر ارتفاعا كلا من الأسلوبين المواجهة و تجنب لما يواجهنا من ضغط.

دراسة هوفمان وآخرون (Hoffman, et al 1995): تهدف الدراسة إلى محاولة رصد تأثير مرحلة النمو عند الطفولة المتأخرة والمراهقة على أساليب مواجهتهم للضغوط الحياتية.

منهج وأدوات الدراسة: واستخدمت الدراسة استبيان المواجهات الانفعالية والمعرفية والعملية والتوجه نحو الأداء، ومقياس مسح أحداث الحياة، وتقارير المدرسين عن سلوكهم وتوافقهم.

عينة الدراسة: طبقت الدراسة على أولاد تتراوح أعمارهم مابين (10–12) سنة تتكون من(51) ولداً وعينة أخرى في طور المراهقة قوامها 76 تتراوح أعمارهم مابين (12–23) سنة.

ومن أهم النتائج: توصل الباحثون إلى أن المقبلين على مرحلة المراهقة طرق مواجهتهم للمشكلات شديدة الاختلاف وقليلة الفعالية، بينما من هم في مرحلة المراهقة أقل اختلافا في طرق مواجهتهم وينتقلون من المواجهات الانفعالية إلى المواجهات العملية، كما أن كثيرا من المراهقين يستخدمون الأساليب المعرفية والطرق المعرفية والعملية تعمل على تقليل الإحساس بتأثير الضغوط على المراهقين بينما كانت الطرق الانفعالية أقل جدوى في التعامل مع المواقف الضاغطة. **(السهلي، 2009: 63)**

دراسة مانفريد ديهل و آخرون (Manfred Diehl et al, 1996): التي هدفت إلى التعرف على الفروق في أساليب المواجهة تبعا للسن والجنس عبر مراحل النمو.

منهج وأدوات الدراسة: باستخدام دراسة مستعرضة وقصد جمع البيانات طبق استبيان **(CPI) California Psychological Inventory.**

عينة الدراسة: طبقت الدراسة على عينة من كل الفئات العمرية (381) تتراوح أعمارهم بين 10 إلى ما فوق 70 سنة.

نتائج الدراسة: توصلت النتائج إلى:

– استخدم الأفراد الأكبر سنا شيوخ وكهول مزيج من الأساليب التي تميل إلى السيطرة الانفعالية الزائدة، والتقييم الايجابي للصراع.

– استخدم المراهقون والبالغون الأصغر سنا الاستراتيجيات التي تظهر نوعا من العدوانية و اللاتمايز من الناحية النفسية، مشيرا إلى مستويات أدنى من السيطرة على الانفعالات والوعي الذاتي.

– استخدمت النساء أكثر من الرجال أساليب المواجهة التي تتكامل بمرونة الجوانب البينية والشخصية لأوجه الصراع.

وتقدم النتائج دليلا لتأثير السن والجنس في تحديد أساليب التأقلم والدفاع، كذلك الجنس مما يوحي بأنه قد تواجه الرجال والنساء الضغوط، ويستجيب كل طرف حسب بنيته. **(Diehl, Coyle, & Labouvie-V, 1996 : 127)**

<u>دراسة راثنر وزانجلر(Rathner ,G & Zangerle M,1996)</u>: التي هدفت إلى تحديد استراتيجيات التكيف، مع الأطفال والمراهقين المصابين بداء السكري.

منهج وأدوات الدراسة: دراسة مستعرضة بتطبيق مقياس التأقلم **KIDCOPE.**

عينة الدراسة: عينة قوامها 43 من أطفال ومراهقين (8 الى18 سنة) مرضى بالسكري.

نتائج الدراسة:

- الأطفال يميلون إلى استخدام أساليب مواجهة الضغط المتمثلة في: التمني، الدعم الاجتماعي، حل المشكلات.

- يعتمد المراهقون على أسلوب الخنوع (خاصةً مع الإجهاد المتصل بالمرض)، ولكنهم أيضاً يستخدمون أساليب التمني، و الدعم الاجتماعي، وحل المشكلات وإعادة التفكير.

- استخدام لوم النفس ولوم الآخرين نادراً ما يستخدم من قبل كلا المجموعتين العمريتين.

- يميل الأطفال والمراهقون إلى الدعم الاجتماعي باعتباره إستراتيجية التكيف الأكثر كفاءة.

- في حين أنه لم تظهر الدراسة فروق بين الجنسين، في استخدام الأساليب التأقلمية.

(Rathner & Zangerle, 1996)

<u>دراسة بيريدا واخرون (Pereda et al, 2009):</u> التي هدفت الى استخدام مقياس كيدكوب **Kidcope** لتحديد العوامل النفسية الاجتماعية والاقتصادية المتنوعة للأطفال في سن المدرسة واساليب التأقلم.

منهج وأدوات الدراسة: المنهج الوصفي واستخدام مقياس كيدكوب لفئة الصغار 12/7 سنة.

عينة الدراسة: تمت دراسة على تلاميذ الابتدائي من 7 إلى 12 سنة: في مدرسة ابتدائية ذات وضع اجتماعي واقتصادي متوسط، ومركز مدرسة رعاية اجتماعية ذات وضع محروم.

نتائج الدراسة:

- ما يقارب 55 ٪ من العينة ربطت مصادر ضغوطها بالأخر، مع عدم وجود فروق في الفئات العمرية والجنس أو مجموعة المدارس.

– الاستراتيجيات التي اعتبرها التلاميذ الأكثر فعالية هي "الدعم الاجتماعي" (35٪) ، "التنظيم العاطفي" (33٪) و"التمني" (32٪).

– الأطفال من الفئات المحرومة عبرت عن مصدر الضغوط لديها في الصراع والعنف، وترك المنزل والتعارض مع القواعد والنظم، ومحاولة مواجهتها بالتجنب التي يمكن أن ترتبط بتصور عدم السيطرة على هذه الضغوطات.**(Pereda, Forns, Kirchner, & Muñoz, 2009)**

5-3/ التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال تحليل وتركيب نتائج الدراسات السابقة التي أتيحت للباحث، أن أساليب مواجهة الضغوط من العمليات النفسية المعرفية، والسلوكية المعقدة التي تتداخل في شكلها وأنواعها مع مراحل النمو من جهة ومن جهة أخرى سمات الشخصية ومتغيرات تصنيفية كنوع الجنس و الضغط ومكان السكن ، ولتيسير وتسهيل قراءة النتائج والتعليق عليها وفق أهداف الدراسة الحالية قمنا بالتعليق عليها تبعا للدراسات التي تناولت موضوع أساليب المواجهة و مراحل النمو أولا ثم الدراسات التي تناولت أساليب المواجهة و نوع الضغط، الجنس، مكان السكن.

5-3-1/ الدراسات التي تناولت موضوع أساليب المواجهة مع مراحل النمو:

نجد من بين الدراسات السابقة التي تم عرضها دراسة **(محمد رجب،1995)** و**(مها درويش، 1993)**، المراهقون أكثر ميلا إلى استخدام أسلوب إعادة التقييم الإيجابي للموقف، والتحليل المنطقي والبحث عن المساندة الأسرية أكثر من المراهقين، وتضيف **(منى محمود، 2002)** إستراتجية الطرق المعرفية، الانعزال، الاسترخاء، البحث عن الدعم الاجتماعي، التعبير عن المشاعر. و دراسة **(عربيات وخرابشة، 2007)** أكثر أساليب المواجهة استخداما المهدئات

وأقلها الاستفادة من الخبرات السابقة. هذا ما توصلت إليه الدراسات السابقة العربية في ما يخص أكثر الأساليب استخداما ولم يبدوا أي جانب بحث فارقي –في حدود علم الطالب– بين مراحل النمو في استخدام أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة.

في حين دراسة **(جريفيث واخرون، 1992)** إن استخدام أساليب المواجهة لدى المراهقين يتزايد في الصفوف الدراسية من السابعة إلى الثانية عشر فيما يختص في الضغوط الأسرية والمدرسية. **(دراسة هوفمان وآخرون،1995)** الذي توصل من خلال بحثه إلى أن المقبلين على مرحلة المراهقة طرق مواجهتهم للمشكلات شديدة الاختلاف وقليلة الفعالية، بينما من هم في مرحلة المراهقة أقل اختلافا في طرق مواجهتهم وينتقلون من المواجهات الانفعالية إلى المواجهات العملية، كما أن كثيرا من المراهقين يستخدمون الأساليب المعرفية والطرق المعرفية والعملية تعمل على تقليل الإحساس بتأثير الضغوط على المراهقين بينما كانت الطرق الانفعالية أقل جدوى في التعامل مع المواقف الضاغطة. دراسة **(مانفريد دييل و أخرون، 1996)** على عينتهم الممتدة من (10 إلى 70 سنه) التي توصل من خلالها إلى أن استخدم الأفراد الأكبر سنا شيوخ وكهول مزيج من الأساليب التي تميل إلى السيطرة الانفعالية الزائدة، والتقييم الايجابي للصراع. استخدم المراهقون والبالغون الأصغر سنا الاستراتيجيات التي تظهر نوعا من العدوانية و اللاتمايز من الناحية النفسية، مشيرا إلى مستويات أدنى من السيطرة على الانفعالات والوعي الذاتي. يضيف كل من **(راثنر و زانجلر، 1996)** إلى الدراسة السابقة أسلوب حل المشكلات كأكثر الأساليب استخداما، ويرجح الكفة إلى ميل الأطفال والمراهقين إلى الدعم الاجتماعي، باعتباره إستراتيجية التكيف الأكثر كفاءة ويعتمد المراهقون بالأخص على أسلوب الخنوع. كذلك دراسة **(بيريدا واخرون 2009)** على

الأطفال نجد أن اكثر الاساليب فعالية لدى عينة الدراسة هي الدعم الاجتماعي، التنظيم العاطفي والتمني، وان ما يقرب من نصف العينة ربطت مصادر ضغوطها بالأخر.

5-3-2/ الدراسات التي تناولت موضوع أساليب المواجهة مع كل من (نوع الجنس ، نوع الضغط ، مكان السكن):

- أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة و نوع الجنس:

تعمد العديد من الدراسات الوصفية إلى تقديم بحوث فارقية حسب نوع الجنس لما له من تأثير في الأداء و سمات الشخصية و الفروق الفردية وهذا ما لاحظه الطالب من خلال سرده للتراث الأدبي دراسات سابقة، نجد دراسة **(رجب علي شعبان، 1992)** التي توصلت إلى وجود علاقة بين سمة الثبات الانفعالي لدى الإناث وأسلوب التحليل المنطقي وإعادة التقييم الإيجابي، في حين ارتبط النشاط عند الذكور مع النظام بأساليب التعامل الإقدامية، وجود علاقة بين أساليب التعامل الإحجامية؛ وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي لدى كلا الجنسين. دراسة **(مها درويش، 1993)** توصلت كذلك إلى أن الطلبة الذكور يميلون إلى التمارين الجسدية والبحث عن الدعم الاجتماعي، العدوان اللفظي والجسدي أكثر من الطالبات الإناث اللواتي يملن إلى التعبير الانفعالي والانعزال وتجنب الموقف. إلا أن دراسة على عكس دراسة **(منى محمود، 2002)** التي تقر بوجود فرق بين الذكور والإناث من طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية. دراسة **(أحمد نبيل البحراوي، 2003)** الطلاب الذكور أكثر مواجهة للضغوط من الإناث، كما أن أسلوب الإناث أكثر ميلا إلى الانسحاب. **(دراسة فريدنبرج ولويس، 1991)** أشارت نتائجها إلى أن الإناث كنا أكثر استخداما لكل من إستراتيجية البحث عن الدعم، وإستراتيجية التقييم الإيجابي من طرف الذكور. أما باقي

الاستراتيجيات فلم يكن هناك فروق بين الذكور والإناث في استخدامها. ودراسة **(جريفيث و أخرون 1992)** توصلت إلى أن المراهقات يستخدمن بشكل أكثر ارتفاعا كلا من الأسلوبين المواجهة و تجنب لما يواجهن من ضغط. كذلك توصل **(مانفريد دييل و أخرون، 1996)** استخدمت النساء أكثر من الرجال أساليب المواجهة التي تتكامل بمرونة الجوانب البينية والشخصية لأوجه الصراع. في حين أن كل من دراسات **(راثنر و زانجلر، 1996)** و **(بيريدا واخرون، 2009)** **(محمد رجب، 1995)** قد توصلت لعدم وجود فروق دالة إحصائيا في استخدام أساليب التكيف تعزى إلى متغير الجنس.

- **أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة و نوع الضغط:**

بعض الدراسات السابقة قدمت نتائج تتعلق بموضوع أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة إلى جانب نوع الضغط من بينها نذكر دراسة **(عربيات وخرابشة،2007)** أكثر أساليب المواجهة استخداما من طرف أفراد العينة هي كالتالي: استخدام المهدئات وأقلها الاستفادة من الخبرات السابقة فيما يتعلق بنوع الضغط الدراسي والتفوق. كذلك دراسة **(جريفيث وأخرون،1992)** توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية في مواجهة الضغوط وتحملها بين المجموعتين لصالح الاستراتيجيات بغض النظر عن نوع الضغوط كما يميل مجمل المراهقين إلى تجنب المواجهة في ما يتعلق بالضغوط الأسرية والمدرسية و يميلون إلى استخدام أساليب المواجهة غير التجنبية في ما يتعلق بضغوط الأقران.و دراسة **(راثنر وزانجلر،1996)** فيما يتعلق بالضغط الصادر عن المرض (داء السكري) يميل الأطفال والمراهقون إلى الدعم الاجتماعي باعتباره إستراتيجية التكيف الأكثر كفاءة.

- **أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة و مكان السكن:**

استعانت الدراسات السابقة بمكان السكن لهدف تفسير النتائج وفق عامل القرب والبعد عن الأماكن الحضرية لما لها من خصائص بيئية و ديمغرافية وتنوع و تعقيد في مصادر الضغوط وهذا ما افترضه التراث النظري من خلاله. توصلت نتائج دراسة **(منى محمود، 2002)** إلى وجود فروق بين الفئتين بحيث يميل الحضر إلى استخدام أسلوب التركيز على حل المشكل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، الاسترخاء، الانفصال الذهني، بينما يميل أبناء الريف إلى استخدام أسلوب لوم الذات، الانعزال، التنفيس الانفعالي، الدعابة، و دراسة **(أحمد نبيل البحراوي، 2003)**توصل إلى أن طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المرتفع يتميزون بفعالية أكثر من طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المنخفض. كذلك **(بيريدا واخرون،2009)** الأطفال من الفئات المحرومة عبرت عن مصدر الضغوط لديها في الصراع والعنف، وترك المنزل والتعارض مع القواعد والنظم، ومحاولة مواجهتها بالتجنب التي يمكن أن ترتبط بتصور عدم السيطرة على هذه الضغوطات.

*يتضح مما سبق أن الأفراد يلجئون إلى استخدام أساليب مختلفة للتعامل مع الضغوط، وأن هناك اختلافاً واضحاً في شيوع هذه الأساليب تبعاً لمتغيرات متعددة، تناولتها هذه الدراسات بالعلاقة مع متغيرات نفسية أخرى.

- أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تتأثر بعامل السن والانتقال من مرحلة إلى مرحلة أخرى يعني نضج و استخدام مزيج من الأساليب التي تميل إلى السيطرة الانفعالية، والتقييم الايجابي وينتقلون من المواجهات الانفعالية إلى المواجهات العملية، كما أن كثيرا من المراهقين يستخدمون الأساليب المعرفية والطرق المعرفية والعملية التي تعمل على تقليل

الإحساس بتأثير الضغوط. بينما الأطفال الأصغر سنا يميلون إلى الاستراتيجيات التي تظهر نوعا من العدوانية و اللاتمايز و الدعم الاجتماعي، التنظيم العاطفي والتمني.

- أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تتأثر بنوع الجنس و هذا ما توصلت إليه مجمل الدراسة و إضافة إلى ذلك هذه الفروق تتباين في نوع الأسلوب حيث ارتبط النشاط عند الذكور مع النظام بأساليب التعامل الإقدامية كذلك النزوع نحو التمارين الجسدية والبحث عن الدعم الاجتماعي، العدوان اللفظي والجسدي، التقييم الإيجابي، في حين وجود علاقة بين أساليب التعامل الإحجامية والانسحابية التعبير الانفعالي والانعزال وتجنب الموقف البحث عن الدعم.
- أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تتنوع حسب مصادر الضغوط و هذا مما توصلت إليه الدراسات السابقة حيث أن أكثر أساليب المواجهة استخداما لمواجهة ضغط الدراسة والسعي للتفوق هو التجنب و استخدام المهدئات، كما يميل الأطفال والمراهقون إلى الدعم الاجتماعي باعتباره إستراتيجية التكيف الأكثر كفاءة بالنسبة للضغط الصادر عن المرض (داء السكري). بالنسبة للضغوط الأسرية والمدرسية يميل الأطفال إلى تجنب المواجهة ويميلون إلى استخدام أساليب المواجهة غير التجنبية في ما يتعلق بضغوط الأقران.
- أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة و علاقتها بمكان السكن نجد أن سكان الحضر يميلون إلى استخدام أسلوب التركيز على حل المشكل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، الاسترخاء، الانفصال الذهني، بينما يميل السكان البعيدون عن التمركز الحضري إلى استخدام أسلوب لوم الذات، الانعزال، التنفيس الانفعالي، الدعابة.

نتائج الدراسات السابقة دفعت الطالب إلى إجراء هذه الدراسة للكشف عن ما إذا كانت هناك فروق في هذه النزعة إلى استخدام نوع معين من الأساليب في التعامل مع الضغوط، تبعا لمراحل النمو طفولة ومراهقة، وفي ظل متغير الجنس ونوع الضغط، خاصة وأن هناك ندرة في الدراسات المحلية التي تصدت لهذه المشكلة في بيئة لها ثقافتها وهويتها وخصوصيتها.

6- فرضيات الدراسة:

في ضوء إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، وانطلاقا من نتائج الدراسات السابقة تسعى الدراسة الحالية للتحقق من الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بين الأطفال (طفولة متأخرة) والمراهقين.

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا للجنس.

الفرضية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط.

الفرضية الرابعة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمكان السكن.

الفصل الثاني

أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة

- تمهيد.

1- الضغط النفسي Stress.

1-1- مفهوم الضغط النفسي.

1-2- النظريات المفسرة للضغط.

1-3- مصادر الضغوط في مرحلة الطفولة و المراهقة.

2-أساليب المواجهة Coping.

2-1- مفهوم المواجهة.

2-2- النظريات المفسرة لأساليب المواجهة.

2-3- خصوصية أساليب المواجهة في مرحلتي الطفولة و المراهقة.

2-4- قياس أساليب المواجهة الخاصة بالأطفال والمراهقين.

- خلاصة.

تمهيد

بعد الاستغراق الكبير في دراسة أساليب المواجهة وفق النموذج الراشد ومعطياته وأدواته الخاصة، الذي عرفته الدراسات النفسية في المجال، وخاصة مع تبلور النظريات الحديثة في تفسير الضغوط ومصادرها. كانت نتائج البحث منطقية وفق المبدأ النمائي للراشد، لكن مجرد التفكير في إسقاطها على معايير وخصائص النمو ومتطلباته في المراحل الأولى –طفولة ومراهقة– سيعد إجحافا في حق نظريات علم النفس النمو التي تقر بمبادئ ومتطلبات وحاجات كل مرحلة. إذ تأخذ بعين الاعتبار أثناء إجراء البحوث النفسية، هذه الرؤية الجديدة التي تعد بالكثير في مجال الصحة النفسية من خلال الجانب النمائي والوقائي. و مواكبة منا لسير الأبحاث في موضوع أساليب المواجهة عبر مراحل النمو الأولى (طفولة – مراهقة)، حاولنا من خلال هذه الفصل التطرق لمفهوم الضغط النفسي والنظريات المفسرة له و ضبط أهم مصادر الضغوط التي تصادف الأطفال والمراهقين في حياتهم اليومية ليسهل علينا بعد ذلك التطرق لأساليب المواجهة وفق نموذج نظري نمائي مع الكشف عن أهم أدوات الفحص والقياس، ومدى ملائم لخصائص المرحلة النمائية (أطفال/مراهقين).

1-الضغط النفسي Stress:

1-1 مفهوم الضغط النفسي Stress:

الكلمة **Stress** مأخوذة من اللاتينية **stringer** التي تعني " **سحبه بشدة** " وأن هذه الكلمة استخدمت لأول مرة خلال القرن الرابع عشر ,ولكن لم يكن هذا الاستخدام بصورة ثابتة ومنظمة. **(ثابت،2003 :42)**.

في حين يرى البعض الآخر أن مصطلح الضغط اشتق من الكلمة الفرنسية القديمة **Destress** والتي تشير إلى معنى الاختناق، والشعور بالضيق أو الظلم. وقد تحولت في الإنجليزية إلى **Stress** والتي أشارت إلى معنى التناقض. والمصطلح في الأصل قد استخدم للتعبير عن معاناة وضيق أو اضطهاد وفي الانجليزية الحديثة ظهرت الحاجة لوجود مصطلح يعني معنى الضغط **Pressure** و التوكيد **Emphasis** في آن واحد وذلك لوصف الألم الكامن و المتضمن الكلمة الأولى " الضغط **Stress** " و أيضا الاعتدالية المتضمنة في الكلمة الثانية " التوكيد" و عبر الوقت استخدم مصطلح **stress** ليعطي هذا المعنى، وفي الأدب التكنيكي فقد كان الإجماع إلى إعطاء مصطلح التوكيد على الشيء.**(أبو الحصين،2010: 18)**.

أما أول استخدام للمصطلح في علم النفس فهو للعالم **هانز سيلي(Hans Selye,1956)** حيث كان متأثراً بالبيولوجيا، وبفكرة أن الكائنات البشرية يكون لها رد فعل للضغوط عن طريق تنمية أعراض غير نوعية. و ذكر أن الضغوط يكون لها دور هام في إحداث معدل عال من الإنهاك والانفعال الذي يصيب الجسم، إذ إن أي إصابة جسمية أو حالة انفعالية غير سارة كالقلق والإحباط والتعب أو الألم لها علاقة بتلك الضغوط.

ويرى **(لازاروس Lazarus, 1966)** أن الأدبيات المعنية بهذا المصطلح ترى أن نشأة مفهوم الضغط يرتبط تاريخيا بميدان الهندسة، وهي تعني في الاستخدام العلمي قوة خاصة، أو تأكيد لكلمة أو فكرة خلال الكلام أو الكتابة. و ترى**(كوباسا Kobasa , 1979)** أن مفهوم الضغط انتقل إلى علم الاجتماع عام **1946**، و أوضح **(كوكس Cox ,1946)** أن الضغوط تظهر في مجموعة من المتاعب **Troubles** التي يقصد بها المواقف التي تخرج عن النمط العادي للحياة أو مواقف تعرقل الأنشطة العادية.**(الموسوي،1998: 102)**.

و في اللغة العربية: " الضغطة بالضم تعني الضيق و الشدة ,وضغطه عصره وزحمه ,وتتضاغطوا ازدحموا , وضاغطوا زاحموا" **(الفيروز أبادي،1986 : 303)** وفي القاموس وردت: "ضغط ضغطا عصرا , ضيق على الشخص" **(القاموس العربي الوسيط، 1997: 444)**.

ويعرف **سيلي** "**Selye** " الضغط النفسي بأنه: الاستجابة غير المحددة الصادرة من الإنسان لأي مثير أو طلب يوجه نحوه.

ويرى **(ديفيد فونتانا)** أن الضغط النفسي عبارة عن العنصر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل والجسم , فإذا كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المتطلبات و تستمع بالاستثارة المتضمنة فيها, فان الضغط النفسي يكون مقبولا ومفيدا , أما إذا كانت لا تستطيع ووجود الاستثارة يضعفها , فان الضغط لا يكون مقبولا وغير مفيد بل ضار.**(فونتانا، 1994: 14)**

أما **لازاروس (Lazarus,1985)** فيعرفه بأنه مجموعة المثيرات التي يتعرض لها الفرد، بالإضافة إلى الاستجابات المترتبة عليها وكذلك تقدير الفرد لمستوى الخطر، وأساليب التكيف مع الضغط، والدفاعات النفسية التي يستخدمها الفرد في مثل هذه الظروف. **(شقير، 2002: 4)**

تعريف **بوم (Baum,1990)**: "هي ممارسة مشاعر يتبعها تغيرات كيميائية و فسيولوجية وفكرية و سلوكية ممارسة توجه إما نحو تغيير الحدث الضاغط أو التكيف مع آثاره" **(Taylor،1995:219).**

ويرى**(الأشول)** أن الضغوط النفسية تتوقف على عنصرين رئيسيين هما الفعل ورد الفعل، و يقول : وعموما لا يمكن أن شخصا ما يعاني من الضغوط النفسية ما لم يكن هناك مصدر لهذه الضغوط

و استجابات من جانب الفرد. و على ذلك فان العناصر التي تشكل أي موقف ضاغط هي مصادر الموقف الضاغط ، والاستجابة لهذا الموقف الضاغط.**(الأشول1993 : 15)** ,

ومن التعريفات التي اهتمت بالتوقع المسبق من الفرد لما سوف يضايقه، تعريف **جاملش Gamelch** الذي يعرفه بأنه التوقع الذي يوجد لدى الفرد حيال عدم القدرة على الاستجابة المناسبة، لما قد يتعرض له من أمور أو عوارض، قد تكون نتائج استجاباتنا لها غير موفقة وغير مناسبة. **(الطريري، 1994: 10)**

ومن مختصر التعريفات السابقة نجد أن مصطلح الضغوط يستخدم للدلالة على انه استجابة لمثير "سيلي Selye" وعلى انه مثيرات داخلية وخارجية من جهة أخرى **لازاروس Lzarus**. ويمكن تعريف الضغوط بأنها الحالة التي يدركها الكائن الذي يتعرض لأحداث أو ظروف معينة، بأنها غير مريحة أو مزعجة، أو على الأقل تحتاج إلى نوع من التكيف أو إعادة التكيف. وإن استمرارها قد يؤدي إلى أثار سلبية كالمرض والاضطرابات، وسوء التوافق.

كذلك الضغوط ليست مرادفة بالضرورة للقلق والتوتر النفسي أو العصبي، كما أن الضغوط ليست بالضرورة سلبية أو سيئة، فالضغوط المعتدلة لها دور مهم في تنشيط الكائن واستثارة دافعيته للانجاز، ولذلك فان انخفاض الضغوط أو ارتفاعها عن حدود معينة، يكون له أضرار مؤكدة على الفرد. **(جمعة،2007 :13)**

و من تحديد العلماء لعناصر الموقف الضاغط يتبين لنا أن هناك علاقة تفاعلية بين البيئة الخارجية و السمات الشخصية للفرد , فالظروف الخارجية (الاجتماعية و البيئية) تؤثر على الفرد , ولكن مقدار هذا التأثير يتوقف على السمات الشخصية النفسية للفرد، و عليه فالموقف الضاغط الذي تتعرض له مجموعة من الأفراد فان كل فرد يتأثر به بدرجة تختلف عن الآخرين، ويؤيد ذلك (

أبو عبية) بقوله " تتحمل سمات و حالات الشخصية كمركب لوحدة الظروف الداخلية الممتزج فيها كل المؤثرات الخارجية عند تغير أي ظاهرة نفسية و إن تأثير ظروف الحياة الاجتماعية الخارجية على الإنسان يكون من خلال المواقف الداخلية".(**أبو عبية، 1978: 53**).

من جملة التعريفات السابقة التي حاولنا إيرادها بشكل من الاختصار والاختزال الذي يخدم موضوع وتوجه هذا البحث يمكن أن نخلص إلى النقاط التالية:

- الضغوط النفسية هي نتاج التفاعل الدائم بين الفرد و عوامل داخلية وخارجية .
- نتائج الضغوط ليس بالضرورة أن تكون مدمرة للإنسان. فالضغط أمر محتوم وطبيعي أن يتعرض الإنسان منذ ولادته لضغط بحكم تفاعله الدائم مع البيئة.
- العوامل الداخلية والخارجية ممكن أن تتحد في مصدر واحد للضغط.
- عامل الفروق الفردية في التأثر حيث يختلف الضغط من إنسان لآخر و يعود ذلك لعدة أسباب منها المعتقدات والمكونات الشخصية و التهيؤ الشخصي عند مواجهة مطالب البيئة المحيطة.
- أن الضغوط النفسية الشديدة قد تترجم انفعاليا إلى مشاعر سلبية غير سارة.

1-2- النظريات المفسرة للضغط:

يعد مفهوم الضغوط من المفاهيم الحديثة في ميادين علم النفس المعاصر، الذي اعتني به بشكل مكثف على الرغم من جهود علماء المسلمين من أمثال "**الغزالي**" و" **ابن سينا**"، لكنهما لم يتعرضا في كتاباتهما لها بالصورة التي يبحث فيها في العصر الحديث، ومع تسارع أحداث الحياة وتعقد مجرياتها، وتأثير جملة هذه التغيرات على سلوكات الفرد تجاه هذه المثيرات التي تنتهي

باستجابات مختلفة. فظاهرة الضغوط من الظواهر الإنسانية المعقدة، فهي تتجلى في مضامين بيولوجية، نفسية، اقتصادية، اجتماعية ومهنية ولأن كل المضامين لها انعكاساتها النفسية. ولأن نواتج الضغوط تظهر في مخرجات فسيولوجية ونفسية، لهذا سارع العديد من العلماء والباحثين في المجال، إلى إعطاء جملة تفسيرات وأداء أبحاث امبريقية لتحديد معالم وكيفية سيرورة الضغط .

ومن أوائل الباحثين في علم النفس الحديث نجد **سبيلبرجر (Spielberger ,1972)** في نظريته الشهيرة عن القلق: على أساس التمييز بين القلق كسمة Trait Anxiety والقلق كحالة State Anxiety، فقد عرف سبيلبرجر القلق كسمة بأنه: "عبارة عن استعداد سلوكي مكتسب، يظل كامناً حتى تنبهه وتنشطه منبهات داخلية أو خارجية فتثير حالة القلق، ويتوقف مستوى إثارة القلق عند الإنسان على مستوى استعداده للقلق (أي مستوى القلق كسمة)".

واعتبر سبيلبرجر سمة القلق: تشير إلى الاختلافات بين الأفراد في استعدادهم للاستجابة للمواقف الضاغطة، بمستويات مختلفة من حالة القلق. أما القلق كحالة فقد عرفه سبيلبرجر بأنه عبارة عن: "حالة انفعالية؛ يشعر بها الإنسان عندما يدرك تهديداً في الموقف، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي، وتتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة هذا التهديد، وتزول عادة هذه الحالة بزوال مصدر التهديد". وهذا يعني أن القلق كحالة، هو غير ثابت بل يتغير من موقف إلى آخر، بحسب شدة ونوع الخطر أو التهديد، وتنخفض حسب الموقف، وربط "سبيلبرجر" بين الضغط وقلق الحالة، ويعتبر الضغط الناتج ضاغطاً مسببا لحالة القلق، ويستبعد ذلك عن القلق كسمة، حيث يكون من سمات شخصية الفرد القلق أصلاً، ويميل الشخص المرتفع في القابلية للقلق إلى إدراك خطر عظيم؛ في علاقاته مع الآخرين؛ والتي تتضمن تهديدات لتقديره لذاته Self – Esteem وهو

يستجيب لتهديدات الذات هذه بارتفاع شديد في حالة القلق، أو في مستوى الدافع. **(غريب، 1998: 365)**

في حين وحسب **(عسكر، 2000، ص 35)** كان **هانز سيلي(Hans Sely,1976)** – بحكم تخصصه كطبيب – متأثرا بتفسير الضغط تفسيراً فسيولوجياً. وتنطلق نظريته من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل، وهو استجابة لعامل ضاغط **Stressor** يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماطاً معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر "سيلي" أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة. **(عثمان، 1999: 98)**

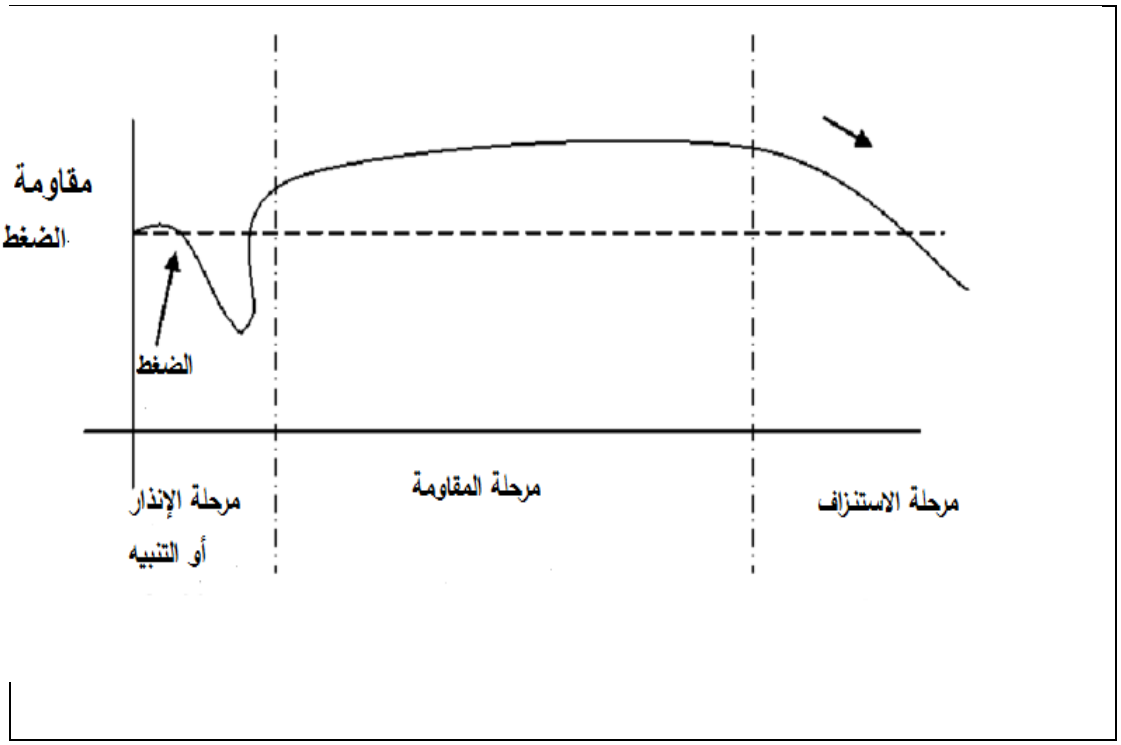
وحدد "سيلي" ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط وفق ما أطلق عليه **تناذر التكييف العام GAS**. ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

- **مرحلة الإنذار أو التنبيه Alarm Phase**: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات عندما يدرك الفرد التهديد الذي يواجهه، كازدياد التنفس، وازدياد السكر والدهون في الدورة الدموية، وتشد العضلات ليتهيأ الجسم لعملية المواجهة، وتعرف هذه التغيرات بالاستثارة العامة.

- **مرحلة المقاومة Resistance Phase**: وتحدث عندما يتحول الجسم من المقاومة العامة إلى أعضاء حيوية معينة، تكون قادرة على الصد لمصدر التهديد، وتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى، وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف.

مرحلة الاستنزاف Exhaustion Phase: مرحلة تعقب المقاومة إذا استمر التهديد، غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفدت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة، فقد ينتج عنها الوفاة في حالات معينة.

يمكن توضيح مراحل الدفاع ضد الضغط كما أوردها " **فاروق وأخرون، 2010**" وفق ما أطلق عليه **تناذر التكييف العام GAS** مراحل التكيف العام في الشكل التالي:



الشكل رقم (01): يوضح سيرورة مراحل التكييف وفق نظرية هانز سيلي.
(Farooq, Mansoor, & Anbareen, October 2010: 335)

وبين مفهوم الحاجة والضغط يعتبر **هنري موراى (Henri Murray):** أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان، على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة.

ويعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي، أو لشخص يعيق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز موراى بين نوعين من الضغوط هما:

ضغط بيتا Beta Stress: ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

ضغط ألفا Alpha Stress: ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالتها كما هي.

ويوضح موراى أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول، ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها، ويطلق على هذا مفهوم تكامل الحاجة، إلا أن **ريتشارد لازاروس (Richard Lazarus, 1980)** قد أنشأ نظريته نتيجة للاهتمام الكبير بعملية الإدراك أو التقييم الذهني، ورد الفعل من جانب الفرد للمواقف الضاغطة، والتقدير المعرفي: هو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد، حيث إن تقدير كم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية، مع الضغوط وبذلك يستطيع الفرد تفسير الموقف.

ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها: العوامل الشخصية، والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، والعوامل المتصلة بالموقف نفسه، وتعرف نظرية التقدير المعرفي "الضغوط": بأنها تنشأ عندما يوجد تناقص بين متطلبات الشخصية للفرد، ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين هما:

المرحلة الأولى: وهي الخاصة بتحديد ومعرفة أن بعض الأحداث هي في حد ذاتها شيء يسبب الضغوط.

المرحلة الثانية: وهي التي يحدد فيها الطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف. **(الطهرواي، 2008: 452)**

وحسب طبيعة الضغط نجد أن "**سبيلبرجر**" يربط بين الضغط والقلق كسمة فهو **استعداد سلوكي مكتسب**، يظل كامناً حتى تنبهه وتنشطه منبهات داخلية أو خارجية فتثير حالة القلق، ويتوقف مستوى إثارة القلق عند الإنسان على مستوى استعداده للقلق، أي مستوى القلق كسمة وهذا حسب "سبيلبرجر" الذي لا ينفي سمة الضغط عن المراحل الأولى للنمو كون القلق حسبه استعداد، ووفق آليات النضج والتطور تتم بلورة مستوى القلق ولكن لم يحدد الكيفية وفق أي من الخصائص النمائية التي تمييز المراحل عن بعضها. في مقابل ذلك "**هانز سيلي**" يقر بأن الضغط متغير غير مستقل، وهو **استجابة** لعامل ضاغط Stressor يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماطاً معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر "سيلي" أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة. كما أن استجابات الضغط لا تفرض عدم التمييز ولا تغفل عن أداء السلوك الظاهر، ومنه يمكن ملاحظة وقياس الضغط وفق معطيات فسيولوجية في كل المراحل النمائية.

ويمكن الاستدلال بنظرية "**هنري موراي**" لإعطاء دافع علمي فارقي في طبيعة الضغط، حسب **مفهوم الحاجة** الذي يمثل المحددات الجوهرية للسلوك. ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة. إلى جانب هذا وتأييدا لطبيعة الضغط وفق "**لازاروس**" لتقدير كم التهديد ليس بمجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد، وخبراته الشخصية مع الضغوط. وبذلك يستطيع الفرد تفسير الموقف وهذا الإدراك خاضع لقوانين النمو المعرفي.

ومن خلال العرض السابق للنظريات وجوهر ما يمكن استخلاصه في بعض النقاط الهامة، التي توضح وتحدد مفهوم الضغوط النفسية، وتشكل رافداً هاماً للتصور الفطري و النمائي الذي يأمل الباحث في بلورته من خلال الدراسة:

- أن الضغط النفسي إذا فاق قدرات الفرد يؤثر سلباً على الصحة النفسية للفرد، فهناك إجماع على ربطه بالقلق والتوتر والضيق، والإحباط وسرعة الاستثارة والتغيرات الفسيولوجية المتعبة.
- طريقة تفكير الفرد وأفكاره المسبقة، تلعب دوراً هاماً في نظرته للضغوط وتوافقه معها.
- أن ردود الفعل نحو الضغوط عمليه معقدة جداً، ولا تقتصر على التغيرات الفسيولوجية، أو الانفعالات فقط.

1-3- مصادر الضغوط في مرحلة الطفولة والمراهقة:

الضغوط في مرحلة الطفولة من المفاهيم الجد معقدة لطبيعة المرحلة النمائية وما يميزها من تسارع في تطور جوانب النمو من جهة، وتأثرها وتأثيرها مع البيئة المحيطة من جهة أخرى. هذا ما دفع بالكثير من الباحثين إلى دراسة الضغوط في الطفولة وتحديد مصادرها، كما يدركها سواءًا الأطفال أو الأشخاص الذين على اتصال دائم بهم.

يذكر "**الخطيب، 2011**" أن **(المجلس العلمي العالمي لنمو الطفل والمراهق)**، قام بوصف ثلاثة أنواع من الضغوط، بناءاً على نتائج بحوث علمية هي:

الضغوط الايجابية Positive stress:

وهي الضغوط الناجمة عن الخبرات غير المناسبة التي يتعرض لها الأطفال، وعادة ما تكون مدة بقائها لديهم قصيرة. ومن الأمثلة على ذلك تلك الخبرات حينما يقابل الطفل أشخاص غرباء،

أو حينما تأخذ منه شيئاً يعزه، يسبب هذا النوع من الضغط تغيرات فيزيولوجية مثل زيادة ضربات القلب، والتغيرات في مستويات إفراز الهرمونات. بقليل من المساندة لهذا الطفل أو المراهق من الوالدين أو مقربيه، يمكن له أن يتعلم كيفية إدارة هذا النوع من الضغط والتغلب عليه. و يعتبر هذا الضغط عادياً كما أن التغلب عليه يعد أمراً مهماً في عملية النمو.

الضغط المحتمل Tolerable stress: يشير هذا النوع إلى خبرات غير مناسبة تكون أكثر حدة، غير أن مداها في الاستمرار مازال قصيراً. ومن الأمثلة وفاة احد المقربين والكوارث الطبيعية أو حادث مخيف، أو الطلاق بين الوالدين. وإذا حصل الطفل على مساندة من الراشدين، فعادة ما يتم التغلب على هذا النوع من الضغط. وفي كثير من الأحيان يمكن أن يتحول الضغط المحتمل إلى ضغط إيجابي في النمو، أما إذا لم تقدم المساندة والدعم المناسبين، فإن هذا النوع من الضغط يمكن أن يتحول إلى ضغط طويل المدى بآثار صحية سلبية.

الضغط السمي Toxic stress: يحدث هذا النوع من الضغط نتيجة لخبرات حادة غير مناسبة يمكن أن يؤثر في الطفل لفترة طويلة من الزمن قد تصل لأسابيع أو أشهراً أو حتى سنوات، الأمثلة عليه تعرض الطفل لسوء معاملة مثل إساءة المعاملة أو الإهمال. وفي حالة لم يتمكن للطفل أو المراهق من إدارة هذا النوع من الضغط والتغلب عليه، فإن الاستجابة له تدوم مدة طويلة. مما يؤدي إلى تغيرات دائمة في نمو الدماغ. ويمكن التقليل من هذه الآثار بدعم ومساندة الراشدين له. **(الخطيب، 2011)**.

يضيف**(سبيريتو وأخرون، 1996)** في دراسة قام بها على الأطفال والمراهقين توصلت إلى أهم محاور مصادر الضغوط، وتتمثل في الأسرة، الوالدين، المدرسة، الأصدقاء. والتي يعتمدها فيما

بعد في مقياس التأقلم، لتحديد أهم المصادر لضغوط الحياة اليومية وأساليب التأقلم. **(Spirito, 1996)**

كما أجرى **(بلوك وآخرون، 1998)** دراسة تتبعية على عينة من الأطفال من 3 سنوات إلى المراهقة، فتوصلوا إلى أن الأطفال الذين عاشوا في أسر تسودها الخلافات، أظهروا مشكلات سلوكية وضعفا في ضبط الذات، الاندفاعية، والفتور العاطفي مع فروق دالة لصالح الذكور. **(Block & al, 1998)**

قام **(بيك وأخرون، 1985)** بدراسة استهدفت أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال وقاموا بتصنيف هذه المصادر ضمن سبعة محاور هي: فقدان أحد أفراد الأسرة، مجئ طفل جديد، مشكلات أسرية، مشكلات بين الأخوة، مشكلات تتعلق بالبيئة، والإيذاء الجسدي، وإحداث مفاجئة. وبعد القيام بدراسة مقارنة بين أطفال يعانون سوء تكييف وأخرى ضابطة توصلوا إلى أن المشكلات الأسرية، هي من أكثر مصادر الضغوط لهذه المرحلة. **(Beck, Emery, & Greenberg, 2005: 84)**

وفي دراسة **(كاتلين وأخرون، 1991)** توصلوا إلى أن أهم مصادر الضغط في الحياة اليومية للأطفال بين 8 إلى 12 سنة، تمحورت داخل الأسرة في الحرمان والتهديد والخلافات الزوجية، والقسوة والإهمال الوالدي في التعامل مع الأطفال. **(Kathleen, et al., 1993:44).**

وهذا ما خلصت إليه **الجمعية الأمريكية للطب العقلي1989** من جملة مصادر الضغوط الأسرية بين أفرادها، وتأثير كل من الوالدين والأخوة والأخوات في الطفل، وطبيعة إدراكه لنوع الضغط:

- تغيير مفاجئ في العائلة كوفاة أحد الوالدين أو الإخوة أو ميلاد طفل جديد.
- مرض مزمن لأحد الوالدين عقلي أو جسمي أو إعاقة أو سجن أو إدمان ... الخ.

- طلاق الوالدين أو عدم تفاهم أو علاقة صراعية.
- أساليب تربوية قاسية، أو لا مبالاة من قبل الوالدية.
- حالات التبني أو الحضانة.
- سوء الوضعية الاقتصادية أو المالية للعائلة، أو ضيق السكن أو السكن في حي شعبي مكتظ.

الحياة المدرسية من أهم الوضعيات الحياتية توليدا للضغط عند الفرد، وبالخصوص عند التلميذ الذي يجتاز مرحلة صعبة في حياته، والتي تتماشى وتعليمه، حيث أنه في هذا الطور من التعليم يخضع التلميذ لامتحانات مصيرية. مما يجعل التلميذ يحضر له أحسن تحضير وأحسن استعداد دراسي خلال السنة، فهذا كله يولد للتلميذ اضطرابات وانفعالات تعيق أداءه الأكاديمي، فهذه الصعوبات ناتجة عن عمليات معرفية مختلفة، مثل الإزعاج بسبب الأفكار السلبية التي تدور في ذهن التلميذ، وكذلك بسبب مشاكل في الانتباه والتركيز.

ويعرفها "**أحمد نايل الغرير**": أنه التفاوت الموجود بين مطالب التلميذ، فهو مطالب بأن يحقق النجاح في الدراسة، إرضاء طموحه الشخصي أو الأسري، ورد جميل الأسرة والمدرسة ثانيا، وقدراته على تحقيق ذلك. **(الغرير وأبو أسعد، 2009: 31)**

يعتبر المجال المدرسي بما يحتويه من علاقات وخبرات ومواقف جديدة تستدعي من الفرد البحث عن أساليب تكيفه، ذلك أن الوقت الذي يقضيه داخل أسوار المؤسسات الدراسية، وأنماط العلاقات التي تنشأ داخلها وكذا طبيعة المطالب الدراسية ومدى تكيف المراهق معها، كلها عوامل تلعب دورا في نشأة الضغوط النفسية. **(لوكيا، 13:2002)**.

لكن استمرار الضغط والتوتر بعد زوال الموقف، أو اعتبار مواقف معينة على أنها مهددة لذات الفرد، يطرح مشكلة ومن هذه العوامل يذكر **(Bensabat & al ,1980):**

- تغيير المؤسسة الدراسية وما يصاحبها من تغيير على مستوى العلاقات الاجتماعية.
- صعوبات تواجه الطفل والمراهق، خلال مشواره الدراسي لتحقيق أهدافه واستغلال طاقاته الفكرية..
- ضغوط الأقران من خلال العلاقة بجماعة الرفاق التي تكون ذات أهمية بالغة، حيث تترك عوامل مثل التقبل، والرفض آثارا على الطفل والمراهق. **(Bensabat & Selye, 1980: 41).**

يترتب على النقاط السابقة، الإقرار بأن الضغوط ذات مصادر معقدة والتعامل معها يستلزم بعض المهارات، التي هي ذات طبيعة فطرية ومكتسبة من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية والمعتقدات وأساليب التفكير العامة، وسمات شخصية الفرد وخبراته الذاتية ومهارته في تحمل الضغوط وحالته الصحية. كما يتوقف على عوامل ذات صلة بالموقف نفسه مثل نوع التهديد، والحاجة التي تهدد الفرد لتقييم مستوى الضغط. بحيث أن ما يعتبر أمر ضاغط بالنسبة لفرد ما، لا يعتبر كذلك بالنسبة لفرد آخر.

بعد التطرق إلى مفهوم الضغط والنظريات المفسرة له ومحاولة منا للبحث عن الخصوصيات النمائية لطبيعته وأهم مصادره في مرحلة الطفولة والمراهقة. نتطرق حاليا إلى جانب مهم في رد الفعل تجاه الضغط، وهو مفهوم **المواجهة Coping** كأحد أهم المفاهيم الحديثة في البحث النفسي، لذا كان من المفروض العمل على حصر مفهوم واحد إجمالي، يأخذ بعين الاعتبار الخصائص النمائية لمرحلة الطفولة والمراهقة.

ولتحديد هذا المفهوم الخاص تواجهنا عقبات منها أولا كذلك الحاجة إلى إعطاء مفهوم يحيل إلى طبيعة النمو، حيث من غير اللائق أن تكون خصائص وفعالية المواجهة نفسها بالنسبة للأطفال والمراهقين، ثانيا لابد من الفصل بين أساليب المواجهة وطرق استجابة الفرد للضغط، لأن توظيف المفهوم متعلق بدرجة من الخصوصية.**(Lazarus, 1984)**

2-المواجهة Coping:

2-1- مفهوم المواجهة:

من الناحية اللغوية نجد أصل كلمة مُواجهة: (اسم) مُواجهة: مصدر واجهَ يواجه، مُواجهةً، فهو مُواجِه يقال واجه العدُوَّ: صارعه بالقول أو الفعل، جابهه وقاومه، اِعْتَرَضَهُ مُوَاجَهَةً بِالقَوْلِ أَوِ الفِعْلِ، وَاجَهَ الْمَتَاعِبَ وَحْدَهُ : تَصَدَّى لَهَا. **(معجم المعاني، 2010)**

تضيف **(طبي، 2005: 65)** في علم النفس اختلفت تسميتها بالرغم من أنها تتفق جميعها في إنجاز نفس المهام فترجمت من اللغة الانجليزية " To cope with" coping إلى اللغة الفرنسية بعدة مصطلحات:

-processus d'ajustement

- processus de faire face

- processus de maitrise

وفي اللغة العربية استخدمت عدة مصطلحات للدلالة عن استراتيجيات المواجهة وهي:

- أساليب أو عمليات التعامل.المواجهة.

-أساليب التأقلم.

- ميكانيزمات الدفاع.

حاول العديد من علماء النفس منذ أواخر القرن الماضي إلى يومنا إعطاء مفهوم شامل لأساليب المواجهة، لذا من بين كل هذه التعاريف حاولنا حصر أهمها وأكثرها استخداما في أدبيات البحوث:

فريدمان(Friedman ,1963) في تعريفه للمواجهة على أنها " العملية المتبناة من قبل الفرد لمواجهة مهددات البناء النفسي، وذلك ليستطيع الفرد من خلالها القيام بوظائفه بشكل فعال". **(بن زروال، 96:2003).**

ويعرفها **بيلينجر وزملائه (Billings and al, 1983)** بأنها " مجموعة المعارف والسلوك التي يستخدمها الفرد بهدف تقدير مصادر المشقة وتخفيض أثر الانعصاب الناتج عنها، وتعديل التنبيه الانفعالي المصاحب لخبرة المشقة".

ويعرف كل من **لازاروس وفولكمان(lazarus , folkman,1984)** أساليب المواجهة بأنها " تغير معرفي متواصل وجهود سلوكية لإدارة الحاجات الداخلية والخارجية، وبشكل خاص تلك الحاجات التي يدرك الفرد أنها مرهقة وشديدة الضرر".**(lazarus , folkman,1984 :24)**

كما ترى **منجهام (Menagham,1984)** أن المفهوم المحوري المتضمن في عملية المواجهة على جميع المستويات هو الفعالية **Effectiveness**، فالمواجهة تعني أساسا التحكم في الضغوط وإدارتها بنجاح، والغرض من استخدام استجابات المواجهة هو أن تعمل على تخفيض الضيق **distress**، وتعديل الموقف إلى الأفضل". **(شكري، 1999: 392)**

ويعرفها **موس (Moos1988)**" بأنها مجموعة من أنماط السلوك التكيفية المتعلمة والتي تتطلب عادة بذل الجهد، وتحددها الحاجة، وتستهدف حل مشكلة، كما يمكن السيطرة عليها وكفها أو قمعها، وبالتالي التي تستخدم بمرونة كافية كلما تطلب الموقف الضاغط". **(الأحمد و رجاء، 2009 :23).**

ويرى **سبيلبرجر Spelbeger** أيضا أساليب المواجهة بأنها " عملية وظيفتها خفض أبعاد المنبه الذي يدركه الفرد على أنه مهدد".

ويعرفها كل من **لازاروس وكوهن(lazarus& cohen)** على أنها "أي جهد يبذله الإنسان للسيطرة على الضغوط".

ويشير **جودج (judge, 1992)** إلى أن المواجهة " عملية موجهة وجهود واعية تهدف إلى حدوث استجابات صحيحة تكيفية للفرد".

ويرى **ويبر(Wiber ,1995)** أنها " آليات سلوكية ومعرفية تتخذ لتخفيف أو تبديل، أو تخضع خبرة الضغط النفسي لسيطرة الفرد". **(شريف، 2003: 65).**

وحسب **تايلور(Taylor ,1999)** تعرف المواجهة بأنها سلسلة من التفاعلات بين الفرد وما لديه من مصادر، قيم، والتزامات البيئة المعنية بما فيها من مصادر ومتطلبات، وقيود، وعليه فإن عملية المواجهة ليست فعلا يتخذه الفرد لمرة واحدة ثم ينتهي، بل هي مجموعة من الاستجابات المتواصلة التي تحدث عبر الزمن، والتي يؤديها الفرد في البيئة المحيطة ويتأثر بها. **(Taylor , 1999: 204)**

ويرى **سعد الأمارة** بأنها " المحاولة التي يبذلها الفرد لإعادة اتزانه النفسي والتكيف مع الأحداث التي أدرك تهديداتها الآنية والمستقبلية". **(الأمارة، 2001: 2).**

ويقصد أيضا بأساليب المواجهة والتعامل" تلك الجهود الصريحة التي يقوم بها الفرد لكي يسيطر على، أو يحد من، أو يدير، أو يتحمل مسببات الضغط التي تفوق طاقاته الشخصية".

(بوزازوة، 2001: 78).

ومنه فإن لفظ أساليب المواجهة للدلالة على التخطيط الجيد والذي يعتمد عليه لمواجهة الظروف الصعبة وينطلق جوهر التفكير على المنهجية العلمية المحددة بدقة لمواجهة المشكلات، وتبحث عن الوصول إلى النتائج الجيدة وتعمل على التفضيل في الحلول المقترحة لحل المشكلات.

كما تضيف **(طبي،2006 :65)** تعريف المواجهة **Coping** حسب **معجم علم النفس في الطب النفسي،** أنها سلسلة من الأفعال وعمليات التفكير التي تستخدم لمواجهة موقف ضاغط أو غير سار وفي تعديل استجابات الفرد في مثل هذه المواقف، واللفظ عادة يتضمن الأسلوب المباشر لمعالجة المشكلات في مقابل استخدام الحيل الدفاعية. واللفظ يطلق على الأساليب التي تصمم لمعالجة مصدر القلق، عكس الحيل الدفاعية التي تتوجه لمعالجة القلق مباشرة وليس مصدره.

من خلال تحليل المفاهيم السابقة لأساليب المواجهة، على أنها عبارة عن مجهودات لتخطي الخطر أو القلق، إذ أن أساليب المواجهة هي عبارة عن تأمل وترتيب يدخل فيها جانب الوعي أو الشعور، وأحيانا اللاشعور في اتخاذ قرارات الاختيار بين البدائل، كما أنها قابلة للتعديل والتغير في ظل ظروف وشروط معينة.

تعتبر أساليب **المواجهة Coping** هي الوحيدة الخاصة بالضغوط، ومنه يمكن تعريفها على أنها جهود واعية واختيارية قصد تنظيم الانفعال، المعرفة، السلوك، الفسيولوجيا والبيئة كاستجابة لأحداث الحياة الضاغطة. كل هذه العملية مرتبطة بنمو الفرد البيولوجي المعرفي والانفعالي. إذاً المستوى النمائي للفرد يحدد لنا مصادر وأنواع المواجهة التي يستخدمها.

2-2- النظريات المفسرة لأساليب المواجهة:

رغم أن مفهوم المواجهة يعد مقارنة بالمفاهيم النفسية مفهوم جديد إلا أن هناك مجموعة من النظريات حاولت تناول هذا المفهوم وتعددت تعاريفه من عالم لآخر كما رأينا من قبل وذلك تبعا للتوجهات النظرية التي ينتمي إليها كل واحد منهم، حيث تعتبر النظرية هي المنبع الأساسي لهم. وسنتناول فيما يلي بعض هذه النظريات وفق مقاربات تقليدية تحاول التأسيس للمفهوم وبناءه ووفق مقاربات حديثة لا زال أثرها على أدبيات البحث.

الاستناد إلى **النموذج الفطري** يحدد مفهوم المواجهة كاستجابة سلوكية فطرية مثل الهروب أو التجنب ناجم عن الخوف والمواجهة، أو الهروب الناجم عن الغضب والمعيار الأساسي لنجاح المواجهة عند الحيوان يتمثل في بقائه حيا. ويرى **والتر كانون (Walter canon,1932)** (في نظرية المواجهة أو الهروب **Fight or Flight Theory**) أن الكائن الحي يستطيع مقاومة الضغوط عندما يتعرض لها بمستوى منخفض، أما الضغوط الشديدة أو طويلة الأمد، فيمكن أن تسبب انهيار الأنظمة البيولوجية التي يستخدمها جسم الكائن الحي في مواجهة تلك الضغوط.

ويعد كانون أول من استخدم مصطلح الضغوط النفسية ، إذ وصف البشر والحيوانات بأنهم واقعون تحت تأثير الضغوط وذلك من خلال ربط الضغوط بتجاربه المختبرية في الهروب ورد

فعل الهرب وذلك من خلال من ملاحظة رد فعل الغدة الكظرية والجهاز العصبي السمبثاوي في مواقف البرد أو الحاجة إلى الأوكسجين .

وقد أطلق عليها أيضا اسم الاستجابة الطارئة حيث يرى أن تلك الاستجابة تجعل الكائن الحي أما أن يواجه الموقف الضاغط ويتصدى له وإما أن يتجنب هذا الموقف ويهرب منه .

ويشير كانون الى أن الكائن الحي يستطيع مقاومة الضغوط عندما يتعرض لها بمستوى منخفض، إلا أن الضغوط الشديدة أو الطويلة الأمد يمكن أن تسبب انهيار الأنظمة البيولوجية التي يستخدمها الكائن الحي في مواجهة تلك الضغوط وبذلك وصف كانون الأسلوب الذي يتم من خلاله محافظة أجهزة الجسم المختلفة للكائن الحي بطريقة آلية على وسط متوازن إلى حد بعيد ولأجل البقاء في حالة توازن(**Equillibrium**).

إذن رد فعل الجسم لمتطلبات الضغوط يقود الجسم للاستجابة للتحديات التي يسببها الضغط، إمّا بالمواجهة أو البحث عن إستراتيجية انسحاب ملائمة، وذلك لأن جسم الإنسان قد خلق مهيّأ لمواجهة التّحديات إمّا بالتحفّز أو التوقف. فالضغط استجابة لإعادة توازن الجسم، وبالتالي تستند نظرية " كانون" إلى مفهوم الاتّزان الذي يعبّر عن فعالية الجسم من أجل المحافظة على استقرار خصائصه الأساسية، ويمثل مفهوم الاتّزان العامل الأساسي في قدرة الإنسان والحيوان على مقاومة العوامل الضاغطة. **(وفاء، 2010)**

كذلك في حديثه عن تطور الأجناس **تشارلز روبرت داروين(Charles Robert Darwin)** ، و أخذ بها في العديد من العلوم الأخرى حتى الإنسانية، بما فيها علم النفس وتعتمد هذه النظرية على الاهتمام بمجموع السلوكات التي تؤدي إلى الحفاظ على الحياة والجنس البشري، ومنه يمكن القول أن المواجهة هنا هي مجموع السلوكات التي يقوم بها الفرد للحفاظ على حياته.

وإذا وجهنا البحث نحو نمائية الأداء والسلوك فان الاتجاه النمائي ينظر للمواجهة على أنها نتيجة من نتائج تراكم المعارف، والإمكانات والتجارب الشخصية للإنسان طيلة حياته. إذ أنه من مرحلة إلى أخرى يكتسب مكتسبات جديدة، تساعده على التصرف في الطرق التي يواجه بها مشاكل الحياة وضغوطاتها، حيث تساعد تجارب الإنسان الجديدة للفرد على تقويم الوضع الذي هو فيه، أو المشكلة التي يواجهها، وبالتالي القدرة على التصدي لها بشكل أو بآخر.

في حين عمل **التحليل النفسي** منذ نشأته على تحديد وفهم الضغوط و أشكال المواجهة، حيث يميز التحليليون بين الشعور بالقلق الموضوعي الذي يعتبر هو ردة فعل معقولة لمواقف مؤلمة والقلق السلبي يعتبر كمثير داخلي ناتج عن صراعات غير منطقية وغير محددة ومصحوب بالخطر الحقيقي. وقد اعتقد فرويد بأن القلق السلبي يمكن إيقاظه بواسطة الصراعات غير الشعورية داخل الأفراد، وبشكل خاص الأشكال اللاشعورية منها، ولمواجهة الصراع سميت وسائل الدفاع الأولية حيث تعد آليات الدفاع من المنظور التحليلي، ومن أهم استراتيجيات التعامل ومقاومة الضغوطات النفسية حيث يرى **سيجموند فرويد Sigmund Freud** الذي أدخل مفهوم الدفاع للمرة الأولى في 1894 إذ يرى أن العصاب والذهان ما هي إلا عبارة عن شكل من أشكال فشل أو سوء المواجهة، حيث الناس يلجئون إليها لحماية أنفسهم وتساعدهم على معالجة الصراعات والإحباطات، وقد اعتقد فرويد بأن القلق السلبي يمكن إيقاظه بواسطة الصراعات غير الشعورية داخل الأفراد، وعلى الخصوص بين الذين يعانون من مشاكل جنسية و عدوانية، وآلية التحكم بها وبما تصطدم بالأنا والأنا الأعلى والعديد من الرغبات تقف أمام تهديدات الآخرين، لأنها على نقيض من شخصيتهم أو قيمتهم الاجتماعية. وبالتالي فهي أساليب عقلية لا شعورية تساعد على خفض التوتر والقلق حين مواجهة المعلومات، وتشتمل عملية المواجهة حسب هذه النظرية على

سلسلة من الاستراتيجيات التي تتطور انطلاقا من ميكانيزمات أولية غير ناضجة إلى ميكانيزمات ناضجة، واعتبر فرويد الكبت من أهم عوامل ووسائل ميكانيكية الدفاع اتجاه الضغوط، وفي الكتب أو الإخضاع تكون الذكريات والتأثيرات مرعبة جداً أو مؤلمة، ومستثناه من الوعي والإدراك المحسوس أو الوعي والذكريات التي تهيج الخجل، والذنب والاكتئاب تعتبر عوامل الضغط و يعتبرها فرويد غالباً تكبح ويعتقد فرويد أن كبح بعض عوامل الضغط من مشاعر ورغبات، ومخاوف يتم في الطفولة، وأن الكبح نادراً ما يكون ناجحاً كلياً والذين يعانون منه تبرر لديهم أمراض مثل الشريان التاجي، والسرطان ويؤكد يونغ على أن الضغط النفسي كمسبب للأمراض الاضطرابات النفسية، أنه ناتج عن الطاقة التي هي مع الإنسان بالفطرة وهذه الطاقة تنتج عن سلوكيات فطرية وتطورها خبرات الطفولة مما يكون شخصية المستقبلية وسلكوه المتوقع وإذا ما واجه الإنسان أنواعاً من الصراعات النفسية الداخلية نتيجة ضغوط حياتيه مختلفة ويتغير السلوك المتوقع حدوثه وهو ما يسمى بالمرض النفسي الناتج عن الضغوط الذي يحتاج إلى علاج. **(يحيى ندى، 1998)**

ونستخلص من الأفكار الأساسية لدراسة المواجهة من هذه الوجهة أن الدفاع وما يرتبط به من علاقات، هو عبارة عن آليات تحمي الأنا من الصراعات، ويمكن لهذا الصراع أن يتكون من مطالب وطموحات غير محققة داخل الجهاز النفسي، وبالتالي فالمواجهة مظهر دفاعي ووقائي يستعمله الفرد للحيلولة بينه وبين تجاربه المؤلمة.

في حين يقر بعض العلماء بدور سمات الشخصية في أساليب المواجهة، وتعتبر سمة شخصية وأن بعض الخصائص الثابتة للشخصية مثل الحساسية المرهفة، أو التحمل تعد الفرد

لمواجهة الضغط بطريقة ما، غير أنه لم تثبت الفرضية القائلة أن الفرد يسلك دائما بطريقة مماثلة مهما كان الحدث.

في حين يعتبر **الاتجاه الاجتماعي** كل موقف سلوكي بالنسبة للإنسان، هو موقف اجتماعي في حقيقته سواء كان هذا فرد أو جماعة من الناس، إذ أن تواجد الإنسان مع شخص آخر يكون له تأثيرا على كيفية سلوكه واستجاباته، وتحديد الوظائف السيكولوجية إزاء المواقف الاجتماعية فهي تؤثر فيما تتعلمه وكيف تتعلمه. كيف ندرك ونحكم على البيئة والأحداث، وأكثر تحديدا في كيفية تصورنا للأحداث وفي الكيفية التي نصفها بها وفي دوافعنا والطريقة التي بها تتوافق ومطالب الحياة.

وفي اللغة التي نعبر بها عن مشاعرنا اتجاه الآخرين، والطريقة التي نخبر بها عن الاستجابات الانفعالية، ونعبر عنها، إذ توصل الباحثون الاجتماعيون في دراستهم حول أساليب المواجهة الفردية والجماعية، إلى أن الفرد عند إحساسه بالنقص يسلك اتجاهين متعاكسين يتمثلان في: تقبل أو رفض الواقع وينعكس ذلك من خلال استراتيجيات متعلقة بدرجة طموح الفرد، وقدراته ونذكر من بين هذه الأساليب:

الهروب: التجنب التام وعدم الاتصال بموضوع القلق.

التطابق: توافق الفرد منع القيم الاجتماعية.

التعويض: هو إدخال عوامل جديدة وفرضها في الجماعة بغرض جعلها تحظى بالقبول.

سد العجز: محاولة للوصول إلى مستوى الآخرين بتأكيد الذات. **(طبي، 2006: 113)**

مهما حاولت النظريات والمقاربات السابقة إعطاء نظرة وتصور عام لمفهوم أساليب المواجهة، إلا أن لها محدودية وإغفال عن خصائص يتميز بها السلوك التكيفي تجاه الضغوط، وهذا ما جعل نظرية كل من **لازاروس وزملائه (Lazarus et al, 1984)** تفسر مفهوم مواجهة الضغوط (بداية من إدراك الحدث الضاغط مرورا بعمليات التقييم ومنتهية بأساليب المواجهة ونواتجها.) وفيها تم التركيز على أن المواجهة عبارة عن عملية تبادلية (تفاوضية) تحدث بين الفرد والبيئة، مع التركيز على عملية **التقدير(التقييم) Appraisal** أكثر من التركيز على الخصائص الشخصية للفرد.

حيث تطرق **(لازاروس وفوكمان، 1984)** إلى نوعين أساسيين من أساليب المواجهة الأحداث الضاغطة أو المهددة للذات وهما:

- **المواجهة المتمركزة على الانفعال:** وهي تشير إلى الجهود التي يبذلها الفرد للتعامل مع الانفعالات السلبية الناتجة عن مصدر التهديد، ومحاولة تقليلها ولكن دون حل للمشكلة.

- **المواجهة المتمركزة على المشكلة:** وهي تشتمل على الاستراتيجيات التي تتعامل مع مصدر التهديد نفسه. غير أن "**لازاروس وفولكمان**" يفترضان أن استخدام الفرد لأي من النوعين السابقين، إنما يعتمد على تقييمه وتقديره للحدث الضاغط والذي يرتكز على ثلاثة تقديرات مختلفة وهي:

- **التقدير الأولى (المبدئي) Primary Appraisal:**

خلاله يتم تفسير الحدث على أنه إيجابي، أو على أنه حدث ضاغط، وقد يكون التقدير الأولى سلبيا وضاغطا، ويسبب ضررا أو تهديدا أو تحديا يفوق إمكانات الفرد، وعادة ما يصاحب التقدير

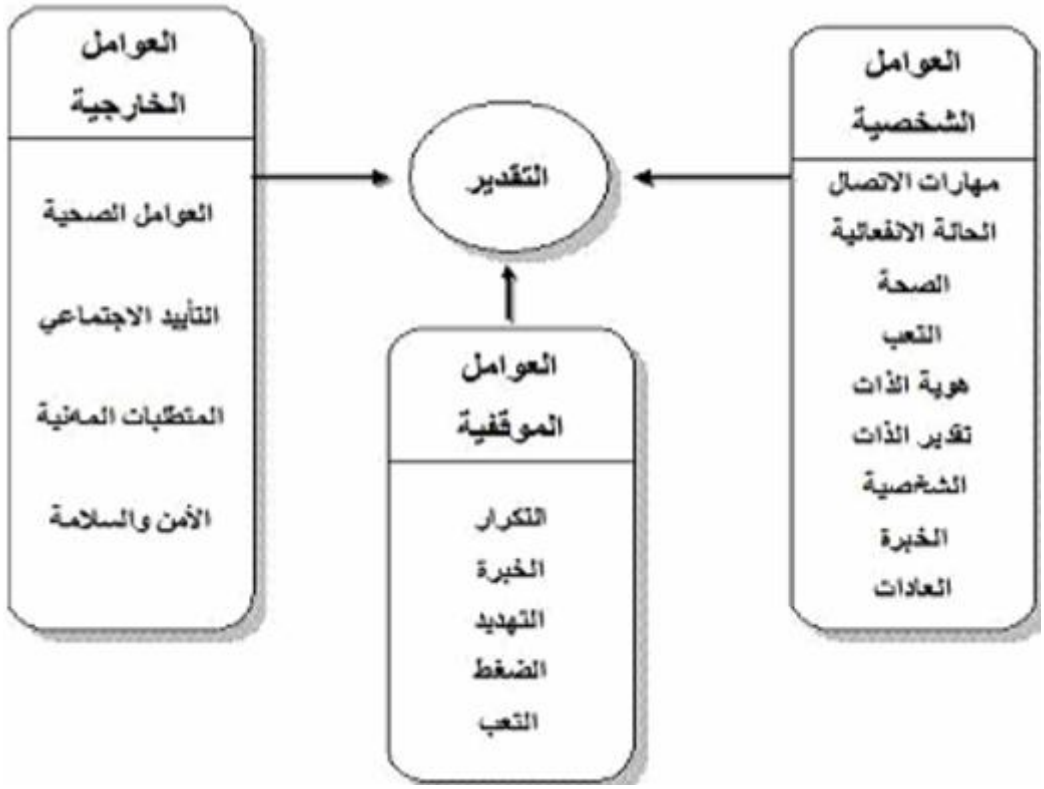
السلبي انفعالات سلبية أيضا كالغضب والخوف والاستياء. ويتأثر التقدير الأولى بنوعين من العوامل هما: العوامل الشخصية (كالمعتقدات...) والعوامل الموقفية كطبيعة الضغط أو التهديد، وما إذا كان الحدث الذي يتعرض له الشخص مألوفا له أو جديدا عليه وما هي احتمالات حدوثه، والوقت المتوقع فيه وإلى أي درجة من الوضوح أو الغموض تبدو نتيجته المتوقعة.

- التقدير الثانوي Secondary Appraisal :

ويقصد به تقييم مواجهة الحدث الضاغط، وتتأثر هذه العملية بقدرات وإمكانات الفرد البدنية (صحة الفرد وطاقته وقدرته على التحمل)، والاجتماعية (شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد وحجم المساندة المتاحة والمقدمة له)، والنفسية (معتقدات الفرد، مهارات، حل المشكلات، تقدير الذات، الروح المعنوية ..)

-عملية إعادة تقدير (المواجهة) Reappraisal (coping) :

وهي العملية التي من خلالها يعيد الفرد تقييم كيفية إدراكه ومواجهته للضغوط حيث يطور من استراتيجيات مواجهته للضغوط، أو يستمر في هذه الإستراتيجيات وفقا لمدى إدراكه لنفعها، وعلى سبيل المثال إذا أدرك الفرد أن لديه استجابة المواجهة المناسبة فإنه يعيد النظر في تقديره للحدث الضاغط، وينظر إليه على أنه أقل مما قدره، وقد يدرك الفرد أن استجابة المواجهة أقل فعالية وكفاءة مما هو متوقع، وحينئذ يعيد تقديره لمستوى التهديد مرة أخرى، أو يعيد النظر في استجابة المواجهة ويبحث عن استجابة أكثر ملائمة للتهديد.



الشكل رقم (02): يوضح المراحل التي يمر بها الفرد عند مواجهة للموقف الضاغط حسب نظرية التقدير المعرفي للازاروس. (عثمان، 1999: 100).

أشارت معظم التصنيفات إلى الانقسام بين المواجهة المتمركزة حول الانفعال والمواجهة المتمركزة حول المشكل كما اقترحها **لازاروس وفولكمان (1984).**

وقد قام **ثواستس (Thoists,1986)** باقتراح مصفوفتان، تتضمن مواجهة متمركزة حول المشكل، مقابل مواجهة متمركزة على الانفعال في بعد واحد، واستراتيجيات مواجهة سلوكية مقابل استراتيجيات مواجهة معرفية في بعد آخر **(جمعة،69:2007)** ونظرا إلى كون تصنيف **لازاروس وفولكمان** هو أكثر التصنيفات تداولا، ولأن صنفي المواجهة في هذا القسم، هما أكثر استعمالا جعلنا هذا نتعرض له بشكل مفصل كالتالي:

-المواجهة المتمركزة حول المشكل:

يهدف هذا النوع من المواجهة إلى التعامل مع المشكلة التي تسبب الضغط وفيها يسعى الفرد إلى تغير الموقف مباشرة، بغرض تعديل أو استبعاد مصدر الضغط، وكذلك التعامل مع الآثار الملموسة للمشكلة. ويأخذ هذا النوع من المواجهة أشكالا تتمثل في:

- **البحث عن المعلومات أو طلب النصيحة:** أي البحث عن معلومات أكثر حول الموقف.

- **اتخاذ إجراء حل المشكلة:** وتشمل إعداد خطط بديلة واتخاذ تصرف محدد للتعامل مع الموقف..

- **تطوير مكافأة أو إثباتات بديلة:** أي تغير أنشطة الفرد وإيجاد مصادر جديدة للرضا. **(عبد الرحمان.1999،ص315).**

حيث أن هذا التصنيف يعتمد على الجانب المعرفي في كيفية تناول المعلومات وجمعها حول الظاهرة المراد التعامل معها، ثم ضمان حرية التصرف برصيد المعلومات كل حسب تصوره وإدراكه للموقف، وهذا يتوقف على المعلومات المنتقاة والمدركة مما يسمح للفرد بالحصول على إمكانية تغير الوضعية التي هو بصدد مواجهتها، والتخفيف من حدة الضغط الناجم عنها.

كما أنها تركز حول التعديل المباشر للعلاقة بين(الفرد والبيئة) وبهذا السبب تعرف المواجهة بأنها: "تنظيم العلاقة بين الفرد والبيئة التي قد تكون مصدر إحداث الضغط لدى الفرد، وكذلك عن طريق جهود تبذل لتحسين علاقة الفرد بالبيئة".

- **المواجهة المتمركزة حول الانفعال:** هذا النوع من المواجهة مفيد في المواقف التي تتجاوز قدرة الفرد على ضبطها والتحكم فيها، ومن ثم لا يمكن تغيرها من أساليب مناسبة لحل المشكلة، وهذا النوع من المواجهة يأخذ أشكالا متعددة منها:

التنظيم الوجداني: مثل الضبط الانفعالي، معايشة الانفعالات والتعامل معها، وعدم الانشغال بالانفعالات المتصارعة.

التقبل المذعن: كالانتظار بعض الوقت مع توقع الأسوأ، وتقبل الموقف كما هو والإقرار بأن لا شيء يمكن عمله والاستسلام للقدر.

إن هذه العملية تتضمن الاعتراف بغياب إستراتيجية فعالة لحل الموقف، وعلى الفرد محاولة التوافق مع ما يحيط بالمشكلة من توترات انفعالية.

التفريغ الانفعالي: يدخل فيه الأساليب المشتملة على التعبيرات الكلامية والبكاء والتدخين، وزيادة الأكل، والانغماس في أنشطة اندفاعية موجهة إلى الخارج.

الإنكار: هو نشاط يسعى خلاله الفرد لتغيير المعنى الذاتي للحدث الضاغط، بتجاهل خطورة الموقف بل ورفض الاعتراف بما حدث. وربما تتيح هذه العملية فرصة الحصول على معلومات إضافية حول الموقف، إلا أن إنكار الفرد للواقع قد يخلف مشكلات أخرى يصعب بعدها التحمل والمواجهة، خاصة في حالة تجارب الضاغطة الطويلة المدى وعلى العكس قد تكون هذه الإستراتيجية فعالة للتخفيف من حدة الانفعال في حالة التجارب الضاغطة القصيرة الأمد.

* **العلاقة بين أساليب المواجهة المركزة حول حل المشكل والمركزة حول الانفعال:** يمكن لشكلي أساليب المواجهة المركزة حول حل المشكل والمركزة على الانفعال أن يسهلا عمل بعضهما البعض، كما يمكن أن يعيق كل منهما عمل الآخر وقد بين **نيللر (Niller,1980)** أن هذا التفاعل من خلال المثال التالي والمتعلق بمعاناة امرأة من القلق والتوتر الشديدين، كلما صعدت خشبة المسرح لتقديم عرضها، وقصد التغلب على الشعور بالقلق لجأت إلى التنفس بعمق، والعمل

على تهدئة نفسها شيئا فشيئا، باستخدامها لهذه الإجراءات تنتقل إلى استخدام أشكال التعامل المركزة على المشكل كإمعان النظر جيدا في محتويات العرض، واسترجاعها في ذاكرتها ثانية، ثم عرضها وهي الشيء الذي سهل عليها الخروج من وضعية ضاغطة. **(عثمان.2001،ص101)**.

وفي نفس المجال وقصد توضيح العلاقة المتبادلة بين التعامل مع الضغط النفسي المركز على المشكل، والأساليب المركزة على الانفعال والتي تسهل فيها كل منهما عمل الأخرى يضرب **ماكاني (Mchanie,1962)** مثال آخر حول طالب يعاني من مستوى عال من القلق والتوتر، حينما يكون بصدد إجراء امتحان مصيري، كيف أن هذه الدرجة من القلق العالي تبدأ بالتلاشي والانخفاض التدريجي. بمجرد اهتمام الطالب وانتباهه لينصب لإجراء الامتحان، ويتضح لنا من خلال هذا المثال أن الانتقال من استعمال الاستراتيجيات المركزة على الانفعال إلى الاستراتيجيات المركزة على المشكل وحله في التخفيض من هذه التوتر الانفعالي. والتباين لنوعي التعامل أن يعرقل كل منهما الأخر قدم **بريزنيتز (Breznitez,1971)** مثالا يتعلق بالشخص الذي يكون حديث العهد بتشخيص مرض يعاني منه، إذ يتجه هذا الشخص نحو جمع المعلومات وتقييمها مصرا على ذلك ويساهم اكتسابه لتلك المعلومات المتعلقة بمرضه، في ازدياد نسبة الشك لديه بخصوص خطورة حالته، ويضخمها كما يرفع من درجة القلق لديه ويزيد من حدة التوتر الانفعالي مما يدفعه إلى أن يلجأ إلى أساليب معينة كالتجنب.

وبصفة عامة الأساليب المركزة حول حل المشكل والأساليب المركزة حول الانفعال هما متكاملتان ومكملتان لبعضهما، بحيث أن الفرد الواحد يستعمل أسلوب ما بدرجة كبيرة من الأخرى. وتعمل هذه الأساليب على التأثير في المشكل سلبا وإيجابا، وتفاعل الأساليب بهدف دائما الفرد من خلاله الوصول إلى حالة من التكيف حتى وإن استعان بالهروب من الوضعية، لعدم القدرة على

التأثير فيها وهذا كله دون أن ننسى دور الضغط. هذا الأخير له دور في تحقيق التوافق والتكيف، وبالتالي للوصول إلى الراحة النفسية والجسدية، وباستعمال كل أنواع المواجهة الممكنة بصفة تفاعلية تبعا للمشكل وخصائصه، فلا يوجد أسلوب أفضل من الأخر وإنما تفاعلها هو الذي يحدد عملها المتكامل.(**عثمان.2001: 102**).

من هذا يمكن اعتبار أن هذا النوع من المواجهة يكون جيدا أو فعالا في الإنقاص من الضغط، إذا كان الحدث أو المشكل الذي يثير المواجهة حدث لا يمكن التحكم فيه فعلا أو نادرا ما نستطيع التحكم فيه.

2-3-خصوصية أساليب المواجهة خلال مراحل النمو (طفولة-مراهقة):

تعقيبا على مفهوم المواجهة والنظريات المفسرة نجد أن مجمل البحوث المطبقة في ميدان الضغوط وأساليب المواجهة، تتعامل مع الموضوع مع جميع الفئات العمرية على سواء، في حين كان من الأجدر إعطاء بعض الخصوصية للفئات العمرية الصغرى.

تشير دراسة **ابتير (Apter, 1982)** إلى أن الأطفال عرضة لتأثير التجارب العنيفة التي تواجههم، لأنهم ليس لديهم أساليب دفاعية محددة، كما هي لدى البالغين لمواجهة الحوادث التي تهددهم، لذا يختلف رد الفعل النفسي عند الأطفال عن ردود البالغين تجاه هذه التجارب **(Apter, 1982: 46).**

خصوصية مراحل النمو الأولى إزاء أساليب المواجهة لفت انتباه **كومباس وزملاؤه (Compas et al 1987)** الذي أجرى بحثا مكثفا حول مواجهة الضغوط في مرحلة الطفولة

والمراهقة، واستعرضوا كيف يمكن تطبيق أدبيات المواجهة Coping مع البالغين على بيانات الطفولة والمراهقة، وقد رسمت بثلاثة اعتبارات لنقل نظرية المواجهة لدى البالغين إلى الأطفال.

بما أن الأطفال يعتمدون اعتمادا كبيرا على البالغين للبقاء على قيد الحياة، فإن علاقاتهم الاجتماعية مع البالغين يجب النظر فيها بطريقة أو بأخرى. وبعبارة أخرى، فإن أهمية الموارد الاجتماعية للأطفال والمراهقين، بحاجة إلى التأكيد فيما يتعلق بقدرتها على التكيف نظرا لوضعها المعالج.

يجب أن تفهم آليات المواجهة للطفل في سياق الاستعداد النفسي والبيولوجي لمواجهة الضغوط. على سبيل المثال مزاج الطفل يعد أمرا بالغ الأهمية في تحديد فعالية أساليب المواجهة. وغالبا ما تم تحديد المزاج كمتغير وسيط لكفاءة المواجهة.

إن استعداد الطفل لمواجهة الضغوط، وتقييمه بشكل صحيح، تعتمد على حالة التطور المعرفي. وهذا يجعل التعميمات المتعلقة بالطفولة أكثر تعقيدا من البالغين، لأنه عادة ما يكون للبالغين في مجال البحوث مستوى نمو معرفي مماثل. ولذلك فإن أي مناقشة لعملية المواجهة لدى الأطفال يجب أن تؤكد على أهمية هذه المتغيرات من الناحية النظرية، هناك مجال لهذه الاعتبارات في نموذج البالغين في الضغط والتكيف. نموذج البالغين ليس فقط نموذج الكبار، ولكن نموذج يهدف إلى ضم جميع الأفراد. وكما أن للبالغين مستويات مختلفة من الموارد الاجتماعية والنفسية المتاحة للمواجهة، كذلك الأطفال ينبغي النظر إلى حقيقة أنهم أطفال، وفهم مستوى الموارد التي يشكلونها لمواجهة الضغوط.

من المهم في دراسة الضغوط وأساليب المواجهة بالنسبة للأطفال والمراهقين أن نأخذ بعين الاعتبار معطيات النمو عند تفسير بيانات البحث والنتائج.

من المهم التمييز بوضوح بين ردود الفعل التلقائية والانعكاسية وأساليب المواجهة الهادفة، التي يقوم بها الأطفال. على سبيل المثال دور مثل هذه السلوكيات كالبكاء تحتاج إلى تحديدها في عملية المواجهة خاصة مع الأطفال الصغار. وهذا التمييز صعب في دراسة كفاءة وهدفية أساليب المواجهة.

التعبير عن حدث أو مثير على أنه ضاغط، هو في حد ذاته من أساليب التعامل مع الضغوط لدى الأطفال الصغار. وبالتالي الخلط بين الضغوط وجهود المواجهة. فمثلا في دراسات **(إينسورث و ويتيغ، Ainsworth& Wittig, 1970)** عندما يظهر الطفل الصغير حالة الضيق في غياب أمه، هي في حد ذاتها أسلوب مواجهة وتعبير عن الحالة، لذا لا بد لها من تفسير خاص في البحوث. فإن طريقة سيرورة العمليات الإدراكية للأطفال لتفسير وفهم أسباب وعواقب الضغوطات المختلفة ليست واضحة في البحث. هذا يعد قيد مهم في العمل على أساليب المواجهة التي تجرى مع الأطفال.**(Trabulsy, 1994: 37)**

2-4- قياس أساليب المواجهة الخاصة بالأطفال والمراهقين:

نحاول من خلال هذا العنصر حصر أهم أدوات قياس أساليب مواجهة الضغوط الخاصة بالأطفال والمراهقين على نطاق واسع من بحوث**(Compas, 1987) (Bruce E. Compas, 2001) (E.E.F, 2011)** قسمها حسب الأدبيات التي تم الاطلاع عليها إلى: استبيانات (تقرير ذاتي/تقرير الوالدين)، مقابلات، أدوات الملاحظة وهي موضحة في الجداول التالية:

2-4-1-الاستبيانات:

الجدول رقم (01): يوضح أهم وأكثر استبيانات أساليب المواجهة استخداما مع الأطفال والمراهقين.

صاحب وعنوان الاستبيان	خصائص العينة المستهدفة	نوع الضغط	الشكل العام	الثقل السيكومتري
Ayres, Sandler, West, & Roosa (1996) Children's coping strategies Checklist (CCSC) and How I Coped Under Pressure Scale (HICUPS)	-تقرير ذاتي العمر=9الى13	أسلوب المواجهة العام	52 بند	ألفا كرونباخ 0.43 / 0.88
Austin Patterson,& Huberty(1991):Coping Health Inventory for Children	-تقرير الوالدين -أطفال يعانون من الصرع أو الربو العمر=8الى12	مرض مزمن	25 بند	-ألفا كرونباخ 0.85/0.77 -التطبيق وإعادة التطبيق 3/2 أسابيع 0.91/0.57 عدد العينة 74

Brodzinsky et al.(1992):Coping Scale for Children and Youth	تقرير ذاتي العمر=10الى 15	تلاميذ يقرون بضغط الأشهر القليلة الماضية	29 بند	-ألفا كرونباخ 0.81/0.7 -التطبيق وإعادة التطبيق 1 أسبوع 0.82/0.70 - ارتباط دال مع مقياس Kidcope
Connor-Smith. Compas Wadsworth Thomsen, & Saltzman :Resonses To Stress Questinnaire.(RSQ)	-تقرير ذاتي+تقرير الوالدين - العمر=13إلى 18	ضغوط الأقران+ اقتصادية+ مشاكل عائلية+ ألام باطنية	57 بند	-ألفا كرونباخ 0.92/0.37 -التطبيق وإعادة التطبيق 2/1 أسبوع 0.81/0.69
Spirito, Stark,&Williams (1988) : Spirito, Stark,	تقرير ذاتي العمر= 12الى	مجال خاص لكتابة نوع	10 بنود	التطبيق وإعادة التطبيق أقل من 1

Gil,& Tyc (1995): Kidcope	18	الضغط المتعرض له في الآونة الأخيرة+ مرضى داء السكري		أسبوع 0.83/0.41 أكثر من 10 أسابيع 0.43/0.15.

2-4-2- المقابلات:

الجدول رقم (02): يوضح أهم وأكثر مقابلات أساليب المواجهة استخداما مع الأطفال والمراهقين.

صاحب وعنوان المقابلة	خصائص العينة المستهدفة	نوع الضغط	الشكل العام
Altshuler & Ruble (1989)	العمر=5 إلى 11	توقع الوضع الافتراضي من الأحداث المرغوبة والمخاوف	مقابلتين من 30 الى 45 دقيقة تتمحور حول وضعيات افتراضية تستعجل استجابات مفتوحة ونوعية تتركز حول أسلوبي حل المشكلة

			والانفعالي
Compas, Malcarne, & Fondacaro(1988)	العمر= 10 الى 14	يختار التلاميذ ضغوط مرتبطة بعلاقاتهم وضغوط أكاديمية	يصف التلاميذ نوع الضغط ثم يقييمونه على سلم من 5نقاط ثم يكتبون لائحة من كل الاستجابات الممكنة والتي يستخدمونها حاليا.
O'Brien Margolin, & Jhon (1995): Children's Marital Conflict Coping Strategies Interview	العمر= 8الى 11	العنف اللفظي والجسدي بين الوالدين	يطلب من الطفل أن يصف الجدال اللفظي والجسدي بين الوالدين ومن ثم سبر اقتراح مفتوح لأكبر عدد من الاستجابات.
Weisz, Mc Cable, & Dennig (1994)	العمر= 5 إلى 12 أطفال مرضى سرطان الدم	سرطان الدم	يطلب من الطفل اقتراح أكثر من 3 استراتيجيات مستعجلة ويحاول أن يرتبها على سلم من

			5 نقاط

2-4-3- أدوات الملاحظة:

الجدول رقم (03): يوضح أهم وأكثر أدوات الملاحظة لأساليب المواجهة استخداما مع الأطفال والمراهقين.

اسم وصاحب الأداة	خصائص العينة المستهدفة	نوع الضغط	الشكل العام
Alshuler, Genevro, Ruble, & Bornstein (1995): Modification of Procedure Behavior Rating Scale	العمر= 5 إلى 11	خضوع لعملية جراحية	ملاحظة سلوكات الأطفال أثناء فترة انتظار 30/15 دقيقة داخل غرفة الجراحة
Bachanas & Blount (1996): Behavioral Approach-Avoidance and Distress Scale	العمر= 3 إلى 7	اللقاح التحصيني	تسجيل فيديو لاستجابات مواجهة الضغط على سلم من 5 نقاط على خمسة مراحل (دخول إلى غرفة، شرح الإجراء، إعداد، حقن، النقاهة).
Bakeman,Manne & ,Jacobsen, Redd (1993)	العمر= 3 إلى 9	بزل الوريد	تسجيل فيديو فترة المواجهة للضغط على ثلاث مراحل

			(التحضير، إدراج الحقنة، الانتهاء)

من خلال استخدام مقاربات تقييم الأساليب التي يتعامل بها الأطفال والمراهقون مع الضغوط: استبيانات التقرير الذاتي، والمقابلات شبه موجهة، وملاحظات السلوك، وبدرجة أقل، تقارير أخرى هامة (الآباء والمعلمين والأقران). نجد أن الأدوات الحالية اختلفت في قياس أساليب المواجهة المحددة والأبعاد الممثلة وفي اتساع نطاق التقييم، مع بعض الاستجابات التي تستهدف ضغوط محددة وغيرها التي تقيس نمط المواجهة العام. وتختلف درجة تقييم الخصائص السيكومترية تباينا واسعا، تتراوح بين الاستبيانات المستخدمة في دراسة واحدة فقط مع عدم وجود بيانات الصدق والثبات (الثقل السيكومتري) التي ثبتت موثوقيتها وهياكل العوامل المؤكدة عبر عينات متعددة. والعدد الكبير من أدوات القياس يجعل من الصعب دمج النتائج عبر الدراسات ومناقشة مزايا وعيوب كل أداة على حدا.

حسب "كومباس" فان الإشكال يكمن في استخدام أدوات القياس المناسبة، والاختبارات والتصاميم البحثية لدراسة الضغط وأساليب المواجهة لدى الأطفال والمراهقين. ومن الواضح أن الأدوات التي تم بناؤها دون النظر في الخصوصية البيولوجية، النفسية. والخصائص الاجتماعية والنمائية للأطفال تعتبر ذات قيمة محدودة، ونتاجا لفكرة الفروق الفردية والخصائص النمائية دورا في إقحام مجال القياس في موضوع أساليب المواجهة والاستعانة بعدد معتبر من أساليب القياس الخاصة بالموجهة للأطفال والمراهقين، ونلاحظ هذا الكم من المعتبر من أدوات القياس الذي لا يزال العمل على تطويره ومواكبته مجريات أحداث الحياة المعاصرة وخصائص ونوعية الضغط.

(Compas, 1987)

خلاصة

إن أساليب المواجهة متعددة الأبعاد. وقد أبرزت التطورات الأخيرة في وضع تصور للمواجهة في مرحلة الطفولة والمراهقة. وقد أثبتت دراسات عديدة أن نماذج بسيطة نسبيا من البعد الواحد للمواجهة لا تفرق على نحو كاف بين مختلف أنواع ووظائف أساليب المواجهة الأخرى. وعلى وجه التحديد، فإن النماذج التي تضمنت فقط التمييز بين المواجهة التي تركز على حل المشكل والتي تركز على الانفعال وتلك التي تركز على المواجهة والتجنب لا تعكس بشكل تام أساليب المواجهة للأطفال والمراهقين بحيث هذه الأبعاد المستخدمة على نطاق واسع هي غير قادرة على تحديد التنوع والتعقيد في تعامل الأطفال والمراهقين مع الضغوط، بل ويمكن أن تخفي الاختلافات الهامة في طبيعة ووظيفة المواجهة في هذه المرحلة.

إلى جانب هذا نجد أن مفهوم وقياس أساليب المواجهة لدى الأطفال والمراهقين قد تطور إلى درجة أن الدراسات أصبحت تميز استجابات المواجهة على أحد هذه الأبعاد الواسعة. وفي وضع أنماط فرعية أساليب للمواجهة ضمن إطار نظري لأن النماذج النظرية للمواجهة أبرزت أهمية الأبعاد العريضة المتعددة، والفئات المحددة أو الأنواع الفرعية من المواجهة التي تختلف في شكلها ووظيفتها.

ومنه يمكن تصور أساليب المواجهة ضمن نموذج متدرج للاستجابات للضغوط الذي يتضمن أبعادا من الدرجة الأولى، وتعمل بعض المقاربات في تحديد الأبعاد التي توفر نموذجا أكثر قابلية للتمثيل والقابل للتطبيق على المواجهة خلال مرحلة الطفولة والمراهقة المتأخرة؛ ومع ذلك فإن الأبعاد الأكثر ملائمة التي تعكس أساليب المواجهة في مرحلة الطفولة المبكرة لا تزال غير محددة.

على الرغم من وجود درجة من التشابه بين هذه الدراسات السابقة والأدبيات النظرية هناك حاجة إلى مزيد من العمل على تحديد أبعاد قوية ونظرية ذات مغزى والتي تميز أساليب المواجهة خلال مرحلة الطفولة والمراهقة.

نلاحظ من زاوية الأدوات والمقاييس أنه قد تم إحراز تقدم في تحديد صدق وصحة بعض أدوات القياس لدى الأطفال والمراهقين في تقييم الأساليب التي يتصدى بها الأطفال والمراهقون للضغوط؛ بيد أن التقدم في قياس أساليب المواجهة لدى الأطفال الأصغر سنا قد تخلف عن الركب. وقد وضعت عدة قوائم مرجعية للتقرير الذاتي التي تمتلك ثقل سيكومتري كافي، وتشير بعض البيانات الأولية إلى أن التقارير الذاتية للمراهقين، وربما الأطفال هي تصريحات صحيحة لأساليب مواجهتهم للضغوط.

ومن الواضح أن الثقل السيكومتري أقوى بالنسبة للمقاييس الأوسع نطاقا، والتي تشمل أعدادا أكبر من العناصر من المقاييس المحددة التي تتألف من عدد قليل نسبيا من العناصر وبالمثل، فقد أحرز تقدم في تطوير المقابلات الموجهة و النصف موجهة لتقييم المواجهة. فقد بذل جهد في تطوير أدوات متابعة التي تنطوي على تقارير من مصادر أخرى (الآباء والمعلمين أو الزملاء) أو الملاحظات المباشرة التي أدلى بها المراقبون والمدربون.

الفصل الثالث

النمو في مرحلة الطفولة والمراهقة

تمهيد.

1-مفهوم النمو.

2- مفاهيم وقضايا أساسية في النمو.

3-النمو في مرحلتي الطفولة والمراهقة.

3-1- مرحلة الطفولة Childhood.

3-1-1- مفهوم الطفولة

3-1-2-الخصائص النمائية لمرحلة الطفولة.

3-2- مرحلة المراهقة Adolescence.

3-2-1 مفهوم المراهقة

3-2-2 الخصائص النمائية لمرحلة المراهقة

خلاصة.

تمهيد:

تقوم دراسة الفرد في مراحل نموه المتتابعة على نتائج البحوث العلمية القائمة على الملاحظات والتجارب العلمية، وتتناول هذه البحوث دراسة سلوك الفرد ونموه الطبيعي في إطار كل من العوامل الوراثية، والعضوية والبيئية وأساليب التوافق الاجتماعي والانفعالي.

من هنا تتضح معالم دراسة النمو في علم النفس وأهميته في نطاق المنهج النمائي لعلم الصحة النفسية، خاصة إذا ما اقترن بالدراسة والكشف والتحليل لعوامل وأساليب التوافق والتكييف في المراحل العمرية المبكرة.

انطلاقا من هذا التمهيد سنقوم في هذا الفصل النظري وفق متطلبات البحث الميداني بتحديد مفهوم للنمو، والكشف عن أهم القضايا الأساسية فيه، وأخيرا نتطرق إلى النمو في مرحلة الطفولة والمراهقة وفق النظريات المفسرة لخصائص ومتطلبات النمو في كل جانب من جوانب النمو لكل مرحلة.

1- مفهوم النمو:

تشير المراجعة الأدبية للكتب حول الموضوع، إلى أن هناك اختلافا بين الدارسين والباحثين المهتمين حول التسمية الأكثر ملائمة لظاهرة النمو، ولعل السبب وراء ذلك يعود إلى عدم الإجماع على ترجمة مصطلح **(Development)**، حيث نجد أن بعض الباحثين يستخدم مصطلح النمو، في حين يستخدم آخرون مصطلح التطور، بينما يستخدم فريق آخر مصطلح الارتقاء، لذلك نجد اختلافا في الإشارة إلى العلم في حد ذاته مثال علم النفس النمو، علم النفس التطور، علم النفس الارتقاء.

يدرج (**أبو جادو، 2007: 23**) جملة من تعاريف بعض العلماء مثل **اليزابيت هيرلوك** (**Hurlock ,1980**) النمو باعتباره سلسلة من التغيرات المتقدمة (**Progressive changes**) التي تحدث نتيجة لعاملي النضج (**Maturation**) والخبرة (**Experience**)، وكما يرى **فان دائيلي** (**Van Daele**) فان النمو يتضمن تغيرا نوعياً؛ فهو لا يقتصر فقط على زيادة عدد سنتيميترات أو غرامات في الطول أو الوزن أو تحسناً طفيفاً في إحدى قدراته، انه عملية شديدة التعقيد تسعى للوصول إلى حالة من التكامل بين العديد من الأبنية (**Structurers**) والوظائف (**Fonctions**) عند الإنسان.

وترى **هيرلوك** أن هناك عمليتين ضروريتين ومتناقضتين تحدثان عند الإنسان عبر حياته هما: النمو (**Development**) والضمور (**Atrophy**) وكلاهما تبدءان عند الإنسان منذ لحظة الإخصاب، عندما يكون الطفل جنينا في بطن أمه وتنتهيان بالموت. وبطبيعة الحال فان النمو يكون مسيطرا وسائدا في السنوات الأولى من عمر الإنسان، بالرغم من أن التغيرات ذات الطابع الضموري تحدث حتى في الحياة الأمبريونية –الجنينية– (**Embryonic life**)،

وفي الجزء الأخير من حياة الإنسان تسيطر عملية الضمور، بالرغم من أن النمو لا يتوقف، فعلى سبيل المثال يستمر الشعر في النمو وتستمر عملية استبدال الخلايا، وكلما تقدم الإنسان في السن فان بعض أجزاء الجسم والعقل تتغير بشكل يقل أو يزيد عن غيرها من الأجزاء.

وفي نفس السياق يرى **كونجر** (**Konger, 1979**) أن النمو يشير من الناحية السيكولوجية إلى جملة التغيرات التي تحدث عند الإنسان أو الحيوان منذ لحظة الإخصاب وحتى الوفاة. وينطبق هذا المصطلح على التغيرات المنتظمة التي تستمر لفترات طويلة نسبياً، أما التغيرات المؤقتة الناجمة عن المرض على سبيل المثال فلا تعتبر نمواً، ويشير علماء نفس النمو إلى أن النمو يتضمن تلك

التغيرات التي تحدث على وجه الخصوص في المراحل المبكرة من حياة الإنسان، والتي تعتبر بشكل عام تقدماً نحو الأفضل، وتعتبر كذلك سلوكات أكثر تكيفاً وتنظيماً وفاعلية وذات مستوى أفضل.

أما **(السيد،1956: 05)** فيعرف النمو على انه سلسلة متتابعة متماسكة من تغيرات تهدف إلى غاية واحدة، هي اكتمال النمو، فالنمو بهذا المعنى لا يحدث فجأة، ولا يحدث خبط عشواء، بل يتطور بانتظام خطوة اثر خطوة، ويسفر في تطوره هذا عن صفات عامة تحدد ميدان أبحاث علم النفس النمو.

و يعرف **(أبو علام، 1986)** النمو على أنه سلسلة من العمليات التي يتقدم من خلالها الكائن الحي بشكل منتظم ومتماسك نحو تكامل البناء والوظيفة، ويبدو النمو واضحا في الحياة المبكرة أكثر من وضوحه في مراحل الحياة المتقدمة، كما تختلف سرعته في كل مرحلة باختلاف العوامل المؤثرة فيه، وتختلف الكائنات الحية من حيث سرعتها في النمو.

في حين يذكر **(زهران، 1977 :11)** أن النمو هو سلسلة متتابعة ومتكاملة من التغيرات تسعى بالفرد إلى اكتمال النضج واستمراره وبدء انحداره، وهو العملية التي تتفتح خلالها إمكانيات الفرد الكامنة، وتظهر على شكل قدرات ومهارات وصفات وخصائص شخصية.

ويرى أن للنمو مظهرين أساسيين هما:

- **المظهر التكويني:** ويعني به نمو الفرد في الحجم والشكل والوزن والتكوين، نتيجة لنمو طوله ووزنه وارتفاعه، فالفرد يتطور ككل في مظهره الخارجي العام، وينمو داخليا تبعا لنمو أعضائه المختلفة.

- **المظهر الوظيفي:** ويعني به تطور الوظائف الجسمية والعقلية والاجتماعية، لتساير تطور حياة الفرد واتساع نطاق البيئة التي يعيش فيها.

خلاصة القول أن النمو يشير إلى تغيرات منتظمة أو شبه دائمة في بنية الفرد وسلوكه منذ لحظة الإخصاب إلى الوفاة. فقد تكون في صورة تقدم كما هو الحال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة والرشد. وقد تكون على شكل تقهقر كما يحدث عند الانتقال من مرحلة الرشد إلى مرحلة الشيخوخة. هذه التغيرات العضوية التكوينية والوظيفية والسلوكية ترتبط بشكل منتظم بالعمر الزمني، وتمس كل جوانب بنية الفرد (الجسمي، الفسيولوجي، الحركي، الحسي، العقلي، اللغوي، الانفعالي، الاجتماعي، الجنسي، الأخلاقي) وهي موضحة بالتفصيل، كالتالي:

النمو الجسمي: يشمل نمو الهيكل (الجسم)– النمو في الطول والوزن– التغيرات في أنسجة وأعضاء الجسم– صفات الجسم الخاصة بنسب الجسم والشعر...الخ

النمو الفسيولوجي: نمو وظائف الأعضاء– أجهزة الجسم المختلفة مثل: نمو الجهاز العصبي وضربات القلب وضغط الدم والتنفس والهضم والإخراج ..الخ النوم– التغذية– الغدد الصماء التي تؤثر إفرازاتها في الدم.

النمو الحركي: نمو القدرات والمهارات الحركية مثل: النشاطات الحركية المختلفة وتحسين الأداء في الحركة والممارسة الرياضية والنشاطات المختلفة في الحياة.

النمو الحسي: نمو الحواس المختلفة (الحواس الخمس) والإحساسات الحشوية .

النمو العقلي: نمو الوظائف العقلية المختلفة مثل الذكاء العام والقدرات العقلية، والعمليات العقلية العليا كالإدراك والحفظ والتذكر والانتباه والتخيل والتفكير والابتكار والتحصيل...الخ

النمو اللغوي: اكتساب القدرة على الكلام وتنمية الرصيد اللغوي.عدد المفردات ونوعها، طول الجمل، المهارات اللغوية.

النمو الانفعالي: نمو وتطور المشاعر الانفعالية المختلفة للوصول إلى النضج الانفعالي وتجنب سوء التوافق النفسي، والابتعاد عن مشاعر الانقباض والغضب والتقزز والخوف.

النمو الاجتماعي: التنمية الاجتماعية من خلال التنشئة الأسرية الايجابية، وتنمية مفهوم التوافق الاجتماعي لدى الفرد وإعانته على التوافق الاجتماعي، وكسب الأدوار الاجتماعية والاتجاهات الاجتماعية والقيم الاجتماعية، التفاعل الاجتماعي، القيادة، الانتماء...الخ

النمو الجنسي: نمو الجهاز التناسلي ووظيفته. التربية الجنسية لها أهميتها بالنسبة للنمو الجنسي السليم. **(زيان، 2011 :28).**

ومن خصائص النمو في الجوانب السالفة الذكر، تقدمه بشكل متناغم ومنتظم وفق **قوانين ومبادئ عامة**، هي كالتالي:

الانتقال من العام إلى الخاص: بمعنى أن تطور النمو يسير من الكل إلى الجزء، حركات الطفل في البداية تصطبغ بالصبغة الكلية، إذ يشترط معظم أعضاء الجسم في أداء حركة ما، وبتطور النمو يتخذ الأداء طابع التخصص، أي يقوم جزء معين من الجسم بالاستجابة فقط.

التفرد: لكل فرد خصائصه التي تميزه عن غيره في جوانب شخصيته، فلكل طفل فرديته وذاتيته وقدراته و"ريتم" نموه، ومنه هذا المبدأ " الفروق الفردية" يساعدنا على الكشف عن مواطن القوة والضعف بالنسبة للمتفوقين والمتأخرين في مختلف المجالات.

التسلسل: يتسلسل النمو بطريقة معينة. فالنمو الجسماني مثلا يسير من أعلى إلى أسفل أي من الرأس إلى القدم. كما يسير من الداخل إلى الخارج.

الكلية: أو كما يسمى أيضا مبدأ التداخل والتكامل حيث ينمو الكائن الحي نموا كليا، إذ لا ينمو جانب من الجوانب ثم يعقبه الآخر.

الاختلاف في السرعة: سرعة نمو الأجزاء المختلفة تختلف من فرد لأخر"التفرد"، فهناك عمليات يتلو بعضها البعض بدرجة سريعة بينما تقل درجة هذه السرعة في عمليات أخرى، إذ أن الأعضاء والجوانب الشخصية المختلفة لا تنمو بسرعة واحدة ولا بنسبة واحدة.

الاستمرارية: النمو وحدة متصلة، أي أن كل مرحلة من النمو تعتبر ممهدة للمرحلة التي تليها وعنصرا حيويا لها ولا توجد حدود فاصلة بين مرحلة والمرحلة التي تليها. **(زيان، 2011 : 12-18)**.

2-مفاهيم وقضايا أساسية في النمو:

يقول **(زهران، 1977)** أن علم النفس النمو يزخر بالمفاهيم التي تعتبر الإحاطة بها على درجة كبيرة من الأهمية، لكل من يرغب في دراسة هذا العلم واستيعاب أفكاره ومبادئه وقضاياه الرئيسية. وسوف نتعرض لهذه القضايا والمفاهيم لأهميتها في تفسير الكثير من الظواهر النمائية:

التغيرات النمائية: (Developmental changes)

تنتج التغيرات التطورية عند الإنسان بسبب التفاعل مابين العوامل الجينية والعوامل البيئية، هذا وتعتبر التغيرات الثابتة في السلوك نتاجاً لعملية التعلم، كما تعتبر التغيرات الثابتة نسبيا في الأبنية

المعرفية، وفي مهارات معالجة المعلومات، وفي عملية الترميز والتخزين والاسترجاع كذلك نتاجاً لعملية التعلم، وبالمثل فان أي تغير ثابت نسبياً في أداء الخلية العصبية هو نتاج أيضاً لعملية التعلم. في حين أن **النضج (Maturation)** ما هو إلا تحقق المخطط الجيني لكل ما يحمله هذا المخطط من برمجة تتحقق فعلا في لحظة زمنية من عمر الطفل بشكل ألي وحتمي، مل لم تتسبب ظروف أو عوامل بيئية أخرى دون حدوث ذلك.

ومنه يمكن القول أن النضج يتضمن عمليات النمو الطبيعي التلقائي التي يشترك فيها الأفراد جميعا والتي تنتج عن تغيرات منتظمة في سلوك الفرد بصرف النظر عن أي تدريب أو خبرة سابقة، أما التعلم هو التغير في السلوك نتيجة الخبرة والممارسة، ويتفاعل كل من النضج والتعلم ويؤثران معا في عملية النمو، فلا نمو بلا نضج ونمو بلا تعلم. وفي معادلة تكاملية يمكن حصر النمو في النضج زائد التعلم.

الفترة الحساسة أو الحرجة (Sensitive or Critical Period) :

تشير الفترة الحساسة أو الحرجة إلى العمر الزمني الذي يجب فيه على الفرد أن يطور مهارة معينة، و إلا فان هذه المهارة لن تتطور أبداً، وقد قام **كونراد لورينز (Konrad lorenz)** بعدة دراسات على التثبيت أو الترسيخ **(imprinting)** عند الطيور، والذي يشير إلى العملية التي يتعلم الطيور من خلالها أن أول شيء تراه بعد ولادتها هو أمها، وبمعنى أخر فإنها تثبت على أول شيء تراه مباشرة وتتخذه أماً لها. وتقترح فكرة الفترات الحرجة أو الحساسة في النمو أو التطور وجود فترات محددة من الزمن في نمو الإنسان تكون فيه الطاقة الكامنة للتطور والنمو في أقصى حدودها. **(زهران، 1977 :37)**

ويحدث الحرمان من التعلم عندما لا نتمكن من تزويد الطفل بالرعاية والانتباه المناسب، هذا وقد كرست العديد من الدراسات النمائية لتحديد الفترات الدقيقة، حيث تكون الاستشارة المعطاة أكثر فائدة وجدوى.

مطالب النمو (Developmental Tasks):

يرتبط هذا المفهوم على نحو وثيق بمفهوم الفترة الحرجة أو الحساسة في التطور، وقد حاول **أريكسون (Erikson)** في دراساته عن السنوات الأولى من حياه الإنسان أن يحدد أوقات تقريبية لبعض التغيرات الأساسية التي يتعرض لها الطفل أثناء نموه في سن الفطام وتناول الطعام العادي، ووقت التخلص من غيرة الأخوة، ووقت السيطرة على عمليات الإخراج، وأشار أيكسون في دراساته إلى ضرورة تقديم بعض المساعدات الايجابية للأطفال حتى تتحقق لهم السيطرة على هذه الأمور. غير أن المسؤول الأول عن انتشار هذا المفهوم وتحديد معالمه هو **روبرت هافجهيرست (Robert Havighurst)** ويقصد به المطلب الذي يظهر في فترة ما من حياة الإنسان، والذي إذا نجح الفرد في إشباعه بنجاح، أدى إلى شعور الفرد بالسعادة، وأدى إلى النجاح في تحقيق مطالب النمو المستقبلية، وبينما يؤدي الفشل في إشباعه إلى نوع من الشقاء وعدم التوافق مع مطالب المراحل التالية من الحياة.

المراحل النمائية (Developmental stages):

إن إحدى القضايا المهمة حول موضوع النمو، تتعلق بما إذا كان من المفروض النظر إلى النمو باعتباره سلسلة من العمليات التي تحدث عبر مراحل منفصلة **(Discontinuous)**، وقد تبنت فكرة المراحل عند الإنسان العديد من النظريات. فالأفراد يتغيرون بسرعة حيث يصعدون إلى

مستوى جديد ثم يتغيرون قليلا لفترة من الزمن مع كل خطوة جديدة، فإن الشخص يفسر ويستجيب للعالم بطريقة مختلفة نوعيا.

ويعتقد البعض الأخر من المنظرين أن النمو عملية متسلسلة و**مستمرة (Continuous)**. ينمو الأفراد تدريجيا مع إضافة كمية في أنواع المهارات.**(Berk, 2007 : 06)**

ويضيف **(أبو جادو، 2007)** و **كولومبو (Colombo, 1982)** أن الجدل قد احتدم بين المؤيدين والمعارضين لفكرة المراحل النمائية، حول وجود الفترة الحرجة في النمو التي يجب أن تتضمن مرور الفرد بخبرات معينة لتجنب إعاقة تطور الفرد قي المراحل اللاحقة. حيث يدعم مؤيدو فكرة مراحل النمو وجود فترات حرجة في النمو، في حين لا يؤيد معارضوهم ذلك. **(أبو جادو، 2007 : 39)**.

الطبع مقابل التطبع (Nature versus Nurture):

استأثرت هذه المسألة التي تعرف أيضاً بالوراثة والبيئة باهتمام عدد كبير من العلماء والباحثين، ليس فقط في مجال علم النفس النمو بل في غيره من المجالات العلمية المختلفة، ويهدف هذا الاهتمام والجدل الذي نشأ عن ذلك إلى محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس: كم من تطور الإنسان يمكن أن يعزى إلى الوراثة وكم من هذا التطور يمكن أن يعزى إلى البيئة؟ ومن الواضح في هذه الأيام أن علماء النفس النمو مهتمون في البحث عن الكيفية التي يتفاعل فيها هذين المتغيرين (الوراثة/البيئة) معاً. أكثر من اهتمامهم في تحديد أي المتغيرات أكثر أهمية. وكما يرى **سليتر وهيكنج لوس (Slater, Hacking and losse, 2003)**، فإننا جميعاً نتاج لعملية التفاعل بين متغيرين كبيرين هما: العوامل الجينية **(Genetic factors)** والمؤثرات البيئية **(Environmental influences)** فعلى سبيل المثال يرى بعض العلماء أن بني البشر

مزودون باليات لاكتساب اللغة، ولكن اللغة التي نكتسبها مرهونة باللغة أو اللغات التي نسمعها ونتعلمها، وأنه من المهم أن نلاحظ ضرورة وجود العاملين معاً لحدوث النمو.

الثبات مقابل التغير (Stability versus Change):

يعتبر الثبات مقابل التغير من الثنائيات الخلافية التي اشتد الجدل أيضاً حولها بين العلماء في مجال علم النفس النمو، ويبدو بطبيعة الحال أن المسألة لم تحسم بعد، والدليل على ذلك أن معظم المراجع ذات العلاقة بهذا الموضوع ما زالت تتناول المسألة، وتورد العديد من الدراسات البحثية التي تحاول أن تدعم المؤيدين لهذه الفرضية أو تلك.

ولعل السؤال الرئيس الذي يطرح في جوهر هذه القضية يتلخص فيما يلي: إذا استطعنا تحديد بعض الخصائص النمائية عند الفرد في مرحلة معينة من مراحل نموه، فهل سنكون قادرين على التنبؤ بخصائصه النمائية في مراحل لاحقة من عمره؟

وبعبارة أخرى: هل الخصائص النمائية التي يتمتع بها الفرد في مرحلة عمرية معينة سترافقه بقية حياته؟ أم أن هذه الخصائص لا تتمتع بسمة الثبات والاستقرار؟

وفي هذا السياق يذكر (**أبو جادو، 2007 :40**) أن **سليتر وآخرون (Slater, Hacking & Loose,2003)**، يؤكد أن الخبرات المبكرة التي يعيشها الفرد تؤثر في كل من تطوره الراهن وتطوره اللاحق، وتقترح وجهة النظر هذه أن جوانب محددة في تطور الطفل تكون مستقرة أو ثابتة، وهذا يعني أن هذه الجوانب متسقة (**Consistent**) ويمكن التنبؤ بحدوثها (**Predictable**) غبر الزمن. ويبدو الآن أن النظر إلى هذه المسألة الخلافية قد بدأ يأخذ منحى يميل إلى الاعتقاد أن النمو يتمتع بخاصيتي الثبات والتغير، فعلى سبيل المثال فان بعض خصائص الشخص كالخجل

والاستعداد للعدوانية تميل إلى أن تكون ثابتة، في حين تكون خصائص شخصية أخرى كالاستعداد لإقامة علاقات الصداقة وعدم الخوف من الغرباء والاستجابة السلبية للتغيرات في الظروف غير ثابتة.

الخبرات المبكرة مقابل الخبرات المتأخرة (Early Versus Later experiences):

ترتبط قضية الخبرات المبكرة والخبرات المتأخرة بالأهمية النسبية لفترات التطور المختلفة. والسؤال الذي يتبادر إلى الذهن في هذا الإطار هو: هل هناك مراحل أكثر أهمية من المراحل الأخرى في اكتساب أنماط معينة من المعرفة والمهارات والقدرات؟ وبعابرة ربما تكون أكثر تطرفاً: هل هناك فترات حرجة في تطور الطفل يجب إن يتعرض خلالها لأشكال معينة من المدخلات والخبرات الحسية أو الاجتماعية، كي يستمر في تطوره بشكل عادي؟

يجيب **جولدبيرج (Goldberg,1983)** حين قال "أن المستشفيات قد بدأت مؤخرا تسمح للأمهات بعد الولادة مباشرة بالاتصال عن قرب مع أطفالهن، وذلك من أجل توفير الفرصة للأمهات بتكوين رابطة قوية مع هؤلاء الأطفال. ويعود ذلك إلى افتراض مفاده إن التعلق العاطفي **(Emotional attachment)** بين الأم وطفلها الجديد لا يمكن أن ينمو بطريقة سوية و مناسبة إذا حرمت الأم من فرصة الاتصال عن قرب بوليدها الجديد في الدقائق أو الساعات الأولى التي تعقب عملية الولادة، والتي تعتبر من وجهة نظر الباحثين فترة حرجة في نمو سلوك التعلق العاطفي بين الأم ووليدها. مع ضرورة الأخذ في الاعتبار عدم وجود تأييد كبير بنتائج الدراسات التي تم القيام بها لهذه المسألة بشكل قاطع حتى الآن".

الآثار الموقفية مقابل الخصائص الفردية (Situational influences versus Individual characteristics) :

تتغير البيئات والأماكن والمواقف التي ينمو ويتطور فيها الطفل، وتتفاوت المتغيرات التي توجد في كل من هذه المواقف بطريقة كبيرة جداً، ومن المعروف أن الباحثين يقومون بدراسة الأطفال في الأماكن التي يكثر تواجدهم فيها سواء في البيت أو المدرسة أو الشارع أو الحديقة أو الملعب، أو أي مكان آخر يتواجدون فيه. و السؤال الذي يتبادر إلى الذهن ونحن نتناول هذه القضية الخلافية أيضا، يتعلق بالأثر الذي يتركه الموقف أو السياق الذي يتم من خلاله دراسة الأطفال، في طبيعة البيانات أو المعلومات التي يتم جمعها حول الأطفال في مثل هذه المواقف. و بعبارة أخرى، هل يتغير سلوك الطفل من موقف إلى أخر؟ أم أن الخصائص الشخصية لهؤلاء الأطفال هي التي تقرر أنماط سلوكهم وتجعلهم يتصرفون بنفس الطريقة في المواقف المختلفة؟ والى أي مدى نستطيع أن نصف بعض الأطفال بالصدق أو الأمانة أو الاستقلالية أو العدوانية؟ وهل تستمر هذه الخصائص مع الأطفال عند انتقالهم من موقف إلى موقف آخر بغض النظر عن النظر عن طبيعة هذه المواقف؟ وتشير مراجعة الأدب الذي كتب حول هذا الموضوع إلى أن علماء نفس النمو يختلفون فيما بينهم حول الأهمية النسبية التي يعطونها للعوامل الشخصية في مقابل المتغيرات الموقفية. وعلى أي حال فقد قام العديد من الباحثين والعلماء المهتمين بهذه القضية باقتراح حل توقيفي يقوم على تبني وجهة نظر تفاعلية **(interactionist viewpoint)** تؤكد على الدور المزدوج لكل من العوامل الشخصية والموقفية. وعلى سبيل المثال فقد تبين أن الأطفال الذين لديهم سمات شخصية عدوانية يكونون أكثر ميلا للانضمام إلى عصابات أو دورات لتعليم الكاراتيه، بحيث يجدون فرصة ملائمة بشكل أكبر لإبراز وعرض سماتهم الشخصية العدوانية. **(أبو جادو، 2007 :42)**.

العالمية الثقافية مقابل النسبية الثقافية (Cultural Universal Versus Cultural Relativism):

تعتبر هذه المسألة من القضايا الكبرى التي تشغل بال الباحثين في علم نفس التطور وخاصة في تلك المجتمعات التي تضم أنماطاً ثقافية مختلفة، كما هو الحال في الولايات المتحدة الأمريكية وغيرها من المجتمعات التي يكثر فيها المهاجرون. وفي هذا السياق يتساءل بريتشارد **(Pritchard, 1998)** عما إذا كان كل فرد يمر خلال رحلة حياته بنفس الجوانب من التطور ونفس العمليات أو المراحل، أم أن هذا النمو يتباين بين الناس وفق ثقافاتهم المختلفة. ويرى "بريتشارد" أن الاختلافات الثقافية والأسرية أو العائلية يمكن أن تؤثر في عملية النمو، وأن عملية النمو أكثر تعقيداً مما يبدو.

ويذكر **هيذرنجتون وبارك (Hetherington & Parke, 1993)** أن الأطفال الذين تتم تربيتهم في مزرعة في الصين أو غابة في إفريقيا أو قرية في البيرو لديهم أنماط مختلفة من الخبرات، مقارنه بتلك الخبرات التي تتوافر لدى أطفال يقضون طفولتهم في إحدى المدن في الولايات المتحدة الأمريكية.

في حقيقة الأمر يختلف علماء نفس النمو في تقييمهم لأهمية المتغيرات الثقافية في النمو، فبعضهم يرى أن قوانين النمو عالمية وغير مرتبطة بالقوانين الثقافية، ويمكن تطبيقها في مختلف أنواع البيئات الثقافية. في حين يرى آخرون أن المواقف الثقافية التي يتربى فيها الأطفال لها أثر عميق في القوانين التي تحكم عملية النمو. وبين هذين الفريقين يوجد فريق ثالث يرى أن النمو والتطور بين الناس وبغض النظر عن الثقافة التي ينتمون إليها يحدث بنفس الترتيب، ولكن الذي يختلف هو النسبة التي يتقدم فيها الأطفال من بيئة ثقافية إلى أخرى. **(أبو جادو، 2007 :42)**.

3- النمو في مرحلتي الطفولة والمراهقة:

مفهوم مراحل النمو قد تطور بصورة منطقية من مبادئ النمو التي سبق الإشارة إليها, ووفقًا لهذه المبادئ فإن الوليد البشري ينمو في طريقة خاضعة لنظام وترتيب معين، ولقد تمكن الباحثون من تحديد مراحل مميزة إلى حد ما تتصف بأنماط سلوكية معينة، كما أن استكشاف الجوانب والمظاهر الواسعة للسلوك أدى بالسيكولوجيين إلى عمل تعميمات عن أنواع سلوكية يمكن أن نتوقعها من الكائن الإنساني في أعمار زمنية مختلفة، ولقد أشار بعض الباحثين أن مفهوم المراحل النمائية يصبح أكثر جدوى عند استخدامه ليس فقط لنمط سلوكي معين، ولكن لتدوين مجموعة مترابطة موحدة من السلوك يكون مرتبطا بمستوى عمر زمني معين؛ على هذه المجموعة من السلوك على أنها بمثابة بناء كامل يمكن أن يقارن بأي عينات منفصلة من السلوك، وثمة مثال لذلك ما نراه في مجموعة من الأنماط السلوكية التي ترتبط مع الطفولة أو المراهقة.

كما أننا نستخدم مفهوم المراحل النمائية، لكي تمدنا بوصف لنتائج التغيرات المتوقعة كلما تقدم الوليد البشري في عمره الزمني، فمثلا مفهوم المراهقة يحضر إلى الذهن نمط خاص من الأنماط السلوكية، فالمراهقة تعني بالنسبة لمعظمنا الأنماط السلوكية المرتبطة مع النمو الجنسي، وكذلك بتحقيق استقلال أكبر من المنزل والأبوين وبالوقت المتزايد الذي يقضى خارج المنزل مع الأصدقاء وهكذا, فالمرحل النمائية تبنى أساسًا على معدل الأنماط السلوكية للشخص العادي، أي ما يصدر من أنماط سلوكية لدى أغلب الأفراد في أي عمر زمني معين، كما أنها تستخدم كنوع من إيجاز ما يحدث للأفراد في فترة معينة من نموهم، بالإضافة إلى أنها تفيد في تخطيط الخبرات التعليمية المناسبة لكل مرحلة زمنية معينة. **(الأشول، 2008 : 83)**.

النموذج النظري أداة منهجية لشرح وتفسير الظواهر والعلاقات القائمة بينها، ولكل نموذج جهازه المفاهيمي ومبادئ تفسيرية توضح العلاقة بين الظواهر والمتغيرات. وتعتبر النظرية مرحلة أخيرة في تحليل المعطيات المتعلقة بمجال معين وهي تقوم بوظيفة اختصار مختلف المراحل والمعطيات، التي مر منها البحث العلمي في تفسير ظاهرة معينة. كما تقوم بإنشاء أنساق تفسيرية أو شبه تفسيرية بكيفية ملتحمة ونسقية.

لذا نجد أن علم النفس النمو قد قطف في القرن التاسع عشر ثمار نظرية **جان جاك روسو (Jean-Jacques Rousseau, 1712-1778).** المتطورة المتعلقة بالطفل وتربيته، فالطفل "**الجنة المفقودة**" بالنسبة للراشدين أصبح كائناً غالياً مدللاً محبوباً في الطبقات الاجتماعية التي تتمتع باليسر، أما في الطبقات الأدنى فكان الأطفال منذ سن السابعة يعملون في المصانع والحقول، كما لا يزال يحصل في الكثير من مجتمعاتنا.

وانبثق في القرن العشرين علم النفس العلمي. ويعتبر هذا القرن قرن الطفل أفضل وجه وذلك أيضا بالإعلان العالمي لحقوق الطفل عام 1959. وقد أدت الأبحاث في علم النفس بالإضافة إلى التحسن في وضع الطفل، إلى ظهور نظريات نمو الكائنات الحية والى اختلاف النظرة إلى صغار الإنسان. **(سليم، 2002 :35)**

نظرا للتعقيدات الكبيرة والعمليات والمؤثرات المتداخلة التي تنطوي عليها عملية التطور الإنساني، فقد اختلفت وتباينت الأطر المرجعية لدراستها، ونتج عن ذلك ظهور العديد من جوانب الاتفاق والاختلاف بين الباحثين، فظهرت العديد من النظريات التي حاولت دراسة النمو الإنساني وتفسير التطور منها نظريات التحليل النفسي، التعلم، الإنسانية، المعرفية، الايثنولوجية، الايكولوجية.بعضها ذات أصول نفسية، في حين كان البعض الآخر ذات أصول اجتماعية أو

بيولوجية أو ثقافية. كلها حاولت تفسير كل مرحلة نمائية وفق خصوصياتها و متطلباتها من كل جانب من جوانب النمو و هذا ما سيتم حصره من خلال العنصر القادم النمو في مرحلتي الطفولة والمراهقة.

3-1- مرحلة الطفولة Childhood :

يشتمل نمو الطفل على مختلف التغيرات المتتابعة التي تخص قدرات الطفل الجسمية والفكرية والوظيفية والانفعالية ليستمر إلى مرحلة يكمل فيها النضج. ومع بداية الشيخوخة يتلاشى عمل الخلايا ويتلاشى معه النمو ليأخذ طابع الخطوات التراجعية التي تضعف قوة الجسم ليصبح بالتدريج أقل مقاومة للعوامل الخارجية.

3-1-1 مفهوم الطفولة:

الطفل لغة: جمع أطفال؛ أي الصغير، ومؤنثه طفلة، والطِّفل بكسر الطاء: المولود أو الوليد حتى البلوغ **(الزيات و مصطفى، 1985 :560)**، ويمكن أن يقال أيضا في اللغة العربية إن كلمة الطفل تعني الصغير من كلّ شيء، الصبي يدعى طفلا حين يسقط من بطن أمه إلى أن يحتلم، وكذلك أول الليل طفل وأول النهار طفل والوقت قبيل غروب الشمس أو بعد العصر إذا أفلت الشمس للغروب. ولفظ الطفل يطلق على الحدث أو الصبي النشء أو صغير السن.

الطفل اصطلاحا:

جاء في الموسوعة العربية العالمية أن الطفل:"شخص يتراوح عمره بين 18 شهرا و 13 سنة، والطفل بالتحديد هو ذلك الشخص الذي لم يبلغ سن الرشد بعد" **(عبد الله، 2003 :29)**.

يعرّف كافيه الطفولة: " بأنها المرحلة التي يَمرّ بها الكائن البشري من الميلاد إلى سنّ الثانية عشرة تقريباً، وهي مرحلة تتميز بالنمو السريع للفرد في جوانبه جميعاً، وتبعاً لذلك نجد أنها مرحلة تتسم بالمرونة والقابلية للتربية والتعليم، وفيها يكتسب الطفل الاتجاهات والعادات والمهارات العقلية والاجتماعية والبدنية". **(كافيه، 1988 :20)**.

وعرف على أنه " كل انسان لايزيد عمره على أربعة عشر عاماً" **(البكري، 2003)** ومن خلال هذه التعريفات نجد أن الطفولة مفهوم انساني دون باقي المخلوقات، كذلك هي المرحلة التي تمتد من الميلاد الى سن البلوغ وقسمها علماء النفس والتربية، وتبعا لهذا الأساس يقسم النمو إلى المراحل الاتية:

1 . مرحلة ما قبل الميلاد: من الإخصاب إلى الولادة (9 شهور)

2. مرحلة المهد: من الولادة وحتى نهاية الأسبوع الثاني.

3 . مرحلة الرضاعة: من نهاية الأسبوع الثاني إلى نهاية السنة الثانية.

4 . مرحلة الطفولة المبكرة: من السنة الثانية حتى السنة السادسة.

5 . مرحلة الطفولة المتوسطة: من6 الى 9 سنوات.

6. مرحلة الطفولة المتأخرة : من (9 . 11) للإناث، ومن (9 . 12) للذكور. (زيان، 2011، ص26)

* الدراسة الحالية تعمد في نتائجها ووفق أدبيات البحث إلى تفسير مرحلة الطفولة من 7 إلى 12 سنة، وهي حسب الأساس النفسي التربوي وكذلك البيولوجي تتراوح بين الطفولة المتوسطة

والمتأخرة ومنه سنعمد من خلال هذا الجزء الخاص بنظريات النمو إلى تفسير خصائص وحاجات ومتطلبات مرحلة الطفولة المتوسطة والمتأخرة، حسب كل مجالات النمو الجسمي، الحسي الحركي، اللغوي، الاجتماعي، الجنسي، الأخلاقي.

3-1-2-الخصائص النمائية لمرحلة الطفولة (6 إلى 12 سنوات):

يهتم الطفل في هذه المرحلة بالتعبير عن ذاته ويشبع رغباته، وتساعد المدرسة فتح شهيته لاكتساب الخبرات الجديدة، التي تزيده نموا لتوكيد ذاته. وعلى الرغم أن الأطفال يشتركون في مجموعة من الخصائص العامة إلى أن هناك فرقا كبيرة عند الأطفال فيما يتعلق بنموهم الجسمي والعقلي والاجتماعي والديني. ويمكن تحديد الفروق في سلامة أو ضعف البنية الجسمية، وفي السمات النفسية المتعلقة بالفروق المزاجية، والانفعالية والفروق المتعلقة بمستويات الذكاء، والفروق الاجتماعية المرتبطة بالمستوى الثقافي والاجتماعي الاقتصادي و بالتوافق الأسري.

النمو الجسمي مظاهره وخصائصه:

تعتبر هذه المرحلة العمرية مرحلة نمو بطيء من الناحية الجسمية، ويقابله النمو السريع للذات.

في هذه المرحلة تتغير الملامح العامة التي كانت تميز شكل الجسم في مرحلة الطفولة المبكرة، وتبدأ الفروق الجسمية بين الجنسين في الظهور. يصل حجم الرأس إلى حجم رأس الراشد ويتغير الشعر الناعم إلى أكثر خشونة.

أما عن الطول فنجد في منتصف هذه المرحلة العمرية أي سن 8 سنوات يزيد طول الأطراف حوالي 50 % ، بينما طول الجسم نفسه يزيد بحوالي 25 % فقط، ويزداد الطول بنسبة 5 % في

السنة، بينما يزداد الوزن 10 % في السنة. يكون الذكور أطول قليلا من الإناث، بينما ينزع الجنسان إلى التساوي في الوزن في نهاية هذه المرحلة، وتتساقط الأسنان اللبنية وتظهر الأسنان الدائمة، يبلغ طول الطفل في سن 6 سنوات ونصف 117.5 سم ووزنه 20.8 كغ ، أما في سن 9 سنوات، يصل إلى 130.0 سم ووزنه يبلغ 26.3 كغ. **(بشناق، 2010 : 85)**.

تعتدل النسب الجسمية **بعد سن 9 سنوات** وتصبح قريبة الشبه عند الراشد، وتستطيل الأطراف، ويتزايد النمو العضلي، وتكون العظام أقوى من ذي قبل. ويتتابع ظهور الأسنان الدائمة ويقاوم الطفل المرض بدرجة ملحوظة، ويتحمل التعب، ويكون أكثر مثابرة، يشهد الطول زيادة 5 % في السنة، وفي نهاية المرحلة يلاحظ طفرة في نمو الطول، ويشهد الوزن زيادة 10 % في السنة. تبدو هنا الفروق الفردية واضحة، فلا ينمو جميع الأطفال بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبيا في الطول والبعض الآخر في الوزن. ويكون نصيب الذكور أكثر من الإناث في النسيج العضلي، ويكون نصيب الإناث أكثر من الذكور في الدهن الجسمي، كما تكون الإناث أقوى قليلا من الذكور في هذه المرحلة فقط. وتلاحظ في هذه المرحلة زيادة الإناث عن الذكور في كل من الطول والوزن، ويبدأ ظهور الخصائص الجنسية الثانوية لدى الإناث قبل الذكور في نهاية هذه المرحلة. **(بشناق، 2010 : 95)**.

النمو الحركي مظاهره وخضائصه:

يزداد نمو التآزر بين العضلات الدقيقة، التآزر بين العين واليد وتزداد مهارة الطفل في التعامل مع الأشياء والمواد، وتزداد أهمية مهاراته الجسمية في التأثير على مكانته بين أقرانه، وعلى تكوين مفهوم ايجابي للذات، ويتقن الطفل تدريجيا المهارات الجسمية الضرورية للألعاب الرياضية المناسبة

للمرحلة، ويتضح ذلك من خلال العمل اليدوي الذي يقوم به الطفل والألعاب الفردية والجماعية الحركية. والرياضية المختلفة التي تتضح فيها المهارات الحركية. **(عجاج، 2008 : 56)**.

في المرحلة من 9 إلى 12 سنة يزداد النشاط الحركي للطفل بحيث لا يستطيع هذا الأخير العمل لمدة طويلة دون حركة، لذلك ينصح إن تكون البرامج المدرسية بالنسبة لأقسام السنوات الأولى، مرتبطة بالخبرات التي تثير دافعية ورغبة الطفل في التعلم.

تزداد قوه النشاط الحركي وطاقته ويؤدي ذلك إلى ظهور أنماط النشاطات الحركية المتطورة، كما يزيد وينمو التوافق الحركي وتزداد الكفاءة اليدوية. يزداد النشاط الرياضي المنظم عند الجنسين ويميل الذكور إلى اللعب الذي يحتاج إلى الطاقة والقوة في حين تختار البنات النشاطات الأكثر تنظيما ومرونة. **(زيان، 2011: 81)**

النمو الحسي مظاهره وخصائصه:

في هذه المرحلة ينمو البعد الحسي عند الطفل، وذلك من خلال المكتسبات الجديدة التي يبدأ الطفل في تحقيقها عن طريق تطور علاقاته مع المحيط الخارجي. ولا سيما مع المحيط المدرسي وما يوفره من إمكانات لتطوير الخبرات السابقة ودعمها بتجارب جديدة. أن ما يوفره المحيط المدرسي من تجارب من شانه أن يساهم بقدر كبير في النضج الحسي- الحركي الذي يسهم في بروز التفكير ومن بين مظاهر النمو الحسي في هذه المرحلة:

- ينمو الإدراك الحسي بحيث يصبح الطفل قادرا على إدراك البعد الزماني والمكاني، كما يدرك في سن السابعة من العمر الفصول الأربعة، ويستطيع ضبط أربع نقاط على ورقة خالية من السطور.

- ينمو السمع ليقترب شيئا فشيئا من النضج.

- يزداد التوافق البصري ويزداد أدراك المسافات الطويلة، وتتطور القدرة العددية ويستطيع حل بعض المسائل الحسابية.

- تنمو كذلك حاسة اللمس والشم والذوق. **(زيان،2011 :75)**.

يتطور الإدراك الحسي وخاصة الإدراك الزمني، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية. ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة، فشعور الطفل بعام الدراسي يستغرق مده أطول من شعور طالب الجماعة، ويشعر الراشد والشيخ أن الزمن يولي مسرعا. وفي هذه المرحلة أيضا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة.

ويزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره (قراءة أو عملا يدويا) بدقة أكثر ولمدة أطول من ذي قبل.

وتتحسن الحاسة العضلية باطراد حتى سن 12 سنة، وهذا عامل مهم من عوامل المهارة اليدوية.

ويشير حامد زهران إلى أهمية رعاية هذا الجانب والتي تتمثل في:

– أهمية الوسائل السمعية والبصرية لأنها ذات فائدة بالغة في العملية التربوية.

– أهمية النماذج المجسمة التي تتيح للطفل الإدراك البصري واللمسي.

– رعاية النمو الحسي للطفل بصفة عامة والعناية بالمهارات اليدوية أيضا.**(يوبي، 2015 :41)**.

النمو المعرفي مظاهره وخصائصه:

وتُسمَّى مرحلة **العمليات المادية concrete operations** بمرحلة التفكير المنطقي المحسوس، أو بمرحلة المفاهيم الحسيَّة، يستخدم "**بياجيه**" مصطلح العمليات لوصف النشاطات العقلية التي تشكل نظاما معرفياً، ويستطيع الطفل في هذه المرحلة ممارسة العمليات العقلية التي تتسم بالقدرة على التفكير المنطقي، إلا انه يلاحظ أن هذه العمليات العقلية مازالت مرتبطة بالخبرات المادية الملموسة **(concrete experiences). (أبو جادو، 2007: 162)**

يضيف **(عبد المعطي و قناوي، 2001)** أنه في أثناء مرحلة العمليات المحسوسة، يحقق الطفل فهمًا لثبات خواص الكتلة، والوزن والحجم، ويسيطر على مجموعة بالغة المرونة من الاستجابات لمواجهة المتطلبات البيئية. إن الإجراءات العقلية للطفل تشتمل الآن على الانعكاسية، والقدرة على مواجهة أكثر من بعد واحد" الارتفاع والاتساع مثلًا، ومفهوم النوعية. كما أنه يحقق أيضًا القدرة على ترتيب المثيرات تبعًا للطول, وبالتالي يستطيع أداء واجبات التسلسل. علاوة على ذلك، فإن قدرة الطفل على استيعاب المزيد من الرموز التجريدية مما يدل على تقدّم ملحوظ. وعند قرب نهاية مرحلة العمليات المحسوسة، يصبح الطفل قادرًا على تناول مسائل الانتقالية. وتتميز مرحلة العمليات المحسوسة بأنها الفترة التي يبدأ فيها الأطفال بإظهار فهم ناضج للعالم. ويبدءون في إدراك أنَّ باستطاعتهم حل كثير من المسائل باستخدام التفكير المنطقي وعن طريق القياسات. ويقل اعتماد الطفل على الصفات التصورية، ويزداد اعتماده على المفاهيم الرمزية.

ويمكن تلخيص خصائص هذه المرحلة في:

- القدرة على القيام بالعمليات الاستنباطيَّة والاستنتاجيَّة.
- مرتبطة بالأشياء الحسيَّة، فيظهر مفهوم الاحتفاظ هنا في الكميات والأعداد.

– التقليل من التفكير المتمركِز حولَ الذات، التفكير حولَ بُعْد واحد، فهذه المرحلة تجعل الطفل يدرك الأشياءَ مِن أكثرَ مِن بُعْد، ومنه الانتقال من اللغة المتمركزة حول الذات إلى اللغة ذات الطابع الاجتماعي.

– نمو مفهوم التصنيف، وما يتطلَّبه من عمليات التسلسُل، أو تدرُّج الأشياء المتشابهة تبعًا لبُعْد معين، كالحجم أو اللَّون أو الطول، وأهمُّ منجزات هذه المرحلة هي تراكيبها المعرفية، وتتألَّف من أنظمة تشمل كلياتٍ متماسكةً من العمليات القابلة للانعكاس، والتي تمكن من إيجاد التنظيم والثبات بين الأشياء، والإحداث في العالَم المحيط، وحتى تنظيم وتثبيت الأعمال المعرفيَّة العقلية تامَّة متماسكة، وتركيب محدَّد قوي، فإنَ بياجيه يطلق عليها اسم العمليات العقلية. **(الكناني والكندري، 1992: 634)**.

إن احتكاك الطفل بالمحيط المدرسي والاجتماعي يساعدانه على تعلم الكثير من الأنماط السلوكية الجماعية واكتساب المهارات وتوظيفها في تنمية قدراته العقلية التي تزداد نمواً، يقول **كمال محمد عويضة:**" يزداد نمو الذكاء حتى سن **12** وفي منتصف هذه المرحلة يصل الطفل إلى حوالي نصف إمكانيات ذكائه في المستقبل، وتتميز القدرات الخاصة عن الذكاء والقدرة العقلية العامة. ويحب الطفل القراءة في هذه المرحلة، كما تتضح تدريجاً قدرته على الكتابة، ويستمر التفكير المجرد في النمو ويقوم على استخدام المفاهيم والمدركات الكلية ويستطيع حل المشكلات التي كانت تعترضه من قبل.. وكذلك يستطيع التقييم وملاحظة الفروق الفردية، وتظهر الفروق بين الجنسين حيث يمتاز الذكور عن البنات في الذكاء خاصة في التاسعة أو العاشرة. **(زيان، 2011 : 82)**.

هي مرحلة تفكير العمليات المجردة **(Formal Operations Stages)** لدى بياجيه، ويظهر في هذه المرحلة الاستدلال المجرد أو الرمزي، ويستطيع في هذه المرحلة معظم الأطفال وضع الفرضيات واختبارها والتعامل مع المشكلات وتطوير الاستراتيجيات المناسبة لحلها. **(أبو جادو، 2007 :162)**.

يتمكن الطفل في هذه المرحلة من إدراك المفاهيم المجردة عندما يتمكن الطفل من معرفة مفهوم العدالة والصدق، ويربط هذه المفاهيم بمواقف محسوسة، يكون قد دخل في هذه المرحلة.

ويقرِّر بياجيه أن في هذه المرحلة يتم إدراك المفاهيم السابقة في مرحلة التفكير العيني بصورة مجرَّدة، وهذا هو الفرْق بين هذه المرحلة والتي قبلها، فالمفاهيم في هذه المرحلة موجودة، لكنَّ الصورةَ التي يتمُّ التفكير بها في هذه المفاهيم تكون مختلفة. **(الكناني والكندري، 1992 : 634)**.

<u>النمو اللغوي مظاهره خصائصه:</u>

حين يبلغ الطفل السادسة يكون قد تعلم نطق 2500 كلمة وتستمر مرحلة اتِساع الحصيلة اللغوية وتنمو وتزداد الألفاظ و التعابير المعتمدة من قبل الطفل بمقدار زيادة اختِلاطه بالآخرين، وسماعه وقراءته للمفردات التي لم تعد عنده مجرد أصوات بل لها دلالتها الخاصة **(نيسان، 2009 :51)**، بحيث تزداد المفردات بحوالي 50 % عن ذي قبل في هذه المرحلة، وتعتبر هذه المرحلة مرحلة "الجمل المركبة الطويلة. بحيث لا يقتصر الأمر على نمو التعبير

الشفوي، بل يمتد إلى التعبير الكتابي فمع مرور الزمن وانتقال الطفل من صف إلى آخر، يلاحظ أن مما يساعد على طلاقة التعبير الكتابي التغلب على صعوبات الخط والهجاء.

هذه القدرة تسمح للطفل التعبير عن احتياجاته و أفكاره وأحاسيسه. و يدخل الطفل إلى المدرسة برصيد لغوي يمكنه من التأقلم مع أقرانه من نفس المستوى وتسمع هذه المرحلة مرحلة الجمل المركبة ويكون فيها النمو اللغوي أكثر تحصيلا وتعبيرا وفهما، ويشمل التعبير الشفهي والكتابي، ويتميز التعبير بالوضوح والدقة والفهم وهو يتحسن النطق. **(زيان، 2011: 76)**.

أما عن القراءة فان استعداد الطفل لها يكون موجودا قبل الإلتحاق بالمدرسة، ويبدو ذلك في اهتمامه بالصور والرسوم والكتب والمجلات والصحف. و تتطور القدرة على القراءة بعد التعرف على الجمل وربط مدلولاتها بأشكالها، ثم تتطور بعد ذلك إلى مرحلة القراءة الفعلية التي تبدأ بالجملة فالكلمة فالحرف. يلاحظ أن عدد الكلمات التي يستطيع الطفل قراءتها في الدقيقة تزداد مع النمو، كذلك أن عدد الأخطاء يقل مع الزمن. أيضا يستطيع الطفل في هذه المرحلة تمييز المترادفات واكتشاف الأضداد. وفي نهاية هذه المرحلة يصل نطق الطفل إلى مستوى يقرب في إجادته من مستوى نطق الراشد.

ويلاحظ أن الإناث يسبقن الذكر و يتفوقن عليهم، ويرجع ذلك إلى سرعة نمو الإناث خلال هذه السنوات، وربما كذلك لأن الإناث يقضين وقتا أطول في المنزل مع الكبار. **(يوبي، 2015: 36)**

تزداد المفردات ويزداد فهمها، ويدرك الطفل التباين والإختلاف القائم بين الكلمات، ويدرك التماثل والتشابه اللغوي. ويتضح إدراك معاني المجردات مثل: الكذب، الصدق، الأمانة، العدل، الحرية، الحياة والموت. وتنمو مهارة القراءة ويحب الطفل في هذه المرحلة القراءة بصفة عامة.

يستطيع الطفل قراءة الجرائد ذات الخط الصغير، يظهر الفهم والإستماع الفني والتذوق الأدبي لما يقرأ. يلاحظ زيادة إتقان الطفل للخبرات والمهارات اللغوية، إضافة لطلاقة التعبير والجدل المنطقي. في سن العاشرة يلفظ الطفل جملة من 26 كلمة، يعيد لفظ 6 أعداد، يضع 3 كلمات في جملتين. **(يوبي، 2015: 43)**.

النمو الانفعالي مظاهره وخصائصه:

تتجه الحياة الانفعالية لدى الطفل في هذه المرحلة نحو الاستقرار الانفعالي، ومع ذلك لا يمكن الحديث عن النضج العاطفي التام، كون الطفل لم يتخلص نهائيا من مشاعر الغيرة والعناد والتحدي التي تؤدي إلى استثاره انفعالاته في بعض المواقف. غير أن الاستقرار الانفعالي يغلب على مواقف الطفل عموما. **(زيان، 2011 :77)**.

يطلق فرويد على هذه المرحلة اسم مرحلة **الكمون (Latency)** من 6 إلى 11 سنة، حيث غرائز الليبيدو تتراجع، مابين السادسة وسن البلوغ يتطور الأنا الأعلى أبعد من ذلك. ويكتسب الطفل قيم اجتماعية جديدة من الكبار والأقران من نفس الجنس خارج الأسرة. **(Berk, 2007)**، يكرس وقته وطاقته للتعلم والأنشطة البدنية والاجتماعية، ويتحول مصدر اللذة من الذات إلى الأفراد الآخرين عندما يصبح الطفل مهتماً في تكوين الصداقات مع الآخرين. **(أبو جادو، 2007)**.

يتعلم الأطفال كيف يشبعون حاجاتهم بطريقة بناءة، أكثر من محاولة إشباعها عن طريق نوبات الغضب كما كان في المرحلة السابقة.

– يبدي الطفل الحب ويحاول الحصول عليه بكافة السبل، ويحب المرح، وتتحسن علاقاته الإجتماعية والإنفعالية مع الآخرين، ويقاوم بينما يميل إلى نقد الآخرين، ويشعر بالمسؤولية ويستطيع تقييم سلوكه الشخصي.

– تتغير مخاوف الأطفال في هذه المرحلة من الأصوات والأشياء الغريبة كالحيوانات والظلام، ليحل محلها الخوف من المدرسة والعلاقات الإجتماعية وعدم الأمن اجتماعيا.

– نشاهد نوبات الغضب خاصة في مواقف الإحباط. **(يوبي، 2015 :37)**.

كما تتميز مرحلة 9الى 12 سنة الإستقرار والثبات الإنفعالي ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم " مرحلة الطفولة الهادفة". ينمو الذكاء الإنفعالي الذي يتضمن مجموعة من المهارات منها: ضبط الذات والحماس، المثابرة والدافعية الذاتية. ويتعلم الطفل كيف يضبط انفِعالاته وكيف يملك نفسه عند الغضب، وكيف يحل الصراعات، وكيف يشارك الآخرين انفعاليا. **(بدير، 2010 :162)**.

يضيف (زيان 2011) من أهم مظاهر النمو الانفعالي لهذه المرحلة:

- ضبط السلوك والنفس والتحكم التدريجي في الانفعالات.
- ظهور بوادر إثبات الذات من خلال الاستقلالية عن الوالدين والاعتماد على النفس.
- رفض الأوامر والنواهي وخاصة السلوكات التعسفية إذ تقابلها سلوكات جانحة قد تصل إلى حد تناول المخدرات، والهرب من البيت ومخالطة الجماعة الجانحة.
- ظهور بعض مصادر القلق والخوف نتيجة الضغط الأسري والمدرسي. **(زيان، 2011 :83)**.

النمو الاجتماعي مظاهره وخصائصه:

تلعب المدرسة دورا هاما في عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي فهي تكمل ما قدمته الأسرة من أسس لبناء التنشئة التي تهدف إلى التوافق الدراسي والاجتماعي. يقول عبد السلام زهران: في هذه المرحلة تكون طاقات الطفل ما زالت محدودة وغير واضحة ويكون الطفل مشغولا ببديل الأم (المدرسة). ويكون اللعب جماعياً من خلاله يتعلم الطفل الكثير عن نفسه وعن رفاقه، وتكثر الصداقات ويزداد التعاون بين الطفل ورفاقة. وتكون المنافسة في البداية فردية ثم تصبح جماعية. ويكون الشجار والعدوان أكثر بين الذكور، ويقل نوعا ما بين الذكور والإناث. ويقل جدا بين الإناث. **(زهران، 1977)**.

يسمي اريك اريكسون هذه المرحلة مرحلة الإنتاجية مقابل الشعور بالدونية **(Industry Versus Inferiority)** وتكون الأزمة في الكفاءة **(Competence)** حيث يطور الأطفال القدرة على العمل والتعاون مع الآخرين. وقد يتزايد الشعور بالدونية عندما يؤدي التجارب السلبية في المنزل، أو المدرسة أو مع أقرانه إلى الشعور بعدم الكفاءة. العامل الاجتماعي المؤثر في هذه المرحلة هم المعلمين والأقران. **(Berk, 2007 :17)**.

فيما بعد 9 سنوات تتكون عند الطفل المعايير والاتجاهات والقيم الاجتماعية التي يكتسبها من خلال احتكاكه بالمؤسسة التعليمية والاجتماعية. ويزداد الطفل شعوراً بالمسؤولية، ويتكون عنده الضمير الاجتماعي. **(زيان، 2011: 79)**.

يزيد احتكاك الطفل بجماعات الكبار، واكتسابه معاييرهم واتجاهاتهم وقيمهم، كما يزداد تأثير جماعة الرفاق، ويكون التفاعل الاجتماعي مع الأقران على أشده، يشوبه التعاون والتنافس

والتماسك. ويبدأ تأثير النمط الثقافي العام وتنمو فردية الطفل وشعور بفردية غيره، ويتوحد الطفل مع الدور الجنسي المناسب. **(زهران، 1977)**.

المستوى المطلوب للنمو الاجتماعي للطفل في هذه المرحلة حسب مقياس **فاينلاند للنضج الاجتماعي** هو:

- في ال 10 سنوات: يعد الطفل الأكل لنفسه ويساعد نفسه وهو يتناول الطعام، يختار ما يشتري لوحده ويحسب بدقة ثمن ما يشتري، ويقوم ببعض المهام المفيدة.
- في ال 11 سنة: يكتب خطابات قصيرة إلى الأصدقاء، يستعمل التليفون ويجيد المحادثة، يقوم ببعض الأعمال المنزلية من تلقاء نفسه. ويجيد قراءة الجرائد والإستماع إلى الراديو.
- في ال 12 سنة: يعمل بعض الأدوات المفيدة ويقوم بإصلاح بعضها، يرعى نفسه جيدا عندما يترك وحده في المنزل أو في العمل، ويمكن أن يرعى الأطفال الأصغر منه إذا تركوا في رعايته.
- يغسل شعره ويجففه. **(بشناق، 2010: 102)**.

<u>النمو الجنسي مظاهره وخصائصه:</u>

يلاحظ أن الإهتمام قليل في هذه المرحلة بشؤون الجنس، فالأطفال في هذه المرحلة والتي تليها يكونون أكثر انشغالا بأشياء أخرى يهتمون بها، مثل:النشاط الإجتماعي والتربوي، وتعتبر هذه الفترة حسب"فرويد" فترة توقف في تطور الجنس بحيث تبدأ بعملية واسعة وحادة من الكبت، وكما يتضح فانٍ الخيالات الجنسية والعدوانية تكمن الآن إلى حد كبير ويتم الاحتفاظ بها بشدة في أعماق اللاوعي. وخلال هذه المرحلة التي يقوم فيها الطفل بإخماد الحوافز الجنسية يكرس وقته وطاقته

للتعلم والأنشطة البدنية والإجتماعية، ويتحول مصدر اللذة من الذات للأفراد الآخرين عندما يصبح الطفل مهتما في تكوين الصداقات مع الآخرين. **(يوبي، 2015 :38)**.

يضيف محمد عويضة كمال (1996) أن هذه المرحلة تشهد بداية حب الاستطلاع الجنسي، ويصر الأطفال على الاستطلاع على الجسم ووظائفه ومعرفة الفروق بين الجنسين، وقد يميلون إلى القيام ببعض التجارب الجنسية واللعب الجنسي بعضهم على بعض، وقد يضطر الطفل تحت ضغط الوالدين والمدرسين وحتى الرفاق الذين مروا بسلام أن يكبت رغبته هذه. إلا أن عاقبة ذلك قد تؤدي إلى حدوث انحراف جنسي فيما بعد، عندما تندفع طاقته الجنسية وتنفجر على غير أساس متين. **(زيان، 2011 :79)**.

يذكر **(بشناق، 2010)** أن مرحلة ما قبل البلوغ الجنسي، إنها مرحلة ما قبل المراهقة. مازال أكثر الإهتمام الجنسي كامنا أو موجها نحو نفس الجنس، وقد تتجدد الأسئلة الخاصة بالولادة والجنس والجماع، وإنما في مستوى أرقى. ويلاحظ اللعب الجنسي، وممارسة العادة السرية كمحاولة لتخفيف أي نوع من التوتر.

يضيف (زيان،2011) أهم المظاهر:

- تتحدد الأسئلة المتعلقة بالجنس والولادة والجماع.
- بقاء النشاط الجنسي في حالة كمون إلى غاية نهاية المرحلة أين يبدأ الميول الجنسي في الظهور.

انطلاقا من جملة الخصائص النمائية للمرحلة يمكن حصر أهمها فيما يلي:

- اكتساب العمليات العقلية المعرفية الأكثر تعقيدا، مما يساعد في تعلم المهارات الأكاديمية في القراءة والكتابة والحساب.

- طبيعة النمو الجسمي والتآزر الحسي الحركي الذي يسمح بتعلم المهارات الجسمية اللازمة للألعاب، وأنواع النشاط العادية وزيادة الاهتمام بالنشاط في ذاته بصرف النظر عن نتائجه، فهو عموماً ممتلئ بالنشاط ولكنه يتعب بالسرعة.

- اتساع ووضوح فردية الطفل واكتساب اتجاه سليم نحو الذات.

- الاهتمام برأي الأصدقاء والرفاق أي أن إرضاء الأصدقاء عنده لا يقل أهمية من إرضاء الآباء و الكبار.

- تزداد القدرة والثقة في هذه المرحلة نظرا لنمو الإمكانيات الجسمية والعضلية الدقيقة.

- اتساع البيئة الإجتماعية مع الخروج الفعلي إلى المدرسة والمجتمع، الانضمام لجماعات جديدة واتساع عملية التنشئة الاجتماعية وزيادة الإستقلال عن الوالدين.

- يكتسب الطفل في هذه المرحلة آليات التوافق الاجتماعي فيبدي اهتماما كبيرا بالعمل الجماعي، كما تنمو لديهم مشاعر الحب والتعاون والولاء لجماعة الأقران، ويزيد إدراكه ويكون أكثر تنظيما لأعماله وتوظيفا لأوقاته. وتعد مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة تهيئة النفس لمرحلة المراهقة، إذ يبدي الطفل فيها نوعا من المقاومة نظرا لتدخل الكبار في مسائله الخاصة، وإثبات الذات من خلال ما يقدمه من مجهودات كبيرة في النشاطات المدرسية وغير المدرسية، والتي تدخل ضمن المنافسة مع جماعة الصف خاصة وجماعة الأقران عامة. والملاحظ في هذه المرحلة أن الأطفال يميلون أكثر للعمل أو للعب في جماعة الأطفال من نفس الجنس. فالذكور يجتمعون معا الإناث كذلك، وهذا يعود بالطبع إلى التمايز الذي يبدأ في الظهور بين الجنسين في مختلف مجالات الحياة.

3-2-مرحلة المراهقة Adolescence:

3-2-1 مفهوم المراهقة:

- **المراهقة لغة:** يحدد معجم لسان العرب مصطلح المراهقة بأنها: مِن رَاهَقَ الغلام فهو مراهق إذا قارب الاحتلام، والمراهقة تعني الاقتراب والدنو من الحلم، والمراهق: الغلام الذي قارب الحلم، وفتاة مراهقة: هي التي تدنو من اكتمال النمو، وبالتالي المراهقة هي الفترة من بلوغ الحلم إلى سن الرشد. **(إبن منظور، 1997: 34-35)**

- ويحدد المعجم الوسيط المراهقة بأنها: "الفترة من بلوغ الحُلم إلى بلوغ سن الرشد". **(المعجم الوسيط، 1972، ص 378)**

- أما في المعجم الوجيز: "رَاهَقَ الغلام فهو مراهق أي قارب الحلم، والمراهقة تعني أيضا الفترة من بلوغ الحلم حتى سن الرشد". **(المعجم الوجيز، 1993 :28)**

وقد فسرت بعض المعاجم الأجنبية كلمة **المراهقة (Adolescence)** بأنها: " تستخدم لوصف الصغار من الأفراد الذين لم يعدّوا أطفالا ولم يصبحوا راشدينُ، وهي مشتقة من الفعل اللاتيني **(Adolescere)** ويعني راهق ومعناه: ينمو حتى النضج، وكلمة مراهق **(Adolescent)** تعني الشخص الذي وصل للمراهقة، ولا تختلف كلمة **(Adolescence)** عن كلمة **(Teenagers)**، ولكنها تختلف عن معنى كلمة **(Puberty)**، ومعناها البلوغ: وتعني النضج الجسمي"، والذي يقتصر على جانب واحد فقط من جوانب النمو، وهو الجانب البيولوجي. **(The Bank Of English, 1998 :10)**

– **المراهقة اصطلاحا:** تعرفّ المراهقة بأنها "الاقتراب من النضج الجنسي والانفعالي والعقلي، وهي مرحلة انتقالية بين مرحلتي الطفولة والرشد، فالمراهقة مرحلة تأهل مرحلة الرشد".

– وتعرف كذلك بأنها مرحلة التفاوت بين الطموحات والإمكانيات المحدودة أي أزمة الصراع والتناقض بين الحيوية الجسدية الطاغية، والضغوطات الاجتماعية إنها أزمة لاكتشاف الذات، ومحاولة تأكيدها وإيجاد الموقع المناسب لها. **(الديدي، 1995 : 87)**

وتبدأ مرحلة المراهقة من نهاية السنة الثانية عشر، وتستمر حتى نهاية الثامنة عشر، ولكن بداية هذه الفترة ونهايتها تزيد أو تنقص حسب البيئة التي يوجد فيها المراهقون أو بعبارة أخرى هي مرحلة التعليم الأساسي (المتوسط) والثانوي. **(خوري، 2003 : 58)**

– كما تُعرّف المراهقة أيضا بأنها مرحلة عمرية تتوسط بين الطفولة، واكتمال الرجولة أو الأنوثة، وتبدأ بالبلوغ لتنتهي بالرشد واكتمال الشخصية. **(كاظم، 2007: 26)**

– ويعرفها "**عماد الدين إسماعيل**" بأنها كلمة تستخدم للدلالة على المرحلة التي يتم فيها تحول النشء من الطفولة إلى الرشد، وهي لا ترتبط بفترة زمنية محددة المعالم، إلا أن بدايتها تنطلق عند ظهور أول علامات البلوغ، وتستمر معها وتنتهي باكتمال نضج الفرد وبلوغ قامته أقصى طولها، وذكائه أعلى درجاته، حسب اختبارات الذكاء المعيارية لفئة المراهقين. **(إسماعيل، دس: 10)**

– **(تركي، 1982)** فيعرفها بأنها لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل، وهو الفرد غير الناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ، ثم الرشد ثم الرجولة. والمراهقة بمعناها العلمي الصحيح، هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج، فهي بذلك عملية بيولوجية عضوية قي بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها. **(تركي، 1982: 515)**

نلاحظ من خلال هذا التعريف أن مرحلة المراهقة تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالنضج والرشد. فالطفل يمر بتغيرات في مختلف الجوانب جسميا، انفعاليا،عقليا.. في هذه المرحلة ليصل إلى النضج والرجولة، فهي تبدأ بتغيرات بيولوجية لنصل في الأخير إلى عملية اجتماعية.

– كما يعرفها "**طلعت حسين عبد الرحيم**" بأنها كلمة تتجه نحو النضج البدني والجسمي والجنسي، والعقلي والانفعالي والاجتماعي، إذ يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها النضج بمختلف جوانبه. **(عبد الغني، 1986: 277)**

– ويعرفها **(السيد، 1997)** بأنها: "من حيث التغيرات التي تطرأ على بعض جوانب النمو فعرفت على أنها: مرحلة استيقاظ الإنفعالات والحاجات المختلفة، وظهور القدرات، والإمكانات الجسمية والعقلية. وتتسم في الكثير من الأحوال بالقلق والثورة والشك".

– فيما حددتها الباحثة **(قناوي، 1993)**: في **(عيد، 2012)** "أنها المرحلة التي تتراوح من سن (11 إلى 21) سنة، حيث تبدأ بتغيرات جسمية وانفعالية حادة تصاحب البلوغ، ومع الاقتراب من سن السابعة عشر وحتى سن الواحد والعشرون تبدأ التغيرات البيولوجية للمراهق في الإستقرار، حيث يستطيع التكيف مع المجتمع الذي يعيش فيه". **(عيد، 2012: 16)**

ومن خلال عرضنا للتعريفات السابقة يمكن تحديد تعريف شامل لمصطلح المراهقة بأنها المرحلة التي ينمو فيها الطفل جسميا وعقليا وانفعاليا، واجتماعيا كما تكتنفها أزمات من جهة التغيرات بمختلف جوانبها، ومن جهة أخرى الضغوط الاجتماعية، فالمراهق يجد نفسه في حيرة، فهو يحن إلى الطفولة تارة، ويتطلع إلى الرجولة والنضج تارة أخرى، فهو ليس طفلا وليس رجلا بل بين هذا وذاك، ومن الصعوبة تحديد بدء مرحلة المراهقة ونهايتها، فهي تختلف من شخص لآخر

ومن مجتمع لأخر، فالجانب الوراثي وطبيعة الجنس والبيئة، كلها عوامل لها آثار كبيرة في تحديد بدايتها ونهايتها.

إن تحديد مراحل المراهقة يكون من خلال بداية نضج مجموعة من الوظائف الجنسية لكن مع وجود عوامل أخرى تتحكم، بما تجعل تحديد هذه المرحلة من عمر الإنسان أمرا صعبا، فالتغيرات النفسية عند المراهق ليست بالضرورة ناتجة عن التغيرات الجسمية، بل يتدخل فيها عامل الثقافة الموجودة في بيئة الفرد.

المراهقة المبكرة (12-14 سنة): إنها المرحلة الأهم والأعمق في مسيرة النمو باتجاه النضج لأنها تمثل الكائن في شكله النهائي في شخصيته الخاصة التي سترافقه طيلة حياته.

إن الأزمات التي يمر بها الفرد هي مجرد تعديلات على شخصيته، أما أزمة البلوغ فتستمد أصالتها من التحولات العضوية الفيزيولوجية التي تؤثر في التطور النفسي له. **(عبد الرحيم، 1986: 18)**

من هنا تظهر أهمية توجيه العناية بالتربية الاجتماعية في هذه المرحلة داخل الأسرة والمدرسة والمجتمع، وإتباع أساليب التوجيه والإرشاد النفسي، كما يتم الاهتمام بإكساب المراهق القيم الخلقية والمعايير السلوكية، وأن يترك للمراهق حرية التحكم في تصرفاته والتحرير والاستقلال فيمكن توجيهه إلى الاختيار السليم لرفاقه وأصدقائه، حتى لا ينحرف سلوكه، ومناقشته عند إبداء آرائه مع تجنب توجيه اللوم العنيف واللامبالاة فيما يبديه من ملاحظات، وآراء حول أمور حياته حتى يمكن كسب ثقته.

المراهقة الوسطى (15-18 سنة): أهم ما يميز هذه المرحلة تنمية ميل المراهق إلى فهم الآخرين، ومساعدته وتدريبه على القيادة وإتاحة فرص زيادة تقبله للمسؤولية الاجتماعية وإشعاره بالانتماء الأسري الكامل، ومن ثم إشعاره بالمواطنة والمكانة الاجتماعية والثقة بالنفس، من أجل معاونة المراهق على النمو السوي للذات والتوحيد مع الجماعة التي يعيش فيها، يمكن أن يتم ذلك عن طريق العلاقات الأسرية والمدرسية القوية المستمرة التي تتميز بالفهم المتبادل بين المراهق ومن يتعاملون معه. **(منصور، والشربيني، 2000: 102)**

المراهقة المتأخرة (18-21 سنة): في هذه المرحلة عندما يقترب المراهق من الرشد، على الآباء والمربين ضرورة مراعاة النمو والتوافق الاجتماعي، الذي يقوم على التخفيف من ممارسات الضبط والتنظيم والسلطة على المراهق هذا مع العمل على تقليل الفجوة بين جيل الآباء وجيل الأبناء ومساعدة المراهق على فهم ذاته وتنمية القيم السائدة الصالحة في المجتمع، لتوثيق الصلة بالمجتمع الذي يعيش فيه حتى يمكن إعداده لتحمل المسؤولية الاجتماعية، واحترام التنظيم والسلطة في المجتمع والقيام بأعبائه ومسؤولياته في بناء المجتمع.

3-2-2-الخصائص النمائية لمرحلة المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بجملة من السمات التي تميزها عن باقي مراحل النمو المختلفة، حيث يجب على القائمين بشئون المراهقين من الأولياء والأساتذة وكل الراشدين الإلمام بالمعلومات المتعلقة بها كنوع من أنواع تلبية الحاجات المعرفية المتعلقة بطبيعة المرحلة العمرية، وهو ما سأتناوله بالتفصيل فيما يلي:

- النمو الجسمي خصائصه ومظاهره:

ويسمى هذا المظهر من النمو بالنمو الهيكلي، وهو يتمثل في زيادة الطول، ونسب الجسم، حيث زيادة وتغير وإضافة في الشكل والوظيفة والمكانة والتخصص، حيث تظهر قفزة سريعة في النمو طولا ووزنا، تختلف في الذكور عنها من الإناث، فتبدو الفتاة أطول وأكثر وزنا من الفتى، ويتضح من خلال هذا النمو ما يلي:

- تغيرات جسمية ملحوظة سريعة ومتعددة الجوانب.
- تقلّب المزاج والشعور بالخجل.
- الحساسية الشديدة للنقد، لا سيما ما تعلق بصورة جسمه لأنها رمز لذاته.
- البلوغ للبنات من (11-16) عاما، والبنين من (12-18) عاما.
- ظهور حب الشباب، وما يصاحبه من قلق شديد.
- الإهتمام بالمظهر، وما يصاحبه من محاولة لجذب انتباه الآخرين.
- زيادة في الطاقة البدنية.

ويؤثر النمو الجسمي في النمو النفسي للمراهقين، حيث تؤدي التغيرات الجسمية التي تطرأ عليهم للقلق والخوف والصراع النفسي، وتؤثر تأثيرا قويا في الصورة الذاتية، والمزاج والعلاقات الإجتماعية لهم؛ لأن جسمهم في هذه المرحلة من المقومات الأساسية في تكوين شخصيتهم، وتؤثر أيضا هذه التغيرات في قدراتهم وسلوكهم وعقلهم وعواطفهم. **(معوّض، 1983: 291)**

ويضيف **(زهران، 1977)** خصائص أخرى للنمو الجسمي، حيث يرى أن جسم الطفل يكتسب صفات الراشد من خلال تعاقب أو تسلسل ثابت تقريبا، فمع البلوغ تحدث طفرة في النمو وبعد البلوغ تأتي فترة يحدث فيها أسرع التغيرات الجسمية حيث أنه يحدث مع البلوغ أربعة تغيرات جسمية هامة تشمل: حجم الجسم، نسب أعضاء الجسم، نمو الخصائص الجسمية الأولية، نمو الخصائص الجنسية الثانوية.

فالتغيرات الجسمية التي تواكب أيام وسنين المراهق تمثل أقصى التغيرات التي يمر بها الإنسان في مراحل النمو المختلفة.

فيبلغ النمو أقصى التغيرات في سن (12) سنة تقريبا، عند الإناث وما بين (12- 16) عند الذكور، ويستمر إلى غاية 20 سنة، ويبلغ النمو سرعته القصوى في حوالي (13) سنة من عمر الطفل كما يتغير الوجه إلى حد كبير، وتزول ملامح الطفولة لتحل محلها ملامح الرجولة، ويلاحظ كذلك اتساع محيط الكتفين والأرداف، ويزداد طول الجذع وعرض الحوض وطول الساقين، ويزداد نمو العضلات والعظام ومختلف الأعضاء. **(زهران، 1977: 235)**

ومن الملاحظ على النمو الجسمي أنه لا يسير مع جوانب النمو الأخرى، حيث يسبقها نوعا ما، فنجد أن الفتاة قد اكتمل نموها الجسمي، بينما ما زال نموها العقلي والانفعالي متأخرا في النمو عن الجانب الجسمي. **(فهمي، دس: 174)**

كما يشير بعض الباحثين إلى أن عمليات النمو في هذه المرحلة تتسم بالسرعة عنها في أي مرحلة من مراحل النمو الأخرى، فالتغيرات الجسمية التي تطرأ على الذكور تكسبهم رجولة، والتغيرات الجسمية التي تطرأ على الإناث تكسبهم أنوثة.

لذلك يجب على الوالدين أن يكونا بقدر كبير من الثقافة والعلم بما يحدث لأبنائهم من تغيرات ناتجة عن البلوغ، وأن يقدموا لهم المعلومة الصحيحة بطريقة علمية.

وكذلك من واجب المدرسة الثانوية أن تقوم بدور إعلام وتثقيف المتمدرسين بما يتناسب مع هذه المرحلة، ويشير هنا **(مطاوع، وعبود، 1977: 149)** إلى أن من واجب المدرسة الثانوية: "أن تكسب المتمدرس العادات الجسمية والصحية السليمة وذلك بإتاحة الفرصة لممارسة النشاط الرياضي المناسب، وإقامة المعسكرات الكشفية والتربية الرياضية، لإكساب المتمدرسين نشاط رياضي صحي، وذلك بتفريغ الطاقة في اتجاه سليم ومفيد.

النمو العقلي خصائصه ومظاهره: تتميز مرحلة المراهقة في جانبها العقلي بزيادة نمو القدرات العقلية، خاصة اللفظية والإدراكية وبلوغها الذروة في التنوع والدقة، وتتميز بعدة مظاهر عامة أبرزها ما يلي:

- ظهور الإبتكار والتفكير الإبتكاري، والذي يرتبط بالقدرة على الحساسية للمشكلات، والنزعة الإستقلالية لدى المراهق.
- ارتفاع مستوى الطموح.
- القدرة على اكتساب المعرفة حيث تصل لأقصى حدودها كمًّا وكيفاً.
- وضوح القدرات والإستعدادات الخاصة.
- استعمال مختلف أشكال المفاهيم في التصنيف واكتساب القدرة على التفكير المجرد.
- نمو اللغة وزيادة مفردات المعجم اللغوي للمراهق، ونمو العلاقة بين اللغة والتفكير.

– يأخذ التعليم طريقه نحو التخصص المناسب للمهنة أو العمل.

– ويكون نمو الذكاء مطرداً مع بداية مرحلة المراهقة، وفي الفترة المتوسطة تهدأ سرعة النمو حيث يقترب من اكتماله في الفترة الممتدة من(15–18) سنة، أما في الفترة المتأخرة منها فيصل مستواه إلى أعلى نضجه، ولكن ذكاء الموهوبين والمتفوقين والأذكياء يستمر بعدها في النمو ببطء شديد حتى العقد الخامس من العمر. **(عيد، 2012: 20)**

– كما تزداد قدرة المراهق على الإنتباه سواء من حيث مدته أو مداه، بحيث يستطيع استيعاب قضايا ومشكلات معقدة بسهولة.

– تنمو كذلك في مرحلة المراهقة القدرة على التذكر وتنمو معها القدرة على الإستدعاء والتعرف، ويتأثر تذكر المراهقين للموضوعات المختلفة ميله نحوها، وعزوفه عنها، وبانفعالاته وخبراته المختلفة.

وبالنسبة للموهوبين فيرتفع مستوى أدائهم عن مستوى العاديين، في أي مجال من المجالات التي تصدرها الجماعة سواءً كان هذا المجال أكاديميا أو غير أكاديمي.

ويضيف (الديدي، 1995) بعض الخصائص التي تميز النشاط الذهني للمراهق، باستمرار النمو العقلي بسرعة فائقة من حيث اكتساب القدرة العقلية وتقويتها، وزيادة القابلية على التعلم، كما يتميز لا سيما في أواخر المراهقة باكتمال الذكاء في حوالي 18 سنة. **(الديدي، 1995: 164)**

فالمتمدرس في المرحلة الثانوية يؤهله نمه المعرفي على المقارنة والإستنتاج، وإطلاق الأحكام على الأشياء، كما تصبح له القدرة على المناقشة في بعض المسائل الفكرية التي تُطرح

عليه، لذا من الأهمية القصوى أن يكون المربون على علم بمستويات المجال المعرفي الستة: وهي التذكر والفهم، والتطبيق والتحليل والتركيب، والتقويم ليرتقوا بالمتعلمين إلى أعلى مستويات النمو المعرفي.

- **النمو الوجداني والإنفعالي خصائصه ومظاهره:** أهم ما يميز مرحلة المراهقة هي ثورة التغيرات النفسية، ويعود ذلك للتحولات الهرمونية والتغيرات الجسمية كما أشرنا إلى ذلك في النمو الجسمي، وتتميز سمات النمو الوجداني والإنفعالي لدى المراهقين بالعناية بطريقة الكلام واللباس، نظراً لشعورهم بذاتهم. بالإضافة إلى الميل للخيال، وأحلام اليقظة- خاصة عند البنات- وتعرضهم للحزن وبعض الآلام النفسية، بسبب التقاليد والثقافة الإجتماعية التي تحول دون تحقيق أمانيهم، ويبدو على المراهقين في هذه المرحلة الرغبة في التعبير عن الذات والشعور بالهوية، والتمرد على السلطة، والرغبة في الإستقلال عن الأسرة، والميل نحو الإعتماد على النفس، والتعرض لتقلبات مزاجية وظهور صراعات عاطفية حادة. **(معوّض، 1983: 349)**

كما ينتاب المراهقين أحيانا حالة من الشعور بالضيق والثورات العنيفة ضد الأوضاع والنزوع إلى المثالية، والخوف من فقدان الرفاق، والعلاقات الإجتماعية التي تربطهم بالآخرين، وتظهر أيضا المخاوف الجنسية، والخوف من الفشل في الدراسة، والمراهقون في المرحلة المتوسطة والمتأخرة أكثر ثباتا انفعاليا عن المرحلة المبكرة. **(دسوقي، 1987: 171- 175)**

وقد ذكرت إحدى الدراسات أن هذه المرحلة تتميز بالتأمل الذاتي، والحاجة للعمل، ويظهر ذلك بصورة أكثر لدى المراهقات عنه لدى المراهقين، بينما تظهر الرغبات الجنسية أكثر لدى المراهقين، وهي تظهر كحاجة مكبوتة في الترتيب الأول لحاجاتهم، وكحاجة ظاهرة في الترتيب الأخير، لتأثير الخجل في التعبير عن الشهوات الجنسية، والكف عن الجنس الذي يفرضه المجتمع

إلا من خلال القنوات التي يقرها الدين الحنيف، ويظهر أيضا العدوان ولوم الذات في مقدمة الحاجات المكبوتة.

ويمتاز الموهوبون فيما يخص سمات النمو الوجداني والإنفعالي بميل لضبط النفس وتحمل المسئولية، والهدوء والمسالمة والمثابرة والثقة بالنفس، وهم أقل رغبة في السيطرة والتباهي، واستعراض المعلومات، وأكثر ميلا للمخاطرة والمغامرة.

في حين يتميز المعاقون بالإنطواء والإنعزالية والحزن والإكتئاب أحيانا، والشعور بالنقص، والقلق من المستقبل. **(عيد، 2012: 23)**

هذا، ويضيف **(عبد الغاني، 1986)** بعض السمات للنمو الوجداني والإنفعالي، نوجزها في العناصر الثلاثة التالية:

* **التناقض في السلوك:** إن السمة البارزة في سلوك المراهق تتمثل بالتناقض في السلوك حيث يُلاحظ:

– أنانية مفرطة من ناحية، يقابلها رغبة في الغيرة إلى حد التضحية بالذات من أجل قضية أو مثال.

– انفتاح واسع على الآخرين يقابله ميل إلى العزلة والانطواء.

– رغبة قوية في الشهوات يقابلها ميل إلى الزهد وقهر الجسد.

– حماس واندفاع يقابلها حياء وتردد.

– أصالة وابتكار، يقابلها تقليد الآخرين.

* **روح المعارضة:** يُلاحظ على سلوكيات وتصرفات المراهق نوع من المبالغة في إثبات الذات عن طريق اعتماد الأسلوب المستهجن الغريب المتطرف الذي يلفت الأنظار ويصدم الكبار، فالعدوانية تميل إلى الجنوح، والرغبة في الأكل إلى شراهة، والجنس إلى مجون وخروج عن القواعد، وحاجات التزين وإبداء اهتمام واضح بالمظهر والهندام والموضة مما يُقابله رفض واستنكار الوالدين، سيما إذا كانا غير واعيين بخصائص المراهق في هذه المرحلة ما يؤدي إلى صراع بين المراهق ووالديه.

* **عدم الاستقرار العاطفي:** وسرعة التقلب والإثارة وشدة الحساسية، والميل إلى السلبية والاستغراق في عالم الهوامات والانكماش على الذات. **(عبد الرحيم، 1986: 7)**

ويضيف **(محمود، 2006)** مؤكدا بأن مرحلة المراهقة تتميز بالتغيرات الانفعالية العديدة التي تطرأ على المراهق، وأغلب هذه الانفعالات من النوع الحاد العنيف الذي يجعل صورة المراهق غير صورة الطفل الهادئ الوديع، التي كان عليها في مراحله السابقة، فطبيعة التغيرات الجسمية والنفسية التي تطرأ عليه تسبب له قلقا بالغا، ونتيجة الصراع القائم في نفسية المراهق وانتقاله من حالة انفعالية إلى أخرى فهو يتأرجح بين الحب والكره أحيانا، وبين التهور والمثالية والواقعية أحيانا أخرى. **(محمود، 2006: 49)**

ويصف **(زيدان، 1986)** المراهق بأنه يتميز بشخصية مضطربة قلقة وغير مستقرة.

وتتغير الانفعالات من الطفولة إلى المراهقة، بسبب التغيرات والمستجدات التي تطرأ على المراهق فمنها التحولات الفيزيولوجية والجسمية والعقلية. وهي تختلف من فرد لآخر حسب تكوينه الشخصي وحسب الظروف التي يعيشها، وهناك من يبدي استجابات غير مرغوبة (مرضية) كالانتحار أو العدوانية، أو الإدمان على المخدرات أو الكحول. **(زيدان، 1986: 170)**

لكن بالرغم من أن هذه الفترة تتميز بشدة الإنفعالات وتقلّبها، إلا أن (أبو جادو، 2007) يرى بأن ذلك يساعد المراهقين على تحقيق المزيد من التطور الأخلاقي، وبالرغم من أن وجهة النظر التي ترى أن هذه المرحلة مضطربة وعاصفة، ولا يمكن تجنبها في حياة الإنسان، إلا أن الرأي السائد في الآونة الأخيرة يرى أن ذلك ليس حتميا بالنسبة لمعظم المراهقين. **(أبو جادو، 2007: 444)**

- النمو الإجتماعي خصائصه ومظاهره:

يتجلى هذا المظهر من النمو في التطبيع الإجتماعي، واكتساب المراهق للمعايير السلوكية الإجتماعية، وتحمّل المسئولية، واتخاذ فلسفة معينة في الحياة ومواجهة النفس، والتخطيط للمستقبل، والقدرة على فهم طبيعة التغيرات التي تعتريه، وقدرته على التكيف معها، فإنه يتوافق مع المجتمع، ويسهم في الحياة الإجتماعية بمجهوده وقدراته، ومن مظاهر النمو الإجتماعي للمراهق ما يلي:

- الرغبة في تحقيق تكيف اجتماعي، ومحاولة فهم ومناقشة المشكلات الإجتماعية والسياسية العامة، وظهور الشعور بالمسئولية الإجتماعية.

- الميل لمساعدة الآخرين، والتعاون مع الأصدقاء.

- اعتناق القيم والمبادئ التي يؤمن بها هو، لا تلك القيم والمبادئ التي لقنتها إياه الأسرة تلقينا، بل أنه يتناول ما سبق أن قَبِله عن طيب خاطر من قيم ومبادئ بالنقد والفحص، فيعيد النظر في مبادئ النصوص الدينية والإجتماعية، التي سبق وتلقاها من الوالدين، ومن الكبار على وجه العموم، ويسأل نفسه عن مدى صحتها وفائدتها.

– الميل لعالم الأصدقاء والحرية والإستقلال، وتفضيل معايير جماعة الأقران التي تتعارض أحيانا مع معايير الوالدين، ويكون لها أثر في اتجاهات وميول وقيم وسلوك المراهق تفوق الأسرة، ويسعى المراهق غالبا أن يكون له مركز مميز بين هؤلاء الأقران، ويشعر أن عليه مسئوليات اتجاههم، كما يسعى إلى الحصول على القبول منهم، فيظهر بمظهرهم، ويسلك سلوكهم، وهو في سبيل الحصول على هذا القبول يذهب إلى مدى بعيد في مسايرتهم، بما يحقق له الإشباع الذي لم يحصل عليه من والديه، فيثور عليهما متجها إلى عالمه الذي يُكن له الولاء وهو عالم الرفاق.

وتتميز سمات النمو الإجتماعي للمراهق أيضا بمقاومة السلطة الوالدية والمجتمعية والمدرسية، حيث يشعر المراهق بعدم الرضا والإنتماء لنوع المعاملة التي يلقاها من أسرته، ويسعى للاستقلال عنها نفسيا. وقد تشتد النزعة الإستقلالية لديه، فيقع الصراع بينه وبين أسرته مع اختلاف حدة الصراع تبعا لمستوى أسرته الثقافي والإجتماعي والإقتصادي، والنظام الحضاري السائد في المجتمع. وحياة المراهق الإجتماعية في مظاهرها الأساسية لتصل لحد التمرد على سلطان الأسرة، وقيود المجتمع، ومحاولة لتأكيد الحرية الشخصية، ثم خضوع لجماعة الرفاق.

وفيما يخص سمات الموهوبين فهم يتمتعون بقدرة عالية على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع غيرهم، وقدرة على التآلف والتكيف مع الجماعات التي يعيشون معها، وزيادة عطائهم وإنجازهم باهتمام المجتمع بهم.

أما المعاقون فغالبا ما يبتعدون عن الإنضمام للجماعة، ولا يميلون لتكوين علاقات اجتماعية؛ لشعورهم بأنهم أقل ممن حولهم، وأنهم غير قادرين على مجاراة نظرائهم في الأعمال التي يقومون بها.

إذن فالنمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة من بين أهم نواحي وجوانب النمو بصفة عامة. والمقصود به هو ذلك التغير الذي يطرأ على عادات الفرد واتجاهاته الاجتماعية وعلاقاته وتصرفاته مع الآخرين. وأساليب تصرفه الذي يطرأ على السلوك الاجتماعي للفرد ليس منفصلا عن باقي التغيرات الأخرى الجسمية والعقلية والانفعالية، بل هو متصل بها تمام الاتصال، ومتأثر بها ومؤثر فيها. **(الشيباني، 1997: 104)**

النمو الاجتماعي للمراهق يتأثر بالجانب الانفعالي، حيث انه يعاني من حدة الانفعالات واضطرابها، إضافة إلى التغيرات التي تحدث له والتي منها الذاتية، وهي كل ما يتعلق بالفرد وخلوه من الأمراض والعاهات، والبيئة التي تؤثر في نمو سلوك المراهق الاجتماعي، والتي منها الأسرة والمدرسة وجماعة الرفاق وعادات المجتمع وتقاليده، فعناصر شخصية المراهق لا تولد معه ولا تنشأ متكاملة إنما تدريجيا بالتفاعل واحتكاك الفرد بمحيطه الاجتماعي الذي نشأ فيه. **(القذافي، 2000: 164)**

ويتصف النمو الاجتماعي للمراهق بمظاهر رئيسية وخصائص أساسية نوجزها فيم يلي:

– الميل إلى الجنس الآخر، ويؤثر هذا الميل على نمط سلوكه ويحاول أن يجذب انتباه الجنس الآخر بطرق مختلفة.

– الثقة وتأكيد الذات فيخفف من سيطرة الأسرة ويؤكد شخصيته ويشعر بمكانته.

– الخضوع لجماعة الرفاق حيث يخضع لأساليب الرفاق وأفكارهم ومعاييرهم.

– يدرك العلاقات القائمة بين الأفراد حيث يلمس ببصيرته آثار تفاعله مع الناس. **(شتا، 2006: 40)**

- النمو الديني والخلقي خصائصه ومظاهره:

ينمو في هذه المرحلة الإتجاه الخلقي والشعور الديني، ويحدث تحول كبير في نظرة المراهق إلى الخُلُق، والمعايير الخلُقية؛ حيث قد ينظر للدين على أنه طريق يؤدي به إلى الخلاص، والتغلب على حل المشكلات اليومية، ومن أبرز ملامح هذا النمو ما يلي:

- الإندفاع نحو القيم والمثل العليا.

- التأثر يقيم الأقران وتبنيها.

- إمكانية استغلاله من بعض الأفراد والمجموعات في المجتمع، إذا لم يتم توجيهه لنشاط اجتماعي مفيد.

- الإنسياق نحو المستحدثات العصرية وتقليدها، بما فيها من ثقافات وافدة، لا تتماشى مع القيم الإجتماعية، والتعاليم الدينية.

- الإنسياق للقدوة، وتبني قيمها.

وفي بعض الأحيان تظهر على المراهق يقظة دينية، حيث تسود روح التأمل والنشاط الديني، وفي أحيان أخرى يتولد لدى المراهق ازدواجية في الشعور الديني، أو يظهر الحماس الديني والإتجاه إلى الله، فقد يشعر المراهق بالذنب المرتبط بانبعاث الدافع الجنسي فيتعلق بالدين، وقد تظهر اتجاهات تصوفية لديه، وقد يميل البعض إلى الشك الذي يتراوح بين النقد العابر، والإرتياب الحاد في العقائد.

ويوصف المراهقون الموهوبون بأنهم أكثر التزاما بالمنظومات القيمية في المجتمع الذي يعيشون فيه، وأكثر اهتماما بالجوانب الخلُقية والمشكلات الإجتماعية التي تتعلق بعدم الإلتزام بالجوانب الخلقية والقيمية (**عيد، 2012: 26**).

– كما تتحدد في مرحلة المراهقة المتوسطة (15–18) مفاهيم الصواب والخطأ، ويصل المراهق للتسامح والأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق والعدالة والتعاون، وتزداد هذه المفاهيم عمقا مع النمو. وقد يقوم المراهق في بعض الأحيان بسلوك ينافي الأخلاق، وهو يعرف أنه كذلك، وقد يكون ذلك من باب التجريب، أو لفت الأنظار، أو إجبار الآخرين على الإعتراف بشخصيته وكيانه، ويسبب معرفة المراهق معايير السلوك الخلقي، وخروج بعض جوانب سلوكه عن هذه المعايير يشعره بالذنب والقلق، أو حتى الاكتئاب، وإذا عوقب عن سلوكه الخارج عن القواعد الأخلاقية، فإنه يعارض ويثور على ذلك. وفي نهاية مرحلة المراهقة وببلوغ (21 سنة) تصل المفاهيم الخلقية إلى مستوى المفاهيم الخلقية عند الراشدين، وتكاد تتطابق مع المفاهيم الإجتماعية الأخلاقية السليمة، وهو حين يساير المعايير الأخلاقية يسايرها لاعتقاده أنها هي الصواب. (**زهران، 1982: 399–400**)

ويضيف (مرتجي، 2004) لما سبق بأن فترة المراهقة هي فترة يقظة دينية يصبغها الإهتمام الديني، ويزيد إهتمام المراهق بالمسائل الدينية لأنه مطالب بممارسة العبادات بشكل أكثر جدية مما كان عليه الحال في مرحلة الطفولة، ويتضح ذلك في مناقشاته مع أقرانه بحيث يغلب على موضوعاتها المسائل الدينية.

ويلاحظ أن النمو الخلقي يرتبط ارتباطا وثيقا بالنمو الإجتماعي، ويخضع تطوره لمدى علاقة الفرد بالمعايير والقيم السائدة، كما يرتبط من ناحية أخرى بالجانب الديني، وبمدى علاقة الفرد بالشعائر الدينية، وبمدى استجابته لمستويات الخير والشر. **(مرتجي، 2004: 48)**

خلاصة

من خلال ما تم عرضه يتضح أن مراحل النمو الأولى –الطفولة والمراهقة– من المراحل النمائية الحرجة والخطيرة التي يمر بها الإنسان، لها من خصوصياتها ما يجعلها باب من أبواب الصحة النفسية أو العكس، كذلك هذا التمييز الذي تحضى به هذه المراحل يجعلها تتطلب دراسات خاصة تأخذ بعين الاعتبار كل عوامل ومتطلبات وحاجات النمو.

الطفولة والمراهقة في تعاملها مع العوامل المحيطة، والأحداث اليومية قد يجعلها في موقف خطر نحو صحتها العامة من جهة، والنفسية خاصة من جهة أخرى، مما يستوجب على الباحثين الوعي بخصائصها وخصائص السيرورات المحيطة بها.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

- تمهيـــــد:

1- منهج الدراسة.

2- حدود الدراسة.

3- الدراسة الاستطلاعية.

3-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية.

3-2- حدود الدراسة الاستطلاعية.

3-3- نتائج الدراسة الاستطلاعية.

4- أدوات جمع البيانات.

5- مجتمع و عينة الدراسة.

6- إجراءات التطبيق الميداني.

7- الأدوات والأساليب الإحصائية.

تمهيـــــد:

بغرض الوقوف على وجود أو عدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بين أطفال ومراهقي مدينة باتنة، جاءت هذه الدراسة الميدانية، والتي اتبع فيها الطالب خطوات منهجية متسلسلة ومضبوطة–حسب قدرة واطلاع الطالب– لتمكينه من دراسة الموضوع ميدانيا والتحقق من الفرضيات التي خمن لها انطلاقا من إحساسه بوجود مشكلة و بعد البحث فيها أدبيا، من خلال هذا الفصل سنتطرف للجانب الميداني من خلال الخطوات المنهجية لإجراءات الدراسة الميدانية والتي تم تقسيمها إلى دراسة استطلاعية و دراسة أساسية.

1-منهج الدراسة.

يعرف المنهج بأنه الطريقة المؤدية إلى الكشف عن الحقيقة بواسطة القواعد العلمية حتى نصل إلى نتيجة معلومة. وتختلف المناهج الدراسية المستخدمة باختلاف مواضيع البحث من حيث نوع المتغيرات المدروسة، و لما كان موضوع دراستنا يتمثل في دراسة الفروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة لدى أطفال ومراهقي مدينة باتنة، فإن المنهج الذي يتلاءم مع هذه الدراسة هو "المنهج الوصفي" الذي يعرف على أنه:" دراسة الوضع الراهن للبشر والأشياء والأحداث، وذلك دون تغيير من طرف الباحث لأي من متغيرات الدراسة". **(أبو شنب، 2007: 125).**

لتحقيق الهدف من البحث استعان الطالب ضمن المنهج الوصفي بالطريقة **المستعرضة CROSS-SECTIONAL** كونها تدرس مظهرا جسميا وسلوكيا واحدا في قطاع أو فترة عرضية من الزمن في سلم النمو، وهي أكثر الطرق استخداما في البحث لسهولة استخدامها وسرعة الحصول على نتائجها وفي هذه الطريقة تكون العينة مكونة من مجموعات موزعة على أعمار معينة. وتعتمد الطريقة

المستعرضة على الاختبارات الجماعية وعلى الاستبيانات وطرق القياس النفسية والفسيولوجية و الأدوات المخبرية الأخرى للكشف عن المظاهر الرئيسة لكل مرحلة من مراحل الحياة ولعل من ابرز خصائص هذه الطريقة هي سرعة نتائجها التي تتعلق بإظهار خصائص النمو بالقياس، وكذلك من خصائصها سهولة القيام بها. **(أبو شنب، 2007: 132).**

هذا البحث يهدف إلى الكشف عن أكثر أنواع الضغوط التي يتعرض لها الأطفال والمراهقين وأكثر أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة التي يستخدمونها، إلى جانب ذلك البحث في وجود أو عدم وجود فروق في أساليب المواجهة تعزى لعامل الجنس ومكان السكن ونوع الضغط، لذلك تم الاعتماد على المنهج الوصفي لأنه وباختصار الأنسب لأغراض هذه الدراسة و يتعدى الوقوف عند حدود جمع المعلومات والبيانات بمختلف أدوات الدراسة المستخدمة، وإنما يتعدى ذلك إلى تفريغها وتبويبها لتحليل النتائج والوقوف على مختلف العلاقات القائمة بين الظواهر في ضوء مشكلة البحث وفرضيتها.

2-حدود الدراسة:

الحدود الزمنية: تمتد إجراءات الدراسة الميدانية ابتداء من **2017/06/25** الى **2017/08/17** حيث بدأت بتطبيق المقياس وانتهت بتفريغ وتحليل النتائج.

الحدود المكانية: تحدد إجراء الدراسة الميدانية بمدينة باتنة أين طبق المقياس على أفراد العينة.

تم اختيار أماكن الدراسة على خريطة مدينة باتنة ممثلة في أحياءها الكبرى بالطريقة العشوائية البسيطة **Simple Random Sample** عن طريق هذا النوع من العينات يعطي الباحث فرصة متساوية لكل حي من أحياء المجتمع، بان تكون ضمن العينة المختارة، ويكون هذا النوع من العينات مفيد ومؤثر عندما يكون هنالك تجانس وصفات مشتركة بين أفراد المجتمع الأصل المعني

بالدراسة ، ويجب أن يكون جميع أسماء المجتمع الأصل محددة لدى الباحث وتم بطريقة القرعة ترقيم أسماء الأحياء ووضعها في صندوق ثم سحب العدد المطلوب منها.

الحدود البشرية: اعتمدت الدراسة على عينة قوامها **385 طفلا** و **مراهقا** من مدينة باتنة، وسنتناولها بالتفصيل لاحقا.

3-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسات الاستطلاعية من أهم المحطات العلمية في البحث عن المواضيع التي تستدعي مراجعة لمتغيراتها أو المواضيع التي تتسم بنوع الجدة وعدم التطرق إليها بالشكل الكاف و جس نبض لمجريات الدراسة الأساسية فهي بحد ذاتها تعد دراسة من جهة مستقلة لما قد تعتمده من منهج و أهداف و عينة و أخيرا النتائج التي يتم التحصل عليها لخدمة الدراسة الأساسية.

يعرفها (أحمد إبراهيم، 2013):" تسمى الدراسات الاستطلاعية بالدراسات الكشفية أو التمهيدية أو الصياغية. وتعتبر أول خطوة في سلسلة البحث الاجتماعي، ويتوقف العمل في مراحل البحث الأخرى التي تلي الدراسة الاستطلاعية على البداية الصحيحة و الملائمة التي تخطوها هذه الدراسة".

كما يلجأ الباحث إلى الدراسة الاستطلاعية عندما تكون هناك ندرة في الموضوع الذي ينوى دراسته وليست لديه من المعلومات والبيانات ما يؤهله لإجراء دراسة وصفية، ولهذا تفيده الدراسة الاستطلاعية في زيادة معرفته وألفته بموضوع البحث حتى يتسنى له دراسته بصورة أعمق فيما بعد **(أحمد إبراهيم، 2013)** .

3-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

استعان الباحث بالدراسة الاستطلاعية لبلوغ أهداف مرسومة مسبقا تساعد على القيام بالبحث الأساسي بصيغة أكثر علمية و تلافي الوقوع في أخطاء قد تؤثر في نتائج البحث، ومن هذه الأهداف نذكر:

- محاولة التقرب أكثر من عينة البحث و معرفة خصائص الأداء أثناء البحث و تجنب ما يمكنه تعطيل مجريات البحث الأساسي فيما يخص العينة وخصائصها.
- تطبيق أداة البحث تطبيقا أوليا بهدف تفريغ النتائج لحساب الخصائص السيكومترية، وتجريبه لمعرفة ما إذا كان مفهوما وسهل التطبيق.
- التحقق من السلامة اللغوية لعبارات أداة القياس، مما يسمح بالفهم الجيد لهذه العبارات أثناء تمريرها عن العينة الأساسية.
- التعرف على الاستجابة الأولية للعينة، وهذا ما يسمح لنا برصد أهم الملاحظات كالصعوبات المتوقعة و تقدير الزمن الافتراضي للإجابة عن أدوات الدراسة و بالتالي التعرف على الزمن الكلي للدراسة الميدانية.
- فرصة لمراجعة فرضيات البحث من خلال مدى إمكانية تجريبها ميدانيا.

3-2-حدود الدراسة الاستطلاعية:

الحدود الزمنية: كانت من يوم **2017/06/15** إلى **2017/06/22**

الحدود المكانية: تحددت الدراسة الاستطلاعية بمدينة باتنة.

الحدود البشرية: 30 طفلا ومراهقا من مدينة باتنة موزعين على الأحياء الكبرى للمدينة.

3-3- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

تمكن الباحث من خلال الدراسة الاستطلاعية الوصول إلى النتائج التالية التي فتحت له مجال تصور للدراسة الأساسية من خلال عينة الدراسة و أداة القياس وطريقة تطبيقه.

- اتساع نظرة الطالب حول مجريات الدراسة الميدانية ومنه تجنب أي إشكال قد يعيق البحث.

- توصل الطالب إلى اقتراح إعداد البحث الأساسي خلال عطلة الدراسة كون المقياس يحتوي على متغيرات تصنيفية ممكن أن تأثر في أهداف الدراسة مثال ذلك: يهتم المقياس في تطبيقه بنوع الحدث الضاغط المتعرض له خلال الأيام القليلة الماضية من تطبيقه، و إذا كان الطفل في حالة تمدرس سيزيد ذلك من احتمال نزوع جميع العينة إلى التعريف بالضغط المدرسي على غرار باقي أنواع الضغوط.

- تمكن الطالب من الحصول على نتائج تطبيق **مقياس التأقلم Kidcope** وتبويبها لحساب الثقل السيكومتري كون المقياس مؤسس باللغة الانجليزية على يد **أنتوني سبيريتو Anthony Spirito سنة 1988** وترجم على يد **عبد العزيز موسى ثابت 2014** من دون أن يقوم بإعادة حساب الثقل السيكومتري**(Abdel Aziz Mousa & Panos, 2015)**

- أثناء أداء الدراسة الاستطلاعية و تطبيق المقياس اكتشف الباحث صعوبة في تطبيق المقياس على العينة اللاحقة-عينة الدراسة الأساسية- لتباعد الأحياء السكنية زائد صعوبة التعاون مع الباحث الذي لا ينتمي إلى الحي السكني وهذا فيه إحجام و تأثير على النتائج ومنه كان لا بد من الاستعانة بزملاء في التخصص للتطبيق على العينة كل حسب الحي الذي ينتمي إليه – مجموعة الباحثين الذين قاموا بتطبيق المقياس.

4- أدوات جمع البيانات:

إن كلمة أداة من ناحية منهجية البحث العلمي تعني الوسيلة التي تستخدم لجمع بيانات البحث ولدراسة متغيرات البحث الحالي تم الاعتماد على المقياس كوسيلة إجراء هذه الدراسة، ويعتبر المقياس من بين الوسائل الرئيسية في جمع البيانات والتي يشيع استخدامها في الدراسات الوصفية.

واعتمدنا في هذه الدراسة على **مقياس التأقلم KIDCOPE:**

4-1- وصف المقياس:

صمم هذا المقياس **أنتوني سبيريتو ANTHONY SPIRITO سنة 1988** لفحص التكيف المعرفي والسلوكي لدى الأطفال والمراهقين من خلال تفريغ المواقف المعرفية والسلوكية لدى الأطفال والمراهقين. يوجد إصداران من **كيد كوب KIDCOPE** أحدهما للأطفال الأصغر سنًا (الذين تتراوح أعمارهم بين **7** إلى **12** عامًا) والآخر للأطفال الأكبر سنًا والمراهقين (الذين تتراوح أعمارهم بين **13** و **18** عامًا). يتكون إصدار المراهقين من **11** بندا ويستخدم المقياس استجابة من نوع ليكرت من **4** نقاط. يتكون الإصدار الخاص للأطفال من **15** عنصرًا ويستخدم مقياس استجابة ثنائي التفرع (لا مقابل نعم). يقوم كل إصدار بتقييم استخدام ومدى فعالية أساليب المواجهة المفيدة –الايجابية– وغير المفيدة–السلبية– بما في ذلك التشتت الانسحاب الاجتماعي، إعادة التفكير، لوم النفس، لوم الآخرين، حل المشكل، التعبير العاطفي، الاسترخاء، التمني، الدعم الاجتماعي، الخنوع. ولأن وظيفة كل أسلوب مواجهة معين يختلف حسب الحالة ، يتم تحليل كل أسلوب على حدا. **(Spirito, Danovsky, J. Prinstein, & Donaldson, 2000)**

مقياس **KIDCOPE**، الذي تم استخدامه على نطاق واسع، تم تطويره في الأصل للأطفال المصابين بأمراض مزمنة (التليف الكيسي، اللوكيميا، الخ)، وقد تم تعديله للاستخدام مع مواجهة فيروس نقص المناعة البشرية (**PAARDEKOOPER DE ،ORBAN ET AL. ،2010**)، الحرب **JONG ،& هيرمانز، 1999**)، كارثة طبيعية (**JENEY-GAMMON ،DAUGHERTY ،FINCH ،& BELTER ،1993**)، الحوادث (**STALLARD ،VELLEMAN ،LANGSFORD ،& BALDWIN ،2001**) وقضايا نفسية (**SPIRITO ،OVERHOLSER ،& STARK ،1989**).

و لهذه الغاية، يمكن استخدام **KIDCOPE** لتقييم الضغط العام والمحدّد عبر مجموعة واسعة من العينات المتنوعة.

قبل التطرق إلى الخصائص السيكومتريه لابد أن نذكر بأن هذا المقياس جاهز وقابل للتطبيق عبر عدة ثقافات. بعد اتصال الطالب وطلب الإذن من صاحب المقياس **أنتوني سبيريتو ANTHONY SPIRITO** و كذلك الباحث العربي الذي قام بترجمته **عبد العزيز موسى ثابت**. من أجل استخدامه للدراسة الحالية حيث أثبت المقياس ذلك في الدراسة الاستطلاعية أين عبرت كل عينة الدراسة الاستطلاعية عن سهولة الاستبيان و عدم حساسيته للعوامل الثقافية. **(أنظر الملحق رقم 01)**.

4-2-استخدام المقياس:

بالنسبة للأطفال الأصغر سنًا، يجب قراءة التعليمات للطفل بينما يقوم القائم بإجراء المقابلة بإكمال المقاييس بناءً على استجابات الطفل. بالنسبة للأطفال الأكبر سنا الإستجابة الذاتية هي المناسبة. و مع ذلك، قد يتم الانتهاء من التعليمات والبند الأول مع القائم بإجراء المقابلة. يستغرق إكمال المقياس لدى كل من المجموعتين ما بين **5** إلى **7** دقائق.

4-3- شكل المقياس:

كما هو موضح في **الملحق رقم (02)**، فان المقياس يتكون من ثلاثة أقسام، بعد كتابة المعلومات العامة عن الطفل أو المراهق (العمر، الجنس، العنوان، تاريخ التطبيق)، القسم الأول يطلب فيه من الطفل أو المراهق التعبير عن مشكلة أو ضغط تعرض له في الآونة الأخيرة القسم الثاني هي بمثابة الإجابة على التساؤل في القسم الأول الهدف منه تقدير درجة الضغط، والقسم الثالث هو مجموع بنود مقياس أساليب التأقلم **11** وموزعة على **15** بند على النحو التالي:

الجدول رقم (04): يمثل المحاور الأساسية للمقياس ممثلة في طبيعة و رقم كل أسلوب.

الأسلوب	البند	طبيعة التوجه في الأسلوب
التشتت	2+1	مواجهة بالهروب من الضغط
الانسحاب الاجتماعي	4+3	مواجهة بالهروب من الضغط
إعادة التفكير	5	مواجهة بالتحكم في الضغط
لوم النفس	6	مواجهة بالهروب من الضغط
لوم الآخرين	7	مواجهة بالهروب من الضغط
حل المشكل	9+8	مواجهة بالتحكم في الضغط
التعبير العاطفي	10	مواجهة بالهروب من الضغط

الاسترخاء	11	مواجهة بالتحكم في الضغط
التمني	13+12	مواجهة بالهروب من الضغط
الدعم الاجتماعي	14	مواجهة بالتحكم في الضغط
الخنوع	15	مواجهة بالهروب من الضغط

4-4-تسجيل الدرجات و تجميعها:

كما ذكرنا من قبل أن المقياس مقسم على 3 محاور هي كالتالي:

- الأول نوع الضغط الذي يعاني منه الطفل أثناء المدة الأخيرة والذي يتم التعبير عنه و حصره ضمن أربعة محاور : **الوالدين/ المدرسة/الأقران/الأخوة والأخوات.**

- الثاني درجة الضغط من خلال الإجابة على ثلاث عبارات الأولى وهي تتراوح بين لا-قليلا-بدرجة متوسطة-كثيرا-كثيرا جدا وتأخذ الدرجات على الترتيب من **0** إلى **4** .

- الثالث يعتبر مقياس التأقلم و في كل بعد يجيب الطفل على جانبين الأول ماذا تفعل وهو التردد **نعم=1 / لا=0** . الثاني كيف يساعدك هذا في التغلب عليها وهو الفاعلية **لا=0/قليلا=1/كثيرا= 2** .

الدرجة على البعد -أسلوب التأقلم- تحسب على النحو التالي:

- نقوم دائما بضرب درجة التردد في درجة الفاعلية للبعد الذي يمثله بند واحد تلك هي النتيجة على الأسلوب.

– نقوم بضرب درجة التردد في درجة الفاعلية للبعد الذي يمثله بندين ونأخذ النتيجة الأكبر بينهما على الأسلوب. **(أنظر الملحق رقم 03)**.

4-5-الخصائص السيكومترية للمقياس:

الثبات:

قدمت بيانات سابقة عن مقياس كيد كوب معاملات الثبات للاختبار التطبيق وإعادة التطبيق لفترات زمنية أقصر **(3-7 أيام)** ، تتراوح من 0.41 إلى 0.83 **(SPIRITO ET AL. 1988)**.

الصدق:

أظهرت نتائج الصدق التلازمي وجود ارتباط معتدل إلى مرتفع بين كيدكوب ومقاييس المواجهة الأخرى، على سبيل المثال. من 0.33 إلى 0.77 مع **استبيان استراتيجيات المواجهة توبين وزملائه COPING STRATEGIES INVENTORY TOBIN AND COLLEAGUES (1984) 1984))**؛ من 0.22 إلى 0.62 مع **استبيان اتجاه التأقلم مع مشاكل المراهقة بيترسون و ماك كوبين ADOLESCENT-COPING ORIENTATION FOR PROBLEM (1983) EXPERIENCES INVENTORY BY PATTERSON AND MCCUBBIN (1983) .**

4-5-1- إعادة حساب الخصائص السيكومترية:

قام الطالب في الدراسة الاستطلاعية بتوزيع المقياس وثم تبويب النتائج قصد إعادة حساب صدق وثبات الاستبيان وجاءت النتائج كالتالي:

-إعادة حساب الثبات RELIABILITY:

طريقة الثبات التجريبي:

وهو الارتباط بين درجات التطبيق الأول وإعادة التطبيق حيث يكون الاختبار ثابتا إذا كان الارتباط طرديا وموجبا ودال إحصائيا ودلت نتائج الاختبار على ما يلي:

الجدول رقم (05): يمثل حساب قيمة r لاختبار الثبات عن طريق الثبات التجريبي (التطبيق وإعادة التطبيق).

حجم العينة	قيمة r	الدلالة الإحصائية	الحكم
30	0.577	0.044	دال إحصائيا

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات أن قيمة r لاختبار الثبات عن طريق الثبات التجريبي (التطبيق وإعادة التطبيق) بلغت **0.577** عند الدلالة الإحصائية **0.044** ومنه فان المعنى العلمي للقيمة تفسر ثبات المقياس.

- إعادة حساب الصدق VALIDITY : حساب الصدق بالاعتماد على الصدق التمييزي:

- وهذا ما تفسره النتائج في الجدول التالي:

الجدول رقم (06): يمثل حساب قيمة t بين عينتين مستقلتين في مقياس التأقلم من جانب الأساليب السلبية:

	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الفرق في المتوسط	درجة الحرية	t	الدلالة الإحصائية	الحكم
الدرجات العليا	15	10.53	3.067	28	6.19	0.000	دال إحصائيا
الدرجات الدنيا	15	7.47					

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات أنه توجد فروق ذات دلاله إحصائية لدى العينة بناءاً على المجموعة (العليا – الدنيا) لصالح المجموعة العليا بمتوسط حسابي بلغ 10.53 وهي قيمة أكبر من متوسط المجموعة الدنيا الذي بلغ7.47 و قيمة t بلغت 6.19 عند درجة الحرية 28 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000 والمعنى العلمي لهذه القراءة يؤكد قدرة المقياس على التمييز.

الجدول رقم(07): يمثل حساب قيمة u لاختبار مان ويتناي اللابارامتري في مقياس التأقلم من جانب الأساليب الايجابية:

	حجم العينة	متوسط الرتبة	مجموع الرتب	قيمة u	قيمة z	الدلالة الإحصائية	الحكم
الدرجات العليا	15	22	330	15	-4.241	0.000	دال إحصائيا
الدرجات الدنيا	15	09	135				

من خلال الجدول المحصل عليه أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات أنه توجد فروق ذات دلاله إحصائية لدى العينة بناءاً على المجموعة (العليا – الدنيا) لصالح المجموعة العليا بمتوسط بلغ 10.53 وهي قيمة أكبر من متوسط المجموعة الدنيا الذي بلغ 09 و قيمة Z بلغت 4.241- بمستوى الدلالة الإحصائية (0.000)، ومنه فان المقياس صادق من جانب الأساليب الايجابية.

من خلال نتائج الصدق والثبات المتحصل عليها من طرف الطالب يمكن أن نحكم على المقياس على انه يتمتع بصدق وثبات كاف لأجراء الدراسة في المجتمع المحلي.

5- مجتمع وعينة الدراسة:

5-1- مجتمع الدراسة:

يتمثل المجتمع الأصلي لهذه الدراسة في جميع أطفال ومراهقي مدينة باتنة، واللذين بلغ عددهم وفق معادلة تقدير إحصاء السكان المعتمدة انطلاقا من معلوم سنة **2009** وتقدير سنة **2018** توصلت النتائج إلى حوالي **97628 طفلا ومراهقا** تتراوح أعمارهم بين **5** إلى **19 سنة** وفقا لإحصائيات السكان المقيمين حسب السن والجنس والبلدية الصادر عن الديوان الوطني للإحصائيات. **(Office national des statistiques, 2009)**

5-2-عينة الدراسة :

قصد اختيار عينة بحث تكون ممثلة بالقدر الكاف لمجتمعها مع مراعاة متغيرات الدراسة، وبحكم كبر حجم مجتمع الدراسة وانطلاقا من الدراسات السابقة وطرق اختيارها لعيناتها كان من الصعب الاستعانة بطرق المعاينة العشوائية، مما جعل الطالب يلجأ إلى استخدم طريقة **المعاينة القصدية PURPOSIVE SAMPLE** والتي يعرفها (زياد أحمد، 2001) :" ينتقي الباحث أفراد عينته بما يخدم أهداف دراسته وبناءا على معرفته دون أن يكون هناك قيود أو شروط غير التي يراها هو مناسبة من حيث الكفاءة أو المؤهل العلمي أو الاختصاص أو غيرها، وهذه عينة غير ممثلة لكافة وجهات النظر ولكنها تعتبر أساس متين للتحليل العلمي ومصدر ثري للمعلومات التي تشكل قاعدة مناسبة للباحث حول موضوع الدراسة عندما لا يتمكن الباحث من اختيار عينة عشوائية من المجتمع الأصلي لأي سبب من الأسباب التي يراها مقنعة له، أو أنه يرغب في الحصول على عينة ذات مواصفات وخصائص محددة فإنه يلجأ إلى إختيار عينة تسمى " العينة القصدية أو الغرضية"، أي أنه يقصد

أفراداً متوفرين من مجتمع الدراسة، الحاجة إلى عدد أكثر لأفراد العينة الممثلة لتعطي الثقة اللازمة لتعميم النتائج.

قد أورد **UMA SEKARAN** في **(زياد أحمد، 2001)** النقاط التالية التي يمكن الاسترشاد بها من أجل تحديد حجم العينة المطلوب :

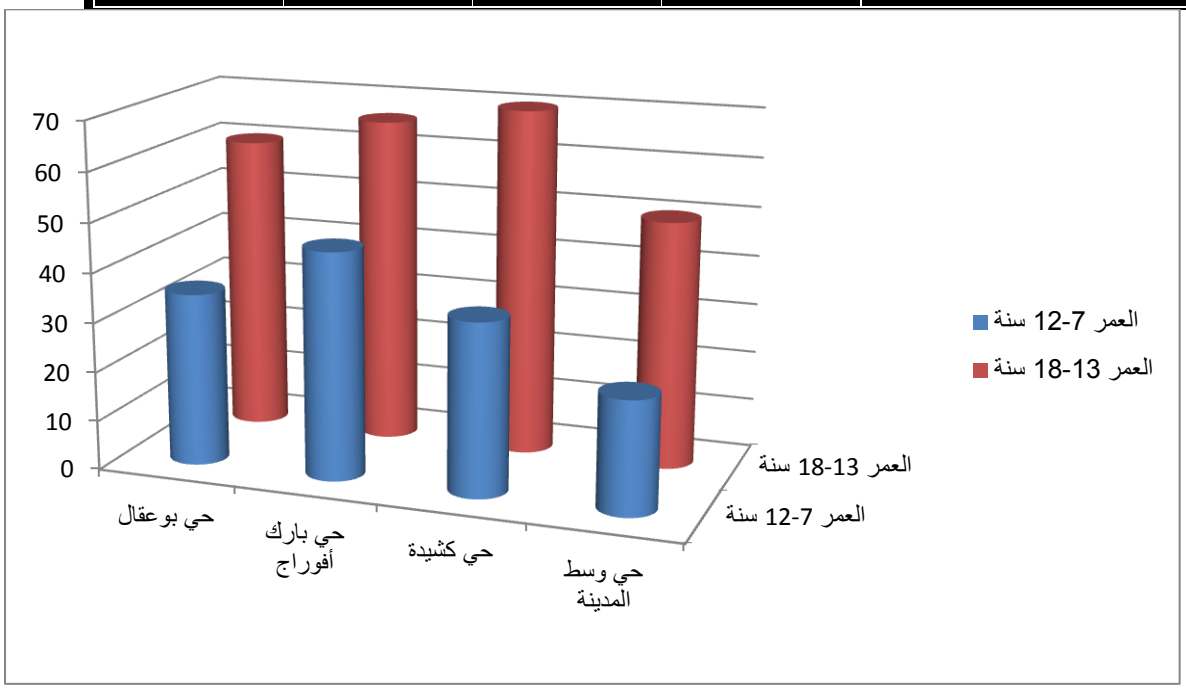
- 30 – 500 مفردة ملائم لمعظم الأبحاث والدراسات.
- يجب أن لا يقل عدد المفردات لكل طبقة عن 30 مفردة في العينات الطبقية.
- يفضل أن لا تقل مفردات العينة عن عشرة أضعاف عدد متغيرات الدراسة.
- قد يكون حجم عينة 10 – 20 مقبولا إذا كان البحث تجريبيا وحجم الضبط والرقابة عالي ومبرر من الباحث.

انطلاقا مما سبق تكونت عينة الدراسة النهائية من**(385 طفل و مراهق)**، وقصد توضيح خصائص أفراد العينة بشكل أوسع مستندا بذلك إلى الأدبيات النظرية والدراسات السابقة سيتم توضيح كل خاصية في جدول وتمثيل بياني كالتالي:

-الجدول رقم(08): يمثل توزيع أفراد العينة حسب الأحياء السكنية:

الفئة العمرية / مكان السكن	الأطفال من العمر 7-12سنة		المراهقين من العمر 13-18سنة	
	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
بوعقال	35	%25.18	60	%24.39
بارك أفوراج	46	%33.10	66	%26.83
كشيدة	35	%25.18	70	%28.45

وسط المدينة	23	%16.54	50	%20.33
المجموع	139	%100	246	%100



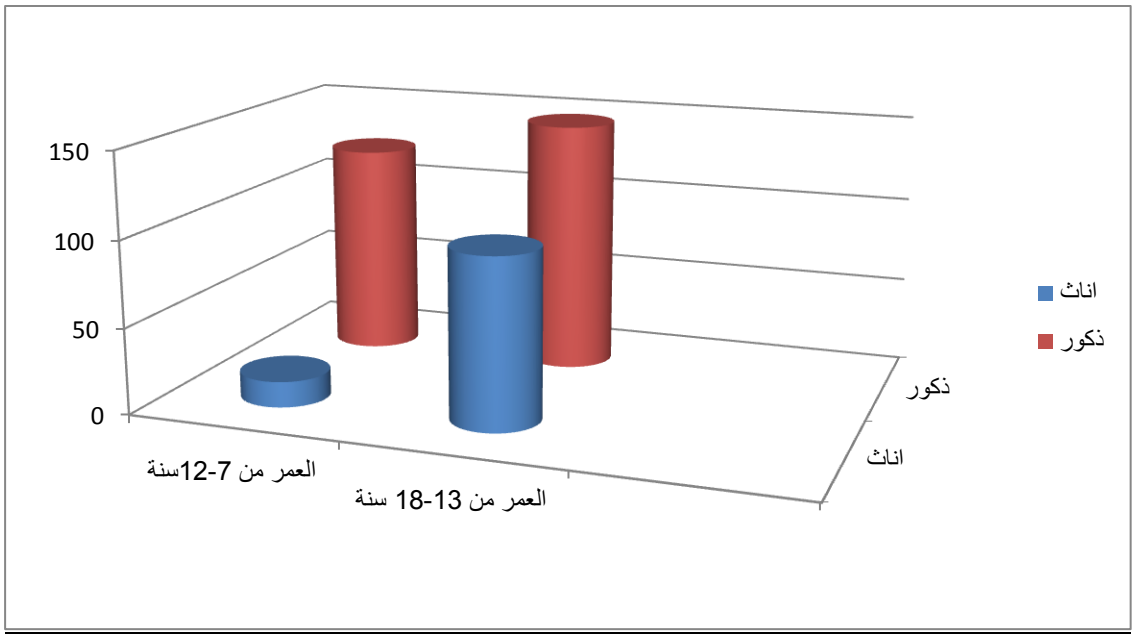
الشكل رقم (03) : يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن و مكان السكن

- من خلال الجدول و الشكل المحصل عليه أعلاه توضح القراءة الاحصائية للبيانات أن :

عدد أفراد العينة متفاوت حسب الأحياء السكنية حيث بلغ عدد الأطفال 35 و بنسبة 25.18% وعدد المراهقين 60 بنسبة 24.39 % أما حي بارك أفوراج فقد بلغ عدد الأطفال 46 بنسبة 33.10% و المراهقين 66 بنسبة 26.83% و حي كشيدة بلغ عدد الأطفال 35 بنسبة 25.18 % والمراهقين 70 بنسبة 28.45% أخيرا حي وسط المدينة اين بلغ عدد الأطفال 23 بنسبة 16.54% و المراهقين 50 بنسبة 20.33% والشكل الموالي يوضح نسبة التوزيع حسب.

الجدول رقم (09) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب نوع الجنس.

الفئة العمرية / الجنس	الأطفال من العمر 7-12سنة		المراهقين من العمر 13-18سنة	
	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
ذكور	124	%89.2	147	%59.75
اناث	15	%10.8	99	%40.25
المجموع	139	%100	246	%100



- الشكل رقم(04) : يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس والفئة العمرية.

من خلال الجدول والشكل المحصل عليه أعلاه توضح القراءة الاحصائية للبيانات أن :

عدد أفراد العينة متفاوت جدا حسب نوع الجنس خاصة بالنسبة لفئة الأطفال حيث بلغ عدد الذكور 124 بنسبة 89.2% والاناث 15 بنسبة 10.8% في حين لدى المراهقين لم يكن هناك فارق كبير كما لدى الأطفال في توزيع افراد العينة حيث بلغ عدد المراهقين الذكور 147 بنسبة 59.75% والاناث 99 بنسبة 40.25 %. والشكل الموالي يوضح نسبة التوزيع حسب الجنس و الفئة العمرية.

6- إجراءات التطبيق الميداني:

طبقت الأداة الخاصة بهذه الدراسة وهي مقياس التأقلم لقياس أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة على عينة من أطفال ومراهقي مدينة باتنة، حيث وزع **600 مقياس** على عدة أحياء سكنية وتمت الاستعانة بباحثين مختصين في علم النفس لتسهيل عملية التطبيق على صاحب البحث وكونهم من سكان تلك الأحياء حتى لا يكون هناك إهمال لإجراءات الدراسة وكسب ثقة المطبق عليهم.

يتوجه المطبقون نحو الأحياء أين التقوا بعينة الدراسة، في كل حالة يقومون أولا بإيضاح البيانات لأغراض البحث العلمي فقط و لا تتعلق نتائجها بمعلومات شخصية ولكن بكل احترام وسرية.

أثناء التطبيق الخاص بأدوات الدراسة يقوم المطبقون بقراءة التعليمات الخاصة وبشرح كيفية وضع علاماتهم أمام جميع العبارات دون استثناء وقد حققت هذه الطريقة الهدف المنشود من تطبيق الأدوات، وبعد تصحيح الإجابات رفض البعض منها لأسباب لا تتوافق وأهداف البحث، ترك البيانات الخاصة دون ملأها تجاوز بعض البنود دون الإجابة عليها...الخ، ووفقا لطريقة تصحيح كل أداة من الأدوات المستخدمة، وبعد تصحيح الإجابات كاملة قام الباحث بجدولة النتائج ليصبح من اليسير معالجتها إحصائيا وهي مدرجة ضمن الملاحق في البحث.(**أنظر الملحق رقم 04**).

7- الأدوات والأساليب الإحصائية:

قد تم تحليل البيانات الخاصة باعادة حساب الخصائص السيكومترية للمقياس و دراسة الفروض باستخدام العمليات الإحصائية التالية في برنامج الحزم الإحصائية **SPSS21:**

- المتوسط الحسابي، الانحراف، التباين.
- معامل الارتباط بيرسون **PEARSON**.
- اختبار مان ويتني **U**.
- اختبار "ت" **(T TEST)**.
- التكرارات والنسب المئوية.
- تحليل التباين فيشر.
- اختبار **SCHEFFE**.

خلاصة:

يعد الجانب التطبيقي من أهم خصائص الدراسات الأكاديمية الميدانية لذا حاول الطالب أن يختار المنهج والعينة وأدوات القياس بدقة لتلافي الخطأ في نتائج الدراسة المرجوة من فرضيات وتخمينات وهذا ما بينه من خلال هذا الفصل.

تناول هذا الفصل الجانب المنهجي للدراسة الميدانية، جانبين أساسيين تمثلا في دراسة استطلاعية و دراسة أساسية كلاهما وفق المنهج الوصفي حيث تم الاستعانة بالدراسة

الاستطلاعية للتقرب من عينة الدراسة و تجريب حساب الثقل السيكومتري لأداة القياس كما تم تحديد حدود الدراسة ومجتمع و عينة الدراسة التي تمت فيها المعاينة بالطريقة القصدية الغرضية و من ثم الوقوف على أداة الدراسة التي تميزت بثقل سيكومتري كاف لإجراء الدراسة وبلوغ أهدافها، أخيرا كيفية جمع البيانات في إجراءات التطبيق الميداني والتعامل معها وفق الأدوات والأساليب الإحصائية.

الفصل الخامس

عرض وتحليل النتائج

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة.

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بين الأطفال (طفولة متأخرة) والمراهقين.

- **الجدول رقم (10): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونتائج اختبار(t).**

متغيرات الدراسة	الفئة	N	$\overline{X}$	s	t	df	مستوى الدلالة
أساليب المواجهة	مراهق	244	13.26	2.518	0.651	383	0.51 6 غير دال
	طفل	141	13.09	2.509			

يتضح من خلال الجدول أعلاه:

قيمة (t) المحسوبة في الجودة بلغت 0.651عند درجة الحرية 383 وبمستوى الدلالة الإحصائية (0.516)، حيث بلغ متوسط المراهق13.26 والانحراف المعياري بلغ قيمة 2.51 بينما بلغ متوسط الطفل 13.09 والانحراف المعياري بلغ القيمة 2.50، وبالتالي لم تتحقق فرضية الدراسة.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية: توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الجنس.

الجدول رقم (11): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونتائج اختبار(t).

متغيرات الدراسة	الجنس	N	$\bar{X}$	s	t	df	مستوى الدلالة
أساليب المواجهة	ذكر	272	13.19	2.481	0.044	383	0.965 غير دال
	أنثى	113	13.20	2.599			

يتضح من خلال الجدول السابق:

قيمة (t) المحسوبة بلغت 0.044عند درجة الحرية 383 وبمستوى الدلالة الإحصائية (0.965)، حيث بلغ متوسط الذكور 13.19 والانحراف المعياري بلغ قيمة 2.48 بينما بلغ متوسط الاناث13.20 والانحراف المعياري بلغ القيمة 2.599، وبالتالي لم تتحقق فرضية الدراسة.

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط.

جدول رقم (12): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للاستبيان حسب نوع الضغط .

متغيرات الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
أساليب المواجهة	داخل المجموعات	363.14	3	121.038	22.372	0.000 دال احصائيا
	بين المجموعات	2061.276	381	5.410		
	المجموع	2424.390	384			

من خلال الجدول أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات:

- وجود فروق دالة إحصائيا في درجة أساليب المواجهة لدى عينة الدراسة، حيث بلغت قيمة (F) 22.372عند مستوى دلالة 0.000 أي تحققت الفرضية وبالتالي توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط.

***وتم اعتماد اختبارScheffe للبحث في طبيعة الفروق**

الجدول رقم(13): يمثل نتائج متوسط الفروق البعدية لاختبار Scheffe حسب نوع الضغط.

نوع الضغط		متوسط الفروق	الخطا	مستوى الدلالة
مدرسي	إخوة	0,890	0,478	0,326 غير دال
	والدين	1,843*	0,293	0,000 دال
	أقران	-0,398	0,322	0,676 غير دال
إخوة	مدرسي	-0,890	0,478	0,326 غير دال
	والدين	0,953	0,467	0,245 غير دال
	أقران	-1,288	0,485	0,072 غير دال
والدين	مدرسي	-1,843*	0,293	0,000 دال
	إخوة	-0,953	0,467	0,245 غير دال

	أقران	-2,241*	0,304	0,000 دال
أقران	مدرسي	0,398	0,322	0,676 غير دال
	إخوة	1,288	0,485	0,072 غير دال
	والدين	2,241*	0,304	0,000 دال

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ:

- توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين الضغط المدرسي وضغط الوالدين حيث بلغ متوسط الفروق 1.840 بلغت قيمة الدلالة (0.000) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05).

-توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين الضغط الاقران وضغط الوالدين حيث بلغ متوسط الفروق 2.241 بلغت قيمة الدلالة (0.000) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05).

- لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين الضغط المدرسي وضغط الاخوة حيث بلغ متوسط الفروق 0.890 بلغت قيمة الدلالة (0.325) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

- لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين الضغط المدرسي وضغط الأقران حيث بلغ متوسط الفروق 0.398- بلغت قيمة الدلالة (0.676) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

– لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين الضغط الوالدين وضغط الإخوة حيث بلغ متوسط الفروق 0.953– بلغت قيمة الدلالة (0.245) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

– لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين الضغط الأقران وضغط الإخوة حيث بلغ متوسط الفروق 1.288 بلغت قيمة الدلالة (0.072) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

نص الفرضية: توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمكان السكن.

الجدول رقم (14): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للاستبيان حسب مكان السكن

متغيرات الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
أساليب المواجهة	داخل المجموعات	206.969	3	68.990	11,854	0.000 دال إحصائيا
	بين المجموعات	2217.420	381	5,820		
	المجموع	2424.390	384			

من خلال الجدول أعلاه توضح المعالجة الإحصائية للبيانات:

– وجود فروق دالة إحصائيا في درجة أساليب المواجهة لدى عينة الدراسة، حيث بلغت قيمة (F) 11.854عند مستوى دلالة 0.000 أي تحققت الفرضية وبالتالي توجد فروق دالة إحصائيا .

***وتم اعتماد اختبارScheffe للبحث في طبيعة الفروق.**

جدول رقم(15): يمثل نتائج متوسط الفروق البعدية لاختبار Scheffe حسب مكان السكن.

مكان السكن		متوسط الفروق	الخطأ	مستوى الدلالة
بارك أفوراج	بوعقال	0,347	0,336	0,785غير دال
	كشيدة	1,790*	0,328	0,000 دال احصائيا
	وسط المدينة	1,219*	0,363	0,011 دال احصائيا
بوعقال	بارك أفوراج	-0,347	0,336	0,785 غير دال
	كشيدة	1,443*	0,342	0,001 دال احصائيا
	وسط المدينة	0,872	0,375	0,147 غير دال
كشيدة	باركأفوراج	-1,790*	0,328	0,000 دال احصائيا
	بوعقال	-1,443*	0,342	0,001 دال احصائيا

	وسط المدينة	−,571	0,368	0,492 غير دال
وسط المدينة	باركأفوراج	−1,219*	0,363	0,011 دال احصائيا
	بوعقال	−0,872	0,375	0,147 غير دال
	كشيدة	0,571	0,368	0,492 غير دال

من الجدول السابق نلاحظ:

-توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين سكان بارك افوارج وسكان كشيدة حيث بلغ متوسط الفروق 0.347 بلغت قيمة الدلالة (0.000) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05).

-توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين سكان بارك افوارج وسكان وسط المدينة حيث بلغ متوسط الفروق 0.363 بلغت قيمة الدلالة (0.011) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05).

-توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين سكان بوعقال وسكان كشدة حيث بلغ متوسط الفروق 0.347 بلغت قيمة الدلالة (0.001) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05).

-لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين سكان بارك افوارج وسكان بوعقال حيث بلغ متوسط الفروق 0.336 بلغت قيمة الدلالة (0.785) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

-لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة بين سكان بوعقال وسكان وسط المدينة حيث بلغ متوسط الفروق 0.375 بلغت قيمة الدلالة (0.147) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

الفصل السادس

مناقشة و تفسير النتائج

1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى.

2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية.

3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.

4- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة.

1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

توصلت نتائج الفرضية الأولى إلى: عدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بين الأطفال (طفولة متأخرة) والمراهقين.

من خلال مناقشة نتائج هذه الدراسة مع معطيات الدراسات السابقة والأدب النظري للدراسة نجد أنها جاءت مخالفة تماما و على نقيض ما تم افتراضه ومن هذه الدراسات نذكر دراسة **(جريفيث واخرون، 1992) (دراسة هوفمان وأخرون،1995) (مانفريد دييل و أخرون، 1996) (راثنر و زانجلر، 1996) (بيريدا واخرون 2009)** التي توصلت في مجملها الى وجود فروق و تمايز بين أساليب مواجهة وفق عامل السن والانتقال من مرحلة إلى مرحلة أخرى يعني نضج و استخدام مزيج من الأساليب التي تميل إلى السيطرة الانفعالية، والتقييم الايجابي وينتقلون من المواجهات الانفعالية إلى المواجهات العملية، كما أن كثيرا من المراهقين يستخدمون الأساليب المعرفية والطرق المعرفية والعملية التي تعمل على تقليل الإحساس بتأثير الضغوط. بينما الأطفال الأصغر سنا يميلون إلى الاستراتيجيات التي تظهر نوعا من العدوانية و اللاتمايز و الدعم الاجتماعي، التنظيم العاطفي والتمني.

في حدود الدراسة الحالية أبرزت النتائج عكس ذلك; أي لا يمكن تصور أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة وفق منحنى نمائي تطوري تتميز كل مرحلة فيه على الأخرى بنوع الأسلوب المستخدم في تلافي أثر الضغوط.

فلسفة الفرضية الأولى و جوهر الموضوع تتلخص فيما يلي: هل أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة التي ينزع إليها الأطفال تنمو وتتطور في المراحل اللاحقة ؟

بالرغم من التمايز بين خصائص مراحل النمو، الذي يقر به التراث الأدبي علم النفس النمو إلا أن نتائج الدراسة الحالية جاءت لتثبت جانبا من الثبات النسبي فيما يخص أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة، يمكن تفسيره ضمن الأساس النظري السالف الذكر الذي يقر بأن التغيرات التطورية تنتج عند الإنسان بسبب التفاعل مابين العوامل الجينية والعوامل البيئية، وأن التغيرات الثابتة في السلوك نتاج لعملية التعلم، كما تعتبر التغيرات الثابتة نسبيا في الأبنية المعرفية، وفي مهارات معالجة المعلومات، وفي عملية الترميز والتخزين والاسترجاع كذلك نتاجاً لعملية التعلم، وبالمثل فان أي تغير ثابت نسبياً في أداء الخلية العصبية هو نتاج أيضاً لعملية التعلم.

التراث النظري للموضوع يفسر كذلك نتائج الفرضية من خلال الثبات النسبي الذي توصلت إليه حين أورد **(أبو جادو، 2007، ص40)** عن **سليتر وآخرون (Slater, Hacking & Loose,2003)**، أن الخبرات المبكرة التي يعيشها الفرد تؤثر في كل من تطوره الراهن وتطوره اللاحق، وتقترح وجهة النظر هذه أن جوانب محددة في تطور الطفل تكون مستقرة أو ثابتة، وهذا يعني أن هذه الجوانب متسقة **(Consistent)** ويمكن التنبؤ بحدوثها **(Predictable)** عبر الزمن.

ويبدو الآن أن النظر إلى هذه المسألة الخلافية قد بدأ يأخذ منحى يميل إلى الاعتقاد أن النمو يتمتع بخاصيتي الثبات والتغير، فعلى سبيل المثال فان بعض خصائص الشخص كالخجل والاستعداد للعدوانية تميل إلى أن تكون ثابتة، في حين تكون خصائص شخصية أخرى كالاستعداد لإقامة علاقات الصداقة وعدم الخوف من الغرباء والاستجابة السلبية للتغيرات في الظروف غير ثابتة.

جدلية الثبات مقابل التغير تعد من الثنائيات الخلافية التي اشتد الجدل حولها بين العلماء في مجال علم النفس النمو، ويبدو بطبيعة الحال أن المسألة لم تحسم بعد، والدليل على ذلك أن معظم المراجع ذات العلاقة بهذا الموضوع ما زالت تتناول المسألة، وتورد العديد من الدراسات البحثية التي تحاول أن تدعم المؤيدين لهذه الفرضية أو تلك ومن بينها هذه الدراسة ووفق حدودها توصلت إلى ثبات نسبي في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة قد يكون ناتج عن عوامل خارجية تحدد نوعية و كيفية التكييف مع المواقف الضاغطة.

2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

توصلت نتائج الفرضية الثانية إلى: عدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الجنس.

افتراض الدور الذي قد يلعبه نوع الجنس في أداء ونزوع الأطفال والمراهقين نحو أساليب مواجهة نوعية تتعلق بدرجة معينة بنوع الجنس، لم تتحقق ولم تتوافق مع الدراسات السابقة التي توصلت إلى فروق في أساليب المواجهة حيث ارتبط النشاط عند الذكور مع النظام بأساليب التعامل الإقدامية كذلك النزوع نحو التمارين الجسدية والبحث عن الدعم الاجتماعي، العدوان اللفظي والجسدي، التقييم الإيجابي، في حين وجود علاقة بين أساليب التعامل الإحجامية و الإنسحابية التعبير الانفعالي والانعزال وتجنب الموقف البحث عن الدعم.

بعض الدراسات السابقة توافقت مع نتائج الدراسة الحالية نذكر دراسة كل من (**راثنر و زانجلر، 1996**) و (**بيريدا واخرون، 2009**) و(**محمد رجب، 1995**) التي توصلت نتائجها لعدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تعزى لعامل الجنس.

عدم دلالة النتائج إحصائيا على وجود فروق بين الجنسين في أساليب المواجهة، تتوافق مع النظريات (الميكانيكية) **(mechanistic theories)** النظرية السلوكية و نظرية التعلم الاجتماعي، وترى أن التطور الإنساني يحدث في الأساس استجابة للأحداث التي يمر بها الفرد، ولا تهمل هذه النظريات

القوى اللاشعورية فقط، ولكنها تسقط من حسابها أيضاً دور كل من الغرضية والإرادة والذكاء، ويعتقد منظروا هذا الاتجاه أننا إذا تمكنا من تحديد جميع العوامل المؤثرة في بيئة الفرد نستطيع أن نتنبأ بما يمكن أن يصدر عنه من سلوكات. ويضيف **(أبو جادو، 2007، ص136)** أن التطور باعتباره كمياً يتضمن تغيرات في المقدار وليس في النوع، كما أنه مستمر يسمح بالتنبؤ في السلوكات اللاحقة من السلوكات التي تصدر عن الفرد مبكراً، ويحاول الباحثون في النظريات الميكانيكية تحديد وفصل العوامل البيئية التي تجعل الناس يتصرفون بطريقة معينة، أنها تركز على كيفية تأثير الخبرات في السلوك اللاحق، وتحاول فهم أثار الخبرة عن طريق تجزئة المثيرات والسلوكات المعقدة إلى عناصر أكثر بساطة.

ومنه يعزو الطالب عدم وجود فروق بين درجات الأطفال والمراهقين الذكور والإناث في أساليب المواجهة إلى البيئة التي ينتمون إليها وتشابه أساليب التنشئة الأسرية والنظم الثقافية السائدة في المجتمع والتي تلعب دوراً في تشكيل مسارات التفكير والتعامل مع منبهات العالم الخارجي سواء ذكور أو إناث لتتناسب مع مكوناته, وذلك من خلال تعرضهم لعوامل خارجية أكثر تعقيدا من ما مضى ولا تفرق في تعريضها بين الجنسين وهي وسائل الاتصال الحديثة و التقنيات المستعملة في ربط العلاقة بين أفراد البيئة الواحدة فتتكون بها مجموعة المعتقدات التي يتبنها الأفراد التي ظهرت

في الدراسة الحالية ضمن إستراتجيات مواجهة الأحداث الضاغطة بين الأطفال المراهقين تبعا لمتغير الجنس.

3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

توصلت نتائج الفرضية إلى: وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط.

نتائج الدراسة الميدانية التي تبحث الفروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة بين الأطفال والمراهقين تبعا لنوع الضغط ومصدره كما عبر عليه أفراد العينة على مقياس التأقلم المطبق جاءت لتثبت دور نوع الضغط في الفروق الواضحة للنزوع نحو أسلوب دون الأخر.

الفرضية توافقت في نتائجها مع دراسات كل من **(عربيات وخرابشة،2007)** **(جريفيث وأخرون،1992)** **(راثنر وزانجلر،1996)** التي تؤكد في نتائجها أن أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تتنوع حسب مصادر الضغوط حيث أكثر أساليب المواجهة استخداما لمواجهة ضغط الدراسة والسعي للتفوق هو التجنب و استخدام المهدئات، كما يميل الأطفال والمراهقون إلى الدعم الاجتماعي باعتباره إستراتيجية التكيف الأكثر كفاءة بالنسبة للضغط الصادر عن المرض، بالنسبة للضغوط الأسرية والمدرسية يميل الأطفال إلى تجنب المواجهة ويميلون إلى استخدام أساليب المواجهة غير التجنبية في ما يتعلق بضغوط الأقران.

يمكن تفسير الدور الذي تلعبه مصادر الضغوط، وما تحمله من تركيبة و خصائص تميزها من خلال تفاعل العضوية معها كما وضح ذلك (جان بياجيه) في مطلع القرن العشرين أن هنالك وظيفتين أساسيتين للتفكير ثابتتين لا تتغيران مع تقدم العمر هما التنظيم (Organization)

والتكيف (Adaptation)، وتمثل وظيفة التنظيم نزعة الفرد إلى ترتيب العمليات العقلية وتنسيقها في أنظمة كلية متناسقة ومتكاملة، أما وظيفة التكيف فتمثل نزعة الفرد إلى التلاؤم مع البيئة التي يعيش فيها والاستعداد للتكيف تختلف طرقه من عضوية إلى أخرى ويحدث من خلال عمليتي التمثل (Assimilation) و المواءمة (Accommodation) فالتمثل عبارة عن عملية تعديل المعلومات الجديدة بما يتناسب مع ما لدى الفرد من أبنية معرفية، أما الموائمة هي تعديل وتغيير ما لدى الفرد من أبنية معرفية للتتناسب مع الخبرات و المعلومات الجديدة. يضيف (لازاروس وفولكمان،1984) تفسيرا لمفهوم مواجهة الضغوط يدعم تفسير الفروق وفق نوع و خصائص الضغط في حد ذاته، بداية من إدراك الحدث الضاغط مرورا بعمليات التقييم ومنتهية بأساليب المواجهة ونواتجها. وفيها تم التركيز على أن المواجهة عبارة عن عملية تبادلية (تفاوضية) تحدث بين الفرد والبيئة، مع التركيز على عملية التقدير(التقييم) Appraisal أكثر من التركيز على الخصائص الشخصية للفرد و يفترضان أن استخدام الفرد لأي من النوعين السابقين، إنما يعتمد على تقييمه وتقديره للحدث الضاغط.

يعزو الطالب تفسير نتائج الدراسة الحالية والدراسات السابقة إلى التساؤل هل يتغير أسلوب المواجهة للطفل والمراهق من موقف إلى أخر؟ أم أن الخصائص الشخصية لهؤلاء هي التي تقرر أنماط أساليبهم وتجعلهم يتصرفون بنفس الطريقة في المواقف المختلفة؟ وهل تستمر هذه الأساليب مع الأطفال والمراهقين عند انتقالهم من موقف إلى موقف آخر بغض النظر عن النظر عن طبيعة هذه المواقف؟ علماء نفس النمو يختلفون فيما بينهم حول الأهمية النسبية التي يعطونها للعوامل الشخصية في مقابل المتغيرات الموقفية. وعلى أي حال فقد قام العديد من الباحثين والعلماء المهتمين بهذه القضية باقتراح حل توقيفي يقوم على تبني وجهة نظر تفاعلية تؤكد على الدور

المزدوج لكل من العوامل الشخصية والموقفية. فان الجانب المهم في دراسة أساليب المواجهة من حيث نوعها يرتبط أساسا بخصائص المصدر الضاغط الذي يعمل على توجيه الفرد نحو اختيار أسلوب دون الأساليب الأخرى لتلافي أثره، الأسلوب الذي يتم اختياره من ضمن مجموعة الأساليب هو نتاج للخبرة و التعلم، إذا افترضنا مثلا أسلوب مواجهة انفعالي نحو حدث مأساوي فهو لدى غالبية الأفراد (حداد و بكاء لفقدان شخص) ومنه عدم تمايز نزوع الأفراد نحو المصدر الضاغط دليل لتشابه في تقييم وتقدير المصدر الضاغط، وانطلاقا من نتائج الدراسة و التفسيرات النظرية يمكن افتراض التنبؤ بنوع المواجهة إذا ما تم تحليل خصائص العامل الضاغط و تركيبته ضمن وظائف ومميزات البيئة.

4- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

توصلت نتائج الفرضية إلى: وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمكان السكن.

نتائج الدراسة الحالية تتوافق و نتائج دراسة **(منى محمود، 2002)** التي توصلت إلى أن سكان المناطق الأكثر حضريا يميلون إلى استخدام أسلوب التركيز على حل المشكل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، الاسترخاء، الانفصال الذهني، بينما يميل السكان البعيدون عن التمركز الحضري إلى استخدام أسلوب لوم الذات، الانعزال، التنفيس الانفعالي، الدعابة. **(أحمد نبيل البحراوي، 2003)** توصل إلى أن طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المرتفع يتميزون بفعالية أكثر من طلاب وطالبات المستوى الاجتماعي المنخفض. كذلك **(بيريدا واخرون،2009)** الأطفال من الفئات المحرومة عبرت عن مصدر الضغوط لديها في الصراع

والعنف، وترك المنزل والتعارض مع القواعد والنظم، ومحاولة مواجهتها بالتجنب التي يمكن أن ترتبط بتصور عدم السيطرة على هذه الضغوطات.

افتراض مكان السكن كمتغير لتفسير التنوع في أساليب المواجهة ويرى الطالب أن هذه النتائج تعد نوعا ما منطقية نظرا لطبيعة أننا مهما ادعينا أن أفراد المجتمع الواحد يؤلفون وحدة متكاملة على اشتراكهم في ظروف واحدة وتأثرهم ببيئة واحدة و إتباعهم أنماطا سلوكية متشابهة ثم تأثرهم بعوامل ثقافية وحدت بين أفكارهم إلى درجة جديرة بالملاحظة والتقدير، وأننا مهما ادعينا أن أساليب التنشئة الاجتماعية والتطبيع كفيلة بأن تخلق بين أفراد المجتمع الواحد شخصية متقاربة المعالم، فإننا لا بد أن نصطدم بحقيقة أنه من خلال تلك الوحدة الظاهرة لا بد أن توجد أجزاء وأجزاء، وأن كل جزء من هذه الأجزاء يتصف بصفات ذاتية تسمح له بالفردية والتمايز **(المصري،1985: 132)**.

يؤكد هذا الاختلاف **(كيرت ليفين)** في أن الحيز الحيوي يختلف عن الحيز الجغرافي الذي يعيش فيه الفرد أو الحيز الطبيعي الذي يحيط به، فهو يعني العالم الذي يدركه وليس العالم الذي يحيط به .و أن الحيز الحي هو مفهوم من المفاهيم المعقدة نوعاً ما، وهو يشتمل على الفرد نفسه وبيئته الذاتية والتي تشمل كل ما يؤخذ على سلوكه وأيضاً سلوك الفرد نتاج تفاعل بين ذات الفرد وبيئته عن طريق الإدراك، أي أن الحيز الحي هو البيئة كما يدركها الفرد، وأيضاً الحيز الحي عند الطفل ينتقل من اللاواقعي إلى الواقعي، أما في البعد الزمني فينتقل من الاهتمام بالحاضر إلى الاهتمام بالماضي والمستقبل.

أن الاختلافات الثقافية و الاجتماعية لها أثر في إدراك وتقييم الأحداث الضاغطة، فكل مجتمع له ظروفه ومعتقداته وثقافته المتميزة، التي تؤثر على الفرد في إدراكه للضغوط، وفي أسلوب

مواجهته لها من خلال تفاعله بالبيئة الأسرية و الاجتماعية وتأثره بالمعايير والقيم الاجتماعية إذن أساليب التنشئة الاجتماعية، التي تسود التجمعات السكنية، تتأثر بالأوضاع و الخبرة السابقة تلعب دوار مهما في تحديد استجابة الفرد للضغوط ، حيث تكِون اعتيادا وألفة اتجاه المواقف والمواجهة المتكررة لمصدر الضغط و التدريب على الاستجابة للتعامل مع المواقف يوثر على مستوى الضغوط التي يتعرض لها الفرد في موقف معين وتعمل على تعديل ردود أفعاله في تحديد كيفية الاستجابة للضغوط نجد أنهما يخضعان لتأثير العديد من العوامل حسب لازاروس التي يتلقاها الفرد حول مختلف المواقف ويكون بذلك نمط التنشئة الاجتماعية ومدى ثراء البيئة التي ينشأ فيها الفرد وكذلك طبيعة التركيبة الأسرية (نووية أو ممتدة) ذات قيمة أساسية حيث أن الأساليب التي تعتبر غير مقبولة اجتماعيا تزيد من الأعباء النفسية على الرغم من أنها قد تكون فعالة في مواجهة الضغوط على المدى القصير.

الاستنتاج العام

أهمية الجانب النظري للدراسة و ما له من دور في تفعيل المادة العلمية الخاصة بمعطيات البحث الحالي حول الثقافة الصحية لدى المتطلعين على خصائص النمو و متطلباته ضمن المراحل الأولى من النمو كذلك أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة السوية قصد التكيف والتعايش مع تغيرات البيئة التي نعيش فيها.

انبثقت فلسفة الدراسة الحالية من افتراض نمو أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة ضمن الكفاءات و المهارات النفسية التي تنطوي تحت القواعد العامة للنمو وانطلاقا من مبادئ علم النفس الأولى التي تجلت في أعمال المدرسة التحليلية، خاصة أثناء التعامل مع الأفكار المضطربة والمشاعر المؤلمة التي بإمكانها أن تتسرب إلى الشعور عندما يفشل الكبت في السيطرة عليها، كما وصف التحليليون الميكانزمات الدفاعية المختلفة التي يلجأ إليها الإنسان للمحافظة على كيانه واتزانه النفسي. انطلاقا من سنوات الستينات والسبعينات كشفت العديد من الأبحاث والدراسات الممتدة خلال هذه الفترة عن الرابطة الانتقالية بين ميكانزمات الدفاع واساليب المواجهة حيث بدأ الباحثون استخدام "المواجهة" بدل "الدفاع".

قصد تحقيق أهداف الدراسة و الإجابة عن التساؤلات المطروحة في إشكالية الدراسة من خلال توضيح ماهية أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة والخصائص النمائية لمرحلتي الطفولة و المراهقة من خلال التراث الأدبي والدراسات السابقة المتعلقة بالموضوع بغية تكوين إطار نظري للدراسة. والبحث في الموضوع امبريقيا في صورة مستعرضة عن الفروق في درجات أساليب المواجهة بين أفراد عينة الدراسة التي تعزى إلى مرحلة النمو (الطفولة والمراهقة) والفروق التي تعزى إلى الجنس و نوع الضغط ومكان السكن. توصل الطالب من خلال نتائج فرضياته إلى عدم وجود فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو (طفولة متأخرة – المراهقين)

وتبعا لنوع الجنس، أي –في حدود الدراسة– لا يمكن اعتبار أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة من الملامح النمائية للفرد. بالرغم من الاختلاف النظري بين خصائص مراحل النمو، الذي تقر به الأدبيات النظرية لعلم النفس النمو إلا أن نتائج الدراسة الحالية جاءت لتثبت جانبا من الثبات النسبي في خصائص أساليب المواجهة تبعا لمراحل النمو و نوع الجنس. في حين تحققت نتائج الفرضيات التي تخص الفروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط ومكان السكن. الدور الذي تلعبه مصادر الضغوط، وما تحمله من تركيبة و خصائص تميزها من خلال تفاعل العضوية معها كمتغير لتفسير التنوع في أساليب المواجهة و هذه النتائج تعد نوعا ما منطقية نظرا لطبيعة أننا مهما ادعينا أن أفراد المجتمع الواحد يؤلفون وحدة متكاملة على اشتراكهم في ظروف واحدة وتأثرهم ببيئة واحدة و إتباعهم أنماطا سلوكية متشابهة ثم تأثرهم بعوامل ثقافية وحدت بين أفكارهم إلى درجة جديرة بالملاحظة، وأننا مهما ادعينا أن أساليب التنشئة الاجتماعية والتطبيع كفيلة بأن تخلق بين أفراد المجتمع الواحد شخصية متقاربة المعالم، فإننا لا بد أن نصطدم بحقيقة أنه من خلال تلك الوحدة الظاهرة لا بد أن توجد أجزاء وأجزاء، وأن كل جزء من هذه الأجزاء يتصف بصفات ذاتية تسمح له بالفردية والتمايز.

يتضح من خلال نتائج الدراسة –حدود الدراسة– أنه لا يمكن فهم تطور أساليب المواجهة دون النظر إلى العوامل الفسيولوجية والنفسية المتعددة، العمليات السلوكية، و المعرفية، والشخصية التي تؤدي إلى ذلك، والسياقات البيئية الإيكولوجية الأوسع نطاقًا التي تتكشف فيها، على الرغم من عدم وجود إجماع حول تفاصيل هذا المنظور، يبدو من الواضح أن المواجهة تعمل على مستويات متعددة وعبر عدة نطاقات زمنية مختلفة. يمكن اعتبار المواجهة عملية تكيفية على نطاق تطوري ، وعملية عرضية (الأيام والشهور) ، وعملية تفاعلية في الوقت نفسه.

تركز معظم النظريات حاليًا على المواجهة كعملية عرضية يتم توظيف المواجهة استجابةً للطلبات (البيئية أو داخلية) ويتشكل من خلال تقييمات الفرد والموارد الاجتماعية والفردية.

انتهى البحث الحالي إلى الاستفادة من الأعمال الأخرى المتعلقة بالضغط و النمو وحاول المساهمة فيها بقدر معين، حيث توصل إلى أن أساليب المواجهة كعملية تفاعلية، تعمل على مستوى التفاعلات مع السياق الاجتماعي والمادي. كما أنه يحتاج مثل هذا البحث إلى تضمين المكونات المتعددة لردود الفعل الناتجة عن الأحداث الضاغطة التي تحدث في الوقت الفعلي، وينبغي أن تحدد كيفية عملها معًا في التفاعلات مع ما هو معروف عن التغييرات الفسيولوجية المزاج والنزوع للسلوك والحالة النفسية والانتباه والإدراك والدافعية والعلاقات الاجتماعية.

يلخص هذا البحث التحديات التي تواجه البحوث في مجال النمو عامة و تطور أساليب المواجهة خاصة، في ظل التطورات الحديثة التي تعد بالتقدم والتفسير الدقيق للتغيرات النمائية في أنماط المواجهة والتقاط العديد من العوامل النفسية والاجتماعية التي تتفاعل لتشكيل تلك التطورات، البحث في أساليب المواجهة أمر بالغ الأهمية لفهم الضغوط وتأثيراتها في مسار حياة الأطفال والمراهقين. جعلنا في الأخير نعتقد أنه هيكل تنظيمي، لديه القدرة على توفير صلة تكاملية من العمليات الفسيولوجية لتفاعلات الضغوط و القوى الاجتماعية والثقافية التي تحدد ذلك و تسمح بها في حياة الأطفال والمراهقين، إلى الحد الذي يمكن أن يحرز فيه العمل على التكيف تقدمًا تطوريًا ، فقد لا يوجه البحث فقط عبر الأدبيات التي تم تصنيفها وفقًا للعمر حول مواجهة الضغوط في مرحلة الطفولة والمراهقة ، بل قد يبدأ أيضًا في إنشاء روابط نظرية وتجريبية ذات مغزى لبحوث هامة لاحقاً التي تحاول حاليًا تحديد آثار ضغوط الطفولة والمراهقة.

يمكن وضع الاستنتاج العام في نقاط كالتالي:

– على الرغم من أن عملية النمو تشكل كل جانب من جوانب نمو الشخصية بما فيها الجانب التكييفي، إلا أنه من الصعب للغاية تحقيق أجندة تطورية لدراسة أساليب المواجهة.

– يأخذ الإطار التكاملي الواسع في الاعتبار كيف أن المزاج والتنشئة الاجتماعية والتطورات النمائية تشكل مسارات لمواجهة الضغوط. وفقًا لذلك، فإن النظام الفرعي الأول لمواجهة الضغوط هو مصادر الضغوط وطبيعتها، بما في ذلك الاختلافات الفردية مثل المزاج. هذه الأنظمة الفرعية لها عمليات فحص وتوازنات خاصة بها، بما في ذلك تلك الاجتماعية والبيئة التي ينتمي إليها الفرد، في شكل مقدمي الرعاية الذين يقومون بجميع وظائف نظام المواجهة، مثل مراقبة المصادر الضاغطة وكشفها ، وحماية وإزالة الضغوطات ، والتهدئة ، والراحة.

– إن التحدي الأكبر الذي يواجه الدراسات النمائية لأساليب مواجهة الضغوط هو اكتشاف كيف يمكن تطوير قدرات جديدة مع تقدم عمر الأطفال والمراهقين، مثل اللغة والسلوك والإدراك، كلاً من هيكل نظام المواجهة وكيف يعمل عند مواجهة الضغوطات.

– لفهم نمو أساليب المواجهة لا يجب أن نكتفي بوصف درجات المواجهة وفقط ولكن يتعدى ذلك إلى دراسة أنظمة متعددة المستويات بشأن تطور المواجهة بما في ذلك كلاً من التمايز المتتالي للاستجابات للضغوط المختلفة وتكامل النظم الفرعية التنظيمية (حالة النفسية المزاجية، الفيسيولوجية، المعرفية، الاجتماعية، الدافعية...)، مما قد يسمح بأن تصبح أساليب المواجهة أكثر مرونة، منظمة عبر مرحلتي الطفولة والمراهقة.

وفي الأخير وانطلاقا من مجريات البحث الحالي و افتراضاته وصولا إلى نتائجه يمكن تصور مجموعة من الاقتراحات البحثية اللاحقة المستنبطة من الإشكاليات التالية:

– كيف تختلف طرق المواجهة مع التقدم في العمر؟ يجب أن تستخدم الدراسات مجموعات متباعدة و تحليلات أكثر دقة في العمر تتضمن المجموعات معلومات عن التطور المعياري للجانب النفسي،الفسيولوجي، المعرفي، والتنظيم الذاتي السلوكي والاجتماعي.

– كيف يمكن للعوامل والسياقات الاجتماعية تشكيل تطور المواجهة؟ دراسات يجب أن تواصل فحص الدور الذي يلعبه الآباء والشركاء الاجتماعيون الآخرون في تطور المواجهة، بما في ذلك الطرق التي يتغير بها هذا الدور عند الأطفال وتطوير قدرات اجتماعية جديدة.

– ما هي المسارات الزمنية المختلفة لنوعية المواجهة، وما الذي يسهم في تنميتها؟ البحث في كيفية ظهور أنواع المواجهة كاستجابات لمثيرات طويلة و قصيرة المدى تتكون في مجموعات مختلفة من أنواع مصادر الضغوطات والعلاقات الاجتماعية.

– كيف تؤثر أساليب مواجهة الضغوط على باقي مجالات النمو؟ من خلال البحث سوف يدرس كيف تساهم أنماط المواجهة في تراكم الموارد الخاصة لسلامة النمو أو تشكيل المواجهات العصيبة في المستقبل.

– كيف يتحسن نمط المواجهة (المحتمل) وكيف يمكن الترويج له وتوعية الأطفال والمراهقين به؟ البحث سوف يعمل على الاستمرار في تحسين المدخلات والمعارف الصحية التي تشجع على المواجهة الايجابية بشكل أكبر. إلى حد وضع البرامج التي تأخذ في الاعتبار القيود والفرص التي تمتاز بها تصرفات الأفراد والمستويات النمائية والتكوين، وسوف تكون هذه المدخلات أكثر فعالية في مساعدة الأطفال على تطوير مواردهم وقدراتهم على المدى الطويل.

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية:

1. ابن منظور المصري. (1977). *لسان العرب*. بيروت، لبنان: دار صادر، المجلد الثالث.
2. أبو الحصين، محمد فرج مسلم. (2010). الضغوط النفسية لدى الممرضين والممرضات العاملين في المجال الحكومي علاقتها بكفاءة الذات. رسالة ماجستير . الجامعة الإسلامية بغزة.
3. أبو جادو صالح محمد علي. (2007). *علم النفس التطوري: الطفولة و المراهقة* (الإصدار الثانية). عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
4. ابو عبية محمد حسن.(1978). الشخصية بين النظرية والتطبيق التربوي. القاهرة: دار المعارف.
5. ابوشنب جمال محمد. (2007). قواعد البحث العلمي والاجتماعي .ج2. القاهرة الإسكندارية : دار المعرفة الجامعية.
6. الأحمد أ .رجاء م .(2009) .أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي .*مجلة العلوم التربوية والنفسية* .(01) *10*
7. أحمد ابراهيم خضر. إهمال الباحثين إجراء دراسة استطلاعية لمشكلاتهم البحثية. تاريخ الإضافة: 2013/2/6. تاريخ الاسترداد 07 07, 2017. شبكة الألوكة https://www.alukah.net/web/khedr/0/50220/
8. أحمد نبيلة أبو حبيب. (2010). *الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها و علاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في محافظة غزة*. غزة: رسالة ماجستير منشورة جامعة الأزهر.

9. إسماعيل محمد عماد الدين. (د س). *النمو في مرحلة المراهق*. الكويت: دار القلم الكويتي.

10. الأشول عادل عزالدين. (2008). *علم نفس النمو من الجنين الى الشيخوخة*. المكتبة الأنجلوالمصرية.

11. الأمارة ,س .(2001) .أساليب التعامل مع الضغوط، حدود المنهج والأساليب .*مجلة النبأ* .(55)

12. بدير كريمان. (2010). *الأسس النفسية لنمو الطفل* (الإصدار ط2). عمان: دار المسيرة.

13. بن زروال فتيحة. (2003). *مصادر ومستويات الاجهاد المهني لدى الاستاذ الجامعي واستراتيجيات المرشد النفسي في علاجه والوقاية منه*. باتنة الجزائر: رسالة ماجستير غير منشورة.

14. بن عمور جميلة. (2010). *تقدير الذات وعلاقته بأساليب مواجهة المواقف الضاغطة*. وهران. الجزائر: رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية.

15. بوزاوزة ,م .(2001) .النشاط البدني كاستراتيجية للتعامل مع المواقف الضاغطة .*مجلة العلوم الانسانية* .(3) *18* ,

16. تركي رابح. (1982). *علم النفس التربوي*. بيروت: دار العلم للملايين، ط9.

17. توما جورج خوري. (2003). *سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق*. لبنان: المؤسسة الجامعية للدراسة والنشر والتوزيع، ط2.

18. جمعة يوسف سيد. (2007). *ادارة الضغوط*. (مركز تطوير الدراسات العليا و البحوث في العلوم الهندسية كلية الهندسة– جامعة القاهرة، المحرر) القاهرة.

19. الخطيب صالح أحمد. (13 11, 2011). *الضغوط النفسية عند الأطفال ومظاهرها*. تاريخ الاسترداد 03 09, 2017، من الخليج: http://www.alkhaleej.ae/supplements/page/bf837d17-1c88-47f2-9767-fc4d0cd611a7

20. دسوقي كمال. (1986). *النمو التربوي للطفل والمراهق*. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية، دط.

21. الديدي عبد الغني. (1995). *التحليل النفسي للمراهق*. لبنان: دار الفكر اللبناني، ط1.

22. زهران حامد عبد السلام. (1977). *علم النفس النمو الطفولة والمراهقة* (الإصدار ط 4). القاهرة: دار المعارف.

23. زيدان محمد مصطفى. (1986). *النمو النفسي للطفل والمراهق*. مصر: دار الشروق، ط2.

24. سلامة ممدوحة محمد. (1991). تقدير الذات والضبط الوالدي للأبناء في نهاية المراهقة وبداية الرشد. *مجلة دراسات نفسية* ، 697-675.

25. السهلي عبد الله بن حميد. (2009). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى. *أطروحة دكتوراه* . كلية التربية ، السعودية: جامعة أم القرى.

26. سيد منصور عبد المجيد ، و زكرياء أحمد شربيني. (2000). *الأسرة على مشارف القرن 21*. مصر: دار الفكر العربي، ط1.

27. الشافعي ناصر. (2009). *فن التعامل مع المراهقين مشكلات وحلول*. مصر: دار البيان.

28. شتا راوية هلال أحمد. (2006). *حاجات المراهق الثقافية والإعلامية*. مصر: مركز الإسكندرية للكتاب، دط.

29. شريف ,ل .(2003) .*أساليب مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بنمطي الشخصية)أ-ب (لدى أطباء الجراحة القلبية العامة والعصبية* .جامعة دمشق :رسالة دكتوراه.

30. شقير زينب. (2002). *مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة العربية*. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

31. شكري ,م .م .(1999) .التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأساليب مواجهة المشقة .*مجلة دراسات نفسية* .(03) *09* ,

32. الشيباني عمر محمد التومي. (1997). *الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب*. القاهرة: دار الثقافة، دط.

33. طبي سهام. (2005). *أنماط التفكير وعلاقتها باستراتجيات مواجهة اضطراب الضغوط*. جامعة باتنة: مذكرة ماجستير.

34. الطريري عبد الرحمن. (1994). *الضغط النفسي*. السعودية: شركة الصفحات الذهبية.

35. طلعت حسين عبد الرحيم. (1986). *الأسس النفسية للنمو الإنساني*. لبنان: دار القلم، ط3.

36. الطهرواي جميل حسن. (2008). الضغوط النفسية وطرق التعامل معها في القران الكريم. غزة: الجامعة الاسلامية.

37. عبد الرحمان محمد السيد. (1999). *علم الأمراض النفسية*. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

38. عبد العزيز محمد مفتاح. (2010). *مقدمة في علم نفس الصحة*. عمان: دار وائل للنشر.

39. عثمان فاروق السيد. (1999). *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

40. عسكر ,ع .(2000) .*ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها* .الكويت :دار الكتاب الحديث.

41. غريب ,ع .ا .(1998) .*علم الصحة النفسية* .القاهرة :مكتبة الأنجلوالمصرية.

42. الغرير أحمد نايل ، و أحمد عبد اللطيف أبو أسعد. (2009). *التعامل مع الضغوط النفسية*. الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.

43. فهمي مصطفى. (دس). *سيكولوجية الطفولة والمراهقة*. مصر: دار مصر للطباعة والنشر، دط.

44. القذافي رمضان محمد. (2000). *علم النفس النمو والمراهقة*. مصر: المكتبة الجامعية، ، دط.

45. كاظم محمد نبيل. (2007). *كيف نتعامل مع مراهقة أبنائنا*. القاهرة: دار السلام، ط2.

46. الكناني أحمد ، و الكندري ممدوح. (1992). *سيكولوجية التعليم وأنماط التعلُّم وتطبيقاتها النفسية والتربوية*. مكتبة الفلاح.

47. محمود محمد إقبال. (2006). *المراهقة*. الكويت: مكتبة العربي، ط1.

48. مرتجي عاهد محمود محمد. (2004). *مدى ممارسة طلبة المرحلة الثانوية للقيم الأخلاقية من وجهة نظر معلميهم في محافظة غزة*. . غزة: رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر.

49. معجم المعاني. الجامع – معجم عربي عربي .(01 01, 2010). *مواجهة*. تاريخ الاسترداد 09 09, 2017، من المعامي لكل رسم معنى:

50. *منظمة الصحة العالمية*. (12, 2013). تاريخ الاسترداد 02 10, 2016، من الصحة النفسية: حالة من العافية: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/ar /

51. نيسان خالدة. (2009). *سلوكيات الأطفال بين الاعتدال و الإفراط*. عمان: . دار أسامة.

52. الوجيز المعجم. (1993). *مجمع اللغة العربية*. القاهرة، مصر: الهيأة العامة لشئون المطابع الأميرية.

53. الوسيط المعجم. (1972). *معجم اللغة العربية*. القاهرة، مصر: دار المعارف.

54. وفاء. *نظرية الضغط النفسي ل "كانون"*.تاريخ الاضافة (17 03, 2010) تاريخ الاسترداد 07 07, 2017، من جمعية ستيفيس للصحة النفسية لولاية سطيف: http://assps.yourforumlive.com/t226-topic

55. يوبي نبيلة. (2015). *رسالة ماجستير. فعالية العلاج السلوكي للأطفال المتمدرسين مفرطي الحركة ومشتتي الانتباه مابين 6-12سنة*. وهران: كلية العلوم الاجتماعية.

56. يوسفي حدة. (2013). الصلاية النفسية وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من طالبات الجامعة. *مجلة الدراسات* (24)، 117-147.

المراجع باللغة اللغة الأجنبية:

1. **Aldwin, C. M. (2007). *Stress, Coping, and Development. An Integrative Perspective.* New York: The Guilford Press.**

2. **Apter, S. J. (1982). *Troubled children, troubled system.* New york: pramon.**

3. **Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (2005). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective.* New York: Basic Books.**

4. **Bensabat, S., & Selye, H. (1980). *Stress: Des grandes spécialistes répondent.* Paris: Ed Hachette.**

5. **Billings, A. a. (1981). The Role of Coping Resources in Attenuating the Stress of Life Events. *Journal of Behavior Medicine* (4), 139-157.**

6. **Block, P., & al, e. (1998). children's manifest anxiety scale. *journal of educational sociology* .**

7. **Bruce E. Compas, J. K.-S. (2001). Coping With Stress During Childhood and Adolescence: Problems, Progress, and Potential in Theory and Research. *Psychological Bulletin , 127* (1), 87-127.**

8. **Chabrol, H., & Callahan, S. (2004). *Mecanismes de defence et coping.* Paris: Dundo.**

9. **Compas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin , 101*, 393-403.**

10. **Compas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin , 101*, 393-403.**

11. **Diehl, M., Coyle, N., & Labouvie-V, G. (1996). Age and Sex Differences in Strategies of Coping and Defense Across the Life Span. *the American Psychological Association , 11* (1), 127-139.**

12. **EEF. (n.d.). *Childrens coping strategies.* Retrieved 09 08, 2017, from Education endownment foundation. *https://educationendowmentfoundation.org.uk/projects-and-evaluation/evaluating-projects/measuring-essentialskills/spectrum-database/childrens-coping-strategies-checklist/***

13. **English, T. B. (1998). *Collins Cobuild Series.* London: 2nd Ed, Harper Collins Publishers.**

14. **Farooq, M., Mansoor, A., & Anbareen, M. G. (October 2010). Repercussions of stressors on employee work-life balance: Analysing the**

banking industry of Pakistan. ***J for Global Business Advancement*** **(03), 325 - 347.**

15. **Kathleen, J. S., Michael, E., Lamb, C. G., Charles, G., Dante, C., Samia, D., et al. (1993). Effects of Domestic Violence on Children's Behavior Problems and Depression.** ***Developmental Psychology , 29*** **(1), 44-52.**

16. **Lazarus, R. S. (1984).** ***Stress, appraisal, and coping.*** **New york: Springer Publishing Company.**

17. **Lois B Murphy و ،Alice E Moriarty .(1976) .*Vulnerability, coping and growth from infancy to adolescence* ،2019 ,10 06 .APA psyc net: *https://psycnet.apa.org/record/1976-12031-000***

18. **N Garmezy و ،M Rutter .(1983) .*Stress, coping, and development in children .* ،2017 ,06 05APA psyc net: *https://psycnet.apa.org/record/1988-97509-000***

19. **Pereda, N., Forns, M., Kirchner, T., & Muñoz, D. (2009). Use of the Kidcope to identify socio-economically diverse Spanish school-age children's stressors and coping strategies.** ***Child: care, health and development*** **, 841-850.**

20. **Quayhagen, M. P., & Quayhagen, M. (1982, 09).** ***Coping with Conflict: Measurement of Age-Related Patterns.*** **Retrieved 15 12, 2017, from SAGE journals:** ***https://doi.org/10.1177/0164027582004003006***

21. **Rathner, G., & Zangerle, M. (1996). Coping strategies of children and adolescents with diabetes mellitus: the German language version of KIDCOPE.** ***Zeitschrift für klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*** **, 49-74.**

22. **Skinner, E., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2006, 08 11). The Development of Coping.** ***The Annual Review of Psychology*** **(58), pp. 119-144.**

23. **Spirito, A. (1996). Commentary: Pitfalls in the use of brief screening measures of Coping.** ***Journal of Pediatric Psychology , 21*** **(4), 573-575.**

24. **Spirito, A., Danovsky, M., J. Prinstein, M., & Donaldson, D. (2000). Patterns of Children's Coping With Life Stress:Implications for Clinicians.** ***American Journal of Orthopsychiatry*** **, 351-395.**

25. Taylor, S. (1999). *Health psychology* (éd. 3). New york: Mc Graw Hill Book.

26. Trabulsy, G. M. (1994). Stress-Coping Theory and chlidren from Divorced Homes. Montreal , Quebec: Master Degree of Arts.Mc Gill University.

الملاحق

الملحق رقم (01): يمثل الإذن باستغلال مقياس كيدكوب KIDCOPE للبحث الحالي.

ملاحظة: تم الاتصال بكل من صاحب المقياس و القائم على ترجمته من خلال الايميل و الملحق يوضح ذلك.

Gmail

Berkouk Yamine <berkouk@gmail.com>

Fwd: Kidcope

2 messages

Spirito, Anthony <anthony_spirito@brown.edu> 21 avril 2017 à 22:27
À : berkouk@gmail.com

Here is the Kidcope information - good luck with your research

Anthony Spirito, PhD ABPP
Professor and Director, Division of Clinical Psychology
Department of Psychiatry and Human Behavior
Alpert Medical School of Brown University
Box G-BH
Providence, RI 02912
fax 401-444 - 1911 phone 401-444-1929

Fedex:
700 Butler Drive
Providence, RI 02906

--
Anthony Spirito, PhD ABPP
Professor and Vice Chair
Department of Psychiatry and Human Behavior
Alpert Medical School of Brown University
Box G-BH
Providence, RI 02912
fax 401-444 - 1911 phone 401-444-1929

Fedex:
700 Butler Drive
Providence, RI 02906

--
Anthony Spirito, PhD ABPP
Professor and Vice Chair
Department of Psychiatry and Human Behavior
Alpert Medical School of Brown University
Box G-BH
Providence, RI 02912
fax 401-444 - 1911 phone 401-444-1929

Fedex:
700 Butler Drive
Providence, RI 02906

13 pièces jointes

Analyze Kidcope Responses.doc
23K

Child Health Assess.Kidcope0000.pdf

Scanned with CamScanner

610K

Introduction and scoring instructions.doc
40K

KC Older Version.doc
36K

KC Younger Categories.doc
26K

KC Younger Version.doc
25K

Kidcope Information Sheet.doc
12K

pitflalls.pdf
170K

Scoring Instructions Younger ver.doc
22K

Scoring Multi items.doc
25K

Scoring sheet.doc
23K

sample scenarios.pdf
147K

KidCOPE.docx
45K

Berkouk Yamine <berkouk@gmail.com> 22 avril 2017 à 13:04
À : "Spirito, Anthony" <anthony_spirito@brown.edu>

Thank you for your cooperation and dedication in serving the scientific community.

Your sincerely,

Bergoug Yamine.

[Texte des messages précédents masqué]

Scanned with CamScanner

Gmail

Berkouk Yamine <berkouk@gmail.com>

طلب مساعدة من الجزائر في بحث حول مواجهة الضغوط

14 messages

Berkouk Yamine <berkouk@gmail.com> 24 février 2017 à 12:25
À : abdelazizth@yahoo.com, abdelazizt@hotmail.com

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته:

أستاذي الكريم أنا طالب دكتوراه صحة نفسية في جامعة الاغواط -الجزائر- وهذا مرفق بالملف المصحوب بالرسالة.

أستاذي الكريم لي الشرف أن أتقدم لسيادتكم الموقرة بطلبي هذا والمتمثل في مساعدتي في الحصول ان أمكن على الصورة المعربة لاستبانة kidcope الخاصة بالاطفال والمراهقين، كون أطروحتي في الدكتوره تتمحور حول الموضوع .
وفي انتظار ردكم تقبلوا مني فائق الاحترام والتقدير.

Photo 009.jpg
134K

Professor. DR. Abdel Aziz Mousa Thabet, MD, PhD <abdelazizth@yahoo.com> 24 février 2017 à 02:04
À : Berkouk Yamine <berkouk@gmail.com>

الاخ الفاضل برقوق
السلام عليكم و رحمة الله وبركاته

اهلا بكم و مرفق النسخة العربية من المقياسين

Sincerely yours

Professor. Dr. Abdel Aziz Mousa Thabet, MD, PhD

Emeritus Professor of Child and Adolescent Psychiatry-School of Public Health - Al Quds University-Palestine, Chairman of The Child and Family Training and Counceling Center, Gaza, Palestine. Affiliated Professor with Center for Refugee Studies-York University- Toronto - Canada. .President of Child and Adolescent Psychiatry sector at the Arab Federal of Psyhciatrists Association
Chief Editor of Arab Journal of Child and Adolescent Psychiatry
Gaza El Remal- Palestine Street-50/40- Tel 2834292 . Mobile 0599604400, 0599415470. email: abdelazizt@hotmail.com, abdelazizth@yahoo.com

-------*Original Message*-------
[Texte des messages précédents masqué]

Scanned with CamScanner

FREE Animations for your email Click Here!

2 pièces jointes

مقياس التاقلم للأطفال الأصغر9 سناً.doc
52K

مقياس التأقلم للأطفال الأكبر سنا.doc
68K

Professor. DR. Abdel Aziz Mousa Thabet, MD, PhD <abdelazizth@yahoo.com> 24 février 2017 à 02:07
À : Berkouk Yamine <berkouk@gmail.com>

عزيزي برقوق
مرفق النسخه الانجليزية

Sincerely yours

Professor. Dr. Abdel Aziz Mousa Thabet, MD, PhD

Emeritus Professor of Child and Adolescent Psychiatry-School of Public Health - Al Quds University-Palestine, Chairman of The Child and Family Training and Counceling Center, Gaza, Palestine. Affiliated Professor with Center for Refugee Studies-York University- Toronto - Canada. .President of Child and Adolescent Psychiatry sector at the Arab Federal of Psyhciatrists Association
Chief Editor of Arab Journal of Child and Adolescent Psychiatry
Gaza El Remal- Palestine Street-50/40- Tel 2834292 . Mobile 0599604400, 0599415470. email: abdelazizt@hotmail.com, abdelazizth@yahoo.com

-------*Original Message*-------

From: Berkouk Yamine
Date: 24/02/2017 03:25:15 ص
To: abdelazizth@yahoo.com; abdelazizt@hotmail.com

Scanned by CamScanner

الملحق رقم (02): شكل المقياس وأبعاده

مقياس التأقلم KIDCOPE

العمر _____ / الجنس ❑ولد ❑ بنت / الدراسة_____ / العنوان_____

التاريخ_____

التعليمات

نحن نحاول أن نستكشف كيف تتعامل مع المشاكل المختلفة و الضغوط النفسية. فكر في وقت وقعت في مشكلة صعبة تشغل بالك. هل تستطيع أن تصف لي هذه المشكلة

_____

_____

_____

	لا	قليلا	بدرجة متوسطة	كثيرا	كثيرا جدا
1- هل في وقت من الأوقات المشكلة التي ذكرتها جعلتك متوتر و قلقان					
2- هل هذه المشكلة تجعلك تشعر بالتعاسة وعدم الانبساط					
3- هل هذه المشكلة تجعلك تشعر بالغضب و الضيق					

_____

الآن أقلب الصفحة و حدد بعلامة (x) إذا كنت قد استخدمت أي من الطرق التالية و كيف ساعدتك في التغلب على المشكلة.

		ماذا تفعل		كيف يساعدك هذا في التغلب عليها		
		نعم	لا	لا	قليلا	كثيرا
1	تحاول أن تنساها					
2	تفعل أشياء أخرى مثل مشاهدة التلفزيون أو تلعب مع أصدقائك					
3	تبتعد عن الآخرين وتبقى لوحدك					
4	تبقى هادئاً					
5	تحاول أن ترى الجوانب الجيدة من المشكلة					
6	تلوم نفسك لأنك سبب المشكلة					
7	تلوم الآخرين الذين سببوا المشكلة					
8	تحاول أن تحل المشكلة					
9	تحاول أن تحل المشكلة بأن تفعل شئ أو تتحدث مع شخص آخر عنها					
10	تصرخ أو تزعق أو تغضب					
11	تحاول أن تهدئ نفسك					
12	تتمنى لو أن المشكلة لم تحدث					
13	تتمنى بان تفعل الأشياء بشكل مختلف					
14	تحاول أن تشعر بالتحسن بان تقضى وقتك مع الآخرين مثل العائلة والأصدقاء					
15	لا تفعل شيئاً لان المشكلة لا يمكن حلها					

الملحق رقم (03): كيفية تسجيل وحساب درجات المقياس

ورقة التسجيل مقياس التأقلم KIDCOPE

العمر:

الجنس:

الدراسة:

مكان السكن:

نوع الضغط:

درجة الضغط:

أساليب المواجهة السلبية	التردد	الفاعلية	المجموع
التشتت			
الانسحاب الاجتماعي			
لوم النفس			
لوم الآخرين			
التعبير العاطفي			
التمني			
الخنوع			

أساليب المواجهة الايجابية	التردد	الفاعلية	المجموع
إعادة التفكير			
حل المشاكل			
الاسترخاء			
الدعم الاجتماعي			

المجموع = التردد x الفاعلية

الملحق رقم (04): نتائج العمليات الإحصائية على SPSS

ف1- توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمراحل النمو (طفولة/مراهقة)

T-Test

Group Statistics

	المرحلةالعمرية	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
أساليبالتكيف	مراهق	244	13,26	2,518	,161
	طفل	141	13,09	2,509	,211

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
أساليبالتكيف	Equal variances assumed	,060	,806	,651	383	,516	,173	,266	-,350	,696
	Equal variances not assumed			,651	293,222	,515	,173	,266	-,350	,696

T-Test

ف2- توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الجنس.

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
أساليبالتكيف	ذكر	272	13,19	2,481	,150
	أنثى	113	13,20	2,599	,244

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
أساليبالتكيف	Equal variances assumed	,576	,448	-,044	383	,965	-,012	,282	-,566	,541
	Equal variances not assumed			-,043	200,973	,966	-,012	,287	-,578	,554

ف3- توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لمكان السكن.

ANOVA

أساليبالتكيف

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	206,969	3	68,990	11,854	,000
Within Groups	2217,420	381	5,820		
Total	2424,390	384			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: أساليبالتكيف

Scheffe

(I)مكانالسكن	(J)مكانالسكن	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
باركأفوراج	بوعقال	,347	,336	,785	-,60	1,29
	كشيدة	1,790*	,328	,000	,87	2,71
	وسطالمدينة	1,219*	,363	,011	,20	2,24
بوعقال	باركأفوراج	-,347	,336	,785	-1,29	,60
	كشيدة	1,443*	,342	,001	,48	2,40
	وسطالمدينة	,872	,375	,147	-,18	1,93
كشيدة	باركأفوراج	-1,790*	,328	,000	-2,71	-,87

	بوعقال	-1,443*	,342	,001	-2,40	-,48
	وسطالمدينة	-,571	,368	,492	-1,60	,46
وسطالمدينة	باركأفوراج	-1,219*	,363	,011	-2,24	-,20
	بوعقال	-,872	,375	,147	-1,93	,18
	كشيدة	,571	,368	,492	-,46	1,60

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

أساليبالتكيف

Scheffe[a,b]

		Subset for alpha = 0.05		
مكانالسكن	N	1	2	3
كشيدة	105	12,21		
وسطالمدينة	73	12,78	12,78	
بوعقال	95		13,65	13,65
باركأفوراج	112			14,00
Sig.		,454	,108	,808

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 93,727.

b. The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.

ف4- توجد فروق في أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تبعا لنوع الضغط.

ANOVA

أساليبالتكيف

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	363,114	3	121,038	22,372	,000
Within Groups	2061,276	381	5,410		
Total	2424,390	384			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: أساليبالتكيف

Scheffe

(I)نوعالضغط	(J)نوعالضغط	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
مدرسي	إخوة	,890	,478	,326	-,45	2,23
	والدين	1,843*	,293	,000	1,02	2,66
	أقران	-,398	,322	,676	-1,30	,51
إخوة	مدرسي	-,890	,478	,326	-2,23	,45
	والدين	,953	,467	,245	-,36	2,26
	أقران	-1,288	,485	,072	-2,65	,07
والدين	مدرسي	-1,843*	,293	,000	-2,66	-1,02
	إخوة	-,953	,467	,245	-2,26	,36
	أقران	-2,241*	,304	,000	-3,10	-1,39
أقران	مدرسي	,398	,322	,676	-,51	1,30
	إخوة	1,288	,485	,072	-,07	2,65
	والدين	2,241*	,304	,000	1,39	3,10

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

أساليبالتكيف

Scheffe[a,b]

نوعالضغط	N	Subset for alpha = 0.05		
		1	2	3
والدين	145	12,01		
إخوة	30	12,97	12,97	
مدرسي	112		13,86	13,86
أقران	98			14,26
Sig.		,132	,178	,805

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 67,383.

b. The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.