

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة -  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية -  
قسم علم النفس وعلوم التربية -  
شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

## مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم ( سنة ثالثة ثانوي )

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذ(ة):

— بن عامر وسيلة

إعداد الطالب (ة)

➤ رواق فاطمة الزهراء سندس

➤ بلقاسمي نهاد

السنة الجامعية 2023 / 2024

## شكر و التقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبفضله تدوم النعم، والصلاة والسلام على أشرف الخلق والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

نقف اليوم على عتبة التخرج، مفعمين بمشاعر الفخر والامتنان، لنقدم خالص الشكر و

التقدير لكل من كان له دور في مسيرتنا العلمية.

أولاً وقبل كل شيء، نشكر الله سبحانه وتعالى الذي منحنا القوة والإرادة لتحقيق هذا الإنجاز، فلولاه ما كانت هذه اللحظة ممكنة.

نتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان إلى الدكتورة الفاضلة بن عامر وسيلة، التي كانت مشرفتنا

وداعمنا الأساسي، لم تبخل علينا بوقتها ولا بمعرفتها، وكانت دائماً المنارة التي أهدتنا إلى طريق

العلم الصحيح.

كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى أعضاء لجنة المناقشة المحترمين، الذين ساهموا بنصائحهم البناءة

وملاحظاتهم القيمة، مما أثرى بحثنا وزاده عمقاً.

ولا يفوتنا أن نعبر عن امتناننا للمؤسستين المستقبليتين ثانوية سي الحواس و ثانوية الإخوة

الشهداء خضراوي ببسكرة اللتين دعمتنا وقدمتا لنا الموارد والخبرات التي ساعدتنا على الوصول

إلى هذا النجاح

نعبر عن أعمق مشاعر الامتنان والتقدير لعائلتنا الحبيبتين عائلة رواق و عائلة بلقاسمي ، اللذان

كانا دائماً السند والداعم الأكبر، كلمات الشكر لا تفي حقهم، فقد كانوا مصدر القوة و

الإلهام

وأخيراً، إلى كل من كان جزءاً من رحلتنا ، أصدقاء وزملاء وأساتذة، كل من قدم لنا يد العون

ولو بكلمة طيبة، نقول لكم شكراً من القلب، فلولاكم ما كنا لنصل إلى هذه اللحظة.

## إهداء

إلى روح جدي العزيز، الذي لطالما حلم برؤيتي أصل إلى هذه اللحظة، والذي غرس في نفسي حب العلم وسعى دائماً إلى تشجيعي. و إلى روحي جدتي الحبيبة إفتخري بي ، إلى ماني الغالية التي كانت دائماً رمزاً للحنان والدعم، ومصدرًا للقوة بكلماتها الطيبة ودعواتها الصادقة.

إلى والديّ الغاليين، اللذين كانا دائماً سندي وقوتي، (محمد، صفية ،نجاة)وقدما لي كل الحب والرعاية والإرشاد دون كلل أو ملل. إلى إخوتي الأعزاء أنتم داخل قلبي ، وعائلتي الكريمة، سواء عماتي أو خالاتي و احوالي الذين شاركوني كل خطوة في هذه الرحلة الطويلة، وكانوا دائماً بجانبني في السراء والضراء.  
إلى قطي الحبيب غوست

إلى كل من ساعدني ووقف بجانبني، إلى الأصدقاء الذين كانوا شعاع الأمل والإلهام، إلى الأساتذة الأفاضل الذين قدموا لي العلم والمعرفة والتوجيه. وإلى كل من لم يذكره لساني ولكن يحفظه قلبي بكل تقدير وامتنان.

أهديكم هذا النجاح، فهو ثمرة جهودكم وتضحياتكم، وهو شهادة على حبكم ودعمكم المستمر. شكرًا من أعماق قلبي، فأنتم الفخر الحقيقي وهذا الإنجاز هو امتداد لجهودكم ومحبتكم.

## إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

والصلاة والسلام على أشرف المرسلين محمد صلى الله عليه و سلم

إلهي لا يطيب الليل الا بشكرك... ولا يطيب النهار الا بطاعتك... ولا تطيب اللحضات الا بذكرك... ولا تطيب

الآخرة الا بعفوك... ولا تطيب الجنة الا برؤيتك

قال تعالى: (يرفع الله الذين امنو منكم و الذين اوتو العلم درجات والله بما تعملون خبير)

بعد مسيرة دراسية حملت في طياتها الكثير من الصعوبات والاحلام والتضحيات والذكريات اليوم اقطف ثمارها

واهديتها الى:

الى ابي الغالي الى من أحمل اسمه واستندت عليه عين تعثرت قدماي الى من افنى عمره في تحقيق رغباتي الى الذي أنار

دربي وعلمي ان كل طموح يأتي بالعزيمة ومهد طريقي واراد لي دائما النجاح انا هنا اليوم لأجلك ولك أهدي

نجاحي أطال الله في عمرك.

الى أمي ثم أمي ثم أمي ليس لانك اويتني في رحمك الدافئ بل لانك اول من ساندني والتي ضحت بكل شئ من

أجلي الى التي آمنت بي وأحبتني بكل نسخي والتي كانت معي في أسوء حالاتي الى التي تمننت أن تراني هنا اليوم أمي

جنتي أهدي لك نجاحي دمت لي تاجا فوق راسي.

الى إخوتي الايادي الطاهرة التي أزالتم من طريقي اشواك الفشل وساندوني بكل حب عند ضعفي إخوتي محمد و

عقبة وعدنان أنام وزوجها واولادها وفاطمة الزهراء و فريدة وإلى روح اختي التي ذهبتم طيرا إبتسام رحمها الله

لا أنسى إلى من انتظر هذه اللحظة ليفتخر بي ورسم لي طريق النجاح بخطوط من الثقة والحب والدعاء الى سندي

وشريك في الحياة زوجي الغالي حسان حفظك الله لي.

إلى خالاتي وأخوالي واولادهم وإلى جدتي مبروكة التي غمرتني بدعائها أطال الله في عمرها وإلى أعمامي وعمتي وعمتي

وجدتي مهرية رحمهم الله

وإلى كل من عائلتي: بلقاسمي وبوعكاز.

إلى كل من ساعدني وراهن على نجاحي وغمرني بدعائه، أساتذتي الكرام طيلة مسيرتي الدراسية وكل كلية علم النفس

وبالأخص أستاذتي المشرفة بن عامر وسيلة لقد كنت خير معلم قال صلى الله عليه و سلم "العلماء ورثة الأنبياء"

إلى من تمنو فشلي في الحياة لقد علمتموني أن وراء كل تعثر قوة.

أنا ممتن لكم جميعا.

نهاد

# فهرس المحتويات

| الصفحة   | محتوى   |
|--|---|
| I  | شكر و تقدير                                   |
| II   | إهداء   |
| IV   | فهرس المحتويات                                |
|  | ملخص  |
| أ  | مقدمة   |
| <b>الفصل الأول : مشكلة الدراسة و منطلقاتها</b> |   |
| 4  | الاشكالية                                     |
| 6  | اهداف الدراسة                                 |
| 6  | اهمية الدراسة                                 |
| 6  | التحديد الاجرائي لمصطلحات الدراسة             |
| 7  | الدراسات السابقة                              |
| 9  | تعقيب على الدراسات السابقة                    |
| <b>الفصل الثاني : الصحة النفسية</b>            |   |
| 12   | تمهيد   |
| 13   | تعريف الصحة النفسية                           |
| 14   | مؤشرات الصحة النفسية                          |
| 18   | مناهج الصحة النفسية                           |
| 19   | معايير الصحة النفسية                          |
| 21   | النظريات المفسرة للصحة النفسية                |
| 31   | قواعد الصحة النفسية للمراهق اليتيم            |
| 32   | حاجات المراهق اليتيم وأثرها على الصحة النفسية |
| 35   | خلاصة الفصل                                   |
| <b>الفصل الثالث: المراهقة</b>                  |   |
| 37   | تمهيد   |
| 38   | تعريف المراهقة                                |
| 38   | المراحل الزمنية للمراهقة                      |
| 39   | النظريات المفسرة للمراهقة                     |
| 41   | خصائص النمو في مرحلة المراهقة                 |

|   |   |
|---|---|
| 44  | أشكال المراهقة و العوامل المؤثرة فيها   |
| 45  | الحاجات النفسية لدى المراهق اليتيم      |
| 47  | المشكلات التي يعاني منها المراهق اليتيم |
| 48  | خلاصة الفصل                             |
| <b>الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة</b> |   |
| 51  | تمهيد                                   |
| 51  | منهج الدراسة                            |
| 51  | حدود الدراسة                            |
| 52  | عينة الدراسة                            |
| 52  | ادوات الدراسة                           |
| 54  | خلاصة الفصل                             |
| <b>الفصل الخامس: تحليل و مناقشة الحالات</b>     |   |
| 56  | تحليل و مناقشة الحالة الأولى            |
| 64  | تحليل و مناقشة الحالة الثانية           |
| 71  | تحليل و مناقشة الحالة الثالثة           |
| 78  | تحليل و مناقشة الحالة الرابعة           |
| 85  | الاجابة على تساؤل الدراسة               |
| 90  | خاتمة                                   |
| 92  | قائمة المراجع                           |
|   | الملاحق                                 |

## المخلص:

كان موضوع مذكرتنا حول "مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم" حيث كانت الفئة المخصصة التي اعتمدها (فئة اليتامي) إجراء مقابلات (أربع حالات) حول فئة اليتامي بدون أب حيث قسمنا بحثنا إلى: جانبين: النظري والذي أدرجنا ضمنه ثلاث فصول (3) أولا التمهيدي: مقدمة حول موضوعنا، الفصل الثاني: الصحة النفسية، الفصل الثالث: المراهقة، أما الجانب التطبيقي فقد أدرجنا ضمنه كالتالي: الفصل المنهجي وفصل التحليل و المناقشة.

حيث تناولنا في الجانب الاول "الفصل الأول" الجانب التمهيدي: تمهيدا للإشكالية التي تطرقنا إليها الاهداف, الأهمية, أسباب اختيار الموضوع, حدود البحث كما شرحنا بعض المصطلحات التي قد تكون صعبة بالنسبة لمتصفح مذكرتنا وأدرجنا أهم الدراسات السابقة التي كانت لها صلة بموضوع البحث.

أما بالنسبة للفصل الثاني تحت عنوان (الصحة النفسية) (الذي تطرقنا فيه إلى: تمهيد عام حول الصحة النفسية, مفهوم الصحة النفسية, مؤشرات الصحة النفسية, مناهج الصحة النفسية, معايير الصحة النفسية, النظريات المفسرة للصحة النفسية, قواعد الصحة النفسية للمراهق اليتيم, حاجات المراهق اليتيم وأثرها على الصحة النفسية, أثر تلبية الحاجة على الصحة النفسية وأخيرا الخلاصة المتعلقة بالفصل الثاني).

أما الفصل الثالث: تحت عنوان (المراهقة) والذي تطرقنا فيه إلى: تمهيد عام حول المراهقة, تعريف المراهقة, المراحل الزمنية للمراهقة, النظريات المفسرة للمراهقة, خصائص النمو في مرحلة المراهقة, أشكال المراهقة, الحاجات النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم, المشكلات التي يعاني منها المراهق اليتيم, وأخيرا الخلاصة المتعلقة بالفصل الثالث.

أما بالنسبة للجانب التطبيقي تطرقنا فيه إلى فصلين الفصل المنهجي تحدثنا فيهما عن تجربتنا في إجراء مقابلات مجتمع البحث اليتامي ( أربع حالات 4 فتيات يتيمات الأب تتراوح بالمرحلة الثانوية تتراوح أعمارهم ما بين 17 الى 19 سنة) ,بالإضافة الى عينته, مقياسه, منهجه :والفصل المتعلق بالتحليل و المناقشة الذي قمنا فيه بتحليل المقابلات ومناقشتها, الاستنتاج, التوصيات المقترحات وأخيرا ملخص حول الجانب التطبيقي وخاتمة حول مذكرتنا ككل.

## Résumé :

Le sujet de notre mémorandum était « Indicateurs de santé mentale chez les étudiants adolescents orphelins ». La catégorie spécifique que nous avons adoptée était (la catégorie des orphelins). Réalisation d'entretiens (quatre cas) sur la catégorie des orphelins sans père. deux aspects : le théorique, au sein duquel nous avons inclus trois chapitres (3). Premièrement, la partie introductive : une introduction à notre sujet. Le deuxième chapitre : La santé mentale. Le troisième chapitre : L'adolescence. il se compose comme suit : le chapitre méthodologique et le chapitre d'analyse et de discussion.

Dans la première partie, « Chapitre un », nous avons discuté de l'aspect introductif : en préparation du problème que nous avons abordé, des objectifs, de l'importance, des raisons du choix du sujet et des limites de la recherche. Nous avons également expliqué certains termes qui peuvent l'être. être difficile pour le navigateur de notre cahier, et nous avons répertorié les études antérieures les plus importantes liées au sujet de recherche.

Quant au deuxième chapitre sous le titre (Santé mentale), dans lequel nous avons abordé : une introduction générale à la santé mentale, le concept de santé mentale, les indicateurs de santé mentale, les approches de la santé mentale, les normes de santé mentale, les théories expliquant la santé mentale. la santé, les règles de santé psychologique de l'adolescent orphelin, et les besoins de l'adolescent et son impact sur la santé mentale, l'impact de la satisfaction du besoin sur la santé mentale, et enfin la conclusion relative au deuxième chapitre.

Quant au troisième chapitre : sous le titre (Adolescence), dans lequel nous avons abordé : une introduction générale sur l'adolescence, la définition de l'adolescence, les étapes temporelles de l'adolescence, les théories expliquant l'adolescence, les caractéristiques du développement à l'adolescence, les formes de l'adolescence. , les besoins psychologiques de l'étudiant adolescent

orphelin et les problèmes dont il souffre L'adolescent orphelin Enfin, la conclusion relative au troisième chapitre.

Quant à l'aspect appliqué, nous y avons abordé deux chapitres, le chapitre méthodologique dans lequel nous avons parlé de notre expérience dans la conduite d'entretiens avec la communauté de recherche sur les orphelins (quatre cas de 4 filles orphelines de père au lycée dont l'âge variait de 17 à 19 ans) , outre son échantillon, son échelle et sa méthodologie : et le chapitre relatif à l'analyse et à la discussion dans laquelle nous avons analysé et discuté les entretiens, la conclusion, les recommandations, les propositions, et enfin un résumé sur l'aspect pratique et une conclusion sur notre mémorandum dans son ensemble.

# مقدمة

## مقدمة

في قلب كل مجتمع تقع العائلة، وهي المؤسسة التي توفر الدعم والحماية والاستقرار لأفرادها. يُعتبر الأب والأم عمودي العائلة، حيث يلعب كل منهما دوراً حيوياً في تشكيل هوية الطفل وتطوير شخصيته. الأب يمثل القوة والحماية والدعم، بينما تمثل الأم الحنان والرعاية والدفع. ومعاً، يشكلان نظاماً داعماً يعزز من نمو وتطور الطفل.

لكن عندما يختفي أحد الوالدين، سواء بسبب الوفاة أو الانفصال، يتعرض الطفل لفقدان هذا الدعم الحيوي والرابطة العاطفية التي كان يعتمد عليها. في حالة وفاة أحدهما فيسمى الطفل باليتيم، و يحدث جوف في حياة الطفل في جميع مراحلها الحياتية و خاصة في مرحلة المراهقة فهي تُعتبر فترة حساسة ودرجة في حياة الفرد، حيث يواجه الشباب العديد من التحديات والتغيرات الجسمية والعقلية والاجتماعية. في هذه المرحلة و يكون للوالدين دور كبير في تقديم الدعم والإرشاد للمراهقين لمساعدتهم على تحقيق التكيف الناجح وتطوير هويتهم والاستقرار النفسي الذي يوفره وجود الوالدين .

يكون غياب الوالدين أكثر تأثيراً في هذه المرحلة الحساسة، فقد يشعر المراهق بفراغ عاطفي لا يمكن سدّه، وقد يعاني من شعور بالضيق والحزن العميق حيث يفقد المراهق الدعم والتوجيه الذي يحتاجه لمواجهة التحديات الناشئة من هوية الذات، والعلاقات الاجتماعية، والقرارات المهمة المتعلقة بالتعليم والمستقبل المهني. كما يمكن أن يؤثر غياب الوالدين على تطور الثقة بالنفس والاستقلالية للمراهق، مما يجعلهم أكثر عرضة لمشاكل الصحة النفسية مثل الاكتئاب والقلق وسوء التكيف الاجتماعي.

و قد تبلور في موضوعنا هذا الصحة النفسية لدى المراهق اليتيم لسنة ثالثة ثانوي حيث تطرقنا إلى اتباع خطة منهجية لدراسة الموضوع تمثلت في جانبين الجانب النظري و الجانب الميداني و انقسم كل منهما إلى فصول حيث الجانب النظري انقسم إلى ثلاثة فصول الا و هي الفصل الأول و الذي شمل مشكلة الدراسة و منطلقاتها ، الفصل الثاني الذي شمل الصحة النفسية، و الفصل الثالث و شمل المراهقة و من ثم الجانب التطبيقي والذي ضم فصلين ،فصل الإجرائية للدراسة وفصل آخر لعرض و تحليل و مناقشة المقابلات التي تمت في دراستنا هذه .

# الجانب النظري

# الفصل الأول

الفصل الأول : مشكلة الدراسة و منطلقاتها

الاشكالية

اهداف الدراسة

اهمية الدراسة

التحديد الاجرائي لمصطلحات الدراسة

الدراسات السابقة

تعقيب على الدراسات السابقة

## الإشكالية

الأُسرة جماعة من الأفراد يتفاعلون مع بعضهم البعض، وهي تعتبر الهيئة الأساسية التي تقوم بعملية التطبيع الاجتماعي للجيل الجديد، أي أنها تنقل إلى الطفل خلال نموه جوهر الثقافة المجتمع معين إذ يقوم الأبوان بغرس العادات والتقاليد أو المهارات الفنية والقيم الأخلاقية في نفس الطفل، وكلها ضرورية لمساعدة العضو الجديد للقيام بدوره الاجتماعي والمساهمة في حياة المجتمع. فالأسرة هي المؤسسة الأولى التي ينشأ فيها الطفل، فهي تقوم بوظيفتها المتمثلة في نقل ثقافة المجتمع من عادات وتقاليد وقيم ومهارات إلى الجيل الجديد، إذ تعتبر هذه الوظيفة من بين أهم الوظائف التي تقوم بها الأسرة وهي الهيئة الأساسية التي تقوم بعملية التطبيع الاجتماعي للجيل الجديد، أي أنها تواصل مع الطفل من خلال تكوينه ثقافة المجتمع معين حيث أوضح مصطفى حجازي في كتابه "الأسرة وصحتها النفسية" ص 20 ، 2015 أن الأسرة هي كيان متحرك منظم بمثابة وحده كليه تضم أفراداً في أنماطاً من العلاقة المستمره والمتفاعله بين بعضهم البعض تمتد عبر الزمان والمكان وأي تغيير في احد مكوناتها سوف يترافق مع تغييرات في المكونات الأخرى ذات العلاقة به بهذا المعنى الأول تشكل الأسرة منظومه بيولوجيه نفسيه اجتماعيه ان لها بالتالي بنيه ترتبها وتنظمها وتحافظ عليها في اي وقت محدد ولها عمليات تتمثل في الطريقه التي تتطور فيها وتنكيف وتتغير عبر الزمن" إذ صرح الفيلسوف جون لوك ان الطفل صفحه بيضاء نكتب عليها ما نشاء وذلك بالايجاب او السلب من خلال توافقه النفسي والاجتماعي وذلك من خلال توفير الحب والحنان والامان والاطمئنان والنصح والارشاد من الاباء والابناء من خلال تشكيل القيم والمبادئ من الابناء للاباء وتعزيز الروابط العائليه إذ قال لقمان لابنه وهو يعضه يا بني لا تشرك بالله ان الشرك لظلم عظيم سورة لقمان الاية 24 والقدرات الاجتماعيه والتعلميه والعاطفيه بهدف توفير بيئه امنه وداعمه لنموهم بشكل شامل حيث تعتبر مرحله الطفوله المتأخره مرحله تثبيت لكل مظاهر النمو السابقه واستعدادا للاقبال على اكتمال ظهور خصائص جديده لمرحله فريده من نوعها من مراحل التحول والنموي لحياه الانسان وفترة حاسمه لبناء اسس الصحه الجيده تقع بين الطفوله والبلوغ وهي مرحله المراهقه التي تعتبر سيكولوجيا اهم مرحله من حياه الفرد في هذه المرحله تحدث مجموعه من التغييرات النفسيه والعضويه والذهنيه فيها يبحث الطفل على الهويه المناسبه له هذه الهويه التي نشأ على متنها حيث يعتبر الوالدان مركز الاهميه في تنشئه الطفل منذ مطلع حياته الى هاته المرحله تعتبر هاته الاخيره " فترة المراهقة"مرحلة حاسمة في حياة الإنسان، حيث يواجه الفرد خلالها العديد من التغييرات الجسدية، النفسية، والاجتماعية. ومن بين الفئات الأكثر عرضة للتحديات النفسية في هذه المرحلة نجد المراهقين الأيتام. يفقد هؤلاء المراهقون الدعائم الأسرية الأساسية التي تعتبر جزءاً حيوياً من عملية نموهم وتطورهم النفسي والاجتماعي، مما يجعلهم أكثر عرضة لمجموعة من المشاكل النفسية والمعوقات التي قد تؤثر على صحتهم النفسية ومستقبلهم بشكل عام.

تتمثل إشكالية الدراسة في فهم المؤشرات الأساسية للصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم . هذا الفهم يتطلب دراسة متعددة الأبعاد تأخذ بعين الاعتبار الجوانب العاطفية، الاجتماعية، السلوكية، والمعرفية التي تؤثر على الصحة النفسية . فالمراهق اليتيم يواجه تحديات متعددة منها فقدان الدعم العاطفي، يعاني من حرمان عاطفي يكون على شكل فراغ علائقي ناتج عن غياب احد الوالدين او كليهما حيث لا يتلقى الطفل حنانا الامومه او الابوه الدائم الذي يشكل الحرمان وهو غياب تلك القوه الوالديه وبالتالي غياب انشاء الحاجات لذلك المراهق اليتيم مما يؤدي به الى حدوث مشكلات علائقيه نفسيه واجتماعيه تعود على المراهق بالسلب على حياته منها عدم الثقة عدم التوافق النفسي الانطواء وغياب الامن اضافه الى ذلك ان هذا فقدان الوالدي يؤدي الى الحرمان الذي يخلف اثارا سلبيه في المراهق اليتيم تظهر في انخفاض مفهوم الذات المتعلق بشخصيته مما يؤثر سلبا على مستوى التحصيل الدراسي لديه فاهتمام علماء النفس المدرسي لم يكن هباءا حيث تركز على مدى التاثر على السلوك في حاله حرمان الوالدين بعدم الرعايه ان كيان المراهق يهتز ويصدر منه العديد من التغيرات مما يؤثر سلبا على تحصيل الدراسي لديه ضعيف وبالتالي قد يؤدي به الى العديد من المشكلات الدراسي كالانسحاب او الرسوب في الصف الدراسي فكلما كان المراهق مطمئن البال انعكس ذلك على امنه النفس في العيش الحاضر واستقراره مما يحفز على بناء المستقبل بعيدا عن كل الضغوطات النفسيه والاجتماعيه التي تؤدي به الى مشكلات سلوكيه ونفسيه واجتماعيه والشعور بالعزلة، الضغط النفسي الناتج عن التغيرات الحياتية المفاجئة، والتكيف مع بيئات جديدة قد لا تكون داعمة بالقدر الكافي.

تتطلب هذه الدراسة الإجابة على عدة تساؤلات رئيسية: ما هي المؤشرات الأساسية للصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم؟ كيف تؤثر العوامل البيئية والاجتماعية على الصحة النفسية للمراهق اليتيم؟ ما هو دور الدعم النفسي والاجتماعي في تحسين الصحة النفسية لهؤلاء المراهقين؟ وما هي الفروقات في الصحة النفسية بين المراهقين الأيتام وغير الأيتام؟

في هذا السياق، يمكن وضع عدة فرضيات لتوجيه البحث: يعاني المراهق اليتيم من مستويات أعلى من القلق والاكتئاب مقارنة بأقرانه غير الأيتام؛ يؤثر الدعم الاجتماعي الإيجابي بشكل كبير على تحسين الصحة النفسية للمراهق اليتيم؛ وتوجد فروقات ذات دلالة إحصائية في مؤشرات الصحة النفسية بين المراهقين الأيتام وغير الأيتام بناءً على نوع الدعم الذي يتلقونه.

باختصار، تهدف هذه الدراسة إلى تقديم رؤية شاملة ومتكاملة عن الصحة النفسية للمراهقين الأيتام، مما يمكن من وضع استراتيجيات فعالة لدعمهم وتعزيز رفاهيتهم في هذه المرحلة الحرجة من حياتهم.

انطلاقا مما تقدم من طرح تاني هذه الدراسة لتحاول الكشف عن مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم ومن هنا مطرح التساؤل العام الاتي:

ما مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم ؟

### اهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحقيق عدة أهداف محددة:

- \_ تحديد المؤشرات الأساسية للصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم
- \_ تحليل تأثير العوامل البيئية والاجتماعية على الصحة النفسية لهؤلاء المراهقين
- \_ تقييم دور الدعم النفسي والاجتماعي في تحسين الصحة النفسية للمراهقين الأيتام
- \_ تقديم رؤية شاملة و متكاملة عن الصحة النفسية للمراهقين الأيتام، مما يمكن من وضع استراتيجيات فعالة لدعمهم وتعزيز رفاهيتهم في هذه المرحلة الحرجة من حياتهم.

### أهمية الدراسة

تتبع أهمية هذه الدراسة من الحاجة الماسة إلى فهم أفضل للصحة النفسية لهذه الفئة الحساسة. فعلى المستوى العلمي، تساهم هذه الدراسة في إثراء الأدب النفسي والاجتماعي حول موضوع الصحة النفسية للمراهقين الأيتام، وتوفر بيانات هامة للأبحاث المستقبلية. وعلى المستوى العملي، تقدم الدراسة توصيات للمؤسسات التعليمية والاجتماعية لتحسين الدعم المقدم للمراهقين الأيتام، مما يساهم في تحسين رفاهيتهم النفسية. أما على المستوى الاجتماعي، فتسلط الدراسة الضوء على أهمية الدعم المجتمعي وتعزيز الوعي حول احتياجات المراهقين الأيتام.

### التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

#### 1. مؤشرات الصحة النفسية

**التعريف العام:** مؤشرات الصحة النفسية هي مجموعة من العوامل أو السمات القابلة للقياس التي تعكس الحالة النفسية والعاطفية للفرد

**التعريف الإجرائي:** في هذه الدراسة، تشمل مؤشرات الصحة النفسية مستويات الرفاهية العاطفية، التوتر والقلق، التكيف الاجتماعي، الثقة بالنفس،

وهو الاتزان الانفعالي التفوق العقلي الشعور بالسعادة التوافق النفسي، النضج الانفعالي، الدافعية

#### التعريف الإجرائي للصحة النفسية

وهي قدرة الطفل على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه بالرضا والشعور بالسعادة والتمتع بحياة خالية من التأزم والاضطرابات مليئة بالحمس والدافعية و الاتزان الانفعالي

#### 2. التلميذ المراهق

**التعريف العام:** التلميذ المراهق هو الفرد الذي يتراوح عمره بين 12 و 18 عامًا، ويكون في مرحلة المراهقة التي تتميز بالتطور الجسدي والنفسي والاجتماعي

**التعريف الإجرائي:** في هذه الدراسة، التلميذ المراهق هو أي طالب يتراوح عمره بين 12 و 18 عامًا، ويكون مننظمًا في الدراسة، ويشارك في الأنشطة التعليمية.

### 3. اليتيم

**التعريف العام:** اليتيم هو الفرد الذي فقد أحد والديه أو كلاهما.

**التعريف الإجرائي:** في هذه الدراسة، اليتيم هو التلميذ الذي فقد أحد والديه أو كلاهما ويعيش تحت رعاية أقارب أو في دار رعاية الأيتام أو مع أسرة بديلة.

#### الدراسات السابقة

#### الدراسات العربية :

#### 1- دراسة شتات (2000)

كان موضوع الدراسة حول البناء النفس الشخصية للطفل اليتيم، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن مكونات البناء النفس الشخصية الطفل اليتيم

- التعرف على بعض العوامل المؤثرة في ذلك البناء

- الفروق بين متغيرات الجنس و نمط الرعاية و الترتيب الميلادي

تكونت عينة الدراسة من (194) طفلا يتيما ، منهم (88) مودعين بالمؤسسة

الإيوائية و (106) يعيشون ضمن أسرهم وتم الاعتماد على الأدوات التالية :

- اختبار البناء النفسي

- قائمة مفهوم الذات

قد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج نذكر منها :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في الدرجة الكلية للبناء النفسي لصالح الذكور مما يدل ان الذكور اقل تأثرا بوفاة الاب من البنات

- عدم وجود فروق بين الأطفال الايتام في درجة البناء النفسي ،تعزى إلى الترتيب الميلادي

- عدم وجود أثر تفاعل دال بين متغيرات الجنس و نمط الرعاية والترتيب الميلادي على الدرجة الكلية للبناء النفسي

#### 2- دراسة شعبان عبد العليم و يونس (1993):

كان موضوع الدراسة حول سمات شخصية الاطفال المحرومون اسريا بالوفاة أو الطلاق ، و هدفت الدراسة إلى التعرف على سمات شخصية الأطفال المحرومون اسريا بالوفاة أو الطلاق

تكونت عينة البحث من (426) طفلا

قد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- هناك فروق بين المحرومين الطلاق في التكيف الشخصي و الاجتماعي و العناصر المكونة لهما لصالح المحرومين بالوفاة في السمات السلبية
- 3- دراسة الكيلاني و عباس (1981) :

كان موضوع الدراسة حول الفروق في مفهوم الذات بين الأيتام و غير الأيتام ، وهدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق الفردية في مفهوم الذات بين الأيتام الذين يقدم لهم برنامج خاص للرعاية الاجتماعية في عينة من الأطفال الفلسطينيين الذين يعيشون في الأردن والذين نزحوا اثر حرب (48) عام (1967)

تكونت عينة الدراسة من (333) طفلا من الأيتام و غير الأيتام من كلا الجنسين

قد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأيتام و غير الأيتام في جميع أبعاد مفهوم الذات، باستثناء بعد القيمة الاجتماعية التي دلت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الأيتام
- إن الأطفال الذين يعيشون في كنف أسرة ممتدة و تقدم لهم برامج رعاية خاصة يتمتعون بمستوى جيد من التكيف لا يقل عن الأطفال العاديين الذين لم يفقدوا والديهم
- وجود فروق ذات دلالة في مستوى التكيف بين الذكور و الإناث ، لصالح الإناث ، كما كان لمتغير العمر اثر واضح و ذو دلالة إحصائية لصالح الأكبر عمرا

### الدراسات الأجنبية

1-دراسة أن بولجباتي (1984)

كان موضوع الدراسة حول مقارنة أطفال الصف الرابع و الخامس ابتدائي من يعيشون مع أحد الوالدين فقط و الذين يعيشون مع كلا الوالدين من حيث تقدير الذات و التحصيل الأكاديمي ، وهدفت الدراسة إلى معرفة أثر فقدان أحد الوالدين على الأبناء من حيث تقدير الذات و التحصيل عليه

تكونت عينة الدراسة من (231) طفلا من ثلاث مدارس ابتدائية بالصف الرابع و الخامس مما تتراوح أعمارهم بين (10\_11) سنة ، تم الاعتماد على الأدوات التالية :

- اختبار التحصيل الأكاديمي و بطارية تقدير الذات للأطفال
- اختبار "لوا" للمهارات الأساسية و استبيان الحالة الاجتماعية و الاقتصادية للطفل

قد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- عدم وجود اختلافات دالة إحصائية في مقاييس التحصيل الأكاديمي و تقدير الذات بين الأطفال الذين حرموا من الرعاية الأسرية لفقدان أحد الوالدين

2-دراسة وولف (1976)

كان موضوع الدراسة حول وفاة أحد الوالدين في الطفولة و التوافق النفسي اللاحق ، وهدفت إلى معرفة أثر وفاة أحد الوالدين في مرحلة الطفولة على التوافق النفسي اللاحق للأبناء

تكونت عينة الدراسة من أربعة مجموعات موزعة كآآتي :

أ- مجموعة من عائلات مكتملة

ب- مجموعة من عائلات انفصل فيها الوالد

ج- مجموعة من عائلات بها فقد مزدوج وفاة الوالدين

تم الاعتماد على اختبارات موضوعية للقلق-الاكتئاب - مركز التحكم و الثقة بالشخصية

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- وفاة الوالد في الطفولة لا يشكل في حد ذاته عاملا مؤديا الى سوء التوافق فيما بعد

-إمداد الأسر بالمفاهيم التي تشرح و تفسر فكرة الموت يساعد على التغلب على مشاعر الأسى و يقلل إلى الحد الأدنى إمكانية حدوث خلل فني وظيفي في مستقبل الطفل

**التعقيب على الدراسات السابقة**

**\*من حيث الموضوع و الهدف :**

نجد أن جل الدراسات اهتمت بتأثير وفاة أحد الوالدين أو كلاهما على نفسية الطفل و تحصيله الدراسي و تقديره لذاته ،حيث نجد دراسة شتات هدفت إلى الكشف عن مكونات البناء النفس الشخصية الطفل اليتيم ،و دراسة شعبان عبد العليم ويونس التي هدفت إلى التعرف على سمات شخصية الأطفال المحرومين اسريا بالوفاة أو الطلاق بينما دراسة بولجباتي هدفت إلى معرفة أثر فقدان احد الوالدين على الأبناء من حيث تقدير الذات و التحصيل الدراسي ،أما دراسة الكيلاني و عباس هدفت إلى التعرف على الفروق في مفهوم الذات بين الأيتام الذين يقدم لهم برنامج خاص لرعاية الاجتماعية ، أما بالنسبة لدراسة وولف فهذهت إلى معرفة أثر وفاة أحد الوالدين في مرحلة الطفولة على التوافق النفسي اللاحق للأبناء

أما دراستنا الحالية فتهدف إلى معرفة مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم

**\*من حيث العينة :**

اشتركت جميع الدراسات في العينة حيث تمثلت في الطفل اليتيم أما حجم العينة فقد كان حجم العينة كبير جدا حيث نجد العينات تتكون من (194\_426\_231\_333)

أما بالنسبة لعينة الدراسة الحالية تمثلت في المراهق اليتيم و عددها 4 حالات فقط

**\*من حيث الأداة :**

تنوعت الأدوات في الدراسات حيث اعتمد وولف في دراسته على اختبارات موضوعية للقلق \_اكتئاب \_مركز التحكم و الثقة بالشخصية ، واعتمد انب ولجباتي على اختبار التحصيل الأكاديمي و بطارية تقديم الذات للأطفال و اختبار "لوا" للمهارات الأساسية واستبيان الحالة الاجتماعية و الاقتصادية لطفل واعتمدت شتات في دراستها على اختبار البناء النفسي و قائمة مفهوم الذات

أما الدراسة الحالية فتم الاعتماد على المقابلة و استبيان مؤشرات الصحة النفسية

# الفصل الثاني

الفصل الثاني : الصحة النفسية

تمهيد

تعريف الصحة النفسية

مؤشرات الصحة النفسية

مناهج الصحة النفسية

معايير الصحة النفسية

النظريات المفسرة للصحة النفسية

قواعد الصحة النفسية للمراهق اليتيم

حاجات المراهق اليتيم وأثرها على الصحة النفسية

خلاصة الفصل

تمهيد :

يعد مصطلح الصحة النفسية (Mental Health) من المصطلحات التي ارتبطت بالطب النفسي ، وقد ورد مصطلح الصحة العقلية (Mental hygiene) لأول مرة في العام (1908) في كتاب (عقل قد وجد نفسه) (Amind that Found It Self) لمؤلفه كليفورد بيرز (Beers) ، ومن بين الذين تأثروا بهذا الكتاب عالم النفس (وليم جيمس) ، ثم انتقل المصطلح الى اللغة الألمانية ، إلا أنه تغير الى الصحة النفسية (Psycho Hygiene) على أساس أن هذه الدعوة تتجاوز العلاج والعناية بالعقول الى علاج النفوس والعناية بها، وأن الإضطراب النفسي أشمل من الإضطراب العقلي (امل علاء الدين، 2005، صفحة 107) وقد عرف دستور منظمة الصحة العالمية لعام (1946) الصحة النفسية بالآتي :

" إن الصحة النفسية هي حالة من السعادة الكاملة جسماً وعقلياً وإجتماعياً ولم تكن مجرد الأبتعاد عن المرض أو عاهة من العاهات، ويشير المؤتمر العالمي للصحة النفسية، إلى أن مفهوم الدرجة القصوى من الصحة النفسية لا يشير الى الحالة المطلقة أو المثالية بل هي تعني الوصول الى أفضل حالة ممكنة وفقاً للظروف المتغيرة " ، وعلى هذا تفسر الصحة النفسية بأنها حالة الفرد التي تتناسب وقابلياته من جهة ومحيطه الإجتماعي من جهة أخرى.

وترتبط الصحة النفسية ارتباطاً وثيقاً بتكيف الإنسان وتوافقته مع نفسه ومجتمعه ، وإن مفهوم التوافق (Adjustment) من المفاهيم الشائعة والأساسية في علم النفس بصورة عامة ومجال الصحة النفسية بصفة خاصة ، والتوافق كلمة تعني التآلف والتقارب وأجتماع الكلمة، فهي نقيض التنافر والتصادم، والتوافق هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص الى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة . ويمكن القول إن الصدمات النفسية والخيبة التي يلاقيها كل فرد خلال حياته تنشأ من فشله مؤقتاً أو لمدة طويلة في إرساء حاجاته ورغباته وحوافزه، ويبدو أن هذه الصدمات تنشأ من التفاعل الذي يجري ما بين حاجات الشخص وصفاته من جهة ، وظروف بيئته من جهة أخرى ، فإذا أستطاع أن يرضي حاجاته بسرعة حدث ما يمكن أن يدعى التوافق الطبيعي .

## تعريف الصحة النفسية

إن التوافق الجيد والصحة النفسية مصطلحان يردان أحياناً بشكل مترادف، إلا أن كل مصطلح يشير إلى طريقة معينة للحياة، فالشخص الذي يكون توافقه جيداً ، هو الشخص الذي يعدّ من النماذج التي تظهر مظاهر سليمة من السلوك أو السمات الشخصية المرغوبة ، وعلى أي حال ، فإن هذين المصطلحين بينهما اختلافات تستحق الاعتبار وهي : (امل علاء الدين، 2005، صفحة 107)

1. مفهوم التوافق هو نوعاً ما أكثر بيئية ، بينما الصحة النفسية أكثر شخصية (شخصي).
2. إن مفهوم التوافق هو نوعاً ما أكثر دينامية ، بينما الصحة النفسية أكثر أستاتيكية.
3. مفهوم الصحة النفسية هو أحياناً مستبقي ومحدد لخصائص شخصية مرغوبة ، وهي أكثر من توافق جيد - إنها توافق أسمى .
4. خلافاً لمفهوم التوافق، الصحة النفسية تتضمن الحالة البدنية أو الطبية. المصطلح " صحة " هو أساساً مستعار من الطب، ويعدّ مماثلة بين الصحة البدنية والصحة النفسية، وهذا فرق مهم بين التوافق والصحة النفسية .

" التوافق السيء " و " المرض النفسي " يشتركان بالمعنى ، لكن هذين المفهومين يكونان كذلك قابلين للتغيير كالتوافق الجيد والصحة النفسية ، ويشير كل من التوافق السيء والمرض النفسي إلى نماذج تتميز بخصائص مفترقة أو سلوك غير مرغوب. ومثل التوافق ، فإن التوافق السيء يمتلك تضمينات بيئية دينامية ، ومثل الصحة النفسية ، فإن المرض النفسي هو أكثر شخصي وستاتيكي في المعنى ، وتاماماً كالصحة النفسية تستعمل أحياناً لتعيين ما هو أفضل من التوافق الجيد ، والمرض النفسي يستعمل أحياناً لتعيين ما هو أردأ من سوء التوافق ، أي أن أعلى نقطة لسوء التوافق ، عندما تجتاز أو (يتخطاها الفرد ويعبرها) فإنه عند ذلك تكون " العلة العقلية " أو " المرض " .

وفي إنتقاله الى مظاهر الصحة النفسية ، يمكن القول إن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية ينظر إلى نفسه والى مشكلاته نظرة موضوعية أو يسالك وفقاً لواقعه الموضوعي، ويكون لديه إستبصار بسلوكه كما يكون قد حسن توافقه وتعلم إستجابات متماسكة أزاء مشكلاته ، والشخصية السوية المتزنة هي الشخصية المتكاملة ، أما غير المتكاملة فهي أما ناقصة التكامل أو المفككة ، وللتفكك درجات أقصاها التصدع والأنحلال ، فالشخصية السوية المتكاملة كجسم الإنسان وحدة منظمة من أجزاء وعناصر متضافرة متكاملة ، والتكامل هذا لا يأتي عرضاً بل له شروط بيولوجية ونفسية مختلفة ، فالجهاز العصبي أو الجهاز الغدي إذا أصابهما أعتلال ، كان ذلك من أسباب عدم التكامل وأعتلال الصحة النفسية وظهور الأمراض العصبية والأمراض العقلية العضوية المنشأ (عبد الفتاح، 2002، صفحة 180)

ويرى اتكنسون (Atkinson) أن الفرد السوي يمتلك درجة أكبر من الفرد غير السوي في النقاط الأتية :

1. الإدراك الفعال للواقع : إن الأفراد الأعتياديين واقعيون بأعتدال في تثمينهم أو تقديرهم لما يوجد من ردود أفعال ، وقدرة على تفسير ما يجري حولهم في العالم ولا يبخسون قابلياتهم ولا يهتمون بما هو فوق قابلياتهم . 2. معرفة الذات : الناس المتوافقون جيداً يملكون بعض الوعي أو الدراية لما لديهم من دوافع ومشاعر على الرغم من أن لا أحد يستطيع تماماً فهم مشاعره وسلوكه ، والناس الأعتياديون لا يقومون بأخفاء مشاعرهم المهمة ودوافعهم عن أنفسهم ، ويمتلكون وعياً ذاتياً أكثر من غير الأسوياء .
  3. القدرة على ممارسة السيطرة الأردائية أو الطوعية على السلوك : الأفراد الأعتياديون يشعرون بقدراتهم للسيطرة على سلوكهم ، أحياناً يتصرفون بأندفاع ولكنهم قادرين على قمع أو ضبط الدوافع أو التحريصات الجنسية والعدوانية عند الضرورة .
  4. قبول وأحترام الذات : الناس المتوافقون جيداً يملكون دراية معقولة أو تقديراً لما لديهم من إستحقاق أو قيمة للذات والشعور بالقبول لدى الآخرين ، وهم مرتاحون مع الناس الآخرين وقادرون على التفاعل تلقائياً في المواقف الإجتماعية . (النعاس، 2008، صفحة 66)
  5. القدرة على تكوين علاقات ودية : إن الأفراد الأسوياء قادرين على تكوين علاقات تسد وترضي مع الناس الآخرين، وهم حساسون لمشاعر الآخرين ولا يقومون لمطالبات زائدة أو مفرطة من الآخرين لأشباع حاجاتهم ، وفي أكثر الأحيان فإن الناس المضطربين نفسياً مهتمون أو متعلقون جداً بحماية أمنهم ، لذلك يكونون متمركزين جداً حول الذات ، ويبحثون أو يطلبون المودة لكنهم غير قادرين على المشاركة أو التبادل والأخذ والعطاء وأحياناً يخافون الألفة أو الصداقة لأن علاقات الماضي لديهم كانت قد خربت .
  6. الأنتاجية : الناس المتوافقون جيداً ، قادرين على توجيه قدراتهم لتكون منتجة وفعّالة. وهم حماسيون في الحياة وليسوا بحاجة الى توجيه أو قيادة أنفسهم للحصول على متطلبات الوقت الحاضرة ، إذ إن الأحتياج المزمّن للقوة وقابلية الأستعداد المفرط للتعب غالباً ما تكون أعراضاً للتوتر النفسي الناتج عن عدم حل المشكلات.
- مؤشرات الصحة النفسية**

اختلفت وجهات النظر في تحديد مؤشرات للصحة النفسية فمثلا حدد: (عسكر، 2000، صفحة 117)

1. (مغاريوس) تسعة مؤشرات للصحة النفسية وهي:

1. تقبل الفرد الواقعي لحدود امكانياته: يعني التعرف على قدراته واستعداداته البدنية والعقلية وحدود امكانياته من دون ان يتوهم المبالغة (Exaggeration) فيها او التهوين من شأنها.

2. استمتاع الفرد بعلاقات الاجتماعية: يتمثل بانشاء علاقات اجتماعية ناجحة فيقبل الاخرين ويقدرهم وينتمي اليهم في مجال اسرته او اصدقائه.
3. نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه.
4. الاقبال على الحياة والتقاؤل من دون توجس او خوف.
5. كفاية الفرد في مواجهة احباطات الحياة اليومية.
6. اشباع الدوافع والحاجات سواء كانت فسلجيه ام نفسية.
7. ثبات اتجاهات الفرد وتشير الى تكون خط فكري واضح وخلفية فلسفية رصينة، تصدر عنها احكام الفرد وتصرفاته المختلفة من دون ان يكون متقلباً او متذبذباً في ارائه.
8. تقبل الفرد مسؤولية افعاله وقراراته اذ يشير ذلك الى النضج الانفعالي والثقة بالنفس.
9. الاتزان الانفعالي للفرد ويشير الى التوافق بين دوافعه المختلفة بحيث لا تتعارض هذه الدوافع فيما بينها

2. من خلال دراسة وتحليل سلوك بعض الاشخاص الاصحاء الذين نجحوا في حياتهم الشخصية والاجتماعية والمهنية ممن يفترض انهم يتمتعون بصحة نفسية سليمة توصل ماسلو (Maslow) الى (اربعة عشر) محك وهي: (منصوري، 2010، صفحة 53)

1. الاتجاه الواقعي.
2. تقبل الذات والاخر.
3. التلقائية.
4. التوحد بالبشرية.
5. الولع بالإبداع.
6. الحاجة الى الخصومية.
7. الذاتية.
8. عدم الخلط بين الغايات والوسائل.
9. التمرکز حول المشاكل بدلا من التمرکز حول الذات.
10. الاتجاهات والقيم والديمقراطية.
11. امتلاك خبرات روحية عميقة.
12. التقدير المتجدد.
13. روح المرح ذات طابع فلسفي وليس عدواني.
14. مقاومة الامتثال

(Maslow, 1962).

3. وضع (راجح) خمسة مؤشرات للصحة النفسية وهي: (الرشيدي، 1999، صفحة 219)

- التوافق الذاتي: ويعني القدرة على حسم الصراعات النفسية، والتوافق بين الدوافع المتصارعة (Conflicted Motives) والقدرة على حل المشكلات حلا ايجابيا، وللتوافق الذاتي اثره في التوافق الاجتماعي حيث تنسحب الاثار السلبية من التوافق الذاتي الى التوافق الاجتماعي.
- التوافق الاجتماعي: ويقصد به القدرة على عقد علاقات اجتماعية طيبة تتسم بالتسامح والتعاون والايثار، ويتأثر هذا النوع من التوافق باضطراب الاتزان الانفعالي للفرد Emotional Balance، فاضطراب الحياة الاجتماعية والعلاقات الانسانية مرهون باضطراب الحياة الانفعالية كالخوف والقلق وضعف الثقة بالنفس.
- ارتفاع مستوى التحمل النفسي (Psychological Tolerance) ويعني القدرة على تأجيل الحاجات الاجلة والصمود امام الازمات Crisis من دون ان يضطرب انفعاله او تفكيره.
- الانتاج الملائم: ويعني قدرة الفرد على انتاج المعقول في حدود ذكائه وحيويته واستعداداته.
- الشعور بالرضا: ويعني استمتاع الفرد بالحياة وباسرته واصدقائه وعمله

4. حدد وولمان (Wolman) اربعة مؤشرات او محكات للصحة النفسية هي: (Buck, 1988, p. 199)

- أ. العلاقة بين طاقات الفرد وانجازاته.
- ب. الاتزان العاطفي.
- ج. جودة الوظائف العقلية.
- د. التكيف الاجتماعي (Wolman, 1976).
- هـ. بينما اشار (عبد الغفار، 1976) الى اربعة مظاهر للصحة النفسية السليمة وهي: (عسكر، 2000، صفحة 180)
  - الرضا عن النفس.
  - الاعتدال (الوسطية).
  - السمو والالتزام.
  - العطاء (عبد الغفار، 1976).
- كما عرض شوبين (E.J.Shoben) تصورا للشخصية السوية والسليمة للفرد وهي: (الرشيدي، 1999، صفحة 52)
  - يكون واعيا بدوافعه سواء في انصياعه الى معايير الجماعة ام في خروجه عن المعايير.
  - حين يرفض الانصياع يتقبل عواقب سلوكه .
  - يعتمد على الاخرين ويعترف بحاجته اليهم .
  - يستطيع اكتساب وتعلم القدرة على تكوين علاقات شخصية وثيقة .

- يسهم في خدمة الانسانية عامة وجماعته في حدود امكانياته.
- يتخذ لنفسه معايير يحاول ان يحققها في سلوكه

كما ذكر (عبد الخالق) (1991) تسع محكات او مؤشرات تمثل مظاهر سلوكية محددة للصحة النفسية وهي: (أزروق، 1997، صفحة 48)

- معرفة قدرة النفس وحدودها.
- النجاح في العمل.
- مواجهة الاحباط.
- الاقبال على الحياة.
- الاتزان.
- الثبات.
- الخلق القويم.
- الخلو النسبي من الاعراض المرضية النفسية.
- الخلو النسبي من الاعراض المرضية العقلية

8. وقدم (كفافي) (1995) ستة محكات للسلوك العادي مثلت الاتجاه الاسلامي في تفسير السلوك السوي او الصحة النفسية وهي: سلبية (بوعافية، 2002، صفحة 71)

- الواقعية.
- المرونة.
- الشعور بالامن والطمأنينة .
- فهم الذات وتقبلها وتطويرها .
- التعادلية في العلاقات مع الاخرين .
- الادراك الصحيح للواقع

9. وذكر (العبيدي) بعض المؤشرات التي تشير الى الصحة النفسية: (Lazarus,R.S.& Flokman,s, 1984, p. 109)

- النظرة الواقعية للحياة.
- مستوى طموح الفرد.
- الاحساس باشباع الحاجات النفسية للفرد (الاحساس بالامن Security) (الاحساس بالتواد (Affection)، القدرة على الانجاز Achievement والحاجة الى الحرية Freedom) .

- توافر مجموعة من سمات الشخصية (الثبات الانفعالي - اتساع الافق - التفكير العلمي - مفهوم الذات - المسؤولية الاجتماعية، المرونة) .
- توافر مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية (احترام العمل، احترام الزمن، اداء الواجب، تقدير المسؤولية، الولاء للقيم والاعراف والتقاليد السائدة في الثقافة الاتجاه نحو تقدير التراث وحمايته.
- توافر مجموعة من القيم (نسق قيمى): (عثمان، 2001، صفحة 59)
  - أ. قيم انسانية (حب الناس، التعاطف، الايثار، الرحمة، الشجاعة في مواجهة الحق، الامانة ... الخ).
  - ب. نسق من القيم الجمالية (تنقيف الحواس) .
  - ج. نسق من القيم الفلسفية (النظرة الشاملة للكون والالتزام بفلسفة معينة يسير الشخص وفق نهجها)

ويبدو مما تقدم من مؤشرات او مظاهر الصحة النفسية سالفة الذكر انها اشتملت على مظاهر عديدة منها ما يتصل بالجانب الجسمي، ومنها ما يتصل بالجانب الخلقي او الروحي، ومنها ما يتصل بالجانب النفسي، ومنها ما يتصل بالجانب الاجتماعي، وكما قد نلاحظ ان بعضها قد اكد على جانب او عدة جوانب واغفل ما عداها، وان بعضها قد تتضمن مفاهيم فضفاضة تنفقد الى الاجرائية او ابعاد صعبة المنال والتحقيق

### مناهج الصحة النفسية

هناك ثلاثة مناهج أساسية في الصحة النفسية : . الضغوط (أبو نبعة، 2002، صفحة 45)

- **المنهج الإنمائي Development**: وهو منهج إنشائي يتضمن زيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء والعاديين خلال رحلة نموهم حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة النفسية. ويتحقق ذلك عن طريق دراسة إمكانيات وقدرات الأفراد والجماعات وتوجيهها للتوجيه السليم ( نفسيا وتربويا ومهنيا ) ومن خلال رعاية مظاهر النمو جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا بما يضمن إتاحة الفرص أمام المواطنين للنمو السوي تحقيقا للنضج والتوافق والصحة النفسية.

- **المنهج الوقائي Preventive** : ويتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية . ويهتم بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها وإزالتها , ويرعى نموهم النفسي السوي ويهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية .

ولهذا المنهج ثلاثة مستويات أولها محاولة منع حدوث المرض ثم محاولة تشخيصه قدر الإمكان في مرحلته الأولى وأخيرا محاولة تقليل أثر أعاقته ، إن الهدف الوقائي هو توظيف معرفتنا النفسية في الكشف عن الأشخاص الذين يعيشون في ضغوط وأزمات ومشكلات وصراعات وإحباطات ولكنهم لم ينحرفوا بعد وتقديم المساعدة والإرشاد إليهم ، ويشير كل من ( أوكلي Oakley ) و ( رو تر 1997 ) ( Rotter ) إلى أن

الوقاية من المرض النفسي تتمثل بتحديد المشكلات النفسية – الاجتماعية أو الاضطرابات النفسية التي يكون الفرد قابلاً للتأثر بها ومن ثم اتخاذ الإجراءات اللازمة للتقليل من قابليته على التحسس والتأثر بها .

• **المنهج العلاجي Remedial** : ويتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية ويهتم هذا المنهج بنظريات المرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه وتوفير المعالجين والعيادات والمستشفيات النفسية.

فللصحة النفسية ثلاث مناهج فهناك المنهج العلاجي، وهو ما يتبع لعلاج الفرد من الانحراف في الصحة العقلية حتى يعود إلى حالة الاعتدال. ولدينا المنهج الوقائي، وهو الطريق الذي يسلكه الفرد مع نفسه ومع غيره حتى يقي نفسه وغيره الوقوع في حالات الاضطراب النفسي. وهناك المنهج الإنشائي، وما يحتضنه المرء ليزيد شعوره بالسعادة ويزيد كفاءته إلى أقصى حد مستطاع

### معايير الصحة النفسية

ظهرت اتجاهات عدة حاولت وضع معايير لتحديد السواء Normality وغير السواء Abnormality في الصحة النفسية نتيجة تعدد النظريات النفسية التي تناولت الصحة النفسية فقد وضع ( ماسلو ومتلان) قائمة بالمؤشرات وتم تعديل هذه القائمة من قبل ( كوفيل وآخرون ) وتتضمن هذه القائمة المؤشرات الآتية :

1- شعور الفرد بالأمن.

2- درجة معقولة من تقويم الفرد لذاته.

3- أهداف حياته تتسم بالواقعية .

4- اتصال فعال بالواقع .

5- تكامل وثبات في الشخصية .

6- القدرة على التعلم من الخبرة التي يمر بها الفرد.

7- تلقائية مناسبة لمواجهة المواقف.

8- انفعالية معقولة في المواقف .

وان أحدث المعايير التي تحدد مستوى الصحة النفسية للفرد؛ هي تلك التي يراها ( ولمان Wolman )

على النحو التالي : (الرشيدي، 1999، صفحة 325)

1. العلاقة بين طاقات الشخص وإنجازاته : وهو ذلك التفاوت الذي يحتمل وجوده بين ما يستطيع الفرد القيام به، وبين ما يقوم به وينجزه فعلياً .

2. الاتزان العاطفي : ويعني التوازن بين انفعالات الشخص والمؤثرات العاملة في ذلك .

3. صلاح الوظائف العقلية : ويشمل الإدراك والمحاكاة وعمل الذاكرة والتفكير وغيره، والصلاح هنا يقصد به مقدار ما يكون عليه عمل هذه الوظائف من حيث صحتها ودقتها وسيرها وفق المبادئ العقلية الأساسية .

4. التوافق الاجتماعي : ويعني مستوى توافق الفرد مع شروط حياة الجماعة وتفاعله معها. فالشخص الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة قادر على العيش بسلام وصدقة مع الآخرين ضمن الكتل الاجتماعية. وهو قادر على التعاون وراغب فيه، مع غيره على أساس علاقات اجتماعية قائمة على المسؤولية والاحترام المتبادل . وهناك تصنيف آخر للمعايير التي تحدد الصحة النفسية وهي : التكيف (عبد الفتاح، 2002، صفحة 84)

**1-المعيار الإحصائي** : يقوم هذا النوع من المعايير على مدى تكرار أو توزع سلوك ما في مجتمع من المجتمعات أو في عينة منه ويتم تمثيل هذا التوزيع أو التكرار ، وتطلق على المجال المتوسط في هذا التوزيع تسمية المدى الطبيعي أو المدى المتوسط أو السوي ، حيث يساوي المجال المتوسط هنا المتوسط الحسابي مضافاً إليه الانحراف المعياري ، في حين تعتبر المجالات المتطرفة الموجودة في كلا الجانبين " شاذة أو غير سوية " ومن خلال حساب المعايير الإحصائية يتم تحديد القيمة التي يعتبر عندها السلوك قد تجاوز المعيار ، فالشخص الذي يمتلك سمة من السمات أو يتصرف في موقف من المواقف بشكل أقل أو أكثر من المجال المتوسط في جمهور مماثل ، يعد سلوكه منحرفاً عن المعيار أو ملفتاً للنظر .  
ويعد المعيار الإحصائي سهل التمثيل والفهم ، غير أن دقته الإحصائية تعتمد على مدى جودة ودقة اختيار العينة الممثلة للسلوك المراد تحديده وقياسه .

**2-المعيار المثالي**: يستمد هذا الاتجاه، أصوله من الحضارات الأولى ومن الأديان المختلفة، إذ يرى أن الإنسان السوي هو الذي يقترب من الكمال ويطبق المثل العليا، أما الإنسان الشاذ فهو الذي يبتعد بسلوكه عن الكمال ، وتبعاً لهذا الاتجاه، فإن غالبية الناس هم شواذ بحكم انحرافهم عن المستوى المثالي.

**3- المعيار الاجتماعي** : يعتمد هذا الاتجاه على تحديد السوي من غير السوي عبر الالتزام بمعايير وقيم وأعراف المجتمع ، فمسايرة المعايير الاجتماعية هي الأساس في الحكم على السلوك بالسوية أو اللاسوية. ويمكن أن يعرف أيضاً بأنه توقعات مجموعة ما من سلوك شخص ما وترتبط هذه التوقعات الاجتماعية بالعادات والقيم والمعايير السائدة في المجتمع وتوجه المجتمع الديني والسياسي والأخلاقي والاقتصادي .

**4- المعيار الذاتي**: يعرض هذا الاتجاه، موس (Moss) وهانت (Hant) في كتابهما عن أسس علم الشذوذ النفسي، إذ يذهبان في تحليل البناء الشخصي لكل فرد، إلى الآراء التي يعلنها عنهن هو الشاذ ومن هو السوي ، فالفرد ينظر إلى الناس جميعاً انطلاقاً من ذاته في تحديد السواء و اللاسواء، ويبدو أن ما ينسجم مع أفكاره وأرائه الذاتية وخبراته السابقة، هو ما يعتبره الفرد، معياراً لتقييم الآخرين وتصنيفهم، غير أن هذا المعيار يتأثر بطبيعة الحال، بالإطار المرجعي للفرد نفسه، وعادة ما يكون هذا الإطار اجتماعياً، وبهذا يكون المعيار الذاتي للتقييم مشوباً بالتشويشات الدفاعية والأحكام القبلية .

**5- المعيار الطبي النفسي**: يرى هذا الاتجاه أن اللاسواء في سلوك الفرد، يعود إلى صراعات نفسية لا شعورية، أو تلف في الجهاز العصبي، لذا فإن اللاسواء هو حالة مرضية فيها خطر على الفرد نفسه وعلى المجتمع، وإن السواء هو الخلو من الاضطرابات والأعراض المرضية.

**6- المعيار التفاعلي :** إن الاعتماد على معيار واحد من المعايير السابقة المذكورة قد يكون له مبرراته في الحياة العملية اليومية ولكن عندما يتعلق الأمر بإطلاق الأحكام التشخيصية في علم النفس المرضي والممارسة العيادية أو الصحة النفسية لا يكفي الركون إلى معيار واحد من هذه المعايير ومن المؤكد أن المعايير المختلفة ليست منعزلة عن بعضها وإنما ترتبط مع بعضها بطريقة تفاعلية وعليه يصف براندشتتر وجود علاقة متبادلة بين المعايير الوصفية descriptive (الإحصائية) والعرفية Prescriptive (المثالية ، الوظيفية) فكما يمكن للمعايير الوصفية أن تحدد تكرار أو احتمال ظهور سمات محددة تستطيع المعايير العرفية أيضاً أن تحصل على معلومات بوساطة الوسائل الإحصائية حول وجود تغير ما ، فالخرق المتكرر جداً لمعايير القانون غالباً ما يجلب معه ضرورة التعديل لهذه المعايير ، فعندما تنتشر في مجتمع من المجتمعات ظاهرة من الظواهر كازدياد نسبة تعاطي المواد المسببة للإدمان مثلاً ، او ازدياد نسبة الجريمة أو ازدياد نسبة العاطلين عن العمل ولا تعود القوانين السارية فاعلة كثيراً في مواجهة هذه الظاهرة تتبع ضرورة تعديل القوانين السارية وإيجاد قوانين بديلة أكثر فاعلية تستطيع الحد من هذه الظاهر..

**7- المعيار المعرفي :** ينظر هذا المعيار إلى الصحة النفسية في أن تكون القدرات العقلية كالاستدلال والانتباه والإدراك والتذكر خالية من الإعاقة الشديدة وسليمة في عناصرها.

**8- المعيار الباثولوجي :** يحدد هذا المعيار الشخصية التي تتمتع بصحة نفسية سليمة بأنها تلك الشخصية الخالية من أعراض مرضية معينة كالقوبيا والحالات الهيسثيرية لدى العصائيين أو السلوك المضاد للمجتمع لدى السايكوباتيين أو الهذات لدى الذهانين.

**9- المعيار الديني :** يرى أن الأعمال التي تدل على صحة نفسية سليمة هي تلك التي يتقبلها الشرع ويرتضها العقل مثل عمل ما هو واجب أو مباح ابتغاء مرضاة الله واجتناب الأعمال المكروهة أو المحرمة خوفاً من الله ، أما الشخصية اللاسوية فهي التي تقوم بإعمال يرفضها الشرع ويفر منها العقل سواء كان يعمل فيه تعدي على حدود الله أو إهمال للواجبات المفروضة مع القدرة عليها (منصوري، 2010، صفحة 73،72)

### النظريات المفسرة للصحة النفسية

#### ● المدرسة العضوية (Organism School) :

عدت هذه المدرسة الأضطرابات النفسية والعقلية ناشئة عن إضطرابات تصيب المخ ويبدو ذلك الرأي واضحاً عند الطبيب الألماني وليم جريسنجر (William Griesinger) (1817-1868م) في مؤلف له نشر عام 1845 ، ويعدّ إميل كرايبلن (Emil Kraeplin) (1856-1926) أحد تلاميذ جريسنجر ، المؤسس الحقيقي للمدرسة العضوية ، وبظهور هذه المدرسة حظي المرض النفسي من العناية ما كان يحظى به المرض العضوي ، لاسيما بعد إكتشاف

الأسباب العضوية لبعض الإضطرابات النفسية ، وعمل التصنيف المبدئي على دفع الأبحاث التجريبية في مجالات التشريح والكيمياء الحيوية وغيرها من العلوم لتقصي الأسباب العضوية في باقي الأمراض النفسية ، وهذا التصنيف المبدئي للإضطرابات النفسية وضعه كريبلن وأتخذته التصانيف الحديثة أساساً لها وتوالت الدراسات التشريحية في ذهانات الشيوخه وبعض أنواع التخلف العقلي واحدة بعد أخرى مستغلة معطيات المرحلة الوصفية ، وأهتم كريبلن بدراسة الأعراض السريرية ، ولم يعر اهتماماً للحالات النفسية الداخلية، ولم ينتبه الى اللاشعور ، وإلى دينامية العوامل النفسانية في نشوء المرض العقلي. (عاشور، 1997، ص 189)

### ● المدرسة النفسبيولوجية (Psychobiology) :

اهتمت المدرسة النفسبيولوجية بدراسة الفرد من حيث هو كائن حي متكامل ذو نشاط فسيولوجي ، أي أنها دراسة بيولوجية نفسية ، ومنذ أواخر القرن التاسع عشر إستخدم اللفظ بمعانٍ مختلفة ، إلا أن أغلب إستخدامه أقتصر على مدرسة أدولف ماير (Adolf Meyer). ويمكن وصف المدرسة النفسبيولوجية بأنها مدرسة كلية جامعة وشاملة (Holistic) ، فقد أكد ماير (Meyer) (1950-1966) ضرورة دراسة البناء والميول الوراثية وخبرات الحياة وضغوط البيئة جميعاً إذا كانت الغاية أن نتبع أصل إضطراب معين أو فهمه ، أي يمكن فهم السلوك فهماً حقيقياً إذا درست الشخصية الكلية والتاريخ الكلي لحياة الفرد، واهتم ماير (Meyer) بالفرد نفسه ، وأقام نظريته على وحدة الفرد بوصفه وحدة جسمية عقلية في مجتمع وظروف بيئية ، وعلى الربط بين الأوجه النفسية والبيولوجية في تحليل أي عرض جسمي أو نفسي أو عقلي . والمرض عنده هو الاستجابة النفسبيولوجية التي يستجيبها الفرد للظروف الحالية وعلى أساس عاداته في التوافق ، وعلى أساس ما تقدم يبدو أن لا فرق لدى ماير بين المرض العقلي أو النفسي أو الجسمي ، ولا بد من الإشارة الى أن أبرز ما قدمته المدرسة النفسبيولوجية من فائدة للطب النفسي تركز في الأمراض السايكوسوماتية وفي الأهتمام بالإنسان الفرد .

### ● مدرسة التحليل النفسي (Psychoanalysis) :

بدأ من فرويد (Freud) الذي تمثل نظريات المقاومة والكبت واللاشعور ، وقيمة الحياة الجنسية في تحليل المرض وأهمية الخبرات الطفلية - العناصر الأساسية التي يتكون منها البناء النظري لنظريته ، ويقسم فرويد الشخصية الى ثلاثة مركبات رئيسة هي: Id ، Ego ، Super ego ، والـ (Id) مصدر الطاقة الغريزية ومخزن الأفكار والدوافع غير المقبولة ، ويتحكم بها مبدأ اللذة ، والـ (Ego) هو المركب العقلاني الواعي الذي يتحكم به مبدأ الواقع. و (Superego) تظهر كوجهة ضرورية لتطوير الـ (ego) وتعكس قبول الطفل لقيم وأخلاقيات المجتمع.

وطبقاً لفرويد ، فإن الأمراض العصابية عبارة عن اضطراب يحل بالأنا ، فليس من الغريب إذن أن يفشل الأنا حينما يكون ضعيفاً وغير مكتمل النمو وغير قادر على المقاومة في معالجة المشكلات، كما وصف العصابي بوصفه إجتماعياً على نحو مفرط، أي إن ضميره نقدي جداً، ويتوقع الكثير حول الذات والآخرين، ويطور الشخص الكثير من الإجراءات الدفاعية لحماية نفسه من نقاط ضعفه وأحباطاته.

وفي تصويره لكيفية نشوء المرض النفسي ، يأتي فرويد بمثال بسيط ، إذا نشأ دافع ما في نفس المرء ولكن إعترضته ميول قوية يتوقع حدوث الصراع النفسي على النحو الآتي ، ذلك أن القوتين الديناميتين - ويمكن أن يطلق عليهما مؤقتاً (الغريزة) و(المقاومة) ستصارع أحدهما الأخرى مدة من الزمن في ضوء الشعور الكامل حتى تتحى الغريزة وتستبعد منها شحنتها من الطاقة ، ذلك هو الحل السوي ، إلا أن الصراع في العصاب يؤدي الى نتيجة مغايرة ، إذ يتقهقر (الأنا) بعد أول صدمة يتلقاها في صراعه مع الدافع المحظور ، فيمنع الدافع من أن يصبح شعورياً ويحول بينه وبين الأنصراف الفعلي المباشر ، ولكن الدافع يبقى مع ذلك محتفظاً بكامل شحنته من الطاقة ، وأطلق فرويد على هذه العملية (الكتب)، كما أن ما يكبت لا يفقد بل يستمر في الضغط لمحاولة الإشباع ، ويزداد شعور الأنا بالتهديد ، فتستدعي الأنا آلياتها الأخرى وهي مجموعة أخرى من الحيل الدفاعية تساعد في التغلب على محتويات الهو (Id) ، وبأستمرار هذا الصراع تفتقد الحيل الدفاعية قدرتها على حماية الأنا ، فتقع صريعة الإضطراب النفسي . ويرى فرويد أن الشخصية السليمة لا يمكن أن تتحقق ما لم يتغلب الفرد على التثبيت (Fixation) في الطفولة ويبلغ مرحلة النمو التناسلي الجنسي، كما تتحقق الشخصية السليمة في الحالة التي يكون فيها الـ (Super ego , Ego , Id) في إنسجام وتوازن وتعاون ويغدو الحب ممكناً على أسس ناضجة. (عسكر سمير، 1988، صفحة 65)

والمنظر الآخر هو أدلر (Adler) (1870-1937) ، الذي أسس نظريته للسلوك الإنساني على مشاعر النقص ، إذ يرى أن كل الأفراد معرضون للشعور بالنقص سواء كان حقيقياً أم متخيلاً ، بدنياً أم عقلياً، ويرى أدلر أن الأحساس بالنقص وليست الجنسية المكبوتة هو الذي يتضمن سوء التكيف ولهذا السبب فإن الأفراد يبحثون عن طرائق لتعويض نقصهم وتتأسس صيغ أنجازهم من خلال التكيف المبكر . ويمرور الزمن تصبح هذه النماذج أسلوب حياة الفرد أو السمات المميزة جداً له ، وتنتج إضطرابات الشخصية من الأحساس العميق بالنقص والأشكال المبالغ بها للسعي وراء التفوق وربما يطور الشخص التعويضات، والتعويضات المفرطة غير الصحيحة وربما يكون هدفه التوجيهي غير واقعي، وأناني جداً، وعلى هذا فالشخص العصابي أو الشخص الذهاني حسب أدلر، هو الذي يمتلك أسلوب حياة خاطيء كان قد أكتسبه من خلال الأتصال بوالديه اللذين يكونان أما قد رفضوه أو أهملوه أو دلوله خلال طفولته المبكرة.

ويرى أدلر أن العصابي جبان ويتجنب مواجهة متطلبات العيش ، ويقتنع بأن معاناته والصعوبات التي يواجهها هي أكبر من معاناة أي شخص آخر ، ولهذا السبب يضع نفسه جانباً كونه شيئاً ما خاصاً وإستثنائياً . ومن الناحية الجوهرية فإن العصابي شبيه بالطفل النامي ، ولا تتطور عنده العواطف الإجتماعية جداً ، إذ أن العصابي غير حساس لحاجات ومشاعر الآخرين ، ويؤذي الناس دائماً من دون إدراك أنه قام بذلك ،

ويرى أدلر أن الأفراد الذين يعانون إضطراباً في صحتهم النفسية تكون أهدافهم لا شعورية ، ولا يعرفون البدائل المتاحة أمامهم عندما يواجهون مواقف الحياة المختلفة ، كما أن القلق وهو مظهر من مظاهر إضطراب الصحة النفسية ينشأ بسبب إنعدام الأمن النفسي الذي يحدثه نتيجة لشعور الفرد بالقصور أو النقص. (أحمد نايل، 1999، صفحة 67)

أما يونج (Jung) (1875-1961) فإن التاريخ والأساطير والطقوس البدائية والرموز تؤدي دوراً في نظريته للطبيعة البشرية ، وميِّز بين نوعين من اللاشعور : لاشعور شخصي وهو مماثل لللاشعور في نظرية فرويد ، ولاشعور جمعي (Collective Unconscious) يحوي التجارب والأفكار الموروثة من الأجيال السابقة ، ويمثل طرائق التفكير البدائي للعقل البشري ، ويتحدث يونج عن الشذوذ بطرائق عدة فهو يقبل بصورة عامة فكرة الشذوذ بوصفه أفرطاً أو نقصاً في الوظيفة . ولكنه يهتم أيضاً بعدم التوازن بين عناصر مختلفة للشخصية ، ويصر بأنه ولا واحدة من أنظمة الشخصية يمكن تأكيدها بأفراط على حساب الأنظمة الأخرى . وينبغي ملاحظة أن الشذوذ الذي أهتم به يونج تماماً هو قلة الوحدة والتكامل في الشخصية.

إن الأمراض العصابية (طبقاً ليونج) عبارة عن محاولات غير ناجحة للتكيف مع الواقع ، ونسب الى الذكريات المكبوتة في اللاشعور دوراً مهماً في تكوين العصاب ، إلا أنه يرى أنها ليست متصلة بالطلبات الجنسية الطفلية ، بل تتعلق بجميع مشاكل الإنسان التي لم تحل ، ويرى يونج بأنه إذا ضعف الشعور نتيجة العقد والصراعات وعدم التوافق وفقد جزء من الطاقة (Ego) نحو مراحل بدائية وتسربت طاقة اللاشعور عبر ثغرات الشعور فإن ذلك يكون مظاهر العصاب ، أما في الحالات الشديدة التي يتدفق فيها اللاشعور الى الشعور فيكون الذهان ، الذي تبدو فيه الكثير من محتويات اللاشعور.

أ. وتستلزم الشخصية السليمة (حسب يونج) كفاً لا نهائية له لكي يتخطى الفرد تنشئته، أي تدريبه لكي يغدو مواطناً، ولكن يكتشف قدراته الأدائية المكبوتة ويعبر عنها ، وينشأ توحد قدرات التفكير والشعور والحدس والجسم عن طريق الألتزام بأهداف جديدة للوجود. (فاروق السيد، 2008، صفحة 273)

### ● الفرويدية الجديدة (New Freudians) :

إن من بين منظري الفرويدية الجديدة عالمة النفس هورني (Horney) (1882-1953) التي ترى أن المبدأ الذي يقرر سلوك الإنسان هو حاجة الإنسان الى الأمن والأطمئنان ، فمنذ الطفولة إذا ما اضطربت علاقة الطفل بوالديه ، فإن الطفل ينمو وهو يشعر بأن العالم مكان خطر وإيذاء له ، وتسمى هورني هذا الشعور ب (القلق الأساسي) ، ووصفت القلق الأساسي بالشعور باليأس تماماً وكذلك بالوحدة عند مواجهة مشكلة خطيرة ، وبسبب هذا الشعور المرضي (القلق الأساسي) ، فإن الفرد يصبح مريضاً نفسياً ، ويلجأ الى طرائق عدة لحماية نفسه من وطأة القلق وتصبح هذه الطرائق في حد ذاتها حاجات نفسية مرضية، وأهتمت

هورني بالعصابية على نحو كبير وأعتقدت بأن لكل شخص قوى بنائية وتدميرية في شخصيته ولكن تسود القوى التدميرية في العصابي . وترکز فكرتها عن العصابية على معالجة الحاجات والصراعات العصابية ، وأكدت هورني بأن الحاجة تكون عصابية إذا شملت أربع خصائص هي: (رضوان ابراهيم، 2001، صفحة 98)

1. إذا كانت إجبارية .
2. إذا كان مبالغاً بها .
3. إذا كانت عامة جداً .
4. إذا لم تكن قابلة للأشباع .

كما ترى هورني أن هناك ثلاثة خطوط رئيسية يمكن للفرد التحرك وفقها ، وهي (التحرك نحو الآخرين) و(التحرك ضد الآخرين) و(الأبتعاد عن الآخرين) ، وأوضحت هورني أن الشخص العصابي تكون إحدى هذه النزعات هي المسيطرة عليه وتبقى النزعتان الأخريان بدرجة أقل، فكل تحرك للفرد العصابي يكون قائماً على واحد من العوامل المكونة للقلق الأساسي: التحرك نحو الآخرين بسبب الضعف والعجز، والتحرك بعيداً عن الآخرين من خلال العزلة، والتحرك ضد الآخرين بفعل العداة ، كما ترى أن التعارض أو التضاد بين هذه النزعات الثلاث هو الصراع الذي يشكل جوهر الذهان . على هذا فالشخص السليم في نظر هورني، لا يخص نفسه بواحدة من الحلول الثلاثة (سابقة الذكر) ، إذ يمكنه أن ينتقل من اتجاه الى آخر تبعاً لما يناسب ذلك من سلوك ، أي بمعنى أنه يمتلك مرونة الأنتقال من أسلوب الى آخر وبحسب ما تستدعيه الظروف.

أما المنظر الآخر في الفرويدية الجديدة، فهو أريك فروم (Erich Fromm) الذي دافع بقوة عن ضرورة النظر الى الإنسان في سياق المعطيات الأنثروبولوجية والفلسفة الأجتتماعية ، أي أن للمثل العليا الدينية والإنسانية أهمية في فهم مرض الإنسان بمقدار ما لأشباع الحاجة الى الحب والمطالب العضوية من أهمية ، وركز فروم على نقطة أساسية هي حاجة الإنسان لأن يجد معنى في وحدته وفردية حياته. كما حاول فروم أكثر من غيره أن يفهم التفاعلات القائمة بين القوى النفسية الفردية في الفرد وبين المجتمع الخاص الذي يعيش فيه ، ويرى فروم أن ضعف الأحساس بالأمن هو أمر لا بد منه، ومن ثم فإن الإنسان لا يستطيع التمتع بالصحة النفسية بشكل تام ، لأن التدرج في مراحل النمو وتحقيق الأستقلالية يكون على حساب الشعور بالأمن النفسي، وأن التغيير والحركة والتعقيد في المجتمع تؤدي الى خسارة أو فقد العلاقات الآمنة مع الجماعات الأولية ومع الطبيعة نفسها ، وهذا يؤدي الى شعور الإنسان بالوحدة والعزلة ، والمجتمع (طبقاً لفروم) لا يقدم الوسائل الكفيلة لتحقيق هذه الحاجات، لذلك لا يستطيع الإنسان أن يصل إلا الى تحقيق جزئي لصحته النفسية، وعلى هذا فقد فسّر فروم الأمراض النفسية بأنها تعبير عن الصراع الأساسي القائم بين

طلب الإنسان وسعيه المشروع للتمتع بالحرية وتحقيق الذات والسعادة والأستقلال، وبين النظم المختلفة والقائمة في مجتمعه التي تعارض وتحبط أو تفشل هذا السعي وتحقيقه. (صالح، 2003، صفحة 74)

### ● المدرسة السلوكية (Behaviorism) :

تعد هذه المدرسة التعلم هو المحور الرئيس ، وأن السلوك المرضي يمكن إكتسابه ويمكن التخلص منه كما هو الحال في السلوك العادي. فالعملية الرئيسة في كلتا الحالتين ، هي عملية تعلم ، إذ تتكون الأرتباطات بين منثيرات وإستجابات ، ويرى السلوكيون بأن المرض النفسي إنما هو سلوك متعلم (Learned Behavior) ، ومع مرور الزمن تتحول العادات السلوكية الى التزامات يتمسك بها الفرد بوصفها أنماطاً مرضية منذ الطفولة . ويكون تعلم الأعراض التي تظهر في سلوك العصابي من البيئة ، ومن مراحل نموه ، ولاسيما مرحلة الطفولة، وبهذا فإن المنحى السلوكي ينظر الى الأمراض النفسية بأنها عادات غير توافقية. ولذلك فإن الخلل العقلي ينظر إليه بأنه سلوك خارجي وليس صراعاً داخلياً. كما أن المحاولات التي تبذل لتفسير السلوك الشاذ تركز لذلك على أنواع الثواب والعقاب الظاهرة التي تتحكم بسلوك المريض ، لا على حالات داخلية لا يمكن ملاحظتها. (الرشيدي، 1999، صفحة 33)

ويرى بافلوف (Pavlov) أن الأمراض النفسية نتيجة لإضطراب في عملية التدريب في الصغر ، مما يعطي الدماغ حالة مزمنة من الإضطراب الوظيفي في العمل، ويضع بافلوف قاعدة الخطأ في التفاعلات الشرطية التي تسبب إضطراب الصحة النفسية ونشوء العصاب في القشرة الدماغية ، ويرى بافلوف بأنه إذا كان التآزر بين نشاط الأنظمة الثلاثة (نظام الأفعال المنعكسة غير الشرطية ، النظام الإيثارى الأول ، النظام الإيثارى الثاني) هو أساس الصحة النفسية أو النشاط العصبي السوي ، فهذا التآزر هو نتيجة للتوازن بين عمليات النشاط العصبي ، أي إن التوازن أساساً بين عمليتي الأستثارة والكف.

ويرى بافلوف أن الأمراض العصابية والذهانية ما هي إلا عادات خاطئة تكونت تدريجياً من سلاسل معينة من الأفعال المنعكسة الشرطية وأنه لعلاج هذه العادات الشاذة يجب إطفاء هذه الأفعال الشرطية المرضية وتكوين أفعال شرطية جديدة تحل محل العادات الخاطئة.

أما سكنر (Skinner) ، فيعتقد أن المظاهر السلوكية التي توصف بأنها مريضة أو شاذة تتكون من مبادئ التعلم الشرطي الإجرائي مثل كل أنواع السلوك الأخرى . وينظر سكنر الى الأعصاب النفسية (Neuroses) أنها إستجابات متعلمة للمنبهات البيئية المؤلمة والمزعجة التي يتعرض لها الإنسان، فتسبب حالة من إنعدام الأمن النفسي (Insecurity). ويستثار القلق الذي يوّد بدوره قلقاً أشد هو القلق العصابي (Neurotic Anxiety) . ويرى أن الأعراض العصابية تنشأ بسبب الإضطرابات في عمليتي الإستثارة (Arousal) والكف (Inhibition) للنظام العصبي المركزي ، وهو الرأي نفسه الذي قدمه بافلوف سابقاً .

وعموماً فالشخصية السليمة من وجهة نظر السلوكيين تتطلب الكفاية والسيطرة على الذات والقدرة على قمع التصرفات التي لم تعد تقود للمعززات الأيجابية، وتعلم التصرفات الفاعلة في بلوغ الإشباع الجيد ، ويتحقق مثل هذا التكيف إذا إستطاع الفرد أن يكتشف الشروط أو القوانين الكامنة في الطبيعة أو المجتمع والتي يستطيع الفرد بموجبها سد إحتياجاته وتجنب المخاطر . (النعاس، 2008، صفحة 123)

### ● المدرسة الإنسانية (Humanistic) :

المدرسة الإنسانية منظوراً ظاهراتياً (Phenomenological) يعتمد على الفلسفة الظاهراتية لـ (هوسيرل Husserl) (1900-1970) التي تهدف الى معرفة ووصف السمات الأساسية للكائن البشري في العالم . وقد عدّ جاسبر (Jaspers 1923) الظاهراتية بوصفها فرعاً مهتماً بالمرض النفسي، إنها عالم المريض الداخلي أي الأهتمام بالأعراض لا بالعلامات ، وأن هذا العالم غير قابل للوصول الى الملاحظة المباشرة ويمكن فهمه من خلال تقرير المريض ، لأن الأوصاف الذاتية العفوية للمريض غير محرفة بالشك. (القذافي، 1990، صفحة 89)

وترى المدرسة الإنسانية أن الإنسان هو مركز الوجود وهو صاحب الأرادة الحرة ومسؤول عن أفعاله وسلوكه وليس مفعولاً أو مسيراً متأثراً بقوى خارجية عن أرادته ، فهو الفاعل الإيجابي الذي يتحكم بمصيره.

وبدءاً من ماسلو (Maslow) الذي نظر الى الإنسان نظرة إيجابية بوصفه قادراً على التقدم من مرحلة الى أخرى في تطوره الإجتماعي ، وإن هذا التقدم لا يحدث بسبب المتطلبات التي يفرضها البناء المعاييري للمجتمع ، ولكنها بالأحرى بسبب الخصائص الإنسانية الفطرية، وأعتقد ماسلو بأن حالات الشذوذ تنتج عن أحباط الحاجة الأساسية ، وحتى التطور الخطأ ناتج بصورة عامة من إعاقة الحاجات الأساسية . وإن أحباط الحاجة هو عامل رئيس في نمو الشخصية الخطأ وسبباً أساسياً لحالات الشذوذ في كل الحياة ، ويرى ماسلو أن العصائبيين هم أولئك الذين حرّموا أو حرّموا أنفسهم من الوصول الى إشباع أو أكفاء حاجاتهم الأساسية ، وهذه الحقيقة تمنع الفرد من التقدم نحو الهدف النهائي المتمثل بتحقيق الذات ، ويرى أن الأشخاص العصائبيين هم أولئك الذين يشعرون بالتهديد وإنعدام الأمن والأحترام القليل للذات. (الهابط، ب ت، صفحة 105)

إن ما ينبه له ماسلو هو وجود علاقة بين تصرفات الشخصية السليمة ، وما أطلق عليه السلوك الوسيلي (Instrumental Behavior) الذي هو السلوك الشخصي والأجتماعي المقبول، والخاضع لضبط الشخص التلقائي، والفرق كبير بين السلوك الوسيلي والسلوك غير المنظم، وعلى هذا فالشخصية السليمة تتصرف بشكل وسيلي (غرضي) لكي تحصل على الأشياء التي تشبع حاجاتها المختلفة ، ويحدد ماسلو صفات الشخص المحقق لذاته ، إذ يرى أنه يرضي رغباته في البحث عن المتع الجمالية كالنظام والتماثل والجمال ، ويتناغم مع معنى سر حياته ويتقبل ذاته والآخرين وحقائق الوجود ، وتبهبه خبرات الحياة ،

ويكون هذا الشخص تلقائياً وخلاقاً وله روح الدعابة ، ويكون قد حقق معظم قدراته ، وأصبح قادراً تماماً أن يكون.

أما روجرز (C. Rogers) وهو من أبرز منظري هذه المدرسة ، فإنه يؤكد الخبرة الواعية للأفراد ووعيهم الذاتي لأنفسهم والعالم من حولهم ، وإن الفرد يرد الفعل للعالم كما يتصوره. وتقرر هذه الإدراكات إستجابته للأحداث والآخرين، وإذا أبقى الأفراد أنفسهم مفتوحين لعالم الخبرة، يكونون قد أسسوا الشرط الأساس الضروري للنمو والنضج وتحقيق إمكانياتهم ، ويرى روجرز أن الشذوذ هو نتيجة للمفهوم الذاتي الخاطيء تماماً ، ويتطور هذا المفهوم الذاتي من خلال خبرات الحياة الخاطئة، والشكل الشائع للشخصية الشاذة هو الشخص الذي يندفع بكل حالات يجب وينبغي جاعلاً مشاعره ورغباته الخاصة تحت السيطرة الدائمة أو حتى عدم الشعور بها، وأن هؤلاء الناس لا يشعرون بالراحة الداخلية لأنهم يحتذون دائماً بالمعايير السطحية التي قبلوها بوصفها قيمة خاصة لهم. ويلاحظ في كل هذه الحالات أن الإضطراب الرئيسي الكامن وراء كل هذه الأعراض هو مفهوم الذات المزيفة. (الفذافي، 1990، صفحة 111)

ويرى روجرز أن الأفراد العصائبيين والذهائبيين هم أولئك الذين ينقصهم التطابق بين مفهومهم لذواتهم وخبراتهم ، إذ يؤدي عدم التطابق هذا الى شعور الفرد بأنه مهدد فيندفع مستعيناً بميكانيزمات دفاعية متسقة مع تفكيره الذي يتميز بالترتمت والصرامة. ويضطر مثل هذا الفرد الى تشويه خبراته من أجل حماية ذاته وليحصل على احترام إيجابي من الآخرين ، ويرى روجرز أن هناك اتصالاً وثيقاً بين مفهوم تقبل الذات وتحقيقها وبين الصحة النفسية ، ويؤكد الحرية الشخصية كونها عنصراً أساسياً في تكوين الشخصية السليمة.

#### ● المدرسة الوجودية (Existentialism) :

ظهرت بوادر الوجودية بوصفها إتجاهاً فكرياً في فلسفات قديمة ، ولكنها تبلورت وبرزت فلسفة أو نزعة واضحة المعالم على يد الفيلسوف الدانماركي كيركجارد (Soren Kierkgard) (1813-1855) في القرن التاسع عشر ، وتلتقي الفلسفات الوجودية في نقاط رئيسية، أهمها: إعطاء الوجود السابق على الماهية، أما من حيث المنهج فقد تأثرت الفلسفة الوجودية بفلسفة الظاهراتية ، وترى المدرسة الوجودية أن أساس فهم نفسية الفرد هو تجربته الشخصية ، ولذلك فهي تعطي أهمية كبيرة للغة تعبير الفرد عن هذه التجربة ، وتفسر المرض النفسي بأنه ظاهرة وجودية وليس مرضاً حقيقياً ، وأن من يتعثر في أداء دوره أو في تعامل وجوده مع وجود الآخرين ، فإنه يعاني من (قلق) وجودي ناشيء عن شعور بعدم جدوى أو بفرار وتفاهة الوجود في العالم ، وعلى هذا فإن محور المرض النفسي هو تعبير عن قلق وجودي. (اليامنة، 2012، صفحة 54)

ويرى فرانكل (Frankle) أن ما يحتاج إليه الإنسان حقيقة ، ليس هو إستعادة الأتزان Homeostasis ، بل ما يسميه بالديناميات الراقية ، أي ذلك النوع من التوتر الملائم الذي يحتفظ بالفرد موجهاً بثبات نحو تحقيق قيم محددة ، نحو إقرار معنى لوجوده الشخصي ، وهذا أيضاً ما يضمن ويحفظ صحته النفسية ، إذ إن الهروب من أي موقف ضاغط سوف يؤدي الى وقوعه في الفراغ الوجودي.

ويرى الوجوديون الصحة النفسية في خلق حالة من الأتزان بين الأشكال الثلاثة للوجود : الوجود المحيط بالفرد ، والوجود الخاص بالفرد ، والوجود المشارك في العالم ، لأن العصابي (طبقاً لمي May) هو المنشغل بالوجود المحيط به بشكل مفرط ومهمل في الوقت نفسه لوجوده الخاص بشكل مفرط ، ويرى ماورر وساز أن هناك علاقة وثيقة بين الصحة النفسية والعيش في سبيل التزامات أخلاقية ومعنوية ، كما تبدو على الشخصية السليمة شجاعة الوجود ويعني هذا التعبير أن يعرف الشخص مشاعره ومعتقداته وأن يبيدها ويتحمل النتائج التي تترتب على مثل هذه الأفعال. (الخالدي ، 2009، صفحة 190)

### نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory) :

إن نظرية التعلم الاجتماعي لجوليان بي. روتر (Jullian B. Rotter) نشأت من التقاليد الواسعة لكل من نظرية التعلم ونظرية الشخصية ، وهي تحدث تكاملاً بين ثلاثة اتجاهات تاريخية واسعة في علم النفس هي : السلوك ، والمعرفة ، والدافعية ، وينظر روتر الى المرض النفسي نظرتة إلى أي عملية تعليمية أخرى ، وأن مشاكل الأفراد غير المتكفين لا تنشأ أصلاً في رؤوسهم، بل من علاقاتهم مع الأفراد الآخرين ، وهم غير راضين عن أنفسهم ، ويتصرفون بطرائق تعجل في صدور إستجابات عقابية من المجتمع. ويتصرفون في الغالب بمستوى واطئ من حرية الحركة ، أما الأفراد المتكيفون فهم أولئك الذين يحققون خبرات الرضا أو الإشباع الناتجة من أدائهم لأنشطة سلوكية يقومها المجتمع على أنها أنشطة بناءة. (الرشيدي، 1999، صفحة 41)

أما دولارد وميللر (Dollard & Miller) ، فقد أوضحا (1950) بأن أنواع العصاب يكون تعلمها بالصورة نفسها التي يكون بها أكتساب أنواع السلوك السوي ، والواقع أن كل الأدلة المتصلة بالتعلم تشير الى أن السلوك ، حتى في حالة كونه نوعاً من العرض الذي يسبب الضيق لصاحبه، فإنه يتقوى ما دام التدعيم قائماً، وفي كثير من حالات العصاب لا يزيد التدعيم في جوهره عن خفض القلق أو المخاوف عن الصراع ، كما أن الحلول العصابية تبقى وتدوم ما دام التدعيم قائماً ومستمراً. (مكناسي، 2019، صفحة 16)

وأشار باندورا (Bandura 1968) ، إلى أن القلق النفسي والسلوك الدفاعي هما نتيجة خبرات مؤذية ، ولهذا فإن التوقعات وعدم القدرة على إدراك ومسايرة الأحداث يقودان الى القلق والسلوك الدفاعي ، وأن هناك أمرين يؤديان الى نشوء الأمراض النفسية هما الأختلال الوظيفي في تثمين الذات وتقديرها ، والأختلال الوظيفي في التوقعات. (غريغ ويلكسون، 2013، صفحة 115)

### ● المدرسة المعرفية (Cognitive) :

تقوم المدرسة المعرفية على الفكرة القائلة بأن ما يفكر فيه الناس وما يقولونه عن أنفسهم وكذلك اتجاهاتهم وآراؤهم ومثلهم إنما هي أمور مهمة وذات صلة وثيقة بسلوكهم الصحيح والمريض ، ويرى أليس (Ellis) أن التفكير والأنفعال الأنسانيين ليسا بعملياتين متباينتين أو مختلفتين وإنما يتداخلان بصورة ذات

دلالة ، ويرى أن المعرفة والعاطفة يرتبطان على نحو وثيق جداً وأن السيطرة على أفكار الفرد هو توفير السيطرة على عواطفه.

إن المبادئ التي يستند إليها (أليس) ليست بالجديدة وتعود الى عدة آلاف من السنين ، فقد قال أبينكتيتاس (Epictetus) في القرن الأول الميلادي " إن ما يصيب الناس بالأضطراب ليس الأشياء ذاتها ، وإنما نظرتهم الى هذه الأشياء " ، واستند (أليس) في نظريته الى إفتراض رئيس هو أن الإضطرابات النفسية إنما هي نتاج للتفكير غير العقلاني ، والتفكير غير العقلاني أو الأفكار اللاعقلانية هي الأفكار التي تتضمن جوانب غير منطقية وترجع نشأتها الى التعليم الذي يتلقاه الطفل من والديه ومن البيئة الثقافية التي يعيش فيها. (Lazarus,R.S.& Flokman,s, 1984, p. 12)

ويعتقد (أليس) بأن المشاعر السلبية لا تحصل أو لا توجد من تلقاء نفسها ولكن لدينا الخيار الفعّال في المجيء بها أو عدم المجيء بها الى أنفسنا . كما يشير (أليس) الى السيطرة الداخلية ، التي لا تعني هنا أن الناس يختارون بأنفسهم الأنغماس في إضطراب أو تشوش أنفسهم من خلال أعتقادتهم ، بل أنهم لا يخبرون الأفكار والمشاعر والسلوكيات بشكل خالص أو متباعد ، وبدلاً من ذلك فإن معرفتهم تؤثر في مشاعرهم وسلوكهم ، ومشاعرهم تؤثر في تفكيرهم وسلوكهم ، وسلوكهم يؤثر في تفكيرهم ومشاعرهم.

ويرى (أليس) بأن الخبرات المبكرة الخاطئة أو العصابية أو غير المنطقية تستمر ولا تتطفئ على الرغم من عدم تعزيزها من الخارج لأن الأفراد يعززون هذه الخبرات المتعلمة بتكرار تلقينها داخلياً لأنفسهم حتى تصبح فلسفة لهم ونظرة خاصة بهم ، وتتلخص وجهة نظر (أليس) في الصحة النفسية في عشرة أهداف تمثل بأجتماعها خصائص الصحة النفسية هي : (دعاء محمد، 2018، صفحة 89)

1. الأهتمام بالذات (Self-Interect) : أن يهتم الفرد بنفسه أولاً ولكن من دون أنانية.
2. التوجه الذاتي (Self - Direction) : إن على الإنسان أن يتحمل المسؤولية الشخصية ويعمل بكفاءة
3. التحمل (Tolerance) : إن على الإنسان أن يتحمل أخطاء الآخرين .
4. تقبل عدم اليقين (Acceptance of Uncertainty) : إن على الإنسان أن يتقبل حقيقة أنه يعيش في عالم من الاحتمالات .
5. المرونة (Flexibility) : إن الإنسان العادي يتصف بمرونة التفكير ، وهو يتقبل التغيير.
6. التفكير العلمي (Scientific Thinking) : إن الإنسان العادي يتصف بكونه موضوعياً وعلمياً ومنطقياً .
7. الألتزام (Commitment) : إن الناس العاديين يهتمون وينشغلون بأشياء مختلفة خارج نطاق الجسم

8. روح المغامرة (Risk Taking) : إن الإنسان العادي يتمتع بقدر من روح المغامرة .
9. تقبل الذات (Self- Acceptance) : إن الإنسان العادي قانع بحياته ، راضٍ عن نفسه .
10. اللامثالية (Non-Utopianism) : إننا جميعاً نواجه الأحباط أو نشعر بالأسف أو الندم ، فهذه هي طبيعة الحياة .

أما آرون بيك (Aaron Beck) فإنه يرى أن ردود الفعل الأنفعالية ليست إستجابات مباشرة وتلقائية للمثير الخارجي ، وإنما يكون هناك تحليل للمثيرات وتفسير لها من خلال النظام المعرفي (العقلي) الداخلي ، وقد ينتج عن عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية وجود الإضطرابات النفسية . وأن ردود الفعل التي يستجيب بها الناس لكثير من المواقف تكون متسقة مما يوحي بأن هذه الأستجابات توجهها مجموعة من القواعد.

ويرى بيك (Beck) أن الأستجابة العصابية الحادة قد أطلق عليها إصطلاح " رد فعل المحنة " إذ يكون الفرد مثقلاً بالقلق أو الحزن أو الهياج ويكون عليه أن يناضل للمحافظة على ضبط التركيز والانتباه ، ومن الناحية المعرفية فإن إستجابة العصاب تتصف بالوعي المكثف بالذات. والتفسير الخاطيء للمثيرات غير الضارة بأنها تمثل خطراً كبيراً ، وكذلك الإنتباه للأفكار والمشاعر غير المناسبة ، ومثالاً لتفسير الإضطرابات النفسية ، وليكن الأكتئاب ، يرى (بيك) أن المريض يحس بأنه قد خسر شيئاً يراه ضرورياً لسعادته ويتوقع من أي مشروع مهم نتائج سلبية ، ويرى نفسه مفقداً للصفات اللازمة لتحقيق أهداف ذات شأن ، وبالأمكان صياغة هذه الفكرة فيما يسمى (الثلاثي المعرفي The Cognitive Third) تصور سلبي للذات ، تفسير سلبي لخبرات الحياة، نظرة عدمية للمستقبل ، والشخص المكتئب ربما لديه زيادة وتعميم عن الحوادث الثانوية والتفكير بأنه عديم الأهمية (لا قيمة له) ، كما أن الناس المكتئبين يلومون أنفسهم أكثر مما ينبغي أو أكثر مما هو مبرر. وإذا أمكن دفع إنتباه الفرد لما يفكر فيه عندما يخبر (يمر) أو يشعر بأي عاطفة، فإن الفرد سوف يرى بأن أفكاره تكون مرتبطة بما يشعر به ، إذ إن الأفكار السلبية تكون مرتبطة بالمشاعر السلبية مثل الحزن، خيبة الأمل، والقلق تماماً كالأفكار الايجابية التي تكون مرتبطة بالمشاعر الايجابية مثل الفرح والأبتهاج. (الطواب، 2008، صفحة 112)

### قواعد الصحة النفسية للمراهق اليتيم

تعد الصحة النفسية أمراً حيويًا لجميع الأفراد، وخاصةً المراهقين اليتامى الذين قد يواجهون تحديات إضافية. هنا بعض القواعد التي يمكن أن تساعد في تعزيز الصحة النفسية للمراهقين اليتامى:

توفير الدعم العاطفي:

تقديم الحب والاهتمام من قبل الأسرة الممتدة أو القائمين بالرعاية.

إنشاء بيئة داعمة حيث يشعر المراهق بأنه مسموع ومفهوم.

تشجيع العلاقات الاجتماعية:

تشجيع المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والجماعية مثل الأندية الرياضية أو الأنشطة المدرسية.

بناء علاقات مع الأقران ودعم تكوين صداقات صحية.

تعليم مهارات التعامل مع الضغوط:

تعليم تقنيات التأمل والاسترخاء للمساعدة في إدارة التوتر.

توفير مهارات حل المشاكل والتفكير النقدي.

تعزيز الشعور بالاستقلالية والكفاءة:

تشجيع المراهقين على اتخاذ قراراتهم الخاصة وتحمل المسؤولية.

دعم تطوير مهاراتهم ومواهبهم الشخصية.

توفير الرعاية النفسية المتخصصة عند الحاجة:

تقديم الاستشارة النفسية أو العلاج النفسي إذا كان هناك حاجة لذلك.

التواصل مع مختصين في الصحة النفسية لفهم ومعالجة أي اضطرابات نفسية محتملة.

توفير استقرار وأمان مادي ومعنوي:

ضمان أن المراهق يعيش في بيئة آمنة ومستقرة.

تقديم الدعم المادي اللازم وتلبية الاحتياجات الأساسية.

تشجيع التعبير عن المشاعر:

خلق مساحة آمنة للمراهقين للتحدث عن مشاعرهم وأفكارهم دون خوف من الحكم.

استخدام وسائل إبداعية مثل الكتابة أو الرسم للتعبير عن الذات.

الاهتمام بالصحة البدنية:

التشجيع على ممارسة الرياضة بانتظام.

ضمان الحصول على نظام غذائي متوازن ونوم كافٍ.

تعليم القيم والأخلاق:

تقديم نماذج إيجابية للمراهقين من خلال التصرفات والأفعال.

تعليم القيم والأخلاق التي تساعدهم على التفاعل بشكل إيجابي مع العالم من حولهم.

باتباع هذه القواعد، يمكن للمراهقين اليتامى تطوير صحة نفسية قوية تساعدهم على التكيف مع تحديات

الحياة وتحقيق إمكاناتهم الكاملة. (أبو نبعة، 2002)

حاجات المراهق اليتيم وأثرها على الصحة النفسية

حاجات المراهق اليتيم

حاجات المراهق اليتيم متنوعة ومعقدة، ويمكن تصنيفها إلى عدة فئات رئيسية:

### الحاجات العاطفية:

الشعور بالحب والانتماء: يحتاج المراهق اليتيم إلى شعور بالحب والدعم من أفراد الأسرة الممتدة أو القائمين بالرعاية. الانتماء إلى مجموعة داعمة يساهم في تعزيز الثقة بالنفس والراحة النفسية.

التعبير عن المشاعر: من المهم أن يكون لدى المراهق مساحة آمنة للتعبير عن مشاعره وأفكاره دون خوف من الحكم أو الرفض.

### الحاجات الاجتماعية:

تكوين العلاقات: العلاقات الاجتماعية الصحية مع الأقران وأفراد المجتمع تلعب دورًا كبيرًا في تطور المراهق. المشاركة في الأنشطة الاجتماعية تساعد في بناء المهارات الاجتماعية والشعور بالقبول.

الدعم الاجتماعي: الحصول على الدعم من الأصدقاء والعائلة والمجتمع يساهم في توفير الإحساس بالأمان والاستقرار.

### الحاجات التعليمية:

الدعم الأكاديمي: يحتاج المراهق اليتيم إلى دعم أكاديمي لتعويض أي تأخر دراسي ناتج عن التغييرات في حياته الشخصية.

التوجيه المهني: توجيه المراهقين نحو خياراتهم المهنية المستقبلية يساعد في بناء رؤية واضحة للمستقبل.

### الحاجات المادية:

الاحتياجات الأساسية: تلبية الاحتياجات الأساسية مثل الطعام، المأوى، والملبس تساهم في تقليل القلق المرتبط بعدم الأمان المادي.

الدعم المالي: تقديم الدعم المالي يمكن أن يخفف من الضغوط الاقتصادية ويسمح للمراهق بالتركيز على دراسته وتطويره الشخصي. (الرشيدي، 1999)

### الحاجات النفسية:

الاستقرار النفسي: توفير بيئة مستقرة وآمنة يساهم في تحسين الصحة النفسية.

الرعاية النفسية المتخصصة: الحصول على دعم نفسي من مختصين يمكن أن يساعد في معالجة الصدمات النفسية الناجمة عن فقدان الوالدين.

## أثر تلبية الحاجات على الصحة النفسية

تلعب تلبية هذه الحاجات دورًا حاسمًا في تعزيز الصحة النفسية للمراهقين اليتامى. الآثار الإيجابية تشمل:

تحسين الثقة بالنفس: الشعور بالدعم والحب يعزز من ثقة المراهق في نفسه.

الحد من القلق والاكتئاب: تقديم الدعم النفسي والاجتماعي يقلل من احتمالية تطور مشاكل نفسية مثل القلق والاكتئاب.

تعزيز التكيف الاجتماعي: دعم العلاقات الاجتماعية يساعد المراهق في التكيف بشكل أفضل مع المجتمع.

تطوير مهارات التعامل مع الضغوط: توفير بيئة داعمة وتعليم مهارات التعامل مع التوتر يعزز من قدرة المراهق على مواجهة التحديات.

## خلاصة الفصل

تعد الصحة النفسية للمراهق اليتيم موضوعاً حيويًا يتطلب اهتمامًا خاصًا نظرًا للتحديات الفريدة التي يواجهها هؤلاء الأفراد. فقدان أحد الوالدين أو كليهما يشكل تجربة مؤلمة يمكن أن تؤثر بشكل كبير على النمو العاطفي والاجتماعي والنفسي للمراهق.

من خلال تلبية حاجات المراهق اليتيم، بما في ذلك الدعم العاطفي، الاجتماعي، التعليمي، المادي والنفسي، يمكن تعزيز صحته النفسية بشكل كبير. توفير بيئة داعمة ومستقرة، بالإضافة إلى الدعم من المجتمع ومقدمي الرعاية، يمكن أن يساعد المراهقين اليتامى على التكيف مع فقدانهم، وتطوير مهارات التكيف، وبناء مستقبل مشرق ومستقر.

الاستثمار في الصحة النفسية للمراهق اليتيم ليس فقط ضرورة إنسانية بل هو استثمار في بناء مجتمع قوي وصحي. من خلال تقديم الدعم اللازم، يمكننا مساعدة هؤلاء المراهقين على تجاوز التحديات وتحقيق إمكاناتهم الكاملة، مما يعود بالنفع على المجتمع ككل.

# الفصل الثالث

الفصل الثالث: المراهقة

تمهيد

تعريف المراهقة

المراحل الزمنية للمراهقة

النظريات المفسرة للمراهقة

خصائص النمو في مرحلة المراهقة

أشكال المراهقة و العوامل المؤثرة فيها

الحاجات النفسية لدى المراهق اليتيم

المشكلات التي يعاني منها المراهق اليتيم

خلاصة الفصل

**تمهيد:**

في المرحلة الحياتية المهمة التي تُعرف بالمراهقة، يتخذ الفرد خطوات هامة نحو النضج وتحديد هويته الشخصية. تعتبر المراهقة فترة انتقالية بين الطفولة والبلوغ، وتتزامن مع تغيرات جسدية وعقلية واجتماعية كبيرة. يمكن أن تكون هذه الفترة مليئةً بالتحديات والفرص، حيث يبحث المراهقون عن الانتماء والتقبل الاجتماعي، ويواجهون ضغوطاً من العائلة والأصدقاء والمدرسة. من المهم فهم تلك التحولات وتقديم الدعم والتوجيه للمراهقين أثناء تجربتهم في هذه المرحلة الحساسة.

## 1\_تعريف المراهقة

المراهقة لغة:

المعنى اللغوي للمراهقة، فهو المقاربة فرهفته معناها أدركته وأرهفته تعني دانية، ورهقت الصلاة رهوقا يعني دخل وقتها، فراهق الشيء معناه قاربه، وراهق البلوغ معناه قارب سن البلوغ، وراهق الغلام معناها قارب الحلم، وصبي مراهق معناها مدان للحلم والحلم هو القدرة على إنجاب النسل.

المراهقة اصطلاحا:

" مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد أو مجموعة من التغيرات في نمو الفرد الجسدي والعقلي والنفسي والاجتماعي هي مرحلة الانتقال التي يصبح فيها المراهق رجلا، والمراهقة امرأة ". (علال حرب اللصاصة بشير، 2017، صفحة 1795)

المراهقة هي مجموعة من التغيرات النفسية والاجتماعية والجسدية التي تحصل بين نهاية الطفولة الثالثة وبين الرشد (عبد الغني الديدي، 1995، صفحة 7)  
عرف تائر 1967 البلوغ في قوله : إن عملية البلوغ تشير إلى الفترة التي يكتمل فيها النضج الجسدي ويكون بمقدور الإنسان والإنجاب . (حمد بدوي الصافي، 1986، صفحة 125)

## 2\_المراحل الزمنية للمراهقة

إختلف الباحثون و العلماء في تحديد المراحل الزمنية للمراهقة و لكن الشيء المؤكد عموما هو أن هذه الفترة تبدأ ما بين فترة البلوغ الجنسي و إكمال النضج الجسدي ، و لتحديد أكثر دقة قد وضع الباحثين ثلاث مراحل أساسية لهذه المرحلة و هذا بناء على بعض خصائص و مميزات النمو و هو ما سنراه في مايلي:

### (1-2) مرحلة المراهقة المبكرة

تمتد هذه الفترة منذ بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفيزيولوجية الجديدة بعام تقريبا ، و هي تتسم باضطرابات مثل : القلق ، التوتر و الصراع أي المشاعر المتضاربة و بصفة عامة مرحلة المراهقة المبكرة تتميز بأنها فترة تقلبات عنيفة وحادة مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم و وظائفه مما يؤدي إلى الشعور بعدم التوازن و ظهور الصفات الجنسية الثانوية و ضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيفية كبحها أو السيطرة عليها و عادة ما تظهر الإضطرابات الإنفعالية على شكل ثورات مزاجية حادة مفاجئة و تقبل دوري ما بين الحزن و الفرح و شعور بالضياع و عدم معرفة ما سيحدث له. (القذافي، 1990، صفحة 353)

### (2-2) مرحلة المراهقة الوسطى

تمتد هذه المرحلة من 15-18 سنة و تتميز بشعور المراهق بالنضج والإستقلالية وتعتبر هذه المرحلة قلب مراحل المراهقة حيث تنضج فيها مختلف المراحل المميزة لها ، كما تتميز هذه المرحلة بالشعور بالهدوء و الإتجاه إلى تقبل الحياة بكل ما فيها من إختلافات أو عدم الوضوح و القدرة على التوافق كما يتميز المراهق

هنا بطاقة هائلة و قدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين ، و من المميزات الخاصة بهذه المرحلة مايلي:

الشعور بالمسؤولية الإجتماعية الميل إلى مساعدة الآخرين الإهتمام بالجنس الآخر على شكل ميول و إقامة علاقات مع الآخرين وضوح الإتجاهات و الميول لدى المراهق ) (حامد عبد السلام زهران، 1995، صفحة 73)

### (2-3)مرحلة المراهقة المتأخرة

تمتد هذه المرحلة من حوالي 18-21 سنة ، و هي فترة يحاول فيها المراهق إعادة لم أشتاته و يسعى من خلالها إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألفة من مجموع أجزائه و مكونات شخصيته و يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالإستقلالية و وضوح هويته و الإلتزام بالمسؤولية و يشير الباحثون أن مرحلة المراهقة المتأخرة تعتبر مرحلة التفاعل و توحيد أجزاء الشخصية و التناسق فيما بينها بعد أن أصبحت الأهداف واضحة و القرارات مستقلة . (حامد عبد السلام زهران، 1995، صفحة 108)

وهناك تقسيمات أخرى تختلف في تحديد الزماني لمراحل المراهقة الفرعية ونذكر منها:

المراهقة المبكرة الممتدة بين 11-14 سنة

المراهقة المتوسطة الممتدة بين 15-18 سنة

المراهقة المتأخرة الممتدة بين 19-21 سنة .

### 3\_ النظريات المفسرة للمراهقة

من أبرز الاتجاهات التي فسرت مرحلة المراهقة نذكر ما يلي:

#### \_نظرية التحليل النفسي

بين فرويد FREUD أن المراهقة مرحلة من حياة الفرد، وأنها متصلة بأزمة نرجسية وتقمصية مع اضطرابات الفلق الحادة، حيث أوضح أن الصراع الأساسي لها، هو صراع التوازن بين مطالب الهو ومطالب الأنا الأعلى، وأن الأنا الأعلى أو الضمير ينمو مع المراهق بطريقة أفضل، ويصبح قادرا على التحكم والسيطرة على السلوك.

وكما بين أن الأنا " هو القدرة على تقويم الذات أو هي الفرق بين الطفل والمراهق، ويعتبر هذا مبدءا علميا في ميدان دراسة المراهقة، كما أوضح أيضا أن الهو مصدر كل طاقة نفسية، وهو ناتج عن الغرائز البيولوجية عند الفرد، وأن غرائز الجنس والعدوان توجه سلوك الإنسان أكثر، والهو إذن يمثل غريزيا بدائيا، ويمثل الجانب الغير عقلي، بينما للأنا الأعلى يمثل الجانب العقلي، والاتجاهات الخلقية تتبع من الأنا الأعلى.

إن نظرية التحليل النفسي لا تعتبر المراهقة ولادة جديدة، بقدر ما هي إعادة تحديد نشاط العديد من العمليات التي تتم منذ الطفولة، وتعتمد معظم الدراسات في هذا المجال على الصراعات المختلفة التي تمت في حياة الفرد لفهم مختلف أنماط سلوكه خلال هذه الفترة، فالنمو عبارة عن نمو متصل، تمتد جذوره من الطفولة إلى

الرشد وبهذا بين فرويد ( مراحل النمو بتقسيم تكوين الشخصية إلى مراحل أولاً المرحلة الغمية، ثم السادية الغمية ثم الشرجية، ثم الأوديبية، ثم تأتي مرحلة الكمون، وكل هذه المراحل تبدأ من ميلاد الطفل حتى يصل إلى مرحلة المراهقة، وبعد ذلك تأتي مرحلة النضج والرشد ) (احمد اوري، 2011، صفحة 89) ركزت هذه النظرية في موضوعها حول المراهقة على وجود صراع التوازن بين مطالب الأنا الأعلى والأنا، وتعتبر مرحلة المراهقة هي مرحلة إعادة تحديد نشاط العديد من العمليات التي تتم من الطفولة.

### \_النظرية العضوية او البيولوجية

يعتبر رواد هذه النظرية مرحلة المراهقة تلك المرحلة التي تبدأ من بداية البلوغ ( النضج الجنسي حتى اكتمال نمو العظام وهي الفترة الممتدة عادة بين الثانية عشر والثامنة عشر مع مراعاة الفروق الفردية) . (ادم حاتم محمد، 2005، صفحة 14)

وحسب هذه النظرية تختلف السن التي يدخل فيها الفرد في سن المراهقة حسب الجنس والمنطقة ، فكما كان الفرد يعيش في بيئة حارة المناخ كان البلوغ عنده في سن مبكرة ويتأخر البلوغ كلما برد المناخ إما في المناطق البعيدة عن المدن يدخل المراهق في عالم الكبار مبكراً حيث توكل إليه المسؤوليات ويسمح له بالزواج والإنجاب ، بينما في المناطق الحضرية يظل عبناً على أهله حتى نهاية العشرينات لاعتبارات اجتماعية واقتصادية تتمثل في تدني مستوى المعيشة للأفراد والبطالة التي تمس فئة الشباب بصورة كبيرة. أما في المجتمعات الإسلامية فقد رسم الإسلام العلاقة بين المراهق وأهله منذ سن البلوغ والتغير الجسمي الذي يتبعه وذلك في قوله تعالى ( وإذا بلغ الأطفال منكم الحلم فليستأذنوا كما استأذن الذين من قبلهم ، كذلك يبين الله لكم آياته والله عليم حكيم) النور الآية (59) .

وفي ذلك تعبير صريح على أن البلوغ هو بداية كل ما هو جنسي عند الفرد حيث تسكنه رغبة جياشة في ممارسة كل ما يتعلق بالجنس نظرياً وتطبيقياً.

أما التغيرات البيولوجية فتشمل الطول والصوت وتوزيع الشعر ونمو الأعضاء كلها وتتفجر الشهوة الجنسية ويميل كل جنس إلى الجنس الآخر مع التوافق إلى معرفة كل ما يتصل بالجنس والرغبة في ممارسته والاهتمام بالجنس يدفع المراهق للاهتمام بمظهره والتركيز عليه وهذه التغيرات تدخل المراهق في صراع ومشكلات توافقية.

### \_نظرية التفاعل

يركز هذا الاتجاه على التفاعل بين المحددات البيولوجية الاجتماعية و الثقافية للسلوك والصعوبات التي يتعرض لها المراهق تعود إلى هذه المحددات في آن واحد.

إذ يرى الباحث سال ان بيرجر Sall en Berger أن العوامل البيولوجية وحدها لا تفسر سلوك المراهق و إنما تساهم في إيجاد أنماط من السلوك تميز مرحلة المراهقة فالنضج الجنسي والجسمي تنعكس أثارهما على مشاعر الفرد بالإضافة إلى أن ثقافة المجتمع ، لها دور في تحديد مدى قدرة المراهق على إشباع حاجاته و مطالبه الجديدة..

أشار الباحث كارت لوين (1992) levin أن الانتقال التدريجي للطفل من عالم الطفولة إلى الرشد هو مصدر التوتر حيث يسيطر الصراع على حياة المراهق و هذا ما يفسر عدم اتزان سلوكه ، و ظهور عدة مشاكل في حياته كما يرى أيضا أن المراهق يفكر في مستقبله فيبدأ في التمييز ما بين الحلم والحقيقة و يشعر بالحاجة إلى وضع خطة زمنية تتسجم مع الأهداف المثالية التي يريد تحقيقها و مع مطالب النمو التي يسعى للوصول إليها، و في سعيه هذا يواجه صعوبات كثيرة لأنه لم يصل بعد إلى النضج الانفعالي العقلي و الاجتماعي ( احمد محمد الزغبى، 2001، صفحة 11،328،327) **النظرية الاجتماعية :**

يفسر هذا الاتجاه سلوك المراهق على أساس الثقافة السائدة والتوقعات الاجتماعية ، ويفترض أن سلوك المراهق نتاج تعلم الأدوار ، إذ تعتبر عملية التنشئة الاجتماعية المسؤولة عن سلوكه السوي أو انحرافه كما يقوم الفرد بتقليد النماذج المكتسبة في حياته من خلال تفاعله الاجتماعي ، إذ توجد استمرارية في سلوك الإنسان ، فإذا كان الفرد عدواني في طفولته فقد يستمر سلوكه العدواني في المراحل التالية مرحلة المراهقة و الرشد ما لم يتعرض للتغيير الاجتماعي . ( احمد محمد الزغبى، 2001، صفحة 11،327)

#### 4\_خصائص النمو في المراهقة

هناك مجموعة من التغيرات التي تحصل للمراهق في فترة انتقاله من عالم الطفولة الى عالم النضج والطفولة وتكون هذه التحولات على المستوى النفسي والبيولوجي والفيزيولوجي والانفعالي وكذا التحولات الاجتماعية الخ .حيث يستند نمو الفرد الى مجموعة من العوامل الأساسية عامل الوراثة، والتكوينات العضوية والغذاء، وعامل البيئة.والمجتمع والثقافة، وهذه العوامل هي التي تتحكم في فترة المراهقة بشكل من الاشكال.

#### \_الخصائص النمائية والعضوية

تحدث في فترة المراهقة مجموعة من التحولات العضوية والفيزيولوجية التي تغير بنية المراهق جذريا اذ تنقله من فترة الطفولة الى فترة الرجولة، وتمس هذه التحولات البنية الحسية والبنية التناسلية وبنية الوجه والبنية الدماغية والعصبية ... إلخ ( حمداوي جميل، فاطمة بولحوش، 2018، صفحة 46) ومن بين هذه التحولات العضوية التي تلحق بالمراهق سرعة النمو العضوي والجسدي الذي يشبه نمو الطفل خلال السبعة اشهر الأولى بعد ميلاده . ويلاحظ ان هذا النمو يتحقق قبل سنة من فترة البلوغ باتساع الكتفين والمنكبين وظهور شعر الذقن واللحية والعانة والابط وتغير الصوت من الرقة الى الغلاظة وتغير ملامح الوجه بالتخلص من ملامح الطفولية والانثوية واكتساب الملامح الذكورية واتساع الجبهة والفكين وانتفاخ الانف وامتداد القامة والساقين والأطراف والعضلات بشكل سريع وانجذاب الهيكل العظمي نحو الأعلى ونمو جمازه التناسلي ونضج الخصيتين وبداية الافرازات المنوية وبالتالي قدرة المراهق على التناسل والاختصاص والانجاب والسبب في ذلك يعود الى نشاط الغدة النخامية والغدة الجنسية علاوة على ميله الى الخفة والسرعة والحركة ( حمداوي جميل، فاطمة بولحوش، 2018، صفحة 46)

اما فيما يخص البنت المراهقة فهي أطول قامة وأثقل وزنا مقارنة بالذكور ويتحقق ذلك من سن الحادية عشر الى الرابعة عشر كما يتحسب عندها البلوغ في وقت مبكر مقارنة بالذكر اذ تتميز مراهقتها بالطمث او الدورة الشهرية او وجود دم الحيض وتبدأ العادة الشهرية وتبدأ العادة الشهرية بنزول دم الحيض حوالي السنة الثالثة عشر ثم انقطاعه مؤقتا ليبدأ مسار الدورة بشكل عادي وطبيعي كما تتميز مراهقة البنت باطراد نموها السريع جسديا وعضويا والتميز بالملاحم الانثوية. (حمداوي جميل، فاطمة بولحوش، 2018، صفحة 47)

### \_الاضطرابات الانفعالية:

ان انفعالات المراهق تختلف نواح كثيرة عن انفعالات الطفل وكذلك الشاب .ويشمل هذا الاختلاف النواحي الآتية :

\_تمتاز الفترة الأولى من مرحلة المراهقة بانها فترة انفعالات عنيفة ان نجد المراهق في هذه السنوات يثور لأتفه الأسباب شأنه في ذلك شأن الأطفال الصغار .

\_تتميز انفعالات المراهق بالتقلب (inconsistency) وعدم الثبات حيث نجده ينتقل من انفعال الى انفعال اخر في مدى قصيرة فقد يحدث ان يكون في حالة فرح وكبرياء ثم تتحول هذه الانفعالات فجأة الى حالة أخرى تدل على القنوط والياس .

\_كما يتميز بعدم القدرة على التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية عند الغضب أو عند الفرع فانه لا يقوم بحركات الاتزان الانفعالي .

\_يتعرض المراهق في بعض الظروف لحالات من الياس والقنوط والحزن والالام النفسية نتيجة ما نلاقه من احباط (frustration) بسبب تقاليد المجتمع التي تحول بينه وبين تحقيق امانيه ونشا عن هذا الإحباط انفعالات متضاربة

وعواطف جامحة تدفعه في بعض الأحيان الى التفكير في الانتحار .

\_تتميز هذه المرحلة في الوقت ذاته بتكوين بعض العواطف الشخصية عواطف نحو الذات كالاعتداد بالنفس والعناية بالملبس وطريقة الكلام حيث يشعر انه لم يعد الطفل الذي يطيع دون ان يكون له رأي . (مصطفى فهمي، 1955)

ومن هنا فان المراهق دائما في ثورة ضد الاسرة والمدرسة والمجتمع وفي الدور الخير لهذه المرحلة يبدأ تكوين العواطف المجردة التي تدور حول موضوعات معنوية كالتضحية والدفاع عن الضعيف المحروم . فهمي مصطفى . (مصطفى فهمي، 1955)

### \_خصائص النمو العقلي

تتسم فترة المراهقة بتطور الفكري والعقلي حيث يرى الباحث(ترمان 1916) ان التغيرات في النمو الجسمي والفسيوولوجي في مرحلة المراهقة تقترن بالتغيرات في النمو العقلي فالقدرات العقلية لا تستمر طول الحياة لكنها تصل الى ذروتها في السادسة عشر تقريبا لم تأخذ في الانخفاض التدريجي كما بين الباحث بالنر

(1973) وكذلك شي (1974) ان الذكاء لا ينخفض مع التقدم في العمر الزمني لكنه قد يتحسن ويشمل في الازدياد خلال سن النضج .(صندلي ريمة، 2012)

ويمكن أن نبين بعض مظاهر النمو العقلي للمراهق فيما يلي:

الذكاء : ينمو الذكاء وهو القدرة العقلية المعرفية الفطرية العامة نموا مضطربا حتى الثانية ثم يتغير قليلا في أوائل فترة المراهقة نظرا لحالة الاضطراب النفسي في هذه المرحلة كما تظهر فروق فردية في مستوى الذكاء من فرد الى اخر .

\_الانتباه تزداد مقدرة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه او مداه فهو يستطيع ان يستوعب مشاكل طويلة معقدة في سير سهولة.

-الذاكرة وهو يصاحب نمو قدرة المراهق على الانتباه نموا مقابلا في القدرة على التعلم والتذكر 6-3-4 .  
التخيل يتجه خيال المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ أي الصور اللفظية ولعل ذلك يعود الى ان عملية اكتسابه اللغة تكاد تدخل في طورها المعاني المجردة) . (صندلي ريمة، 2012)

### \_خصائص النمو الاجتماعي

يأخذ النمو الاجتماعي في هذه المرحلة شكلا مغايرا لما كان عليه في فترات العمر السابقة فيكون لنفسه ارتباطات خاصة خارج نطاق الاسرة في فترة المراهقة فنكون علاقات من نوع جديد تربط المراهق بغيره من المراهقين والشبان فيستعد ارتباطات في العادة على حساب ارتباطاته بالأسرة او احساسه بالأمن والراحة عن طريق انتمائه اليها والى الأيوين بالذات وشعوره بالحب الحنان والعطف والحنان في المحيط الذي يجمعه بها ويضمه الى رحابها (براهيم وجيه محمود، 1981)

ومن هنا يصبح المراهق يفضل التواجد خارج البيت الذي لا يحب لنفسه متنفسا يرضي حاجاته الجديدة ورغباته الناشئة ثم تقوى رغبة المراهق في الاستقلال والتحرر من سلطة الأيوين والكبار عموما ويدخل في صراع حيث يحب ان يعامل معاملة الكبار حيث يرى نفسه شأنهم في حين يصر الكبار على معاملته معاملة الطفل فيزيد لجوئه الى جماعات الاخرى التي تؤكد ذاته وتعامله على قدم المساواة (براهيم وجيه محمود، 1981)

وهكذا تبدو مقاومة سلطة الكبار وهي السلوك المميز للمراهق .ومن المظاهر الأساسية للنمو الاجتماعي كذلك في فترة المراهقة :

-الميل الى تكوين العلاقات والصدقات وميله للخروج عن العلاقات الاجتماعية الضيقة التي تربطه بأسرته وحدها والميل الى الانتماء الى الجماعات (براهيم وجيه محمود، 1981)

- و من الخائص الاجتماعية البارزة التي تميز المراهق تعلقه بمفرده تتمثل فيه صفات الزعامة والمثل العليا يدين بمبادئه وتتمثل باراه وهذا هو سبب تسمية هذه المرحلة فترة المراهقة بمرحلة عبادة الابطال .(براهيم وجيه محمود، 1981)

كما ان للنمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة خصائص أساسية تميزه الى حد ما عن مرحلتها الطفولة والرشد وتبدو هذه المظاهر في تألف الفرد مع الآخرين، اوفي نفوره منهم وعزوفه عنهم التالف يظهر المراهق خلال تطوره الاجتماعي عن مظاهره المختلفة للتالف تبدو في ميله الى الجنس الآخر، وثقته بنفسه، وتأكيده لذاته، وخضوعه لجماعة النظائر، وفي عمق بصيرته الاجتماعية، واشباع ميدان تفاعله الاجتماعي. (فؤاد البهي السيد، 1956)

النفور تهدف مظاهر النفور في جوهرها الى إقامة الحدود بين شخصية المراهق وبين بعض الافراد والجماعات التي كان ومازال ينتمي اليها ويتفاعل معها، ليتم بذلك إطار ذاته، وأركان تمايزه ودعائم شخصيته، وتتخلص اهم المظاهر في تمرد المراهق على الراشدين، وسخريته من بعض النظم القائمة تعصبه لأرائه وراء اقرانه ومنافسيه وانداده . (فؤاد البهي السيد، 1956)

ومن اهم خصائص مرحلة المراهقة

1. النمو الواضح المستمر نحو النضج في كافة مظاهر وجوانب الشخصية.
2. التقدم نحو النضج النفسي
3. التقدم نحو النضج العقلي.
4. التقدم نحو النضج الانفعالي.
5. التقدم نحو النضج الاجتماعي والتطبع الاجتماعي.
6. تحمل مسؤولية توجيه الذات.
7. التقدم نحو النضج الانفعالي.
8. اتخاذ فلسفة في الحياة والتخطيط للمستقبل). (عطية ريم ، 2013)

## 5\_ أشكال المراهقة:

### (1) المراهقة المتوافقة

ومن سماتها الهدوء والاعتدال والابتعاد عن صفات العنف والتوتر والانفعال الحاد، بإضافة إلى التوافق مع الوالدين وكذلك الأسرة والمجتمع الخارجي زمن سماتها أيضا الاستقرار والاتساع المترن للطلبات والابتعاد نهائيا عن الخيال واحلام اليقظة.

### \_العوامل المؤثرة فيه

المعاملة الأسرية السليمة التي تسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق.  
الانصراف بالطاقة إلى الرياضة والثقافة.

حرية التصرف في الأمور الخاصة وتوفير الثقة والصراحة بين الوالدين والمراهق مناقشة مشاكله.

### (2) المراهقة الانسحابية المنطوية

من سماتها سيطرة الطابع الانطواني و التمرکز حول الذات، التردد الخجل الشعور بالنقص بالاضافة إلى الاسراف في الجنسية الذاتية والاتجاه نحو التطرف الديني بحثا عن الراحة النفسية والتخلص

من مشاعر الذنب، كما يميزها محاولة النجاح في الدراسة، وبما أنها بغلب عليها طابع الانطواء والعزلة فإن العلاقة الاجتماعية في هذا الشكل محدودة جدا سواء داخل الأسرة أو داخل مجتمع الدراسي. (خليل ميخائيل معوض، 2000، صفحة 330)

### \_العوامل المؤثرة فيها:

اضطراب الجو داخل الأسرة كاستخدامها أسلوب التسلط وسيطرة الوالدين وحمائيتهم مع انكار الأسرة لشخصية المراهق.

الفشل الدراسي وسوء الحالة النفسية.

تركيز قيم الأسرة حول النجاح الدراسي وقلة الاهتمام بممارسة النشاط الرياضي.

### (3) المراهقة العدوانية المتمردة : سماتها العامة هيا:

سلوكيات عدوانية على الاخوة والزملاء وكذا الأساتذة.

التمرد والتوتر من المحيط الأسري والمدرسي ومشكل ما يصل سلطة على المراهق

الانحرافات الجنسية، حيث يقوم المراهق ال -بعلاقة جنسية غير شرعية.

### \_العوامل المؤثرة فيه

التربية الضاغطة المتزامنة والصارمة والمتسلطة

قلة الأصدقاء ونقص اشباع الحاجات والميول.

تأثير الصحبة السيئة و تركيز الأسرة على النواحي الدراسية فقط واهمالها للنشاط الترفيهي والرياضي . (خليل ميخائيل معوض، 2000، صفحة 330)

(خليل ميخائيل معوض، 2000، صفحة 330)

## 6\_ الحاجات النفسية للمراهق اليتيم

1\_6 الحاجة إلى المحبة والحنان إن فقدان الطفل اليتيم لوالده أو والدته، يعتبر فقد منبع العطف والحنان الحقيقي والمحبة الصادقة، وعلى هذا الأساس وجب عليه تلبية حاجته هذه بأن يعامل بكل لطف، والأخذ بيده إلى بر الأمان .فقد دعي رسول الله صلى الله عليه وسلم إلى التلطف باليتام وكان عندما يرى اليتام يجالسهم إلى جانبه أو على فخذة الشريفة ويمسح على رؤوسهم ويقول إن العبد يؤجر بعدما يمسخ على شعر اليتيم بيده والحاجة إلى الحب والعطف والطمأنينة حاجة أساسية للمراهق في تحقيق الشعور بالأمان. (خميين فاطمة الزهراء، 2016، صفحة 623)

2\_6 الحاجة إلى الأمن النفسي :الحاجة الى الأمن تعني الحاجة الى تجنب الألم والتحرر من الخوف والشعور بالأمن والاطمئنان ، فأول ما يحتاج اليه الطفل من الناحية النفسية هو الشعور بالأمن ، بمعنى أن يدرك انه محبوب كفرد، ومرغوب فيه لذاته، وانه موضع تقدير الآخرين ، ويعتبر الحاجة الى الأمن النفسي شرط أساسي لانتظام حياة الطفل واستقرارها ، كما ان الشعور بالأمن ضروري من اجل تهيئة الطفل للتوافق النفسي والاجتماعي، والحاجة الامن تعني الحاجة الى تجنب الألم والتحرر من الخوف والشعور بالأمن والاطمئنان ، ويتحقق الأمن النفسي لليتيم من خلال تلبية الحاجات الأولية التي لا بد للإنسان منها مثل

الحاجة الى الأكل والشرب، ثم زرع الثقة بالنفس وتقدير الذات والاعتراف بالنقص وعدم الكمال مما يسعى الى سد ما لديه من نقص عن طريق التعاون مع الآخرين ، كما يجب عليه معرفة حقيقة الواقع لان الأفراد الذين يعرفون حقيقة ما يجري حولهم تجعلهم أكثر صلابة في مواجهة الأزمات. (شعيب نادية، 2013)

### 3\_6 الحاجة الى تقدير وتحقيق الذات

ان الحاجة لاحترام الذات وتقديرها، حاجة ملحة وضرورية، يشعر من خلالها الطفل بذاته على المستوى الداخلي وجدانيا وعلى المستوى الخارجي من خلال تجسيد ما يرغب في تحقيقه مكانة بين اقاربه وفي محيطه الاجتماعي، ويسعى دوما للحصول على المكانة المرموقة التي تعزز ذاته وتؤكد أهميتها ويعطي " ماسلو " المعنى الحقيقي لتحقيق الذات، بأن يكون فرغبة الطفل في تحقيق ذاته تمتد في عمق تقدير الذات، وفهمها وجهان لعملة واحدة، تعمل الأولى على بناء الثانية، بمعنى اذ انكفا تقدير الذات، أصبح تحقيقها أمرا صعب المنال) . (هياق إبراهيم، 2017)

ان قهر الطفل وخاصة اليتيم من خلال عدم القدرة على اشباع هذه الحاجات، وخاصة من خلال التهكم على ما يقوم به او بيديه من ملاحظات، تؤثر سلبا عليه بدرجة أكبر من غيره نظرا لشعوره بمكامن النقص والقصور الغياب الوالدين او أحدهما، مما يولد شعور بعدم الرضا والدونية، مؤدية الى حالة من الإحباط والاغتراب. (هياق إبراهيم، 2017)

### 4\_6 الحاجة الى الرعاية والتوجيه

فالرعاية الوالدية من جانب ام المراهق هي التي تكفل تحقيق مطالب النمو تحقيقا سليما وغياب الأم والأب سبب الانفصال او الموت حيث يصبح المراهق يتيما ولا يجد رعاية خاصة يتبع فيها مطالبه حيث يدخل هذا الأخير إلى المؤسسة فكل هذا يؤثر سويا في نموه النفسي . (هبة كواشي، 2015)

### 5\_6 الحاجة الى إرضاء الكبار.

### 6\_6 الحاجة الى إرضاء الآخرين.

### 7\_6 الحاجة الى التقدير الاجتماعي.

### 8\_6 الحاجة الى الحرية والاستقلال.

### 9\_6 الحاجة الى تعلم المعايير السلوكية.

### 10\_6 الحاجة الى التقبل والسلطة.

### 11\_6 الحاجة الى التحصيل والنجاح.

فالمراهق اليتيم من الطبيعي أن يحتاج لكل هذه الحاجات النفسية لينشاء نشأة المراهق الناشئ بين أبويه، ويشبع حاجاته. (هبة كواشي، 2015)

## 7\_ اهم المشكلات التي يعاني منها اليتيم

أ -الخوف عند المراهق اليتيم : تحذر المدارس المختلفة لعلم النفس ومنها المدرسة الفرويدية من التربية التسلطية لما لها من تأثير بالغ على شخصية المراهق بشكل عام واليتيم بشكل خاص حيث أنها تولد إحساسا ضاغطا لدى المراهق المتأني أصلا من عملية الكبت التي غالبا ما يلجأ إليها المراهق إتجاه الأوامر والنواهي التي تفرض عليه من قبل المربين . إذا إن الرغبة التي تكبت لا تموت وإنما تظل تتفاعل داخليا وتتحين الفرص إلى حدوث حالة من صراع أو الظرف المناسب لتظهر بشكل خوف عرضي ومستمر يهدد السلامة النفسية ، المراهق اليتيم فالعلاقة الحميمة ذات أهمية في بناء شخصية اليتيم فالمرابي يلجأ إلى فرض أمره حيث يشعر المراهق أنه تحت سيطرة شئئ مخيف إذا تبعت هذه السيطرة العنف الجسدي والإهمال والإساءة فتظهر مشاعر الخوف وعدم الإستقرار ليجد نفسه يخاف من كل المحيطين به لأنه فقد الثقة بكل من حوله. فالخوف من أهم المظاهر الإنفعالية التي قد يعاني منها اليتيم ذلك أنه أكبر عائق يقف في سبيل نموه الصحي السليم وللمربين تأثير كبير في هذه الناحية فالبرغم من أنهم بمقدورهم أن يساعدو المراهق على التغلب من مخاوفه إلا أنهم في نفس الوقت يكون لديهم دور كبير سلبي بإعتبار مصدر أساسيا لتلك المخاوف بإعتبارهام مصدر السلطة عليهم. (عبد الوهاب، 1999، صفحة 62)

ب القلق عند المراهق اليتيم : إن حالة المراهق الذي يجد نفسه مع شخص غريب بعيدا عن أمه إنه سوف يظهر القلق الذي سببناه على خطر فقدان الموضوع إنه لا يوجد شئئ أن المراهق اليتيم يظهر قلقا ولكن تعبير وجهه وبكائه يدلان على أنه يشعر بألم أيضا ويبدو أنه توجد بعض الأشياء في نفس المراهق اليتيم مختلطة بعضها ببعض فهو يشعر بالإنفصال الذي حدث له لكن لا يستطيع التعرف إليه ويشعر من الحرمان الأمومي ولكنه يعبر بالبكاء والألم والحزن والعلاقة الموضوعية أم طفل تؤثر في المراهق فيصبح الإنفصال والحرمان وليد الإضطرابات النفسية التي تلحق بالمراهق فإن حالة فقدان أمه تصبح حالة صدمة لأن المراهق يشعر بالحاجة إلى أمه والحاجة إلى إشباع نفسي والأم هي الوحيدة والشخص الوحيد الذي يقوم بعملية الإشباع وتظهر حالة الخطر واذا لم يتم الإشباع في ذلك الوقت وحين ذلك يصبح فقدان حب الموضوع خطر وأكثر إستدامة لحدوث القلق . (المقدسي ابن المنصور، 1972، صفحة 39)

## خلاصة الفصل

يستعرض الفصل الثالث موضوع المراهقة وأهميتها كفترة حاسمة في حياة الفرد، حيث يتناول تعريف المراهقة ومراحلها الزمنية والنظريات التفسيرية المختلفة المتعلقة بهذه الفترة. كما يتطرق الفصل إلى خصائص النمو في مرحلة المراهقة وأشكالها المختلفة. بالإضافة إلى ذلك، يسلط الضوء على الحاجات النفسية للمراهق اليتيم والمشكلات التي قد يواجهها، مما يؤكد على أهمية توفير الدعم والرعاية اللازمة لهذه الفئة الهامة من المجتمع خلال هذه المرحلة الحساسة من حياتهم.

# الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

منهج الدراسة

حدود الدراسة

عينة الدراسة

ادوات الدراسة

خلاصة الفصل

**تمهيد**

تناولنا في هذا الفصل منهج ، حدود ، ادوات ، عينة الدراسة التي تم إتباعها و استخدامها في هذا البحث.

**1. منهج الدراسة :**

المنهج الذي اعتمدنا عليه هو المنهج العيادي نظرا لتلائمه مع دراستنا ،و المنهج العيادي هو الدراسة العميقة للحالات الفردية التي تقربنا من الفهم الحقيقي للمشكلة من خلال المعلومات المتحصل عليها وذلك من خلال المقابلة والملاحظة والإختبار ، فهو يكشف عن أسباب الصراعات النفسية مع إضهار دوافعها وصيرورتها وما يحس الفرد إزاء هذه الصراعات . (زينب دمحم شقير، 2005، صفحة 41)

من مسلمات هذا المنهج أنه يتعامل مع شخصية الحالة المدروسة على أنها تطور دينامي ، يتمتع بلا ثبات في النواحي الجسدية والنفسية ، والشخصية أيضا هي جزء لا يتجزأ من الفرد لا يمكن عزلها أو دراسة جانب من جوانبها دون تعرض لبقية الجوانب الشخصية كوحدة كلية زمنية ومعني ذلك أن إستجابات الشخصية إزاء موقف معين إنما تتضح في ضوء تاريخ حياة الفرد وعلاقته بالبيئة . (يمان جابر، 2014، صفحة 35)

**2. حدود الدراسة**

المجال المكاني : تم تطبيق إجراءات دراستنا هذه في ثانويتين بولاية بسكرة ،و قد أجريت المقابلة ببلديتين \_ثلاث حالات في في ثانوية في بلدية بسكرة

\_ حالة واحدة ببلدية زريبة الواد

المجال الزمني : أجريت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة من تاريخ 12-05-2024 إلى غاية-05-16-2024

المجال البشري :اعتمدت الدراسة على أربع حالات مراهقين يتيمي الأب، تتراوح أعمارهم ما بين 17 و 19 سنة .

## 3. عينة الدراسة:

إشتملت دراستنا على أربع حالات بنات مراهقات يتيمات الأب تتراوح أعمارهم ما بين 17 و 19 سنة

| عدد الحالات | الجنس | السن | يتيم | سن حدوث اليتيم | السكن        | الترتيب الاسري | عدد الاخوة | عمل الام     |
|-------------|-------|------|------|----------------|--------------|----------------|------------|--------------|
| 1           | انثى  | 17   | الاب | 12             | منزلهم الخاص | الصغيرة        | 3          | عملها الخاص  |
| 2           | انثى  | 19   | الاب | 16             | منزل الجد    | الوحيدة        | 0          | عملها الخاص  |
| 3           | انثى  | 19   | الاب | 15             | منزلهم الخاص | الثانية        | 3          | مجال التمريض |
| 4           | انثى  | 18   | الاب | 17             | منزلهم الخاص | الكبيرة        | 2          | رية بيت      |

## 4. أدوات الدراسة:

## مقياس الصحة النفسية:

## تعريفه

قام بوضع المقياس ليونارد ديريو جيتس .س .ليمان كوفي بعنوان "Chek.4ST 90 symptoms" قام بتعريبه الباحث فضل أبو الهين وتقنيه على البيئة الفلسطينية وذلك بحساب صدق المقياس، وقد صمم المقياس بحيث يتمكن المفحوص ذاته من تطبيقه فرديا أو جماعيا، حيث تستغرق الاجابة على المقياس 15 دقيقة في المتوسط .وقد صبغت عبارات المقياس بصورة سالبة، ويتم تصحيح المقباس في اتجاه درجة الصحة النفسية وعدم الصحة النفسية لدى المفحوص والعكس صحيح، يقيس الصحة النفسية للراشدين وهو معدل حسب الدليل التشخيصي الرابع ومقنن في الجزائر حسب شبكة طلبة الجزائر .يتكون المقياس من 90 فقرة تتدرج تحت 9 ابعاد وهي موزعة كالاتي :الاعراض الجسمانية الوسواس القهري الحساسية التفاعلية الاكتئاب القلق العداوة قلق الخواف البارانويا الذهانية وعبارات اخرى

و في بحثنا هذا قمنا بتوظيف المقياس من حيث استخدام و إستخراج الأسئلة المناسبة للمقابلة التي وظفت مع الحالات الأربع. (زبدي ، ناصر الدين وفالح ، يمينة، 2016، صفحة 222)

## المقابلة العيادية نصف الموجهة

تعتبر المقابلة العيادية من أهم الوسائل والأدوات المهمة في فحص وفهم الدينامية النفسية للتوظيف الفردي) . (جبار شهيدة، 2016، صفحة 153)

فتعد أداة أساسية في البحوث العلمية وبشكل خاص في مجالات التشخيص والعلاج النفسي، فهي أداة أساسية في العمل الاكلينيكي، وهي كما يعرفها العالم آلن روس (Ross) (1964) بأنها : عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي بين شخصين أو أكثر، بحيث يكون أحدهما الأخصائي والطرف الآخر هو الفرد أو الفردين طلبا للمساعدة الفنية المتميزة بالأمانة من جانب الأخصائي في إطار علاقة إنسانية مهنية ناجحة بينهم.

وتكمن أهمية المقابلة في أنها مصدر هام للبيانات والمعلومات، فهي أداة للاستبصار والتوعية والتفاعل الديناميكي، فهي كما يؤكد العالم لانديز (Landis, 1940) أن المقابلة أداة أساسية في البحوث النفسية والاجتماعية وبدونها لا يتمكن الباحث من الوصول الى بيانات ذات طبيعة دينامية . (جعفر صباح، 2021، صفحة 17)

و تم إختيار المقابلة النصف موجهة نظرا لطبيعة موضوعنا و ثلاثتها معه و قدرتها على تقديم أكبر عدد ممكن من المعلومات و البيانات التي تخصنا في هذا البحث حيث ضمت مقابلتنا 6 محاور:

المحور الأول: معلومات الحالة

المحور الثاني: محور التوافق الانفعالي

المحور الثالث: محور الصحة الجسمية

المحور الرابع: محور الصحة النفسية الاسرية

المحور الخامس: محور الصحة النفسية الاجتماعية

المحور السادس: محور الصحة المعرفية

### خلاصة الفصل:

تم في هذا الفصل عرض الخطوات المنهجية المتبعة في الجانب الميداني التي تعتبر الركيزة الأساسية في اي بحث علمي من أجل تحقيق و الحصول على النتائج و المعلومات المرادة .

# الفصل الخامس

الفصل الخامس: تحليل و مناقشة الحالات

تحليل و مناقشة الحالة الأولى

تحليل و مناقشة الحالة الثانية

تحليل و مناقشة الحالة الثالثة

تحليل و مناقشة الحالة الرابعة

الاجابة على تساؤل الدراسة

توصيات البحث

## تحليل المقابلة

### الحالة الأولى

إسم الحالة طراد أنفال

العمر: 17 سنة

تخصص : شعبة علوم تجريبية

يتيمة: الأب

الرتبة في الإخوة :الرابعة

عدد الإخوة :ثلاث ذكور

حالة الأم عاملة

مستقرين في بيتهم الخاص

### المقابلة:

س: هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

ج:طبعاً ،كاين لي مايتفائلش ؟لي ميتفائلش ميتسماش إنسان (مع التبسم)

تظهر لنا الحالة انها تشعر بالتفاؤل كونها انسانة ويمكنها تخطي المحن لان التفاؤل هو موقف يمكن أن يساعد في مواجهة التحديات والصعوبات بإيجابية وإصرار. مع ذلك، يظهر انها ان تشعر بالتفاؤل بنفس الطريقة التي يشعر بها البشر، ولكنها مصمم لدعم وتعزيز التفاؤل والإيجابية.

س:هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

ج: اكيد بصح هذا العام مع الباك كاين شوب ضغط

تجيب الحالة انها تشعر بالراحة النفسية لكن ما يجعلها مضطربة فترة البكالوريا (الثانوية العامة) يمكن أن تكون مرحلة مليئة بالتوتر والضغط النفسي بالنسبة للكثير من التلاميذ . التحديات الأكاديمية، التوقعات المستقبلية، وضغوطات الأداء كلها عوامل يمكن أن تؤثر على الراحة النفسية.

س:هل تشعر انك شخص له فائدة

ج: اكيد مدام ربي خلقتي فأكيد دايلي فايده في حاجة ما

ترى الحالة انها لم تخلق من عدم او اعتباريا مادام الله خالقها فلا بد من وجود فائدة في الحياة وفيما كان ما وستظهر يوما ما

كما تضيف بالطبع! كل شخص يمتلك قيمة وفائدة فريدة من نوعها، وإن كانت الفائدة تختلف باختلاف السياقات والظروف. يمكن أن تكون فائدتك وقيمتك واضحة في العديد من الطرق، سواء من خلال مساعدة الآخرين، تحقيق الأهداف الشخصية، أو ببساطة بوجودك كجزء لا يتجزأ من المجتمع. قد تكون فائدتك واضحة في تقديم الدعم العاطفي للأصدقاء والعائلة، أو في تحقيق النجاح في مجال معين، أو حتى في بث الإيجابية والتحفيز لمن حولك.

س: هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازاتك

ج: شحال نفرح كي ندير حاجة تفرح ،بصح ca dépend لا كانت حاجة بيني و بين نفسي منحش نهدي عليها

ترى الحالة انها من الجيد ان يتحدث شخص عن انجازاته امام الاخرين كون هذا يرسخ الثقة في النفس لان الإنجازات ليست فقط مصدر فخر، بل هي أيضا تذكير بقدرة الإرادة والقدرة على تحقيق الأهداف والتغلب على التحديات. إذا كانت الإنجازات تعكس جهودي ومساهماتي الشخصية في مجالات مختلفة، فإن الحديث عنها يعزز شعوري بالثقة بالنفس والسعادة.

وبالطبع، يجلب الحديث عن الإنجازات أيضا فرصة لمشاركة الأفكار والتجارب مع الآخرين، وربما تكون مصدر إلهام لهم أيضا لتحقيق أهدافهم الشخصية.

س: هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

ج: نشالله يا ربي يعطيني القوة باه نقدر نقاوم كلشي في هذي الدنيا

نلاحظ من خلال اجابة الحالة الغير مباشرة ان هناك بعض الاضطرابات النفسية والمشاكل الداخلية التي تعاني منها كونها لم تجيب بطريقة مباشرة على السؤال

س: هل تشعر بالحزن؟ هل تشعر بالقلق؟ هل تشعر بالوحدة؟

ج: هذي حوائج طبيعية أي إنسان طبيعي يحس بيهم مي الحمدلله مدام كاين اسرة تحتويك

اظهرت اجابة الحالة ان الحزن والقلق والشعور بالوحدة امور متأصلة في الانسان ولا بد ان تمر به وهو امر طبيعي كونها مشاعر حقيقية يمكن أن يواجهها البشر، لكن مادام هناك اسرة تحتويك لا بد من تخطي كل شيء.

س: هل تشعر بضيق الحياة

ج: لا ابدا

تنفي الحالة شعورها بضيق الحياة حيث نجد ان الشعور بالراحة والسعادة هو هدف مهم في الحياة، وإذا كنت تشعر بالراحة والارتياح، فهذا يعكس استقراراً نفسياً جيداً.

و من الجيد أن يكون الانسان قادراً على استيعاب الحياة بكل إيجابياتها وسلبياتها، وأن يشعر بالارتياح في الوقت نفسه.

س: هل تتمتع بصحة جيدة

ج:حمدالله

تتمتع الحالة بصحة جيدة فهي لم تذكر انها تعاني من مرض سواء نفسيا او عضويا ولا يبدو ذلك في ملامحها من خلال المقابلة

س: هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم ...

ج: طبعا ، و لي مرضاش تتسما مش راضي بالشى لي خلقوا ربي (التبسم خفيفا)

تجيب الحالة انها في رضا تام عن مظهرها الخارجي

لان الرضا عن النفس وقبول الشكل الخارجي هو أمر مهم وصحي. إن القبول والرضا عن النفس يعززان الثقة بالنفس والسعادة الشخصية. لان الانسان عندما يتقبل نفسه كما هو ، فإنه يعبر عن احترامه لذاته وتقديره للطريقة التي خلقه بها الله

س: هل تمنح صحتك الراحة الكافية؟هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

ج: وي و نرقد ياسر مش غير شوي (هههه)

تظهر الحالة انها تهتم بصحتها النفسية والبدنية كونها لا تفرط في نومها وتعطي نفسها قدرا وافرا من الراحة كما نلاحظ ان الحالة وفي خضم الحديث تظهر على ملامحها السعادة والابتسامة الامر الذي يدل على تقديرها لذاتها واهتمامها بنفسها

س:هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر...

ج: لالا بصح ساعات نمضغ السيلات،ولات فيا طبيعة

من اجابة الحالة نلاحظ انها لا تعاني من بعض الاضطراب التي تصيب الاشخاص الذين يفقدون احد اقاربهم حيث انها لا تقضم اظافرها كما ادعت لكن تجيب انها متعودة على بعض التصرفات الشبيهة والتي قد يكون سببها عادات سيئة تصبح تعودا من كثرة تكرارها

س: هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..

ج: لا لا

تظهر اجابة العينة المباشرة والمحدودة انها لا تعاني من اي اضطراب عضوي او نفسي يخص فقدان الشهية

س: هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.

ج: لا لا عادي

من اجابة الحالة نلاحظ انها تتمتع بصحة نفسية وجسدية جيدة

س: هل تشعر بالاجهاد و الخمول

ج: ساعات برك

نلاحظ من اجابة الحالة انها لا تعاني من اجهاد مزمن قد يكون نتيجة لمرض نفسي او عضوي او حتى حالة نفسية تعاني منها بل تشعر بالاجهاد احيانا الذي قد يصيب اي شخص طبيعي في الحياة جراء القيام بجهد ما او قد تصادفه بعض الحالات الروتينية اليومية التي تدفعهم للخمول على القيام بنشاطاته اليومية ما يبين ان الحالة لا تعاني من الاجهاد والخمول

س: هل تشعر باعراض اضطراب الكلام

ج: لا لا

اظهرت الاجابة القطعية والمباشرة للحالة انها لات تعاني من اعراض اضطراب الكلام

س: هل تشعر بمشكلات النسيان

ج: ايه سورتو كي راني هذا العام باك و ليت نساية برو ماكس (هههه)

تعاني الحالة من التشتت الذهني والنسيان كما اكدت ان هذا قد يرجع الى تفكيرها الزائد بالكلوريا وهو امر طبيعي لان فترة الامتحانات وخاصة امتحانات البكالوريا يمكن أن تكون مرهقة وتسبب الكثير من التشتت والنسيان بسبب الضغط النفسي والتوتر

س: هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة، هل تجد الطمأنينة داخل اسرتك؟

ج: الاحتواء موجود فالحمدلله أكيد

تشعر الحالة بالراحة النفسية و الطمأنينة وترجع الفضل لذلك الى الاسرة التي تنتمي اليها كونها مغمورة بالحب والاحتواء من قبل اسرتها وانها مدامة وسط الاهل والعائلة فهي لديها كفاية من الرعاية والاهتمام

س: هل انت محبوب من طرف الأسرة

ج: إيه سورتو كي أنا الطفلة الوحيد و الصغيرة بين خاوتي الذكورة (نظرة الإحساس بالغرور )

ترى الحالة انها محبوبة من طرف الأسرة

كون الحالة الفتاة الصغيرة الوحيدة بين إخوتها قد يجعلها محل اهتمام خاص ومحببة فائقة من قبل أفراد العائلة. ناهيك عن العادات والتقاليد التي تحيط بالاسر الجزائرية وعليه فالحالة تحظى برعاية خاصة و إن هذا الدعم والمحبة يمكن أن يكونان عاملين إيجابيين في تعزيز الثقة بالنفس والشعور بالأمان والمسؤولية.

س: هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد

ج: طبعاً

غياب أحد الوالدين قد يكون تجربة صعبة ومؤلمة، وقد يثير مشاعر الفقدان والحزن لدى الأبناء. يمكن أن يؤثر الغياب على العلاقة العاطفية والدافئة بين الطفل والديه بشكل مباشر.

الوالدين لهما دور رئيسي في حياة الطفل، فهما يمثلان المصدر الرئيسي للدعم العاطفي والأمان. لذا، عندما يكون أحد الوالدين غائبًا، قد يشعر الطفل بفقدان هذا الدعم والحنان، مما يؤثر على مشاعره وسلوكه.

من الطبيعي أن يشعر الشخص بالفقد والحزن نتيجة لغياب أحد الوالدين، وقد يحتاج إلى دعم عاطفي ومساعدة للتعامل مع هذه المشاعر. من المهم أن يشعر الشخص بأنه ليس وحده في مواجهة هذه التحديات، وأن هناك دعمًا ومساعدة متاحين له

س: هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك

ج: ايه (الشعور بالفخر)

الاهتمام الكافي من الأسرة يعتبر عاملاً مهماً في تطور وسلامة الفرد. إذا كنت تشعر بأنك تجد الاهتمام الكافي من جانب أفراد عائلتك، فهذا أمر جيد ويعكس بيئة داعمة وصحية.

الاهتمام الذي يُظهره الأهل يعكس الحب والرعاية، وهو يمكن أن يساهم في بناء الثقة بالنفس والشعور بالأمان لدى الشخص. إذا كنت تشعر بأن عائلتك تهتم بك وتقدرك وتدعمك في رحلتك، فإن ذلك يمكن أن يكون عاملاً مساعداً في تحقيق النجاح والسعادة في الحياة.

من الجيد دائماً التحدث مع أفراد العائلة وتوضيح احتياجاتك ومشاعرك، وإذا كان هناك أي شيء تحتاج إليه أو تشعر بحاجة للمزيد من الاهتمام به، فلا تتردد في التحدث معهم. تواصل الشفافية والتواصل الجيد يمكن أن يعزز العلاقات العائلية ويجعل الأمور أفضل للجميع.

س: هل تشارك اسرتك مناسباتها السعيدة

ج: انا إنسانة اجتماعية نحب اللومات و العرضات

حتى إنو عندي عائلتي يسكنو بعاد من هنا كي يجو نقولهم ارواحو لدرانا مترووحوش لجدي ( هههههه)

س: هل تجد المساندة من الأسرة

ج: أكيد

س: من تجد اقرب الأشخاص اليك

ج: ماما بالتاكيد

س: هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة؟ هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية

ج: لالا،و ديما نحمد ربي لي طيحي في عائلة كيما هكا

س: هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك

ج: طبعا

س: هل تسعد بمرافقة الآخرين

ج: ايه يخى قتلك انا اجتماعية نحب

س: هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك

ج: انا نحب وين يكون كاين الضحك و لومبيونس نكون انا (ههه)

س: هل تشعر بالسعادة مع الآخرين

ج: ايه

س: هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم

ج: ايه نحب نتعرف على ناس جدد و ندخلهم لحياتي

س: هل تفتقد الثقة المتبادلة مع الآخرين

ج: لالا نورمال

من خلال اجابات الحالة حول علاقتها بأسرتها فهي تؤكد انها انسان اجتماعية بطبعها وتحب اسرتها واسرتها تبادل المحبة كما تعتبرهم سندا في الحياة وخاصة امها المقربة اليها اكثر من الاخرين فهي تحب التحدث في المواضيع الايجابية كما انها تحب المرح والسعادة والتعرف على اصدقاء جدد ناهيك على ان لديها ثقة كبيرة بنفسها

نجد انه من من الجميل أن تشعر بالسعادة والاحتواء والاهتمام من قبل عائلتك، وأن تكون شخصاً اجتماعياً. العائلة هي مصدر الدعم والحب والأمان الأول بالنسبة لكثير من الناس، وإذا كنت تحظى بعلاقة وثيقة ومحبة قوية من أفراد عائلتك، فهذا أمر جميل ومميز.

كونك شخصاً اجتماعياً يعني أنك تستمتع بالتفاعل مع الآخرين وتقضي وقتاً جيداً في الأنشطة الاجتماعية وتقدر العلاقات الإنسانية. الاهتمام والدعم من عائلتك يمكن أن يعزز هذه الجوانب الاجتماعية في حياتك ويجعلك تشعر بالراحة والثقة بالنفس.

س: هل تشعر بالاستفادة من الدراسة

ج: ههه سؤال وجيه ،مي صح مش كيما لي يقرأ كيما لي ميقراش (هل يستوي للذين يعلمون و للذين لا يعلمون ) صدق الله العظيم ،بصح النظام الدراسي في الجزائر تحسبه يخنقك غير حفاظة حفاظة ما يقدرش التلميذ يطبق الجانب الفني نتاعو

من اجابة الحالة نلاحظ انها غير راضية او انها منزعجة من كونها تدرس وان الدراسة تجدها صعبة نوعا ما قد يرجع هذا السبب كما اسلفنا الذكر الى انها تشعر ببعض التوتر المصاحب لان شخص سيجتاز امتحان البكلوريا

س: هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة

ج: انا نحب القراءة و نحب العلم فأكيد عندي القدرة نحبها أكثر

من الاجابة نلاحظ ان الحالة تملك الإرادة ورغبة النجاح والوصول

س: هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح

ج: ايه نشالله بإذن الله

تأكد الحالة انها تملك كل مميزات النجاح وستحققه لا محالة

س: هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملائك

ج: ايه أنا منذاك نمد نصائح انا محتاجتها في حياتي ،فاقد الشيء يعطيه و بقوة

ترى الحالة انها تقدم في بعض الاحيان النصائح لزملائها الذين قدا يحتاجوهم في الحياة يوما

مناقشة اجابة الحالة الاولى:

من خلال تحليل اجابات الحالة الاولى نجد انها تتمتع بمستوى تقدير ذات مرتفع كما انها لا تعاني من اي

مؤشر او عارض صحي نفسي

كما ان الحالة التي فقدت والدها لا تعاني من أي حالة نفسية، ما يدل على نضوجها العاطفي وقوتها

النفسية. القدرة على التعامل بشكل صحي مع فقدان الوالد والاستمرار في الحياة بشكل إيجابي هو إنجاز

كبير.

من الطبيعي أن تختلف تجارب الأشخاص في التعامل مع فقدان الوالدين، وقد يتأثر البعض بشكل أكبر من

الآخرين. إذا كانت الحالة قادرة على التكيف بشكل جيد والاستمرار في الحياة بنشاط وسعادة، فهذا يعكس

مرونة وقوة نفسية.

وعليه نستخلص :

من الجيد دائماً الاهتمام بالصحة النفسية والبحث عن الدعم والمساعدة إذا لزم الأمر. الحصول على دعم

من الأصدقاء والعائلة أو من المحترفين في الصحة النفسية يمكن أن يكون مفيداً في التعامل مع

التحديات العاطفية والمحافظة على الرفاهية النفسية.

## الحالة الثانية

اسم الحالة عزيزي خديجة

عمر الحالة 19 سنة

تخصص الحالة علون الطبيعة

يتيمة :الأب

الطفلة الوحيدة لوالديها

حالة الأم للحالة المعنية :عاملة

المقابلة :

س: هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

ج:ايه راني عايشة غير بيه

تتمتع الحالة بمستوى تفاؤل مرتفع

فالتفاؤل يمكن أن يساعد في التغلب على التحديات والصعاب التي قد تواجهنا في الحياة، ويمنحنا القوة والشجاعة للمضي قدمًا وتحقيق أهدافنا. خاصة إذا كنت تعيش مع أشخاص يتبنون التفاؤل، فقد تجد نفسك تتأثر بإيجابيتهم وتستفيد من الطاقة الإيجابية التي ينشرونها.

س:هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

ج: قليل مش دايمن ،منذاك تحسي روحك عندك خالك و عائلتك بصح وحد مايجي في بلاصة باباك (مع

نظرة الاستياء)

من الاجابة نجد ان الحالة لا تشعر براحة نفسية بالقدر الكافي فرغم العائلة الكبيرة والمقربين بها الا ان ذلك لا يعوض حنان ودفء الاب ما يدل ان الحالة لازالت تعاني من بعض فقدان والاشتياق للاب خاصة اذا كان فقدانه حديث العهد

س:هل تشعر انك شخص له فائدة

ج: بالنسبة لماما ايه نقدر نفيدها

من الاجابة نجد ان الحالة ترى نفسها مفيدة لامها فقط وانها هي الوحيدة التي تستطيع افادتها ما يدل على انها هناك اضطراب او فقدان عائلي تعاني منها الحالة كون تركيز اكثر على العائلة

س: هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازاتك

ج: اذا عادت حاجة تفرح ،ايه نفرح

تجيب الحالة انها تفرح للفرح تظل الحالة تجيب بطريقة تدل علة انها تشعر بالفقدان او لا تريد ان تفرح في كامل الامور او انها تريد ان تتحدث في الامور التي تدفع للسعادة فقط

س: هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

ج: كاين حوايج نقدر عليهم و حوايج لالا

من اجابة الحالة نلاحظ انها تعاني من بعض الصعوبات التي تعترض طريقها فهي تؤكد انها ليست قادرة على مواجهة كل العثرات ما يؤكد انها هناك بعض الاصابة في حالتها النفسية وثقتها المتزعزعة نوعا ما

س: هل تشعر بالحزن؟ هل تشعر بالقلق؟ هل تشعر بالوحدة؟

ج: ايه كي نريح وحدي نحس بصح كي نقعد مع العايلة ولا صحباتي ولا ماما لالا

من اجابة الحالة نؤكد انها تعاني من الوحدة كما انها بحاجة الى الاحتواء كما نلاحظ انها لا تحصل على القدر الكافي من الرعاية والاهتمام من المقربين لها وما يدل على ذلك انها تسعد بقائهم وتحس بالسعادة معهم وتفقدوها سريعا اذا غابوا

س: هل تشعر بضيق الحياة

ج: لالا

لا تعاني الحالة من ايض ضيق في الحياة

س: هل تتمتع بصحة جيدة

ج: ايه الحمدلله

تتمتع الحالة بصحة جيدة

س: هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم ...

ج: الحمد لله ربي ميخلفش حاجة مش مليحة

إن هذا الاعتقاد بأن الله يخلق كل شيء بجماله وكماله يعكس الرضا والثقة بقدرة الله وحكمته. عندما نتق بأن كل ما يحدث في حياتنا يأتي من إرادة الله وأنه يخلق كل شيء بحكمة، فهو يدل على ثقة الشخص بنفسه

ان الاعتقاد بالجمال في خلق الله يمكن أن يكون مصدر إلهام وتشجيع لنا لنرى الجمال والإيجابية في كل جانب من جوانب الحياة.

س: هل تمنح صحتك الراحة الكافية؟ هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

ج: غير الرقاد متقولش عليه لالا (مع الضحك و طأطأة الرأس للأسفل) منفرطش في الراحة

تهتم الحالة بصحتها النفسية والجسدية فهي لا تفرط في النوم بل تهتم به كما انها تهتم براحتها والذي ينام جيدا لا يعاني من حالات نفسية او اضطرابات او ضغوطات او قلق

س: هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر...

ج: لالا مكانش

لا تقوم الحالة بقضم اظافرها ما يؤكد سلوكها السوي المستقيم الايجابي

س: هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..

ج: لالا ناكل مليح

لا تعاني الحالة من اي اضطرابات عضوية او نفسية تدفعا الى عدم الاكل او فقدان الشهية فهي تؤكد انها تأكل جيدا

س: هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.

ج: ايه كي نقرا نحس قلبي مزير

قد يعاني البعض من خفقان القلب عند قيام بعمل ما سواء كان بدني او ذهني خاصة اذا كان الامر غير محبذ للشخص او لا يفضله او انه ينجم عنه مجهود زائد

س: هل تشعر بالاجهاد و الخمول

ج: منذاك

تجيب الحالة انها احيانا فقط ما تشعر بالخمول وهو امر طبيعي يصيب كافة الناس احيانا بسبب الروتين او تشابه الايام او الاعمال ما يدفع بالخمول

س: هل تشعر باعراض اضطراب الكلام

ج: لا اعادي

لا تعاني الحالة من اي اضطراب كلامي ناتج عن عرض او مرض عضوي او نفسي

س: هل تشعر بمشكلات النسيان

ج: ن بصح نتناسى

لا تشعر الحالة بالنسيان بل تعتمد النسيان

س: هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة

ج: ايه سورتو مع ماما

لا تعاني الحالة من اضطرابات نفسية فهي تشعر بالراحة وخاصة في كنف ورعاية امها

س: هل انت محبوب من طرف الأسرة

ج: انا محبوبة من الناس كامل (هههه)

من الاجابة نلاحظ ان الحالة تتمتع برعاية واحاطة كبيرين من قب الاسرة والشخاص القريبين منها وهذا ما دل على انها محبوبة من قبل الجميع

س: هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد

ج: بزاف بسكو كنت قريبة منو أكثر من ماما ،كنت ديجا نرقد مع بابا (تعابير الحزن)

الغياب عن أحد الوالدين يمكن أن يثير مشاعر الفقدان لدى الأبناء، سواء كان الغياب نتيجة للوفاة أو لأسباب أخرى مثل الانفصال أو الانتقال لمكان بعيد. الوالدين يمثلان مصدرًا رئيسيًا للدعم العاطفي والأمان، لذا عندما يفتقد الشخص أحد الوالدين، قد يشعر بفقدان هذا الدعم والحنان، مما يؤثر على مشاعره وسلوكه.

مشاعر الفقدان تختلف من شخص لآخر وقد تكون مؤثرة بشكل مختلف حسب العلاقة بين الشخص ووالديه، وأيضًا حسب الظروف الخاصة للفرد وكيفية تعامله مع تلك الفقدان.

س: هل تجد الطمانينة داخل اسرتك؟ هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك

ج: ايه

س: هل تشارك اسرتك مناسياتها السعيدة

ج: على حساب المناسبة أو العبد لي عندو المناسبة مثلا عندي عمتي نحب نروحها بسكو نحبها مي عمتي لوخرة نن

س: هل تجد المساندة من الأسرة

ج: ايه بالأخص ماما

س: من تجد اقرب الأشخاص اليك

ج: حاليا معنديش الصحابات لي نوثق فيهم، عندي ماما

س: هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة؟ هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية

ج: لالا، و نحب اسرتي و راضية بيها

س: هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك

ج: ساعات نتقابض مع ماما (ههه) بصح عادي

س: هل تسعد بمرافقة الآخرين

ج: ايه نشتي نخرج منشتيش نقعد في الدار طول

س: هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك

ج: ايه مع صحباتي بسكو معنديش خواتات و مام بنات خالي صغار عليا

س: هل تشعر بالسعادة مع الآخرين

ج: ايه عادي

س: هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم

ج: ايه الا كانت عندهم نفس عقليتي

س: هل تفتقد الثقة المتبادلة مع الآخرين

ج: معنديش التوسيس من جهة الناس بصح منوتقش بسهولة

من جملة الاجابات التي تخ الحالة حول الاسرة وعلاقتها مع المجتمع يظهر ان الحالة اجتماعية لا تعاني من اي اضطراب او انغلاق او انطواء او حالة نفسية تفعلها لكره الغير او الاعتقاد ان هناك من لا يحبها فهي مقربة جدا من امها واصدقائها وتحب الخروج والاستمتاع والمرح ناهيك على انها لا تعاني من سوء الظن بل تتمتع بثقة كبيرة

س: هل تشعر بالاستفادة من الدراسة

ج: هذا العام مرضت في نص العام ماقربت مستقدت

تجيب الحالة انها لاسباب قاهرة متمثلة في مرضها لم تستطع الدراسة او الاستفادة منها

مراني نستنى نجيب الباك اصلا نقرى في الكور باطل

س: هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة

ج: لالا مستحيل

من الاجابة نستنتج ان البعض قد يصعب عليه الدراسة ويفقدون القدرة عليها

س: هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح

ج: في صوالح خلاف من غير القرابة

تؤكد لنا الحالة انها لا تريد الاهتمام بالدراسة اصلا فهي ترى انها تستطيع الوصول والنجاح في اي امر اخر الا الدراسة ما يؤكد ان الحالة لا تعاني من اي اضطراب نفسي بل انها لا تحب الدراسة من الاساس

س: هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملائك

ج: ايه ديجا نحب نمد نصائح و نحب يمدولي ثاني

الانسان بطبعه وخاصة عندما يكون ملما ببعض الافكار قد يرغب في طرحها على شكل نصائح للغير كما انه يحب اخذ النصائح والتوجيهات خاصة عندما يكون جاهلا بموضوع ما

## مناقشة اجابة الحالة الثانية :

من خلال تحليل اجابات الحالة الثانية نجد انها تتمتع بمستوى تقدير ذات متوسط كما انها قد تعاني من بعض مؤشرات فقدان الصحة النفسية قد يرجع هذا كونها لازالت تعاني من حادث وفاة ابيها كما ان الحالة التي فقدت والدها نجد أن الامر اصر فيها في بعض الجوانب التي لم تستطيع الرجوع فيها الى حالتها الطبيعية

إذا كان هناك تقدير ذات متوسط للحالة المراقبة التي فقدت والدها، فهذا يعني أنها ربما تظهر بعض الاستقرار والتكيف مع الوضع، ولكن قد تواجه أحياناً تحديات في التعامل مع فقدان الوالد وتأثيره على حياتها

وعليه نستخلص :

من المهم أن توفر الدعم والمساعدة للمراقبة في هذه الفترة الحساسة، سواء من خلال الحوار المفتوح والصدقة أو من خلال الاستعانة بالموارد الداعمة مثل المستشارين المدرسين أو المعالجين النفسيين. الاستماع إلى مشاعرها وتقديم الدعم العاطفي والمعنوي يمكن أن يساعد في تخفيف الضغوط وتعزيز الصحة النفسية والعاطفية.

### الحالة الثالثة

إسم الحالة: فلاح أمانى

عمر الحالة: 19 سنة

يتيمة: الأب

الرتبة في الإخوة: الثانية

عدد الإخوة: ثلاث

حالة الأم: عاملة في مجال التمريض

مستقرين في منزلهم الخاص

### المقابلة

س: هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

ج: لا لا كاين حوايج فيهم امل و تفاؤل و الباك مفيش طول (ههه)

من اجابة الحالة نلاحظ ان الدراسة قد اثرت في حالتها النفسية نوعا ما كما تظهر انها مرهقة بعض الشيء من الدراسة ما دفعها لقول انه لا يوجد تفاؤل فيما يخص البكلوريا لكن اكدت ان الامور الاخرى اكيد انها متفائلة بها

س: هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

ج: (المأتم ب لا نهائيا )

لا تشعر الحالة بالراحة النفسية فهي تعاني من الم فقدان إن فقدان الوالد هو تجربة صعبة ومؤلمة للغاية، وقد يؤثر بشكل كبير على الراحة النفسية والعاطفية. إنها فترة حزن وحسرة، وقد تشعر بالفقدان والحزن بشكل مكثف وتغمرها المشاعر المؤلمة

س: هل تشعر انك شخص له فائدة

ج: كاين فايده من جهة ماما و بلاك من جهة خاوتي

تشعر الحالة بان هناك فائدة في وسطها العائلي فقط

س: هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازاتك

ج: كايين حوايج نحب نحكيهم و حوايج لالا

من الاجابة نلاحظ ان الحالة تجيب اجابات مغلقة ما يدل على انها تعاني من بعض الاثار السلبية او الاضطرابات التي سببها وفاة ابيها حيث انها تصرح بانها لا تتحدث في كامل الامور ما يدل على ان هناك بعض الامور التي تدفعها الى الحزن

س: هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

ج: (اومات بنعم)ايه قادرة

تجيب الحالة انها قادرة على مواجهة الصعاب والتكيف مع ما يعترض طريقها والتصدي له حيث ترى ان مواجهة الصعوبات قد تتطلب الصبر والتفكير الإيجابي  
س: هل تشعر بالحزن؟ هل تشعر بالقلق؟ هل تشعر بالوحدة؟

ج: ايه في الليل كي نقعد وحدي نبقي نخم

تعاني الحالة من بعض اضطرابات الحزن والقلق والوحدة ما يدل على انها تعاني من حالة نفسية وما يؤكد تلك المعاناة انها تصاب بها في الليل عندما تكون لوحدها

س: هل تشعر بضيق الحياة

ج: ايه ساعات نحس منقدرش نواجه الدنيا ممبعد ندير الثقة و الكوراج لروحي و نقوي روحي و نتجاوز كلشي

تظهر اجابة الحالة انها رغم ما تمر به من معاناة وضيق في الحياة الا انها تستطيع تخطيه ومواجهتها كونها قوية وتتمتع بارادة جبارة تستطيع من خلالها تجاوز محنها

س: هل تتمتع بصحة جيدة

ج: حمد لله

تتمتع الحالة بصحة جيدة من الناحية العضوية والنفسية

س: هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم ...

ج: راضية ايه

من اجابة الحالة نلاحظ انها راضية عن مظهرها الجمالي الخارجي

س: هل تمنح صحتك الراحة الكافية؟ هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

ج: ايه باينة و نرقد مليح ،مام كي نسهر نرقد كي تتوض ماما الصباح تخليني راقدة متتوضنيش

من الاجابة نجد ان الحالة تهتم بصحتها فهي تحب وتستطيع النوم وحتى وان سهرت فهي تستطيع البقاء نائما في الصباح ولا يواجهها اي عارض من الارق

س: هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر...

ج: ايه ناكل ضفاري ساعات

من الاجابة ومقارنتها ببعض الاجابة السابقة التي تدخل في نفس الموضوع نجد ان الحالة تعاني من بعض التوتر والتمثل في قضم الاظافر

س: هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..

ج: كي نعود مريضة برك منقدرش ناكل

من الاجابة نستنتج ان الحالة لا تعاني من اي اضطراب في الاكل او فقدان الشهية الا في حالات المرض وهو امر طبيعي يصيب كافة الناس كون البعض لا يستطيع الاكل اذا اصيب بمرض ما

س: هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.

ج: نن نرمال

تجيب الحالة انها لا تعاني من سرعة خفقان القلب عندما قيامها بعمل ما

س: هل تشعر بالاجهاد و الخمول

ج: ايه دايم لو كان نصيب نديها غير رقاد بصح نوض و نتغلب على روجي و نقضي في الدار و نظفها

من الاجابة نلاحظ ان الحالة تصاحبها بعض حالات الاجهاد والخمول قد يكون هذا عارض طبيعي يرجع سببه للسهر كما اجابت سابقا كما انه قد يكون عرض لاضطراب قديم لكن ما تؤكده الحالة انها تستطيع التغلب على الاجهاد والخمول بسرعة

س: هل تشعر باعراض اضطراب الكلام

ج: لالا (بايماءات الرفض المطلق)

الحالة ليست مصابة باعراض اضطراب الكلام

س: هل تشعر بمشكلات النسيان

ج: ايه ساعات ننسى الا صليت ولا لا

من اجابة الحالة نجد انها لا تعاني من مشكلة النسيان فلكي نقول ان شخصا يعاني من اضطراب النسيان لابد ان يكون ينسبى الامور بشكل مستمر حيث ان الحالة تؤكد انها احيانا فقط ما تنسى صلاتها

س: هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة

ج: ساعات ايه ساعات لالا (تسترق النظر الى السقف)

تظهر الحالة بعض اعراض الاضطراب النفسي وسط العائلة وخاصة عندما نقوم بتحليل حركات جسدها ووجها فهي تتهرب من الاجابة مباشرة وتبعد النظر المباشر خلال حديثها معنا ما يدل على انها هناك بعض المشكلات العائلية او الاضطرابات والتوترات وعدم الراحة النفسية وسط الاسرة

س: هل انت محبوب من طرف الأسرة

ج: نوعا ماما (مع ضحك باستخفاف )

تظهر الحالة انها تفتقد للرعاية والحب والاهتمام والاحتواء من قبل اسرتها فهي لم تؤكد انها محبوبة من قبل اسرتها كما ان ضحك الاستخفاف يدل على الاستهزاء بالامر كما يدل على انا هناك خلل ما في الاجابة

س: هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد

ج: ايه

دائما عندما نفقد من نحبهم يصعب علينا النسيان كما ان الامر قد يصيبنا ببعض الحالات النفسية التي يصعب تخطيها خاصة وان كان الشخص قريبا منا جدا فما بالك بالاب او الام تعاني الحالة من اضطراب الفقدان كونها فقدت والدها ولحد الساعة مازالت تعاني من الم هذه الفاجعة

س: هل تجد الطمانينة داخل اسرتك؟ هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك

ج: ايه حمدلله

من الاجابة نرى ان الحالة تتمتع بالطمأنينة وسط اهلها

س: هل تشارك اسرتك مناسباتها السعيدة

ج: ايه

تجيب الحالة انها تشارك اسرتها مناسباتها السعيدة

س: هل تجد المساندة من الأسرة

ج: شوي شوي ،حوايح يقولولي عليها ايه و حوايج نزن

من الاجابة نؤكد ان الحالة تعاني من اضطراب داخل الاسرة اهلك عنانها تعاني من بعض الحالة النفسية المضطربة

س:من تجد اقرب الأشخاص اليك

ج: يمكن ماما

س: هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة؟هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية

ج:(الايماء بلا مه التردد في الاجابة)

رغم تاكيد الحالة انها ليست بعى ثقيل وانها تحب عائلتها الا ان ملامحها وتردها في الاجابة يوضح انها تعاني بعضا من الاضطرابات النفسية

س: هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك

ج: وي

س: هل تسعد بمرافقة الآخرين

ج: ايه نفرح

س: هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك

ج: ايه لو كان غير

س: هل تشعر بالسعادة مع الآخرين

ج: ايه اللي نشوفو فرحان نفرحلو

من اجابات الحالة نجد انها تحب قضاء اوقات ممتعة مع اصدقائها قد يعود هذا الى كونها لا تتمتع بعلاقات اجتماعية جيدة فهي تريد التغيير وقضاء اوقات ممتعة مع اصدقائها

س: هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم

ج: لالا ،تعرفت على ناس ندموني على ياسر حوايج ،نفضل نقعد مع اللي راني معاهم و ما نتعرف على حتا عبد جديد

من اجابة الحالة نلاحظ تناقض كبير في توجهاتها فنارات تقول انها تحب الرفقة والاصدقاء وتارت تؤكد انها نادمت على بعض الاشخاص ما يؤكد انها تعاني من بعض الاضطرابات

س: هل تقفد الثقة المتبادلة مع الآخرين

ج: ايه

س: هل تشعر بالاستفادة من الدراسة

ج: (ههههه) لا ابدأ سورتو هذا العام

س: هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة

ج: معنديش الوقت باه نحبها ((ههههه))

س: هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح

ج: في القرابة لالا مي حوايج أخرى ايه

تعاني الحالة من فقدان الثقة كما انها لا تفكر ابدأ في الدراسة ولا تحبها وتعتقد انها لن تعود عليها بالفائدة

س: هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملائك

ج: انا نمذ النصائح و نسمع للي ينصحنى بصح منديرش على هدرتهم

تحب الحالة تقديم النصائح لكن على النقيض لا تحب ان ينصحها الاخرون وهو الامر الذي يؤكد قطعها ناه تعاني من بعض الاضطرابات النفسية المصاحبة لها

مناقشة اجابة الحالة الثانية :

من خلال تحليل اجابات الحالة الثانية نجد انها تعاني من بعض الاضطرابات النفسية المصاحبة لها كما ان تقدير ذاتها لنفسها منخفض ناهيك عن عدم ثقتها بالآخرين فهي ناقمة على الجميع ولا تريد الدراسة وعليه نستخلص :

إن فقدان الأب يمكن أن يكون تجربة مؤلمة للغاية، وخاصةً للمراهقين الذين يمرون بفترة حساسة من النمو والتطور. هذه التجربة قد تؤدي إلى اضطراب نفسي، عدم الثقة، كره الدراسة، وتقدير ذات منخفض

الحالة الرابعة:

اسم الحالة :سلامي ندى

عمر الحالة :18سنة

يتيمة:الاب

التربية في الإخوة :الأولى

عدد الإخوة :إثنان (2)

حالة الأم : ربة بيت وتعمل أعمال يومية من حين لآخر لقوت الأبناء

لديهم منزل خاص مستقرين به

س-هل تشعرين بالتفاؤل في الحياة ؟

ج-هيه عادي نحب نلبس ونخرج ونحوس

من الطبيعي تمامًا أن نرغب في الخروج والاستمتاع بوقتك وارتداء الملابس التي تحبها. يمكن أن تكون هذه الأنشطة وسيلة رائعة لتحسين المزاج والشعور بالتفاؤل. الامر الذي يدل على ان الحالة تشعر بالتفاؤل

س-هل تشعرين بالراحة النفسية في حياتك ؟

ج-انا لباس عليا كان يخطوني الناس وهدرتهم يضالو يقرعجو عليا (تعرفي العرب نتاعنا )عايشينلي حياتي

تشعر الحالة براحة نفسية فهي لا تحب من يتدخل في شؤون حياتها الخاصة

س-هل تشعرين انك شخص له فائدة؟

ج-ممم (هههه) باينة نخطيهم يموتوا

من اجابة الحالة نلاحظ انها عضو فعال ومهم بين عائلتها ومحيطها فهي تعتبر نفسها شخصا مهما جدا

س-هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن إنجازاتك؟

ج-هيه لواحد يطيب حاجة جديدة برك يفرح بيها ( هه )

تؤكد الحالة انها تحس بسعادة عندما تتحدث عن انجازاتها وتضرب لنا ابسط الامثلة حتى ولو انجاز صغير تتحدث به

س-هل أنت قادرة على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك ؟

ج-كل مرة كفاه

تؤكد الحالة ان هناك صعاب تستطيع مواجهتها بينما هناك اخرى يصعب تخطيها وهو امر طبيعي عند كل البشر

س-هل تشعرين بالحزن؟

ج-ممم نقولو لباس

لا تشعر الحالة بالحزن

س-هل تشعرين بالقلق؟

ج-غير لواحد كي تضيق بيه

لا تعاني الحالة من الضيق الا في بعض الحالة التي تمر باي انسان عادي

س-هل تشعرين بالوحدة؟

ج-منكدبش عليك عندي صحاباتي وعندي ماما ومرت بابا مريضة بصح كي نتفكر بابا نحس الناس ماكان والو

تعاني الحالة من بعض حالات الوحدة فرغم الاصدقاء والاهل الذين يحيطون بها الا انها تؤكد ان اباهما هو كل شيء قد نبقى نعاني من الم فقدان لفترة طويلة ويصعب علينا تخطي الامر

2\_محور الصحة الجسمية:

س-هل تتمتعين بصحة جيدة؟

ج-لالا الحمد لله

تتمتع الحالة بصحة جسدية جيدة ولا تعاني من اي مرض

س-هل أنت راضية عن مظهرك الخارجي (طول القامة-الحجم الخارجي )

ج- هيه الحمد لله لا طاي تا عي يعجب أي واحد

تتمتع الحالة بمظهر جيد وهي راضية عن نفسها وتؤكد ان مظهرها يعجب الجميع

س- هل تمنحين لصحتك الراحة الكافية؟

ج- شوي مرت بابا كي عادت مريضة بالكونسار نحاول نعاون ماما فيها هي وجدتي نروح نقرا ونروح نعاون  
وخلص

تجيب الحالة انها تفقد بعض الاهتمام لصحتها وهذا بسبب بعض المشاكل التي اصابت اهلها من مرض  
الى غير ذلك ما استدعى السهر على رعاية المحيطين بها

س- هل تمنحين لنفسك قدرا كافيا من النوم

ج- ايه نرقد سيرتو في الويكاند مدايبا منوضش كل يوم نقول نقرا ما نقرا موالو نروح تعبانة نزيد ندير شغل  
الدار كلش عليا نتعب نرقد

رغم التعب الذي تمر به الحالة كونها ترعى بعض افراد عائلتها المرضى الا انها لا تحب ان تفرط في  
نومها

س- هل تعانين من بعض العادات مثل قضم الأظافر؟

ج- لا

لا تعاني الحالة من بعض السلوكات السيئة التي تصاحب المصابين بالاضطرابات والهلع النفسي

س- هل تعانين من اضطراب الأكل, فقدان الشهية

ج- لا لا عادي

لا تعاني الحالة من اضطراب الاكل او فقدان الشهية

س- هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟

ج- لا لا

لا تعاني الحالة من اي اضطراب عضوي او نفسي ولا يدق قلبها بسرعة عندا القيام بعمل ما

س- هل تشعرين بالإجهاد والخمول؟

ج- عندي الرقاد برك كان نقعد يومين راقدا عادي ونقلهم متنوضونيش

تؤكد الحالة انها تحب النوم لانها تشعر احيانا بالاجهاد كما اسلفت الذكر انها تقوم برعاية احد اقربائها  
المريضة بالسرطان

س- هل تشعرين بإضطراب الكلام؟

ج-نحب نحكي

لا تعاني الحالة من اضطراب الكلام

س- هل تعاني من النسيان؟

ج-هيه ساعات كي نحط حاجة وننسا وين حطيتها هكا

لا تعاني الحالة من النسيان المرضي فهي احيانا فقط ما تنسى بعض الامور وهي حالة طبيعية في كامل  
البشر

س- هل تحسي بالراحة النفسية والطمأنينة داخل أسرتك؟

ج-كل مرة كفاه

من الاجابة تؤكد لنا الحالة انه احيانا ما تحس بالراحة و احيانا لا دون ذكر اي مشكل داخلي مع الاهل وقد  
تكون اجابتها هذه تدخل في بعض المشاكل التي تحدث لأي عائلة

س- تحسي روحك محبوبة من طرف الأسرة؟

ج-واحدين هكا وواحدين هكا

نؤكد مرة اخرى ان الوسط العائلي لا يخلو من بعض الاضطرابات بين الاقارب في العائلة الصغيرة او  
الكبيرة فقد تكون محبوبا من قبل اهل الام ولا تكون محبوبا من قبل اهل الاب والعكس و خلاصة كلامنا ان  
الامر طبيعي داخل اي اسرة

س-تحسي بالفقد نتاع باباك؟

ج-هيه بابا ربي يرحمو لي عندها باباها ديما ديما تلقاه حداها

فقدان الأب هو تجربة صعبة للغاية، ويمكن أن تكون لها تأثيرات عميقة على الحالة النفسية والعاطفية، خاصة خلال مرحلة المراهقة. من المهم أن تسمح لنفسك بالشعور بالحزن وتعطي نفسك الوقت والمساحة للتعامل مع هذه المشاعر.

س-لاقية الإهتمام من قبل الأسرة؟

ج- ههه اني انا مهتمة بيهم

س-تشاركي الفرحة نتاع الأسرة؟

ج-العراس قولي هوما نقلك هاني ههه

س-لاقية المساندة في اسرتك؟

ج-تقدري تقولي خويا لباس

من خلال اجابات الحالة اعلاه نجد ان هناك علاقة جيدة مع اسرها وتماسك جيد خالي من اي اضطراب او خلل او عارض

س-شكون القريب ليك في عائلتك ؟

ج-عندي خويا هكا لحق مليح معايا يقلي غير واش خصك اني هنا يحس بيا كلمة ربي

تتمتع الحالة بعلاقة جيدة مع اخيها ما يحعلها لا تفكر في حالة عدم الاحتواء العائلي

س-تحسي روحك ثقيلة على داركم تتمناي تكون عندك عائلة أخرى؟

ج-الإيماء ب لا مع كلمة كل واحد واش كتبلو ربي

من الاجابة نجد ان الحالة تؤكد ورغم ما قد تعانيه من بعض المشاكل داخل العائلة الا انها ترى ان هذا

امر مقدر حيث انها تتمتع بشخصية قوية تجعلها مدركة للامور والاحداث

س-تحبي تخرجي مع زملائك تفرحي ؟

ج-مكانش وين يروح العبد هنا الناس كامل تعس لواحد يحب يتنفس

س- تحبي تفوتي الوقت الفارغ مع زملائك؟

ج- ايه مدايبا

من الاجابة نجد ان الحالة ونظرا لكثرة الاهتمام بعائلتها داخل المنزل تجد نفسها بلافعل تريد التنفس والترويح مع الاصدقاء

س- تحبي تفرحي مع الناس؟

ج- والله فرح للناس كامل

نجد ان الحالة كما اسلفنا الذكر تتمتع بشخصية فذة وليس لديها اي ضغينة اتجاه الاشخاص بل تحب الفرح مع الناس جميعا

س- تحبي تتعرفي على ناس جدد؟

ج- لي عرفناهم ظهورو ميسواوش الواحد خليه هكا خير كان يكونو ناس كيفنا (و مستحيل راهو) صح بصح ناس هكا ولا هكا لا

لا تحب الحالة التجديد او التعرف على اشخاص جدد كونها مرت ببعض العلاقات السيئة والغير ناجحة دفعتها الى رغبتها في بقاء الامور على طبيعتها

س- تقدري الثقة المتبادلة مع الاخرين؟

ج- ساعات يعني

نجد ان الحالة لا تثق دائما بالغير

س- تحبي القرابة تستفادي منها؟

ج- نقلك حاجة حابة ننجح منكذبش عليك بصح راني جايبنتها غير تمسخير ههه

س- تحسي روحك قادرة عليها القرابة؟

ج- قادرة ونجيب بصح منحبش نقعد نحفظ

س- تحسي روحك قادرة تحققي النجاح؟

ج- كيما قتلك والله قادرا بصح لو احد كره نروحو نتزوجوا هه ولا نديرو حاجة اخرى حياتنا كامل قرابة

ترى الحالة من خلال اجابتها المتعلقة بالدراسة انها فعلا تريج النجاح ولكن يصعب الامر قليلا عليها

س-تمدي النصائح لزملائك؟

ج-يعرفو صلاحهم هو ما لو احد يقلهم كلمة يحطوه غير منهم

لا تحب الحالة تقجيم النصح للغير مدعية انه الكل يعرف ما يليق به

مناقشة اجابة الحالة الرابعة :

من خلال تحليل اجابات الحالة الرابعة نجد انها لا تعاني من اي اضطراب نفسي او صحي او اي اعراض

تدل على انها تعاني من فقدان ابيها كما انها لا تعاني من اي قلق او ضغط او احتراق نفسي

كما انها تتمتع بمستوى تقدير ذات جيد

وعليه نستخلص :

إن فقدان الأب يمكن أن يكون تجربة مؤلمة للغاية، وخاصةً للمراهقين الذين يمرون بفترة حساسة من

النمو والتطور. لكن مع التعود ومرور الوقت قد يتعود الشخص على فقدان وخاصة اذا كان يتمتع بقوة

شخصية وتقدير ذات جيد

## الاجابة على تساؤل الدراسة :

## ما مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم؟

الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم يمكن أن تكون حساسة نظرًا لتحديات فقدان وتأثيرات اليتيم على النمو العاطفي والاجتماعي. ومع ذلك، يمكن للتلميذ المراهق اليتيم التمتع بصحة نفسية جيدة إذا توفرت له بيئة داعمة واستراتيجيات فعالة للتعامل مع التحديات. هنا بعض المؤشرات التي يمكن أن تساعد في تقييم الصحة النفسية للتلميذ المراهق اليتيم:

حيث أظهرت النتائج ان هناك مؤشرات ايجابية واخرى سلبية في عينة البحث ونذكرها فيما يلي:  
مؤشرات إيجابية للصحة النفسية:

التكيف مع فقدان:

التعبير عن الحزن بشكل صحي :القدرة على التحدث عن مشاعر الحزن والفقد بشكل مفتوح وبدون شعور بالعار .

العودة إلى الروتين اليومي والأنشطة المفضلة بعد فترة من فقدان .

الثقة بالنفس وتقدير الذات:

تقدير الذات الإيجابي :الإيمان بقيمة الذات والقدرة على تحقيق الأهداف.

الاستقلالية :الشعور بالقدرة على اتخاذ قرارات شخصية والاستقلال في التفكير .

العلاقات الاجتماعية:

القدرة على تكوين صداقات :القدرة على بناء والحفاظ على علاقات اجتماعية إيجابية مع الأقران .

الانخراط الاجتماعي :المشاركة في الأنشطة المدرسية والاجتماعية والشعور بالانتماء .

الأداء الأكاديمي:

الالتزام بالدراسة :الحضور المنتظم والاهتمام بالواجبات الدراسية.

النجاح الأكاديمي :تحقيق أداء جيد في المدرسة والشعور بالإنجاز الأكاديمي .

التعامل مع التوتر:

استراتيجيات فعالة للتعامل مع التوتر :القدرة على استخدام تقنيات مثل التأمل، التنفس العميق، والأنشطة

البدنية لتخفيف التوتر .

الصمود أمام الضغوط :القدرة على التعافي من الفشل والمضي قدمًا بالرغم من التحديات .

مؤشرات سلبية قد تشير إلى الحاجة لدعم إضافي:

مشاكل سلوكية:

العزلة الاجتماعية :تجنب الأنشطة الاجتماعية والابتعاد عن الأصدقاء .

السلوك العدوانية :التصرفات العدوانية أو الانفعالية تجاه الآخرين .

**مشاكل أكاديمية:**

تراجع الأداء الأكاديمي: انخفاض الدرجات المدرسية وعدم الاهتمام بالدروس.

الغياب المتكرر: عدم الانتظام في الحضور المدرسي.

مشاكل نفسية وعاطفية:

الاكتئاب والقلق: الشعور المستمر بالحزن، القلق، أو فقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانت ممتعة سابقًا.

اضطرابات النوم: صعوبة في النوم أو النوم المفرط.

عدم القدرة على التعامل مع فقدان:

الإنكار أو التجنب: عدم القدرة على التحدث عن فقدان أو محاولة تجنب التفكير فيه تمامًا.

الحزن العميق المستمر: مشاعر حزن شديدة لا تخف بمرور الوقت.

دعم التلميذ المراهق اليتيم:

الدعم العائلي: توفير بيئة داعمة ومحبة داخل الأسرة يمكن أن يساهم بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية.

الدعم المدرسي: يمكن للمعلمين والمستشارين في المدرسة تقديم دعم إضافي من خلال المتابعة والتوجيه الأكاديمي والنفسي.

الأنشطة الاجتماعية: تشجيع الانخراط في الأنشطة الاجتماعية والنوادي يمكن أن يساعد في بناء الثقة والشعور بالانتماء.

العلاج النفسي: اللجوء إلى محترفين في الصحة النفسية، مثل المعالجين النفسيين أو المستشارين، يمكن أن يكون مفيداً للتعامل مع التحديات النفسية العميقة.

التلميذ المراهق اليتيم يمكن أن يواجه تحديات كبيرة، لكن من خلال الدعم المناسب والبيئة المساندة، يمكنه التغلب على هذه التحديات والتمتع بحياة صحية وسعيدة.

## توصيات البحث

رعاية الصحة النفسية للمراهق اليتيم تتطلب نهجاً شاملاً يأخذ في الاعتبار العوامل الاجتماعية والعاطفية والتعليمية. إليك بعض الاقتراحات والتوصيات لمؤشرات الصحة النفسية للمراهق اليتيم:

## التقييم النفسي المنتظم:

إجراء تقييمات نفسية منتظمة لتحديد مستويات القلق، الاكتئاب، وأي اضطرابات نفسية أخرى. استخدام أدوات تقييم معترف بها مثل مقياس الاكتئاب للأطفال (CDI) أو مقياس القلق الاجتماعي للأطفال (SASC).

## الدعم العاطفي والاجتماعي:

توفير برامج دعم نفسي واجتماعي من خلال المستشارين النفسيين أو الأخصائيين الاجتماعيين. تشجيع اليتيم على الانخراط في الأنشطة الاجتماعية والجماعية لبناء شبكة دعم اجتماعية قوية.

## التعليم والتوعية:

توفير برامج تعليمية حول الصحة النفسية لتعزيز الوعي وتقديم استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية. تنظيم ورش عمل ومجموعات دعم تعزز التواصل والمهارات الاجتماعية.

## الاهتمام بالبيئة المعيشية:

التأكد من أن المراهق يعيش في بيئة آمنة ومستقرة، سواء كان ذلك في دار رعاية أو في منزل أحد الأقارب. توفير بيئة منزلية داعمة ومحبة تقلل من مشاعر العزلة والوحدة.

## تشجيع الأنشطة البدنية:

تشجيع المراهق على المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضة، حيث تسهم في تحسين الصحة النفسية والجسدية.

تنظيم رحلات وأنشطة خارجية لتعزيز الشعور بالمرح والانتماء.

## العلاج النفسي:

توفير الوصول إلى خدمات العلاج النفسي الفردي أو الجماعي، عند الحاجة. الاعتماد على تقنيات العلاج المعرفي السلوكي (CBT) لمساعدة المراهقين على تطوير استراتيجيات مواجهة فعالة.

## المراقبة والتتبع:

إنشاء نظام لمراقبة وتتبع تطور الحالة النفسية للمراهق اليتيم بمرور الوقت. تسجيل التغييرات في السلوك، الأداء الدراسي، والعلاقات الاجتماعية لتحديد الاحتياجات المستجدة.

## التواصل مع المدارس:

التعاون مع المدارس لتقديم الدعم الأكاديمي والنفسي المناسب.

تدريب المعلمين على كيفية التعرف على العلامات المبكرة للمشاكل النفسية وتقديم الدعم المناسب.

#### التوجيه المهني:

تقديم خدمات التوجيه المهني لمساعدة المراهقين في تحديد اهتماماتهم المهنية وتطوير مهاراتهم المستقبلية.

توفير فرص للتدريب المهني والعمل التطوعي لتعزيز الثقة بالنفس والشعور بالكفاءة.

بتطبيق هذه التوصيات، يمكن تحسين الصحة النفسية للمراهق اليتيم ومساعدته على بناء حياة متوازنة ومستقرة.

خاتمة

## خاتمة:

في ختام هذه الدراسة حول مؤشرات الصحة النفسية لدى التلميذ المراهق اليتيم، يتضح أن هذه الفئة تعاني من مجموعة من التحديات النفسية والاجتماعية التي تؤثر بشكل كبير على حياتهم اليومية وأدائهم الأكاديمي. من خلال البحث الميداني والتحليل النظري، تبين أن اليتامى المراهقين معرضون بشكل أكبر لمشكلات مثل الاكتئاب، القلق، الشعور بالوحدة، وانخفاض تقدير الذات. هذه المشكلات النفسية تنعكس بدورها على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاجتماعية داخل المدرسة وخارجها.

أحد أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة هو الدور الحيوي الذي يلعبه الدعم الاجتماعي في تحسين الصحة النفسية لهؤلاء المراهقين. لقد أظهرت البيانات أن التلاميذ الذين يحظون بدعم قوي من بيئتهم الاجتماعية وخصوصاً أفراد الأسرة يتمتعون بصحة نفسية أفضل وقدرة أكبر على التكيف مع التحديات اليومية. ومن هنا، فإن البيئة الداعمة والمتفهمة تلعب دوراً محورياً في تعزيز رفاهية هؤلاء التلاميذ وتمكينهم من تحقيق إمكاناتهم الكاملة.

على ضوء هذه النتائج، توصي الدراسة بضرورة تبني استراتيجيات شاملة تهدف إلى دعم الصحة النفسية للتلاميذ الأيتام. تشمل هذه الاستراتيجيات توفير برامج إرشاد نفسي متخصصة داخل المدارس، وتدريب المعلمين على كيفية التعامل مع التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية، بالإضافة إلى تعزيز شبكات الدعم الاجتماعي من خلال المبادرات المجتمعية والتعاون مع منظمات المجتمع المدني.

علاوة على ذلك، يجب أن تكون هناك جهود مستمرة لتعزيز الوعي بأهمية الصحة النفسية واحتياجات التلاميذ الأيتام. يمكن أن تسهم حملات التوعية والأنشطة المدرسية التفاعلية في بناء مجتمع مدرسي أكثر تفهماً وتعاوناً، مما يساعد على تقليل الوصمة المرتبطة بالمشكلات النفسية وتحفيز الطلاب على طلب المساعدة عند الحاجة.

ختاماً، إن تحسين الصحة النفسية للتلميذ المراهق اليتيم ليس مجرد مسؤولية فردية بل هو واجب جماعي يتطلب تضامناً بين الأسرة والمدرسة والمجتمع. لضمان بيئة تعليمية أكثر دعماً ورفاهية نفسية أفضل لهؤلاء التلاميذ، مما يفتح أمامهم أبواب الأمل والتفاؤل لمستقبل مشرق ومستقر.

# قائمة المصادر و المراجع

المراجع بلغة العربية :

السورة النور

1. أبو حطب صالح. (2003). الضغوط النفسية واساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية لدى امهات المعاقين عقليا، رسالة ماجستير . غزة: جامعة عين شمس بالتعاون مع جامعة الاقصى.
2. ابو عزام امل علاء الدين. (2005). اساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، رسالة دكتوراه . القاهرة: معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
3. احمد اورى. (2011). المراهقة والمشكلات المدرسية . الاردن :دار النجاح الجديدة.
4. أحمد عسكر سمير . (1988). متغيرات ضغوط العمل، دراسة نظرية وتطبيقية في قطاع المعارف . الامارت العربية المتحدة.
5. احمد محمد الزغيبي . (2001). علم النفس النمو الطفولة و المراهقة .الأردن :دار زهران للنشر و الطباعة عمان .
6. ادم حاتم محمد . (2005). لصحة النفسية للمراهقين .مصر :مؤسسة اقرأ للنشر والتوزيع والترجمة.
7. أديب محمد الخالدي . (2009). الصحة النفسية . الأردن: دار وائل للنشر، ط3.
8. أمجد أبو نبعة. (2002). التوافق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لابناء الشهداء و اسرة الناتفاضة، رسالة ماجستير غير منشورة. فلسطين: جامعة النجاح الوطنية، نابلس.
9. براهيم وجيه محمود . (1981). المراهقة خصائصها ومشكلاتها .دار المعارف.
10. بوخروبة اليامنة. (2012). الصحة النفسية . HWV/HG: مجلة ابحاث نفسية وتروبية، العدد 5.

11. بوناب رضوان ابراهيم. (2001). الضغط النفسي لدى عمال قطاع المحروقات وعلاقته بالدافعية نحو الانجاز، رسالة ماجستير. سطيف: كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة فرحات عباس.
12. جبار شهيدة. (2016). الزمن الذاتي لدى المكتئب الحصري. جامعة وهران -2-الجزائر : اسهامات اختبار الروشاخ وال "TAT"مقاربة سيكودينامية (أطروحة دكتوراه).
13. جعفر صباح. (2021). علم النفس العيادي ودراسة الحالة مجموعة دروس مقدمة لطلبة السنة الثالثة علم النفس العيادي. بسكرة: جامعة محمد خيضر قطب شتمة.
14. حامد عبد السلام زهران. (1995). علم النفس النمو -الطفولة و المراهقة. مصر: ط 5 عالم المكتبة القاهرة.
15. حمد بدوي الصافي. (1986). لسلوك الإنسان والبيئة الاجتماعية. دولة الإمارات العربية المتحدة: بدون طبعة دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع.
16. حمداوي جميل، فاطمة بولحوش. (2018). لمراهقة في علم النفس.
17. خليل ميخائيل معوض. (2000). سيكولوجية الطفولة والمراهق. الاسكندرية: دار الفكر الجامعي.
18. خموين فاطمة الزهراء. (2016). الحرمان العاطفي عند الطفل اليتيم. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. 623 ,
19. رمضان القذافي. (1990). علم النفس التربوي . ليبيا: الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع، الطبعة الاولى، دار الكتب بنغازي .
20. زيدي ، ناصر الدين وفالح ، يمينة. (2016). فعالية برنامج الصحة النفسية للراشدين بتحقيق الأمن النفسي. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية.
21. زينب دمحم شقير. (2005). علم النفس العيادي والمرضى للأطفال والراشدين. الاردن: دار الفكر لطباعة والتوزيع.
22. سيد محمود الطواب. (2008). الصحة النفسية والارشاد النفسي. القاهرة: المكتب الجامعي .

23. شعيب نادية. (2013). اضطراب الشخصية الهستيرية لدى اليتيمة المراهقة . جامعة مولاي الطاهر سعيدة :مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر، تخصص علم النفس العيادي.
24. صندلي ريمة .(2012). الضغوط النفسية واستراتيجيات المواجهة المستعملة لدى المراهق المحاول للانتحار .جامعة سطيف :راسة عيادية على أربع حالات من المراهقين.
25. صندلي ريمة .(2012). الضغوط النفسية واستراتيجيات المواجهة المستعملة لدى المراهق المحاول للانتحار .جامعة سطيف :راسة عيادية على أربع حالات من المراهقين.
26. عامر النعاس. (2008). دراسات في الضغوط المهنية والصحة النفسية، الطبعة الاولى. طرابلس : ادارة المطبوعات والنشر.
27. عبد الغني الديدي .(1995). التحليل النفسي للمراهقة .بيروت :بدون طبعة دار الفكر العربي للطباعة و للنشر والتوزيع.
28. عبد الوهاب .(1999) .
29. عثمان فاروق السيد. (2008). القلق وادارة الضغوط النفسية، . عمان الاردن: دار وائل للنشر والتوزيع، الطبعة الاولى.
30. العدوي دعاء محمد. (2018). الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية. دمياط مصر : معهد الدراسات والبحوث البيئية جامعة عين شمس.
31. العزيز أحمد نايل. (1999). التعامل مع الضغوط النفسية، الطبعة الاولى. رام الله: دار الشروق.
32. عطية ريم .(2013). ازمة الهوية وعلاقتها بصورة الجسد عند المراهقين دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المراهقين في مدارس دمشق وريفها .تخصص علم النفس النمو.
33. علال حرب اللصاصة بشير .(2017). المنهج التربوي في التعامل مع المراهقين دراسة تطبيقية .حولية كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات بالزقازيق.
34. علال حرب اللصاصة بشير .(2017). المنهج التربوي في التعامل مع المراهقين دراسة تطبيقية .ولية كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات بالزقازيق.

35. علي عسكر. (2000). *ضغوط الحياة ومواجهتها، الطبعة الثانية*. دار الكتاب الحديث .
36. غريغ ويلكسون. (2013). *الضغط النفسي ترجمة زينب منعم*. السعودية: مكتبة الملك فهد الوطنية اثناء للنشر.
37. فاطمة الزهراء أزروق. (1997). *الضغوط النفسية والارشاد الاسري للاطفا، رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي*. الجزائر: معهد علم النفس.
38. فؤاد البهي السيد. (1956). *الاسس النفسية للنمو*. مصر: دار الفكر العربي .
39. محمد الهابط. (ب ت). *التكيف والصحة النفسية*. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث ، الطبعة الثانية
40. محمد عبد الفتاح. (2002). *ضغوط الحياة وعلاقتها بالاعراض السيكوسوماتية وبعض خصال الشخصية لدى طلاب الجامعة دراسة كشفية*. القاهرة: مجلة دراسات نفسية العدد 12.
41. محمد مكناسي. (2019). *الصحة النفسية في الوسط المهني، مداخلة بجامعة 8 ماي 1945، تخصص علم النفس وعلوم التربية*. قالمة الجزائر.
42. محمد منصور. (2010). *الضغوط النفسية وكيفية مواجهتها*. الجزائر: منشورات قرطبة.
43. مصطفى فهمي. (1955). *سيكولوجية الطفولة والمرافقة*. مصر: دار مصر للطباعة.
44. المقدسي ابن المنصور. (1972). *دس لسان العرب مجموعة*. 4. لبنان: دار صادر .
45. نبيلة بوعافية. (2002). *الضغط المهني عند المديرين وعلاقته باستراتيجيات المقاومة وتقدير الذات، رسالة ماجستير في علم النفس*. الجزائر: جامعة الجزائر.
46. هارون الرشدي. (1999). *الضغوط النفسية طبيعتها ونظرياتها برنامج لمساعدة الذات في علاجها*. القاهرة مصر: مكتبة الانجلو المصرية.
47. هبة كواشي. (2015). *الخوف الاجتماعي لدى المراهقين الايتام*. دراسة ميدانية بدار استقبال اليتامى بأم البواقي: مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر، تخصص علم النفس العيادي.
48. هياق إبراهيم. (2017). *التكفل النفسي والاجتماعي للطفل اليتيم في الوسط المدرسي في الجزائر الوقع والافاق*. مجلة تطوير العلوم الاجتماعية.

49. يخلف عثمان. (2001). علم نفس الصحة الالاسس النفسية والسلوكية للصحة ، الطبعة الاولى. قطر: دار الثقافة .

المراجع بلغة الأجنبية :

- 1) Buck, R. (1988). *Human motivation and emotion*,. second edition, John Wiley and Sons Inc
- 2) Lazarus,R.S.& Flokman,s. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.

الملاحق

أسئلة المقابلة :

محور التوافق الانفعالي

هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

هل تشعر انك شخص له فائدة

هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازتك

هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

هل تشعر بالحزن

هل تشعر بالقلق

هل تشعر بالوحدة

هل تشعر بضيق الحياة

محور على الصحة الجسمية

هل تتمتع بصحة جيدة

هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم...

هل تمنح صحتك الراحة الكافية

هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر...

هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..

هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.

هل تشعر بالاجهاد و الخمول

هل تشعر باعراض اضطراب الكلام

هل تشعر بمشكلات النسيان

محور الصحة النفسية الأسرية

هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة

هل انت محبوب من طرف الأسرة

هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد

هل تجد الطمانينة داخل اسرتك

هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك

هل تشارك اسرتك مناسباتها السعيدة

هل تجد المساندة من الأسرة

من تجد اقرب الأشخاص اليك  
هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة  
هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية  
هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك  
محور الصحة النفسية الاجتماعية  
هل تسعد بمرافقة الآخرين  
هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك  
هل تشعر بالسعادة مع الآخرين  
هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم  
هل تفتقد الثقة المتبادلة مع الآخرين  
محور الصحة المعرفية  
هل تشعر بالاستفادة من الدراسة  
هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة  
هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح  
هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملاءك.

المقابلة:

الحالة الأولى

إسم الحالة طراد أنفال

العمر: 17 سنة

تخصص: شعبة علوم تجريبية

يتيمة: الأب

الرتبة في الإخوة: الرابعة

عدد الإخوة: ثلاث ذكور

حالة الأم عاملة

المقابلة:

س: هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

ج: طبعا ،كاين لي مايتفائلش ؟لي ميتفائلش ميتسماش إنسان (مع التبسم)

س: هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

ج: اكيد بصح هذا العام مع الباك كاين شوب ضغط

س: هل تشعر انك شخص له فائدة

ج: اكيد مدام ربي خلقتني فأكيد دايلي فايدة في حاجة ما

س: هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازاتك

ج: شحال نفرح كي ندير حاجة تفرح ،بصح ca dépend لا كانت حاجة بيني و بين نفسي منحش نهدي

عليها

س: هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

ج: نشالله يا ربي يعطيني القوة باه نقدر نقاوم كلشي في هذي الدنيا

س: هل تشعر بالحزن ؟هل تشعر بالقلق ؟هل تشعر بالوحدة؟

ج: هذي حوائج طبيعية أي إنسان طبيعي يحس بيهم مي الحمدلله مدام كاين اسرة تحتويك

س: هل تشعر بضيق الحياة

ج: لا ابدا

س: هل تتمتع بصحة جيدة

ج:حمدلله

س: هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم ...

ج: طبعا ،و لي مرضاش تتسما مش راضي بالشئ لي خلقوا ربي (التبسم خفيفا)

س: هل تمنح صحتك الراحة الكافية؟هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

- ج: وي و نرقد ياسر مش غير شوي (هههه)
- س: هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر...
- ج: لالا بصح ساعات نمضغ السيالات،ولات فيا طبيعة
- س: هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..
- ج: لالا
- س: هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.
- ج: لالا عادي
- س: هل تشعر بالاجهاد و الخمول
- ج: ساعات برك
- س: هل تشعر باعراض اضطراب الكلام
- ج: لالا
- س: هل تشعر بمشكلات النسيان
- ج: ايه سورتو كي راني هذا العام باك و لبت نساية برو ماكس (هههه)
- س: هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة،هل تجد الطمانينة داخل اسرتك؟
- ج: الاحتواء موجود فالحمدلله أكيد
- س: هل انت محبوب من طرف الأسرة
- ج: ايه سورتو كي أنا الطفلة الوحيد و الصغيرة بين خاوتي الذكورة (نظرة الإحساس بالغرور )
- س: هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد
- ج: طبعا
- س: هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك
- ج: ايه(الشعور بالفخر)
- س: هل تشارك اسرتك مناسباتها السعيدة
- ج: انا إنسانة اجتماعية نحب اللامات و العرضات
- حتى إنو عندي عائلتي يسكنو بعاد من هنا كي يجو نقولهم ارواحو لدرانا متروحوش لجدي (ههههه)
- س: هل تجد المساندة من الأسرة
- ج: أكيد
- س: من تجد اقرب الأشخاص اليك
- ج: ماما بالتأكيد
- س: هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة؟هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية
- ج: لالا،و ديما نحمد ربي لي طيحي في عائلة كيما هكا

س: هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك

ج: طبعا

س: هل تسعد بمرافقة الآخرين

ج: ايه يخى قتلك انا اجتماعية نحب

س: هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك

ج: انا نحب وبين يكون كاين الضحك و لومبيونس نكون انا (ههه)

س: هل تشعر بالسعادة مع الآخرين

ج: ايه

س: هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم

ج: ايه نحب نتعرف على ناس جدد و ندخلهم لحياتي

س: هل تقنقد الثقة المتبادلة مع الآخرين

ج: لالا نورمال

س: هل تشعر بالاستفادة من الدراسة

ج: ههه سؤال وجيه ،مي صح مش كيما لي يقرأ كيما لي ميفراش (هل يستوي اللذين يعلمون و اللذين لا

يعلمون) صدق الله العظيم ،بصح النظام الدراسي في الجزائر تحسيه يخنقك غير حفاظة حفاظة ما يقدرش

التلميذ يطبق الجانب الفني نتاعو

س: هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة

ج: انا نحب القراية و نحب العلم فأكيد عندي القدرة نحبها أكثر

س: هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح

ج: ايه نشالله بإذن الله

س: هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملاءك

ج: ايه أنا منذاك نمد نصائح انا محتاجتها في حياتي ،فاقد الشئ يعطيه و بقوة

الحالة الثانية

اسم الحالة عزيزي خديجة

عمر الحالة 19 سنة

تخصص الحالة علون الطبيعة

يتيمة: الأب

الطفلة الوحيدة لوالديها

حالة الأم للحالة المعنية: عاملة

س: هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

ج: ايه راني عايشة غير بيه

س: هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

ج: قليل مش دايمن ،منذاك تحسي روحك عندك خالك و عائلتك بصح وحد مايجي في بلاصة باباك (مع

نظرة الاستياء)

س: هل تشعر انك شخص له فائدة

ج: بالنسبة لماما ايه نقدر نفيدها

س: هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازاتك

ج: اذا عادت حاجة تفرح ،ايه نفرح

س: هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

ج: كاين حوايج نقدر عليهم و حوايج لالا

س: هل تشعر بالحزن؟ هل تشعر بالقلق؟ هل تشعر بالوحدة؟

ج: ايه كي نريح وحدي نحس بصح كي نقعد مع العايلة ولا صحباتي ولا ماما لالا

س: هل تشعر بضيق الحياة

ج: لالا

س: هل تتمتع بصحة جيدة

ج: ايه الحمدلله

س: هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم ...

ج: الحمدلله ربي ميخلفش حاجة مش مليحة

س: هل تمنح صحتك الراحة الكافية؟ هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

ج: غير الرقاد متقولش عليه لالا (مع الضحك و طأطأة الرأس للاسفل) منفرطش في الراحة

س: هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر ...

ج: لالا مكانش

س: هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..

ج: لالا ناكل مليح

س: هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.

ج: ايه كي نقرا نحس قلبي مزير

س: هل تشعر بالاجهاد و الخمول

ج: منذاك

س: هل تشعر باعراض اضطراب الكلام

ج: لالا عادي

س: هل تشعر بمشكلات النسيان

ج: نن بصح نتناسى

س: هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة

ج: ايه سورتو مع ماما

س: هل انت محبوب من طرف الأسرة

ج: انا محبوبة من الناس كامل (هههه)

س: هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد

ج: بزاف بسكو كنت قريبة منو أكثر من ماما ،كنت ديجا نرقد مع بابا (تعابير الحزن)

س: هل تجد الطمانينة داخل اسرتك؟هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك

ج: ايه

س: هل تشارك اسرتك مناسباتها السعيدة

ج: على حساب المناسبة أو العبد لي عندو المناسبة مثلا عندي عمتي نحب نروحها بسكو نحبها مي عمتي

لوخرة نن

س: هل تجد المساندة من الأسرة

ج: ايه بالأخص ماما

س: من تجد اقرب الأشخاص اليك

ج: حاليا معنديش الصحابات لي نوثق فيهم،عندي ماما

س: هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة؟هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية

ج: لالا ،و نحب اسرتي و راضية بيها

س: هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك

ج: ساعات نتقابض مع ماما (ههه) بصح عادي

س: هل تسعد بمرافقة الآخرين

- ج: ايه نشتي نخرج منشتيش نقعد في الدار طول  
س: هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك  
ج: ايه مع صحباتي بسكو معنديش خواتات و مام بنات خالي صغار عليا  
س: هل تشعر بالسعادة مع الآخرين  
ج: ايه عادي  
س: هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم  
ج: ايه الا كانت عندهم نفس عقليتي  
س: هل تفتقد الثقة المتبادلة مع الآخرين  
ج: معنديش التوسيس من جهة الناس بصح منونقش بسهولة  
س: هل تشعر بالاستفادة من الدراسة  
ج: هذا العام مرضت في نص العام ماقريت مستقدت  
مراني نستى نجيب الباك اصلا نقرى في الكور باطل  
س: هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة  
ج: لالا مستحيل  
س: هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح  
ج: في صوالح خلاف من غير القرابة  
س: هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملائك  
ج: ايه ديجا نحب نمد نصائح و نحب يمدولي ثاني

### الحالة الثالثة

إسم الحالة: فلاح أماني

عمر الحالة: 19 سنة

يتيمة: الأب

الرتبة في الإخوة: الثانية

عدد الإخوة: ثلاث

حالة الأم: عاملة في مجال التمريض

مستقرين في منزلهم الخاص

### المقابلة

س: هل تشعر بالتفاؤل في الحياة

ج: لالا كاين حوايج فيهم امل و تفاؤل و الباك مفيش طول (ههه)

س: هل تشعر بالراحة النفسية في حياتك

ج: (المأتم ب لا نهائيا )

س: هل تشعر انك شخص له فائدة

ج: كاين فايده من جهة ماما و بلاك من جهة خاوتي

س: هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن انجازاتك

ج: كاين حوايج نحب نحكيهم و حوايج لالا

س: هل انت قادر على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك

ج: (اومأت بنعم) ايه قادرة

س: هل تشعر بالحزن؟ هل تشعر بالقلق؟ هل تشعر بالوحدة؟

ج: ايه في الليل كي نقعد وحدي نبقى نخمم

س: هل تشعر بضيق الحياة

ج: ايه ساعات نحس منقدرش نواجه الدنيا ممبعد ندير الثقة و الكوراج لروحي و نقوي روحي و نتجاوز

كلشي

س: هل تتمتع بصحة جيدة

ج: حمدالله

س: هل انت راض على مظهرك الخارجي طول القامة حجم الجسم ...

ج: راضية ايه

س: هل تمنح صحتك الراحة الكافية؟ هل تمنح لنفسك قدرا كافيا من النوم؟

ج: ايه باينة و نرقد مليح ،مام كي نسهر نرقد كي تتوض ماما الصباح تخليني راقدة متتوضنيش

س: هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الاظافر...

ج: ايه ناكل ضفاري ساعات

س: هل تعاني من اضطراب الاكل فقدان الشهية..

ج: كي نعود مريضة برك منقدرش ناكل

س: هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك باي عمل.

ج: نن نرمال

س: هل تشعر بالاجهاد و الخمول

ج: ايه دايمن لوكان نصيب نديها غير رقاد بصبح نوض و نتغلب على روحي و نقضي في الدار و نظفها

س: هل تشعر باعراض اضطراب الكلام

ج: لالا (بايماءات الرفض المطلق)

س: هل تشعر بمشكلات النسيان

ج: ايه ساعات ننسى الا صليت ولالا

س: هل تشعر بالراحة النفسية وانت وسط الأسرة

ج: ساعات ايه ساعات لالا (تسترق النظر الى السقف)

س: هل انت محبوب من طرف الأسرة

ج: نوعا ماما (مع ضحك باستخفاف)

س: هل غياب والدتك او والدك يشعرك بالفقد

ج: ايه

س: هل تجد الطمانينة داخل اسرتك؟هل تجد الاهتمام الكافي من طرف اسرتك

ج: ايه حمدلله

س: هل تشارك اسرتك مناسباتها السعيدة

ج: ايه

س: هل تجد المساندة من الأسرة

ج: شوي شوي ،حوايج يقولولي عليها ايه و حوايج نن

س: من تجد اقرب الأشخاص اليك

ج: يمكن ماما

س: هل تشعر بانك عبء ثقيل على الاسرة؟هل تتمنى أن تكون لك أسرة غير اسرتك الحالية

ج:(الايماء بلا مه التردد في الاجابة)

س: هل تجد الاحترام و الحب مع أفراد اسرتك

ج: وي

س: هل تسعد بمرافقة الآخرين

ج: ايه نفرح

س: هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع زملائك

ج: ايه لو كان غير

س: هل تشعر بالسعادة مع الآخرين

ج: ايه اللي نشوفو فرحان نفرحلو

س: هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم

ج: لالا، تعرفت على ناس ندموني على ياسر حوايج، نفضل نقعد مع اللي راني معاهم و ما نتعرف على

حتا عبد جديد

س: هل تفتقد الثقة المتبادلة مع الآخرين

ج: ايه

س: هل تشعر بالاستفادة من الدراسة

ج: (ههههه) لا ابدأ سورتو هذا العام

س: هل تشعر ان لديك القدرة على حب الدراسة

ج: معنديش الوقت باه نحبها ((ههههه))

س: هل تشعر بقدرتك على تحقيق النجاح

ج: في القرابة لالا مي حوايج أخرى ايه

س: هل تشعر بقدرتك على تقديم النصائح لزملائك

ج: انا نمد النصائح و نسمع للي ينصحنى بصح منديرش على هدرتهم

الحالة الرابعة :

اسم الحالة :سلامي ندى

عمر الحالة :18سنة

يتيمة:الاب

التربة في الإخوة :الأولى

عدد الإخوة :إثنان (2)

حالة الأم : ربة بيت وتعمل أعمال يومية من حين لآخر لقوت الأبناء

لديهم منزل خاص مستقرين به

س-هل تشعرين بالتفاؤل في الحياة ؟

ج-هيه عادي نحب نلبس ونخرج ونحوس

س-هل تشعرين بالراحة النفسية في حياتك ؟

ج-انا لباس عليا كان يخطوني الناس وهدرتهم يضالو يقرعجو عليا (تعرفي العرب نتاعنا )عايشينلي حياتي

س-هل تشعرين انك شخص له فائدة؟

ج-ممم (هههه) باينة نخطيهم يموتوا

س-هل تحس بالسعادة عندما تتحدث عن إنجازاتك؟

ج-هيه لواحد يطيب حاجة جديدة برك يفرح بيها ( هه )

س-هل أنت قادرة على مواجهة الصعوبات التي تعترض طريقك ؟

ج-كل مرة كفاه

س-هل تشعرين بالحزن؟

ج-ممم نقولو لباس

س-هل تشعرين بالقلق؟

ج-غير لواحد كي تضيق بيه

س-هل تشعرين بالوحدة؟

ج-منكدبش عليك عندي صحاباتي وعندي ماما ومرت بابا مريضة بصح كي نتفكر بابا نحس الناس ماكان

والو

س-هل تتمتعين بصحة جيدة؟

ج-لالا الحمد لله

س-هل أنت راضية عن مظهرك الخارجي (طول القامة-الحجم الخارجي )

ج-هيه الحمد لله لاطايا تااعي يعجب أي واحد

س-هل تمنحين لصحتك الراحة الكافية؟

ج-شوي مرت بابا كي عادت مريضة بالكونسار نحاول نعاون ماما فيها هي وجدتي نروح نقرا ونروح نعاون  
وخلص

س-هل تمنحين لنفسك قدرا كافيا من النوم

ج-ايه نرقد سيرتو في الويكاند مدايبا منوضش كل يوم نقول نقرا ما نقرا موالو نروح تعبانة نزيد ندير شغل  
الدار كلش عليا نتعب نرقد

س-هل تعانين من بعض العادات مثل قضم الأظافر؟

ج- لا

س-هل تعانين من اضطراب الأكل, فقدان الشهية

ج- لا عادي

س-هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟

ج- لا لا

س-هل تشعرين بالإجهاد والخمول؟

ج-عندي الرقاد برك كان نقعد يومين راقدا عادي ونقلهم متنوضونيش

س-هل تشعرين بإضطراب الكلام؟

ج-نحب نحكي

س-هل تعاني من النسيان؟

ج-هيه ساعات كي نحط حاجة وننسا وين حطيتها هكا

س-هل تحسي بالراحة النفسية والطمأنينة داخل أسرتك؟

ج-كل مرة كفاه

س-تحسي روحك محبوبة من طرف الأسرة؟

ج-واحدين هكا وواحدين هكا

س-تحسي بالفقد نتاع باباك؟

ج-هيه بابا ربي يرحمو لي عندها باباها ديما ديما تلقاه حداها

س-لاقية الإهتمام من قبل الأسرة؟

ج- ههه اني انا مهتمة بيهم

س-تشاركي الفرحة نتاع الأسرة؟

ج-العراس قولي هوما نقلك هاني ههه

س-لاقية المساندة في اسرتك؟

ج-تقدري تقولي خويا لباس

- س-شكون القريب ليك في عائلتك ؟
- ج-عندي خويا هكا لحق مليح معايا يقلي غير واش خصك اني هنا يحس بيا كلمة ربي
- س-تحسي روحك ثقيلة على داركم تتمناي تكون عندك عائلة أخرى؟
- ج-الإيماء ب لا مع كلمة كل واحد واش كتبلو ربي
- س-تحبي تخرجي مع زملائك تفرحي ؟
- ج-مكانش وبين يروح العبد هنا الناس كامل تعس لواحد يحب يتنفس
- س-تحبي تقوتي الوقت الفارغ مع زملائك؟
- ج-ايه مدايبا
- س-تحبي تفرحي مع الناس؟
- ج-والله نفرح للناس كامل
- س-تحبي تتعرفي على ناس جدد؟
- ج-لي عرفناهم ظهرو ميسواوش الواحد خليه هكا خير كان كان يكونو ناس كيفنا (و مستحيل راهو) صح
- بصح ناس هكا ولا هكا لا
- س-تقدري الثقة المتبادلة مع الاخرين؟
- ج-ساعات يعني
- س-تحبي القرابة تستفادي منها؟
- ج-نقلك حاجة حابة ننجح منكديش عليك بصح راني جايبتها غير تمسخير ههه
- س-تحسي روحك قادرة عليها القرابة؟
- ج- قادرة ونجيب بصح منحش نقعد نحفظ
- س-تحسي روحك قادرة تحققي النجاح؟
- ج-كيما قتلك والله قادرا بصح لواحد كره نروحو نتزوجوا هه ولا نديرو حاجة اخرى حياتنا كامل قرابة
- س-تمدي النصائح لزملائك؟
- ج-يعرفو صلاحهم هوما لواحد يقلهم كلمة يحطوه غاير منهم

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET  
POPULAIRE MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR  
ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE  
UNIVERSITE MOHAMED KHIDER - BISKRA  
FACULTE DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES  
Département de psychologie et des sciences de l'éducation



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بiskra  
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية  
قسم علم النفس و علوم التربية  
الرقم/199 / ق.ع.ن.ت/2024

بiskra في: 07/05/2024

إلى السيد مدير /

ثانوية سي الحواس

- بiskra -

إن الفترة الدراسية الجامعية لنيل شهادة ماستر، بقسم علم النفس و علوم التربية تتطلب إجراء بحث ميداني

في المؤسسات العمومية. بهدف تحرير مذكرة تخرج.

بناء على هذا نرجو من سيادتكم السماح لطلبتنا الأتية أسماؤهم بالقيام بزيارة ميدانية داخل مؤسستكم

إيماننا منا بأهمية مشاركتكم في تطوير البحث العلمي في الجامعة الجزائرية.

دمتم حضرة المدير في خدمة العلم.

تقبلوا منا فائق الشكر و الإحترام

رئيس القسم  
قسم علم النفس و علوم التربية  
أ.د. عيسى قبة بوجب

أسماء الطلبة  
- رواق فاطمة الزهراء سندس

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET  
POPULAIRE MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR  
ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE  
UNIVERSITE MOHAMED KHIDER - BISKRA  
FACULTE DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES  
Département de psychologie et des sciences de l'éducation



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة  
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية  
قسم علم النفس و علوم التربية  
الرقم 202 / ل.ع.ت / 2024

بسكرة في: 2024/05/12

إلى السيد مدير /  
ثانوية الأخوة خضراوي زربية الوادي  
- بسكرة -

إن الفترة الدراسية الجامعية لنيل شهادة ماستر، بقسم علم النفس و علوم التربية تتطلب إجراء بحث ميداني

في المؤسسات العمومية. بهدف تحرير مذكرة تخرج.

بناء على هذا نرجو من سيادتكم السماح لطلبتنا الأتية أسماؤهم بالقيام بزيارة ميدانية داخل مؤسساتكم

إيماننا منا بأهمية مشاركتكم في تطوير البحث العلمي في الجامعة الجزائرية .

دمتم حضرة المدير في خدمة العلم.

تقبلوا منا فائق الشكر والإحترام

رئيس القسم  
رئيس قسم علم النفس و علوم التربية  
أ.د / خيضر خيضر

أسماء الطلبة  
- بلقاسمي نهال