

جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



مذكرة ماستر

العلوم الإنسانية والاجتماعية
علوم اجتماعية: علم النفس
علم النفس العيادي

رقم: أدخل رقم تسلسل المذكرة

إعداد الطالقة

هدى بن رحمون

يوم: 2019/07/09

منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذي اضطراب النوم

- دراسة عيادية لأربع حالات بثنائية
تكونت-باتنة -

لجنة المناقشة

مقرر	جامعة محمد خيضر بسكرة	أ. د	د. خالد خياط
مناقشة	جامعة محمد خيضر بسكرة	أ. د	د. وسيلة بن عامر
رئيسا	جامعة محمد خيضر بسكرة	أ. د	د. رحيم يوسف

السنة الجامعية : 2018 - 2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالَ الَّذِي عِنْدَهُ عِلْمٌ مِنَ الْكِتَابِ أَنَا آتِيكَ بِهِ قَبْلَ أَنْ يَرْتَدَّ إِلَيْكَ طَرْفُكَ فَلَمَّا رآهُ مُسْتَقِرًّا عِنْدَهُ قَالَ هَذَا مِنْ فَضْلِ رَبِّي لِيَبْلُوَنِي أَأَشْكُرُ أَمْ أَكْفُرُ وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبِّي غَنِيٌّ كَرِيمٌ ﴿٤٠﴾

[النحل: 40]

شكر و عرفان

لابد لنا ونحن نخطو خطواتنا الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة نعود إلى أعوام قضيناها في

رحاب الجامعة مع أساتذتنا الكرام

الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد

لتبعمه الأمة من جديد

وقبل أن نمضي نقدم أسمى الشكر والامتنان والتقدير والمحبة إلى الذين حملوا أقدس

رسالة في الحياة .

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة إلى جميع أساتذتنا الأفاضل

وإلى كل من ساند من قريب أو بعيد لإتمام هذه الدراسة.

وأخص بالتقدير والشكر

الدكتور خالد خياط

الذي أعطى الكثير من الوقت والجهد لنا وللهذه الدراسة ودعمنا في كل خطوة قمنا بها.

وكل هذا الفضل يعود إلى دعواته وأمنياته الوالدين حفظهما المولى عز وجل، كان لهما

ذلك بفضل رب العالم

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة:

تتنمي هذه الدراسة الميدانية إلى الدراسات العيادية في ميدان علم النفس المرضي للطفل والمراهق، وقد هدفت إلى الكشف عن خصائص منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم وفق منهاج العيش، وذلك بالإجابة عن التساؤل التالي: ماهي خصائص منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم؟ ولإتمام هذه الدراسة وفق منهجية علمية صحيحة تم تقسيم العمل إلى جانبين: نظري وميداني. وقد خصص الجانب النظري لاستعراض التراث النظري الخاص بمتغيرات الدراسة (منهاج العيش والمراهقة والتفوق الدراسي واضطرابات النوم). أما الجانب الميداني فقد اعتمدت فيه الباحثة على المنهج العيادي باستخدام تقنية دراسة الحالة. حيث تم تطبيق الأدوات العيادية التالية: مقياس اضطرابات النوم واستبيان منهاج العيش ل (2009) BIBLICAL COUNSELING، والمقابلة العيادية، على (4) حالات من المراهقين المتفوقين دراسيا ذوي اضطرابات النوم. وقد خلصنا إلى النتائج التالية:

1. تنتمي الحالة الأولى إلى النمط السوي النشط، والتي تسعى إلى بلوغ النمو والتفوق. وبعد التعرف على نتائج مقياس اضطراب النوم الخاص بالحالة نجد أنها تعاني من اضطراب الإفراط في النوم. منهاج العيش الخاص بالحالة يعتمد على أسلوب التفوق والطاعة.
2. تنتمي الحالة الثانية إلى النمط النشط البناء، والتي تسعى إلى التفوق وبلوغ النمو للحفاظ خاصة على مكانتها عند الأب. وبعد التعرف على نتائج مقياس اضطراب النوم الخاص بالحالة نجد أنها تعاني من اضطراب الإفراط في النوم. منهاج العيش الخاص بالحالة يعتمد على أسلوب إحراز التفوق في الدراسة.
3. تنتمي الحالة الثالثة إلى النمط النشط البناء والتي تسعى إلى التفوق والقيادة. وبعد التعرف على نتائج مقياس اضطراب النوم الخاص بالحالة نجد أنها تعاني من اضطراب الصعوبة في النوم. منهاج العيش الخاص بالحالة يعتمد على أسلوب إحراز مكانة هامة والتفوق.
4. ينتمي الحالة الرابعة إلى النمط النشط، والذي يسعى إلى عدم الاستسلام وبذل جهد أكبر للتفوق. وبعد التعرف على نتائج مقياس اضطراب النوم الخاص بالحالة نجد انه يعاني من اضطراب الصعوبة في النوم. منهاج العيش الخاص بالحالة يعتمد على أسلوب الاجتهاد وبذل جهد أكثر.

Abstract :

This field study belongs to clinical studies in the field of Child and adolescent psychology. The aim of this study was to detect the Characteristics of the lifestyle of a teenager with a sleep disorder to the life style. In order to answer the following questions: What are the lifestyle characteristics of a teenager with a sleep disorder ? to complete this study in a correct scientific methodology , the work was devoted to the review of the theoretical literature about the study variables (lifestyle , Adolescence and academic excellence, Sleep disorders). In the practical part, we applied the clinical approach using the case study technique. The following clinical tools were applied the Test Sleep Disorders and life-style questionnaire, and the clinical interview. These clinical tools were applied on five cases of adolescents with academic excellence who have sleep disorders. And we reached the following conclusions :

1. The first case belongs to the active mode, which seeks to attain highness and superiority. After identifying the results of the Sleep Disorder Scale of the case, we find that it suffers from sleep disorder. The living platform of the situation depends on the method of excellence and obedience. The second case belongs to the active mode of construction, which seeks to excel and achieve highness to maintain its special status when the father. After identifying the results of the Sleep Disorder Scale of the case, we find that it suffers from sleep disorder. The living curriculum of the situation depends on the method of achieving excellence in the study. The third case belongs to the active mode of construction that seeks excellence and leadership. After identifying the results of the Sleep Disorder Scale of the case, we find that it suffers from difficulty sleep disorder. The living curriculum of the situation depends on the method of achieving an important position and excellence. The fourth case belongs to the active mode, which seeks not to surrender and to make greater effort to excel. After identifying the results of the Sleep Disorder. Scale, we find that he suffers from difficulty sleeping disorder. The living curriculum of the situation depends on the method of diligence and more effort.

Résumé :

Cette étude de terrain appartient à des études cliniques dans le domaine de la psychologie de l'enfant et de l'adolescent, qui visaient à révéler les caractéristiques du programme d'études de la vie d'un adolescent supérieur souffrant de troubles du sommeil, en fonction du style de vie, en répondant à la question suivante: Quelles sont les caractéristiques du style de vie d'un adolescent souffrant de troubles du sommeil? Pour compléter cette étude selon une méthodologie scientifique correcte, le travail a été divisé en deux aspects: théorique et de terrain. L'aspect théorique a été consacré à la révision de l'héritage théorique des variables de l'étude (style de vie, adolescence, excellence académique et troubles du sommeil). Sur le terrain, le chercheur a adopté l'approche clinique en utilisant la technique des études de cas. Les outils cliniques suivants ont été appliqués: l'échelle des troubles du sommeil et le questionnaire BIBLICAL COUNSELLING (2009), ainsi que l'entretien clinique portant sur 4 cas d'adolescents présentant des troubles d'apprentissage. Nous sommes arrivés aux conclusions suivantes :

1. Le premier cas appartient au mode actif, qui cherche à atteindre la hauteur et la supériorité. Après avoir identifié les résultats de l'échelle des troubles du sommeil, nous constatons qu'il souffre de troubles du sommeil. La plateforme vivante de la situation dépend de la méthode de l'excellence et de l'obéissance. Le deuxième cas appartient au mode de construction actif, qui cherche à exceller et à atteindre le sommet pour conserver son statut spécial quand il est père. Après avoir identifié les résultats de l'échelle des troubles du sommeil, nous constatons qu'il souffre de troubles du sommeil. Le curriculum vivant de la situation dépend de la méthode utilisée pour atteindre l'excellence dans l'étude. Le troisième cas appartient au mode de construction actif qui recherche l'excellence et le leadership. Après avoir identifié les résultats de l'échelle des troubles du sommeil, nous constatons qu'il souffre de troubles du sommeil difficiles. Le curriculum vivant de la situation dépend de la méthode permettant d'atteindre un poste important et d'excellence. Le quatrième cas appartient au mode actif, qui cherche à ne pas se rendre et à faire un plus grand effort pour exceller. Après avoir identifié les résultats de l'échelle des troubles du sommeil, on constate qu'il souffre de troubles du sommeil. Le curriculum vivant de la situation dépend de la méthode de diligence et de l'effort supplémentaire.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الملاحق

ملخصات الدراسة عربية- انجليزية- فرنسية

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

2	1. مقدمة- إشكالية
3	2. التعريف الإجرائي بمتغيرات الدراسة
3	3. دوافع اختيار الموضوع
4	4. أهداف الدراسة
4	5. أهمية الدراسة
4	6. عرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها

الجانب النظري

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

13	➤ تمهيد
----	---------

المبحث الأول- منهاج العيش

13	1. السيرة الذاتية لألفرد أدلر
15	2. مفهوم منهاج العيش
16	3. محددات منهاج العيش
20	4. تقنيات لدراسة منهاج العيش
24	خلاصة

المبحث الثاني - المراهقة والتفوق الدراسي

25	➤ تمهيد
أولاً: المراهقة	
25	1. تعريف المراهقة
26	2. خصائص المراهقة
28	3. التناولات النظرية المفسرة لمرحلة المراهقة
31	4. حاجات المراهقين
32	5. مشكلات المراهقة
35	6. المراهقة في المجتمع الجزائري
ثانياً: التفوق الدراسي	
35	1. تعريف التفوق الدراسي
36	2. النظريات المفسرة للتفوق الدراسي
38	3. خصائص المتفوقين
40	4. الحاجات العامة للطلاب المتفوقين
40	5. مشكلات المتفوقين دراسياً
41	6. رعاية المتفوقين دراسياً
41	خلاصة
المبحث الثالث - اضطراب النوم	
43	➤ تمهيد
43	1. تعريف النوم
43	2. مراحل النوم
45	3. أسباب اضطراب النوم
45	4. النظريات المفسرة لعملية النوم

47	5. تصنيف اضطرابات النوم و اليقظة حسب DSM-5
53	خلاصة
الجانب التطبيقي	
<u>الفصل الثالث</u>	
<u>الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية</u>	
55	➤ تمهيد
55	أولاً: الدراسة الاستطلاعية
ثانياً: الدراسة الأساسية	
55	1. إشكالية الدراسة
55	2. منهج الدراسة
56	3. أدوات الدراسة
56	1.3 مقياس اضطراب النوم
57	2.3 المقابلة العيادية
58	3.3 استبيان منهاج العيش
59	4. مجالات الدراسة
59	5. حالات الدراسة
60	خلاصة
<u>الفصل الرابع</u>	
<u>عرض و مناقشة نتائج الدراسة</u>	
62	➤ تمهيد
أولاً- الحالة الأولى	
62	1. تقديم الحالة
62	2. نتائج مقياس اضطراب النوم

63	3. عرض وتحليل نتائج استبيان منهاج العيش
67	4. مناقشة عامة للحالة
ثانيا - الحالة الثانية	
69	1. تقديم الحالة
69	2. نتائج مقياس اضطراب النوم
70	3. عرض وتحليل نتائج استبيان منهاج العيش
74	4. مناقشة عامة للحالة
ثالثا - الحالة الثالثة	
76	1. تقديم الحالة
76	2. نتائج مقياس اضطراب النوم
77	3. عرض وتحليل نتائج استبيان منهاج العيش
80	4. مناقشة عامة للحالة
رابعا - الحالة الرابعة	
82	1. تقديم الحالة
82	2. نتائج مقياس اضطراب النوم
83	3. عرض وتحليل نتائج استبيان منهاج العيش
86	4. مناقشة عامة للحالة
89	خاتمة
93	قائمة المراجع
الملاحق	

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مراحل النوم الخمس ومختلف الموجات التي يصدرها المخ أثناءها	44
02	تصنيف اضطراب النوم واليقظة حسب DSM-5	47
03	حالات الدراسة	60
04	نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الأولى	62
05	تشكيلة الأسرة للحالة الأولى	63
06	نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الثانية	69
07	تشكيلة الأسرة للحالة الثانية	70
08	نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الثالثة	76
09	تشكيلة الأسرة للحالة الثالثة	77
10	نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الرابعة	82
11	تشكيلة الأسرة للحالة الرابعة	83

قائمة الملاحق	
الرقم	عنوان الملحق
01	مقابلة كما وردت مع الحالة الأولى
02	استبيان منهاج العيش للحالة الأولى
03	مقابلة كما وردت مع الحالة الثانية
04	استبيان منهاج العيش للحالة الثانية
05	مقابلة كما وردت مع الحالة الثالثة
06	استبيان منهاج العيش للحالة الثالثة
07	مقابلة كما وردت مع الحالة الرابعة
08	استبيان منهاج العيش للحالة الرابعة
09	مقياس اضطراب النوم
10	استبيان منهاج العيش

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

1. مقدمة - إشكالية:

تمثل مرحلة المراهقة فترة حرجة في حياة الفرد، بمعنى أنها تحتاج تكيف من نوع جديد يختلف تماما عما تعود عليه الفرد من قبل، وهي تبدأ عادة بنهاية مرحلة الطفولة وتنتهي بانتهاء مرحلة الرشد أو النضج، ويتراوح مداها الزمني بين الطول والقصر حسب خصوصيات الفرد والمجتمع. وينظر البعض إلى مرحلة المراهقة على أنها مرحلة أزمة حتمية تولد فيها الشخصية من جديد، هذا ما يسمح بتنوع واسع للآراء والكتابات والتفسيرات التي تناولت هذه المرحلة، ولعل السبب الرئيسي في هذا التنوع هو ذلك التسارع الذي يعرفه مسار النمو عند المراهق، ونجد من أبرز مميزات هذه المرحلة الاطراد في نمو القدرات العقلية حيث تكون أكثر وضوحا بالمقارنة مع المراحل السابقة مع تحقيق بعض الحاجات الهامة كالحاجة إلى المكانة الاجتماعية والحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى تقدير الذات.. وغيرها من الحاجات التي تعمل على تحديد الملامح الأساسية لشخصية الفرد. إن حاجة المراهق السوي إلى التفوق والتميز من الحاجات النفسية والاجتماعية التي يسعى لإشباعها فهو دائم الاستطلاع والاستكشاف والبحث وراء المعرفة الجديدة وذلك لتوسيع إدراكاته ومعارفه، لهذا فالمراهق بحاجة لمساعدة أسرية تقوم على التقبل وذلك في إطار التغيير الاجتماعي فإن معاملة الآباء لأبنائهم المراهقين لها أثر كبير في دفعهم للتفوق والتميز حيث أشارت العديد من الدراسات أهمها: دراسة "عبد السلام سعيد" (1985) ودراسة "جيهان العمران" (2000) إلى أن أسر المتفوقين تشجعهم على السعي للتميز بما يتناسب وقدراتهم، ومن خلال هذه الدراسات يتضح أهمية الدور الذي يقوم به الوالدين من خلال أساليب المعاملة الوالدية في حياة الأبناء في سماتهم الشخصية وصحتهم النفسية في ظهور التفوق العقلي وخاصة التفوق الدراسي، وتقع أيضا على عاتق النظام التعليمي مسؤولية الاهتمام بهذه الشريحة المتميزة وذلك من أجل استثمار تفوقهم واستغلاله أحسن استغلال، وفي خضم هذا البحث نجد أن فئة المراهقين المتفوقين يعيشون جملة من المشكلات أهمها: اضطرابات النوم.

نجد أن الإنسان اهتم بظاهرة اضطرابات النوم منذ زمن بعيد، مما هو جدير الذكر أن مشكلات النوم من المشكلات الشائعة في المجتمعات الحديثة، حيث نجد المؤسسات التعليمية تسعى جاهدة للاهتمام بفئة المراهقين المتفوقين لما لتلك الفئة من أهمية في بناء وتطوير المجتمع في المستقبل القريب، ويتمثل الاهتمام فيما تقوم به المجتمعات من جهود نحوهم، أو ما تقوم به الأسرة والمدرسة من أساليب الوقاية والرعاية لهم إلا أن وجود معوقات من اضطرابات النوم قد تشعرهم بالمضايقة والتوتر، الأمر الذي من شأنه إحداث تأثير سلبي عليهم في جانب أو أكثر من جوانب حياتهم، فهي تؤثر على كمية وكيفية ونوعية ما يحتاجه الفرد من ساعات النوم كما هو معروف أنه بحاجة إلى مقدار معين من ساعات النوم، والزيادة أو النقصان لهذا المقدار يترتب عليه آثار سلبية كثيرة على الصحة النفسية والجسدية، فالمراهقين المتفوقين بحكم أنهم في مرحلة دراسية تتطلب عليهم قدرا كافيا من النوم لحاجتهم إلى الانتباه والذاكرة والصحة الجيدة لغرض تحقيق التعلم المناسب، فمن أشيع

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

اضطرابات النوم الأرق الذي يعد من أكثر اضطرابات النوم انتشارا لدى هذه الفئة، فيتمثل في صعوبة البدء بالنوم والدخول فيه والاستمرار فيه، والاستيقاظ المتكرر ليلا، والاستيقاظ الباكر في الصباح، وعدم القدرة على العودة إلى النوم مرة أخرى بالرغم من توفر الفرصة الكافية للنوم مع تكرار هذه الأعراض لمدة ثلاث مرات في الأسبوع، ولفترة تزيد من شهر، ويمكن القول أن ما ينتج عن الأرق يشكل إعاقة لقدرة الفرد الذهنية والجسدية والنفسية، وينعكس سلبا، فمعاناة المراهقين من الأرق والأحلام المتكررة والكوابيس المزعجة تبدو جسيمة وتزداد حدتها عند هذه الفئة من المراهقين المتفوقين ومن الجدير بالذكر أن هذه الفئة بحاجة إلى التدريب على تحسين مهاراتهم الانفعالية المتمثلة في وعيهم بأنفسهم وبالأخرين.

حيث في علم النفس الفردي ركز الأدلريون على سعي الطفل للحصول على مكانة وقيمة في الأسرة، فيجد وجود موضوعان يتمثلان في أن يكون شخصا حسنا أم لا وأن يكون ناجحا أم لا، وركزوا على تثمين النجاح لدى الطفل. ويرى أدلر أن الطموحات المبكرة هي أحسن أساس للنجاح في المستقبل فمعظم الأطفال في المدرسة يحتفظون بالترتيب نفسه في كل الفصول فمثلا إذا كان في المراتب الأولى سيقى خلال جميع الفصول بفضل الطموح والمثابرة والمساندة الأسرية والمدرسية. وقد يشكل الحفاظ على المكانة والتفوق ضغطا نفسيا على المراهق تترتب عنه آثار الإجهاد والإرهاق النفسي والجسدي. ومن هنا تبادر إلى أذهاننا دراسة منهاج عيش المراهق المتفوق دراسيا والذي يعاني من الأرق. ولدراسة هذه الإشكالية صغنا لها التساؤل التالي:

ما خصائص منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم؟

2. التعريف الإجرائي بمتغيرات الدراسة:

- **منهاج العيش:** هو القانون الذي يسير وفقه الفرد في تحديد طريقة عيشة وكيفية تعامله مع المواقف المختلفة في الحياة، وبذلك يمكن تحديده من خلال الأدوات المحددة لدراسة منهاج العيش المتمثلة في: تشكيلة الأسرة، الذكريات الباكرة والأحلام.
- **المراهق المتفوق دراسيا:** يقصد به في هذه الدراسة المراهقين المتحصلين على درجات عالية في التحصيل الدراسي، وهي المرحلة التي تفصل بين الاعتمادية والاستقلالية الذاتية.
- **اضطراب النوم:** هي الدرجة التي يحصل عليها المراهق المتفوق دراسيا على مقياس اضطرابات النوم.

3. دوافع اختيار الموضوع:

- إن جملة الدوافع سواء العلمية أو الشخصية قادتنا إلى انتقاء هذا الموضوع شملت كل المتغيرات بنفس الدرجة من الاهتمام، تلخص جملة الدوافع فيما يلي:
- الاهتمام بالمواضيع التي تمس المراهق.
 - الاهتمام باضطراب النوم وتأثيره النفسي على المراهق المتفوق دراسيا.
 - الاهتمام بمواضيع علم النفس الفردي وربطها بالجانب المرضي للطفل والمراهق.

4. أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- التعرف على خصائص منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم.

5. أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية هذه الدراسة من خلال:

- أهمية مرحلة المراهقة وما يميزها من خصائص باعتبارها فئة مهمة في المجتمع وما يرافقها من اضطرابات.
- تسليط الضوء على بعض المتغيرات النفسية التي تدعم التراث النظري، وقد تفتح آفاق لبحوث جديدة، وهي "منهاج العيش" و"اضطرابات النوم".

6. عرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

تمثل مراجعة الدراسات السابقة نقطة مركزية وأساسية للانطلاق في أي بحث أو عمل علمي، ولا جدل في اعتبارها القاعدة الرئيسية لبناء جهد بحثي رصين. لذلك سنستعرض جملة من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية مع التعليق على هذه الدراسات ومقارنتها مع الدراسة الحالية من حيث: الأهداف، المنهج المتبع وأدواته، عينة الدراسة، ونتائجها.

أولا : الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير منهاج العيش:

1.دراسة سليمان ربحان وعادل طنوس (2012/2011)

عنوان الدراسة: العلاقة بين أساليب الحياة وكل من القلق والاكتئاب، تهدف الدراسة إلى كشف العلاقة بين

أساليب الحياة وبين القلق والاكتئاب. تألفت عينة الدراسة من (277) طالبا وطالبة موزعين على السنوات الدراسية الأربعة من طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية. وقد اعتمد الباحثين المنهج الوصفي موظفين الأدوات التالية: قائمة أساليب الحياة لكل من "مولنس وكيرن وكيورليت" (1987) ومقياس القلق " لسبيلبرجر وجورستش وولشن" (1970) وقائمة بيك للاكتئاب. وقد أظهرت نتائج الدراسة:

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب الحياة والقلق باستثناء أسلوب الحياة المدلل وأسلوب الحياة الباحث عن الاستحسان.

- كما أشارت النتائج إلى ارتباط أسلوب الحياة المنتمي سلبا بالاكتئاب.

- وارتباط أسلوب الحياة الضحية والمنتقم إيجابيا بالاكتئاب.

- كذلك أشارت النتائج إلى نسبة التباين الذي تفسره أساليب الحياة مجتمعة للتنبؤ بالقلق ليست ذات دلالة

إحصائية حيث بلغت قيمة الإحصائي (ف=1.72). في حين أن نسبة التباين الذي تفسره أساليب الحياة

مجتمعة للتنبؤ بالاكتئاب (6.3 %) حيث بلغت قيمة الإحصائي (ف=3.04).

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

- كما فسرت المجموعة الأولى من أساليب الحياة والتي تتصف بالبحث عن الاستحسان الجماعي (المنتمي، الباحث عن الاستحسان من الضحية، غير الكفاء، المذعن) ما مقداره (4.6%) من التباين في الاكتتاب حيث بلغت قيمة الإحصائي (ف=3.67).

- في حين لم تكن هناك قدرة تفسيرية ذات دلالة إحصائية للمجموعة الثانية من أساليب الحياة (المؤذي، المدلل، المتحكم، المنتقم) حيث بلغت قيمة الإحصائي (ف=3.34).

2. دراسة خالد خياط (2013/2012)

عنوان الدراسة: دراسة منهاج العيش من خلال القصيدة الشعرية "دراسة نفسية فردية على شعراء صعاليك

جاهلين" هدفت الدراسة إلى دراسة خصائص منهاج عيش الشاعر من خلال القصيدة الشعرية، وقد اعتمد الباحث على المنهج العيادي باستخدام أداة تحليل المحتوى للوثيقة الشخصية التي تمثلت في قصيدة شعرية تروي السيرة الشخصية للشاعر. وطبقت الدراسة على حالتين من الشعراء الجاهلين الصعاليك (الشنفري الأزدي وعروة بن الورد). حيث أظهرت النتائج ما يلي:

- الشنفري شخص عصابي يعاني من شعور جامح بالقصور، دفعه إلى السعي إلى التعويض عن هذا القصور بسلوكيات نشطة، غير أنها كانت تتسم باللاإجتماعية والهدم وذات هدف غائي متمركز على الذات يفقر إلى النزعة الاجتماعية الكافية لذلك فإلى منهاج عيش الشنفري من النمط "النشط الهدام".

- عروة بن الورد يحتضن درجة عالية من مشاعر القصور وقد سعى إلى تعويضها بسلوكيات نشطة تمثلت في تقديم الدعم والعناية بالآخرين، وهو مسعى يتسم بالنزعة الاجتماعية السوية، غير أنه اختار لبلوغ هذا الهدف النبيل وسيلة غير سوية، تمثلت في الغزو والإغارة على الأغنياء، وهو سلوك لا اجتماعي. بناء على ذلك يكون منهاج عيش عروة بن الورد من النمط "النشط البناء".

3. دراسة خولة عبد الكريم السعيدة ومحمد إبراهيم الخطيب (2016):

عنوان الدراسة: أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة "هدفت الدراسة إلى التعرف على

أساليب الحياة لدى عينة من طلبة جامعة "جدارا" وعلاقتها بمستوى الصحة النفسية لديهم. تكونت عينة الدراسة من (203) طالب من بينهم (123) ذكرا و(80) إناث. اختيروا بالطريقة المتاحة (المتيسرة). وتم استخدام مقياس أساليب الحياة الذي أعده مولينس وكيرن وكيورليت (mulins,kern,curlette) وقام (الشخانية 2010) بتعريبه. ومقياس الصحة النفسية الذي أعده غولد بيرغ و ويليام (gold-birg&williams) وقامت (الشهوان 2002) بتعريبه. حيث أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- أكثر أساليب الحياة انتشارا بين الطلبة هو "الباحث عن الاستحسان".

- أقل أساليب الحياة انتشارا بين الطلبة هو "المنتمي".

- كانت العلاقة بين بعد الوظائف الاجتماعية دالة مع أسلوب الحياة المنتمي.

- الارتباط بين بعد الوظائف الاجتماعية غير دالة مع باقي أساليب الحياة.

- ارتبط بعد التحرر من القلق بأسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائيا.

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

- الارتباط بين بعد التحرر من القلق وباقي أساليب الحياة كان غير دال إحصائياً.
- ارتبط بعد الصحة النفس جسدية بأسلوب الحياة لمتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائياً.
- الارتباط بين بعد الصحة النفس الجسمية وباقي أساليب الحياة كان غير دال إحصائياً.

ثانياً: الدراسات السابقة المتعلقة بالتفوق الدراسي:

1. دراسة محمد محمد بيومي (1989):

عنوان الدراسة: الحاجات النفسية و القيم لدى المتفوقين دراسياً، "هدفت الدراسة للتعرف على تنظيم الحاجات لدى المتفوقين حتى يمكن إشباعها بطريقة سوية والتعرف على تنظيم القيم لديهم والقيم السائدة والقيم المرغوبة والخروج ببعض التوصيات والتطبيقات النفسية والتربوية والاجتماعية لرعاية المتفوقين دراسياً".

و استخدم الباحث: - مقياس التفضيل الشخصي (إعداد جابر عبد الحميد).

- مقياس استغناء القيم (إعداد حامد زهران وإجلال سوي).

- مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة (استمارة مقابلة).

وطبق الباحث هذه الأدوات على عينة تكونت من (80) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية تقع نسبة ذكائهم

(120-123).

وكان أهم النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند 0.01 في الحاجة إلى النظام والحاجة إلى التحمل وعلى الاستغلال لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند 0.01 في الحاجة للاستعراض والحاجة إلى التواء لصالح الإناث. (طارق عبد الرؤوف محمد عامر، 2007، ص 50)

2. دراسة تودري مرقص حنا، محمد ماهر الجمال 1991:

عنوان الدراسة: متطلبات تربية الطلاب المتفوقين في مرحلة التعليم الثانوي العام، تهدف الدراسة إلى:

- تحديد المتطلبات الأساسية لتربية الطلاب المتفوقين بالمرحلة الثانوية العامة.

- التوصل إلى بعض الوسائل والأساليب التي تساعد على التغلب على بعض المشكلات التي تعترض تربية الطلاب المتفوقين.

- استخدم الباحث المنهج الوصفي لرصد الواقع التعليمي للطلاب المتفوقين بمحافظة الدقهلية.

- استخدم الباحث الأدوات الآتية:

✓ استبيان يدور حول واقع متطلبات تربية الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين.

✓ استبيان يدور حول واقع متطلبات تربية الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية العامة من وجهة نظر

الطلاب المتفوقين.

✓ طبقت الدراسة على عينة مكونة من (280) طالب من فصول المتفوقين بمرحلة التعليم الثانوي العام من

ريف و حضر بواقع (122) طالب من الريف، و (158) طالب من الحضر و (187) معلماً من المعلمين

الذين يقومون بالتدريس الفعلي لفصول الطلاب المتفوقين بمرحلة التعليم الثانوي العام من ريف وحضر

محافظة الدقهلية.

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

النتائج: توصل الباحث من هذه الدراسة إلى أن الطلاب المتفوقين ينتمون إلى أسر ذات مستوى ثقافي و مهني مرتفع وأنهم متفوقون منذ الحلقة الإعدادية و هناك علاقة بين تفوق الطلاب و عوامل شخصية و أسرية و مدرسية. (طارق عبد الرؤوف محمد عامر، 2007، صص 58-59)

3. دراسة نزييم صرداوي 2009:

عنوان الدراسة: المحددات غير الذهنية للتفوق، "تهدف الدراسة لمعرفة بعض المحددات غير الذهنية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بالجزائر وعلاقتها بالتفوق الدراسي كذلك معرفة الارتباط بين هذه المحددات المتمثلة في : الدافع للانجاز، تقدير الذات، والقلق (قلق حالة-قلق سمة) والتفوق الدراسي، باعتبار أن التفوق يمثل أهم مجالات التحصيل والانجاز لدى المتعلم.

- استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي.

- شملت عينة الدراسة على تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من بعض المؤسسات التعليمية بالجزائر الوسطى التابعة لمفتشية أكاديمية الجزائر الجهة الشرقية، وكان عددهم 142 مفردة (55 ذكور و (87) إناث، موزعين على خمس مؤسسات تعليمية لمقاطعة الدار البيضاء من المتفوقين في مختلف الشعب العلمية، الأدبية، تسيير واقتصاد.

- أدوات الدراسة: اعتمد الباحث على الأدوات التالية:

✓ اختبار دافع الانجاز للأطفال والراشدين (أعدده Hermans سنة 1970) ترجمة فاروق عبد الفتاح موسى إلى اللغة العربية وتكييفه على البيئة المصرية سنة 1981.

✓ مقياس تقدير الذات (من إعداد عبد الرحمن صالح الأزرق سنة 2000).

✓ اختبار حالة القلق و سمة القلق للكبار (من إعداد عبد الرقيب احمد البحري سنة 1984).

- وطبق الباحث هذه الأدوات على عينة الدراسة وكانت النتائج كالاتي:

✓ وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائية بين تقدير الذات والتفوق الدراسي.

✓ وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائية بين الدافع للانجاز والتفوق الدراسي.

✓ وجود علاقة سالبة (عكسية) ودالة إحصائية بين القلق (قلق حالة - قلق سمة) والتفوق الدراسي.

ثالثا: الدراسات السابقة المتعلقة باضطرابات النوم:

1. دراسة الطائي(2008):

عنوان الدراسة: اضطرابات النوم وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط. وقد أجريت هذه الدراسة في العراق .

بهدف التعرف على ما يأتي :-

- قياس انتشار اضطراب النوم لدى طلبة الجامعة .

- معرفة العلاقة بين اضطرابات النوم وأساليب التعامل مع الضغوط ولتحقيق أهداف البحث.

قامت الباحثة بتطبيق مقياس اضطرابات النوم الذي تم بناءه ومقياس أساليب التعامل مع

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

الضغوط الذي تم بنائه (6) فقرات فيه تبني (6) فقرات أخرى على عينة بلغت (300) طالب وطالبة من كليات جامعة بغداد والمستنصرية وحلت البيانات إحصائياً باستعمال معادلة القوة

التمييزية للفقرات ومعادلة ارتباط بيرسون والاختبار التائي ومعادلة سييرمان براون وتحليل التباين ذي العاملين بإعادة القياس لمتغير واحد ومعادلة سكون وتوصل البحث إلى النتائج الآتية :-

✓ بلغت نسبة انتشار اضطرابات النوم لدى طلبة الجامعة 8% ونسبة 7.3% إناث و3.4% ذكور.

✓ إن المضطربين في النوم يستعملون الأسلوب التجنبي في مواجهة المشكلات ويأتي الأسلوب السلوكي

بالمرتبة الثانية أكثر من استعمالهم للأسلوب المعرفي أما غير المضطربين فيستعملون الأسلوب السلوكي

والتجنبي. (الطائي أفرح هادي حمادي، 2008، ص127-133)

2. دراسة عبد المحسن (1987):

عنوان الدراسة: اضطراب المشي أثناء النوم، تبين أن هناك عامل وراثي وراء عدد

من الحالات ...، حيث ينتشر الاضطراب في نفس العائلة وعندما يصاب أحد أفراد الأسرة، فإن نسبة (20%-

10) من أقرباء الدرجة الأولى يظهر لديهم ذلك الاضطراب، ولا يزال العامل الوراثي غير معد كما أن هناك عدد

من المثيرات لنوبات المشي أثناء النوم منها القلق، ارتفاع الحرارة وأيضاً التوتر، الخوف، امتلاء المثانة،

الضجيج، الحرمان من النوم، نوبات الصداع النصفي، استعمال الكحول، بعض الأدوية النفسية. (يسرى عبد

المحسن، 1987، ص87)

3. دراسة كاظم (2014):

عنوان الدراسة: قياس اضطرابات النوم لدى طلبة المرحلة الإعدادية. "وهدفت الدراسة الحالية إلى معرفة انتشار

اضطرابات النوم لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة بابل ومعرفة فيما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة

إحصائية في نسبة انتشار اضطرابات النوم وفقاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث)"، ونظراً لعدم وجود مقياس لقياس

اضطرابات النوم قام الباحث ببناء مقياس مكون من (32) فقرة وبعد أن استخرج القوة التمييزية لفقراته وبعد

التأكد من صدقه وثباته طبق على عينة مختارة بشكل عشوائي مؤلفة من (568) طالباً وطالبة لمرحلة الدراسة

الإعدادية بفرعيها العلمي والأدبي (الصف الرابع والخامس والسادس) في محافظة بابل للعام الدراسي (2010-

2009) مقدمة إلى (283) طالباً و(285) طالبة ينتمون إلى تسع مدارس ست منها في مركز المحافظة وثلاث

أخرى في الريف أن حلت بيانات تطبيق الأداء إحصائياً لمعرفة انتشار اضطراب النوم لدى طلبة المرحلة

الإعدادية .

كان عدد الأفراد الذين يعانون من اضطرابات النوم هم (82) طالباً وطالبة وبلغت النسبة المئوية للطلبة الذين

يعانون اضطرابات النوم حوالي 2.14%.

وأظهرت النتائج :

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نسبة انتشار اضطرابات النوم بين الذكور والإناث ولصالح الإناث .)

علي محمود كاظم، 2014، ص297)

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير منهاج العيش ومتغير التفوق الدراسي ومتغير اضطرابات النوم والدراسات السابقة التي تربط بين متغيرين على الأقل فهي قليلة جدا أما الدراسات التي تربط بين المتغيرات الثلاث للدراسة فهي غير متوفرة على حد اطلاع الباحثة خاصة في العالم العربي، وهذا ما يزيد من أهمية الدراسة الحالية. أما ما خلصنا له من خلال اطلاعنا على الدراسات السابقة التي تم استعراضها:

- **من حيث أهداف الدراسة:** هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا والكشف عن اضطرابات النوم. وقد اشتركت بعض الدراسات السابقة مع هذه الدراسة من حيث الهدف في:

- **متغير اضطرابات النوم:** الكشف عن اضطرابات النوم وانتشارها في المراحل الإعدادية وتأثيرها على التحصيل الدراسي.

- **متغير التفوق الدراسي:** الكشف عن الحاجات النفسية والقيم لدى المتفوقين دراسيا والكشف عن الخصائص السلوكية للمتفوقين.

- **متغير منهاج العيش:** أما فيما يخص متغير منهاج العيش فقد اشتركت جميع الدراسات المعروضة في دراسة منهاج العيش وتحديد نمطه غير أنها بحثت هذه الدراسات عن المرض النفسي والصحة النفسية باستثناء دراسة (خالد خياط، 2012-2013) التي هدفت إلى دراسة خصائص منهاج عيش الشاعر.

- **من حيث المنهج:** اعتمدت جميع الدراسات السابقة المنهج الوصفي وذلك عكس الدراسة الحالية التي اعتمدنا فيها المنهج العيادي بتقنية دراسة حالة باستثناء دراسة (خالد خياط 2012-2013) التي اعتمد فيها النهج العيادي أيضا.

- **من حيث الأدوات:** اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على مقياس اضطراب النوم واستبيان منهاج العيش الذي أعده (2009) BIBICAL COUSELING CENTER

بينما اعتمدت الدراسات السابقة في غالبها بالنسبة لمنهاج العيش فقد اعتمدت كل من دراسة (خولة عبد الكريم السعيدة ومحمد إبراهيم الخطيب 2016-2017) و (سليمان ربحان وعادل طنوس 2011-2012) على مقياس أساليب الحياة لمولنس وكيرن وكيورليت (1987) ومقياس الصحة النفسية الذي أعده غولد بيرغ وويليام بالنسبة لدراسة (خولة عبد الكريم السعيدة ومحمد إبراهيم الخطيب 2016-2017) مقياس "القلق" لسيلبرجر وجورستش وولشن (1970) وقائمة بيك للاكتئاب، بالنسبة لدراسة (سليمان ربحان وعادل طنوس 2011-2012). أما دراسة (خالد خياط 2012-2013) فقد اعتمدت على أداة تحليل محتوى الوثيقة.

أما بالنسبة لمتغير التفوق الدراسي: دراسة محمد محمد بيومي (1989) مقياس التفصيل الشخصي ل (جابر عبد الحميد) ومقياس استغناء القيم ل (حامد زهران وإجلال سوي) ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة (استمارة مقابلة). أما بالنسبة لدراسة تودري مرقص حنا ومحمد ماهر إجمال (1991) استبيان حول

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

واقع متطلبات تربية الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين واستبيان حول واقع متطلبات تربية الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية العامة من وجهة نظر الطلاب المتفوقين. ودراسة نزيـم صرداوي(2009) اختبار دافع الانجاز للأطفال والراشدين (Hermans,1970) ومقياس تقدير الذات لعبد الرحمن صالح الأزرق (2000) واختبار حالة القلق وسمة القلق للكبار لعبد الرقيب أحمد البحري(1984). أما بالنسبة لمتغير اضطراب النوم: دراسة الطائي قامت الباحثة بتطبيق مقياس اضطراب النوم ومقياس أساليب التعامل مع الضغوط أما دراسة عبد المحسن تتمحور حول اضطرابات المشي أثناء النوم أما دراسة كاظم تم بناء مقياس من (32) فقرة لاستخراج القوة التمييزية.

-من حيث العينة: بالنسبة لاضطراب النوم والتفوق الدراسي فقد اشتركت الكثير من الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية من حيث العينة وهم المتفوقين دراسيا وتلاميذ يعانون من اضطراب النوم، في حين اختلفت الدراسات المتعلقة باضطراب منهاج العيش عن الدراسة الحالية من حيث العينة فقد طبقت (خولة عبد الكريم السعيدة ومحمد إبراهيم الخطيب 2016-2017) ودراسة (سليمان الخطيب وعادل طنوس 2011-2012) على طلبة جامعيين أما دراسة (خالد خياط 2011-2012) فقد اعتمدت على تحليل المحتوى لقصيدتي شعر يمثلان السيرة الذاتية لشاعرين جاهليين صعاليك.

- من حيث النتائج:

بالنسبة لمتغير التفوق الدراسي واضطراب النوم وعلاقته بالحاجات النفسية والقيم لدى المتفوقين والمتطلبات الأساسية لتربية الطلاب المتفوقين والكشف عن الخصائص السلوكية للمتفوقين.

ففي متغير التفوق الدراسي: بالنسبة لدراسة محمد محمد بيومي (1989) أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند 0.01 في الحاجة إلى النظام والحاجة إلى التحمل وعلى الاستغلال لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند 0.01 في الحاجة للاستعراض والحاجة إلى التواء لصالح الإناث.

أما دراسة تودري مرقص حنا، محمد ماهر الجمال (1991) أشارت النتائج إلى أن الطلاب المتفوقين ينتمون إلى أسر ذات مستوى ثقافي ومعني مرتفع وأنهم متفوقون منذ الحلقة الإعدادية وهناك علاقة بين تفوق الطلاب وعوامل شخصية وأسرية ومدرسية. أما دراسة نزيـم صرداوي (2009) فأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائية بين تقدير الذات والتفوق الدراسي ووجود علاقة ارتباطيه موجبة ودلالة إحصائية بين الدافع لانجاز والتفوق الدراسي ووجود علاقة سالبة (عكسية) ودالة إحصائية بين القلق (قلق حالة -قلق سمة) والتفوق الدراسي.

أما بالنسبة لمتغير اضطراب النوم: دراسة الطائي أشارت النتائج إلى بلوغ نسبة انتشار اضطرابات النوم لدى طلبة الجامعة 8% ونسبة 7.3% إناث و 3.4% ذكور وأن المضطربين في النوم يستعملون الأسلوب التجنبي في مواجهة المشكلات ويأتي الأسلوب السلوكي بالمرتبة الثانية أكثر من استعمالهم للأسلوب المعرفي أما غير المضطربين فيستعملون الأسلوب السلوكي والتجنبي. أما دراسة عبد المحسن أشارت النتائج أن هناك عامل

الفصل الأول

إشكالية الدراسة

وراثي وراء عدد من الحالات. أما دراسة كاظم أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نسبة انتشار اضطرابات النوم بين الذكور والإناث ولصالح الإناث.

أما بالنسبة لمتغير منهاج العيش: فقد أفادت نتائج دراسة خولة عبد الكريم السعيدة ومحمد إبراهيم الخطيب 2016-2017 ودراسة سليمان ربحان وعادل طنوس 2011-2012 بعلاقة منهاج العيش بتغيري الصحة النفسية والمرض النفسي. أما دراسة سليمان ربحان وعادل طنوس 2011-2012 وارتباط أسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائية مع بعد التحرر من القلق. بينما أشارت دراسة خالد خياط 2011-2012 إلى أن حالة الشنفرى تشير إلى شخص عصابي ذو منهاج عيش من النمط النشاط الهدام أما حالة عروة بن الورد فتشير إلى شخص سوي ذو منهاج عيش من النمط النشاط البناء.

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

إن للفرد اتجاهات عديدة نحو المجتمع والحب والعمل وقد لخصها "أدler" فيما يسميه منهاج العيش، فتعد حركة الفرد نحو الأهداف التي يحددها لنفسه والأفكار التي يتبناها وينميها منذ الطفولة، حيث استخدم أدler هذا المصطلح المهم في علم النفس الفردي ليؤكد الطبيعة الذاتية لكفاح الفرد من أجل تحقيق أهدافه التي يسعى من خلالها للسعي للتميز في الكمال، فهو توجه سيكولوجي أصلي يحتوي قانون الحركة الدائمة نسبيا للفرد وهو الاتجاه الذي يأخذه الفرد والذي يتولد منه القدرة على التفوق وتحديد الذات.

المبحث الأول - منهاج العيش:

1. السيرة الذاتية لألفرد أدler:

إن أدler هو واحد من العظماء الذين كان لهم الدور والفضل في تأسيس علم النفس الحديث (علم النفس الفردي). ولد عام 1870 (7 فيفري 1870-28 ماي 1937) في إحدى ضواحي مدينة فيينا عاصمة النمسا لأب يهودي وكان ترتيبه الثاني من بين ستة أطفال، لقد عانى أدler من الكساح وغيره كما أصيب بداء الرئة في الرابعة من عمره وكان لها الأثر باتخاذها قرار أن يصبح طبيبا في الخامسة من عمره لكي يحارب الموت. وفي سيرته المدرسية يتبين أن (الفرد أدler) كان التلميذ الأخير في صفه كما كان ضعيفا جدا في الرياضيات لكنه لم يهبط أن انتقل في العام نفسه إلى المرتبة الأولى في تلك المادة نتيجة ما حز في نفسه من التهديد الذي تلقاه بتحويله إلى مهنة اسكافي، ثم أن الكساح الذي أصابه باكرا وضعف البنية التي كان عليها أضاف على جسمه شكلا مشوها أو غير عادي، وهذا التشويه الجسماني أوجد في نفسه إرادة الكفاح والصراع ضد الوسط ليقف فوق أقرانه ويستتر ضعفه. ثم قاده ميله هذا لدراسة الطب لعله يحقق في ذلك بعض أمانيه في أن يداوي العاجزين وأن يهب الصحة للضعفاء والمرضى ويعطي القوة لمن هو مثله ممن حرما ويفتش عنها. وكان هدفه في ذلك كله رؤية نفسه قوية ذات قدرة ونفوذ مما يعني رؤيتها وقد تخطت الغيب الجسدي الذي ابتلى به ولكن دراسة الطب لم تقدر أن تقيه من آلامه الناتجة عن إحساسه المرضي بنقصه ودونيته والذي أنهك أعصابه مما دفعه إلى الاتجاه نحو الدراسات النفسية على أمل أن معرفة الناس تؤدي إلى معرفة الاعوجاج الذي بدوره يؤدي إلى عمليات العلاج فأخذ يعب بكثرة من الثقافات والعلوم المرتبطة بهذا الشأن ويظهر قدراته. أصبح أدler طبيبا بعد تخرجه من كلية الطب جامعة فيينا عام 1894، وفي البداية تخصص في طب العيون، ولكنه أصبح ممارسا عاما فيما بعد، قبل أن يتحول اهتمامه إلى علم النفس، وكان من أول من اهتموا بنظريات سيجموند فرويد كما أنه اعترف بلبن هذه النظريات قد فتحت له طريقا جديدا لتحديث وتطوير علم النفس.

وبدأ أدler يهتم بالتحليل النفسي وانضم إلى جماعة المناقشة التي أنشأها فرويد في عام 1902، وفي عام

1910 أصبح أدler رئيسا لمجتمع التحليل النفسي بفيينا وبتزكية من فرويد نفسه، لكن الخلافات سرعان ما تفاقمت وأصبح الخلاف من وجهة نظر كل من فرويد ويونغ أكبر من أن يتغاضى عنه، مما أدى إلى استقالته

الفصل الثاني

منهاج العيش

عام 1911، ولم يكن هذا الانفصال سليماً بل كان هناك الكثير من المرارة من كلا الجانبين، فنعته فرويد بأنه "غير طبيعي"، ثم كون أدلر مع بعض زملائه "البحث الحر في التحليل النفسي" وغير اسمها في العام التالي إلى جماعة "علم النفس الفردي". إنه من الواضح أن كل أعمال أدلر تدين بالكثير لزملائه السابقين، ولكنه كان يحمل في داخله طريقة مختلفة ومستقلة في وصف وعلاج مشاكل البشر. كما قلنا فإن أدلر شكل جماعة "علم النفس الفردي" في عام 1912 والتي أكدت على أهمية النظرة الشاملة لشخصية الفرد، وكلمة فردي قد استخدمت للتأكيد على تميز واختلاف كل شخصية عن الأخرى، وعن عدم إمكانية تقسيم أو تجزئة الشخصية، بل وجوب النظر إلى الشخصية على أنها وحدة لا تتجزأ.

خلال الحرب العالمية الأولى (1916-1918) عمل أدلر في جيش بلاده كطبيب في قسم الأمراض النفسية والعصبية في إحدى المستشفيات العسكرية، وقد جعلته فترة الخدمة العسكرية أكثر إدراك لأهمية وضرة أفكاره. وقد تميزت فترة ما بعد الحرب العالمية الأولى بإنتاجه الوفير، حيث كتب ونشر خلالها معظم كتبه، ومنه "دراسة عن دونية الأعضاء والتعويض النفسي" في عام 1917، و"نظرية علم النفس الفردي وكيفية تطبيقها" في عام 1929، و"حالة الأنسة ر" في عام 1929، و"تمط الحياة" في عام 1930، و"ماذا تعني الحياة بالنسبة لك" في عام 1931، وكتاب "الميل الاجتماعي" تحد للإنسان وقد نشر بعد وفاته .

لكن مع تولي هتلر حكم ألمانيا بدأت فترة عصيبة في حياة الفرد أدلر وغيره من اليهود، ولكن لحسن الحظ لم تستمر هذه الفترة طويلاً لأنه في عام 1935 ذهب إلى الولايات المتحدة واشتغل هناك، وكانت شهرته قد ذاعت هناك أيضاً فتم خلق منصب جديد خصيصاً له في كلية الطب بلونج ايلاند، حيث تولى أستاذية قسم علم النفس الطبي، وفي العام نفسه 1935 بدأت مدرسة الفريد أدلر في إصدار مجلتها "الجريدة الدولية لعلم النفس الفردي"، وفي سن السابعة والستين كان أدلر مازال يعمل بجهد ويعالج مرضاه ويستقبلهم ويؤلف الكتب ويحاضر، حيث أنه كان عليه أن يلقي 59 محاضرة في أربع دول مختلفة خلال شهر واحد في ذلك العام، ولقد توفي في عام 28 ماي 1935 متأثراً بأزمة قلبية مفاجئة خلال رياضته الصباحية المشي وبعد أن ألقى محاضرة واحدة على طلبة جامعة أبريدية سكوتلاندا. (ألفرد أدلر، 1927/2005، ص 186-187)

إن الشجاعة هي صحة النفس، هذه هي إحدى الكلمات المأثورة عن أدلر، ذلك أن جميع الأمراض النفسية تقريباً تعود إلى الخوف خاصة الخوف الذي ليس له ما يبرره من العوامل الخارجية، فهو حالة نفسية تعسة تجعل صاحبها يخاف كل شيء، وتتبع هذه الحالة من داخل الفرد وتتسبب في زعزعة نفسه. ولكن يجب ألا يكون النقص في التربية عذراً لأن نجبن ونستكين للكوارث التي تقع بنا، فإذا لم نكن قد تعلمنا الشجاعة، وتعودناها خلال مرحلة الطفولة، فإنه يجب علينا أن نتعلمها ونشرع في التعود عليها، وأن نغالب المشاكل والصعوبات ولا نعترف بالهزيمة أبداً.

فكتاب "الطبيعة البشرية" واحد من أهم كتب الفريد أدلر الخالدة، في هذا المجلد الفريد يقوم الفرد أدلر الخصم العنيد لسيجموند فرويد والزميل والشريك السابق له في نظرية التحليل النفسي يشرح وجهة نظر علم النفس الفردي في الطبيعة البشرية، وفيه شرح أساسيات نمو وتطور شخصية الفرد، أما الجزء الثاني فقد تناول

الفصل الثاني

منهاج العيش

فيه المؤلف دراسة علم شخصية الفرد، وقسم الشخصية إلى نوعين أساسيين : شخصية هجومية وأخرى غير هجومية، وشرح السلوك الخاطئ للفرد والذي يؤثر على التناغم الذي يجب أن يسود حياتنا الاجتماعية والكيفية التي يمكن للفرد بها أن يطور نفسه حتى يتأقلم مع المجتمع المحيط به، كما تحدث عن المشكلات الأساسية الثلاث التي تواجه الفرد في حياته، إلا وهي: العمل والعلاقة مع باقي أفراد المجتمع، والزواج، كما أخبرنا بطريقته العلمية الفذة والمنظمة عن أهمية التعاون والشعور الاجتماعي في مواجهة هذه المشكلات الثلاث، ولا يخلو الكتاب بالطبع من النقد الصريح والمستتر لنظريات فرويد في التحليل النفسي مع ما هو معروف عن الخلافات بينهما. (ألفريد أدلر 1927/2005، ص ص 7-11)

2. مفهوم منهاج العيش:

1.2 نشأة منهاج العيش:

إن أسلوب الحياة يخلق خلال الخمس سنوات الأولى، وهذه الفترة تنتهي بالنمو الكامل للأنا والتثبيت الذي يتبعه لموقفه إما الحياة وإبتداء من هذه الفترة، فلن الأجابة على الأسئلة التي تطرحها هي مفروضة وليس لحقيقة العلاقات بحد ذاتها ولكن بعض المواقف الأوتوماتيكية التي نسميها أسلوب الفرد. (أدلر، 1929/1982، ص 31)

أمن أدلر أن الفرد عنصر فعال في إبداع منهاج عيشه، هذا الإبداع الذاتي في سن مبكرة جدا بيني فيها الفرد منطقا خاصا به انطلاقا من نظريته الذاتية للحياة وإحداثها، وليس وفق الواقع الموضوعي. (خالد خياط، 2018، ص 129)

أكد بيلوسو (2006. ص 190-191) أن هذه العملية تأخذ حيزها النهائي نسبيا في حوالي السادسة بتفاوت يتبع الفروق الفردية والثقافات، في هذه المرحلة النمائية المبكرة يتخذ الفرد قرارات تحدد موقعه في العالم، وأي سلوكيات واستراتيجيات تصلح له في انتمائه إلى جماعة اجتماعية له، وكيف يلبي هذا الانتماء إلى جماعته احتياجاته البدنية والمعنوية الأساسية، ويصبح منهاج العيش هو الاستجابة الدائمة مدى الحياة. (خالد خياط، 2018، ص ص 129)

2.2 تعريف منهاج العيش:

منهاج العيش مفهوم شمولي وكاسح، نجده في كل ماهيات الأفراد وهو مستمر عبر الزمن، يؤثر في طريقة عيش الفرد وشيخوخته ووفاته، لاشيء ينفصل عن منهاج العيش فصداه ينبعث من كل مكان. (خالد خياط، 2018، ص 125)

بإمكان أفراد منهاج العيش أحيانا للتنبؤ بمستقبلهم فقط عن طريق الحوار معهم وطرح الأسئلة عليهم، الأمر يشبه إلى المشهد الخير من مسرحية ما، أين كافة الألغاز لذلك يمكننا التعرف على الخطوات المعتادة وصعوبات ومسائل الحياة. (Adler A.1927/1997. Pp46-47)

الفصل الثاني

منهاج العيش

وليست طريقة الحياة أمر تفرضه الوراثة ولكنها أمر يحدد إلى أي مدى بعيد عن طريق الوضع العائلي الذي يجد الطفل نفسه فيه، وهكذا فأبناء الرجال الناجحين يقصر هدفهم على تحقيق ما حققه آباؤهم ولذلك فهم يميلون إلى تبني طريقة حياة ليس فيها محل الجهد.

يؤمن علماء النفس الفرديون أن الفهم الكامل لشخص ما لا يتم إلا من خلال التعرف الصريح على منهاج عيشه، وليس مجرد إحصاء ومجرد العوامل الداخلية والخارجية في حياة الفرد الماضية والحاضرة، ورغم أن العوامل العضوية والبيئة تساهم في بناء منهاج العيش. فبناء منهاج العيش يتم في المراحل الأولى من حياة الفرد إلا أن أدلر (1927) شدد على أننا لا ينبغي أن يعيننا الماضي أكثر من المستقبل، لأن منهاج عيشه مبني من أجل المستقبل، إننا حتى لو فهمنا الغرائز والمنثريات والدوافع وما شابهها فإننا لن نستطيع التنبؤ بما سيحصل لكن ما دام للأفراد منهاج عيش فبالإمكان التنبؤ بمستقبلهم فقط بفحصه والتعرف عليه وتحديده، وأحياناً عن طريق الحوار معهم فقط. (خالد خياط، 2018، ص125)

ومنهاج العيش حسب شولمان (1973) هو "قاعدة القواعد" وتنمية منهاج عيش من قبل الأطفال هو محاولة لاستقاء معنى والتحكم في المعلومات الواردة من بيئتهم ومن أجسامهم، لأن كل فرد يتلقى معلومات من داخله ومن خارجه تحتاج إلى أعمال ومنهاج العيش هو المفتاح الذي يكشف كيف استخدمت وتستخدم وسوف تستخدم هذه المعلومات. (خالد خياط، 2018، ص128)

3. محددات منهاج العيش:

1.3 الشعور بالنقص أو القصور:

حسب أدلر إنه ليس في المراوغات الواهمة ما يعني عن النقص والقصور شيئاً وذلك لأن المشكلة باقية وعلتها في مكانها قابلة بل أن القصور سيتراكم وأن مصاعبه ستتفاقم والسبب هو العوامل التي أحدثته باقية هناك وأنها لم تغير كل خطوة سيخطوها ستأخذ به إلى خداع الذات وكل مشكلاته ستضغط عليه أكثر، فإذا نظرنا إلى حركاته من غير أن نفهمها فنجد حركات عشوائية غير هادفة، فهكذا يبدو في عين نفسه هو فإذا أخفق في واقعه المهني أو الوظيفي مثلاً سيعوض ذلك بتحوله إلى متعجرف ومتجبر ومتعجرف في وسطه الذي يعمل فيه فهو بمسلكه هذا سوف يخدر ذاته، ولكن مشاعر القصور كائنة وقائمة ومن خلال هذا يمكننا وضع تعريف لعقدة النقص.

● مفهوم عقدة النقص: إن عقدة النقص تظهر عادة عندما تبرز للفرد مشكلة معينة لا يكور الفرد مهياً لها كما ينبغي وعندما يعبر عن قناعته بعدم اقتداره على حلها.

ومن هذا التعريف البسيط نستطيع أن ندرك أن الغضب يعبر عن عقدة النقص بمقدار ما تعبر الدموع والاعتذارات تماماً، ومادامت مشاعر النقص قائمة في نفس الفرد وتسبب بإثارة التوتر لديه، فليح هنا دائماً في ثنايا ذاته حركة تعويضية غايتها إيقاظ مشاعر قابلة ترمي للتفوق ولكنها مشاعر لا تلبث طويلاً في توجيهها نحو

الفصل الثاني

منهاج العيش

حل مشكلة يعانيها وإنما ومضات من التمني سرعان ما تخبو، فيحاول الفرد إذن من تقليص مجال نشاطه لتفادي الوقوع في شرك الانكسار ويهرب من مشكلاته. (الفرد أدلر، 1931/1996، ص ص79-81)

تظهر عقدة النقص بوضوح في وجود مشكل يكون الفرد غير مستعد أو مهيباً لمواجهة، وهي تؤكد قناعته بعدم قدرتها على حلها، و حيث أن مشاعر النقص ينتج عنها الكثير من الضغوط فلنفسه سيكون هناك دائماً رد فعل في محاولة لتعويض الشعور بالنقص عن طريق التظاهر بالشعور بالتفوق ولكن رد الفعل هذا لن يكون في اتجاه محاولة حل المشكلة ذاتها. (الفرد أدلر، 2005، ص ص77-82)

• أنواع القصور

- 1. القصور الخلقى العضوي:** فئة الأطفال الذين يكون لديهم نقص عضوي أو عاهة تحول دون القيام بأعمال الحياة اليومية أمثال: "ديموستين" الذي كان يعاني مشكل التأتأة وأصبح أشهر خطيب يوناني بفعل قوة الإرادة والرغبة في التفوق وتحقيق الذات.
- 2. القصور الخلقى:** فئة الأطفال المدللين من قبل ذويهم والذين يحاطون بحماية مفرطة ويحيون حياة سهلة ولعل ما يميز هؤلاء الأطفال هو غياب الشعور بالقيمة الذاتية لديهم الأمر الذي يعين على ضعف شخصياتهم وعدم القدرة على الصمود أمام أول امتحان يتعرضون له بمفردهم ومثل ذلك الأم المتسلطة التي تحسس ابنها أنه ضعيف غير قادر، وتعطيه توصيات هوسية مثل (احذر، تغطي، انك لست قوي،...الخ) فتخلق له انعكاس شرطي لديه وتحط من ثقته بنفسه إذا كانت هذه النصائح لا تنتهي أبداً وتكون بشكل مقلق تجعل الطفل يكف من قوته الذاتية وينتهي بالشعور بالنقص والعجز. (محمد شلبي، 2005، ص126)
- 2.3 التعويض:**

أوضح انسباخر أن تفكير أدلر انطلق من التعويض عن قصور عضوي، ليمر إلى غريزة العدوانية، ثم الإسترجال ثم إلى ابتغاء السمو وفي الأخير ليصل إلى ابتغاء الكمال وهذه المفاهيم كلها تأتي من اتجاه واحد و الفكرة المنطلقة من الشعور بالنقص. (Hjerataas, Trevor. Pp379-380)

تطور تفكير أدلر إلى هذه النقطة، مع بقاءه موازياً لصياغته الأصلية: "آلية المسعى التعويضي التي تسعى بها النفس إلى التخلص من مشاعر القصور المضنية تجد لها نظير في العالم العضوي. (Adler, A. 1927.p15)

• أنواع التعويض

- 1) التعويض المباشر:** هو التعويض الذي يتوجه نحو نفس مجال القصور من أجل التغلب عليه و تجاوزه، وتميزه عزيمة على خطي هذا القصور يبذل جهد جبار فيه، على سبيل المثال: الشخص الأعرج يبذل جهداً مضاعفاً ليسير بنفس سرعة الشخص السليم الأطراف، أو الشخص الذي ضعف بصره فيستعين بنظارات لتصحيح النظر. (خالد خياط، 2018، ص196)

الفصل الثاني

منهاج العيش

(2) التعويض الغير مباشر: أن يعوض الشخص في مجال مغاير عن المجال الذي فشل فيه مثل أن يكون ضعيف في الدراسة أن يختار مجالا آخر لأجل التعويض وإحراز التفوق. (خالد خياط، 2013-2012، ص51)

4.3 ابتغاء السمو:

هو الكفاح من أجل السمو والنجاح وهو مرتبط بالشعور بالقصور وهاتان المسلمتان هما مرحلتان لظاهرة نفسية واحدة، أن الطفل يملك دينامية تسوقه إلى فرض نفسه على جميع الظروف التي تحيط به فالطبيعة الإنسانية لا تسمح بأي خضوع دائم فمشاعر الحقرة والارتياح تولد دائما الرغبة في الارتفاع بغية الحصول على نوع من التعويض والإحساس بالكمال. (Adler.A. 1927/ 1949,P65)

إن الأطفال المفرطي الطموح لا يهتمون إلا بالنتيجة النهائية : الاعتراف بنجاحهم، النجاح في حد ذاته لا يرضيهم إذ لم يؤخذ في الاعتبار، نعلم أن في غالب الأحيان يستحسن أن يحافظ الطفل على اتزانه النفساني أمام العقبات أكثر من محاولة السيطرة عليها كلها دفعة واحدة، لكن الطفل الذي اندفع في هذه الوجهة الطموحة لا يعلم ذلك ويظن استحالة العيش دون إعجاب الآخرين، يقع الأطفال الجد طموحين في وضعية الكراهية، لأننا ألفنا الحكم عليهم من خلال نجاحهم و ليس من خلال التحضير الذي تلقوه لمواجهة العقبات والتغلب عليها، في حضارتنا

المعاصرة، نحن أكثر اهتماما بالنجاح البارز أكثر من التربية الرشيدة، رغم أننا نعلم أن النتيجة الحاصلة بدون حرق هي نتيجة عابرة. (Adler A,1930c. Pp42-46)

5.3 الغائية أو الهدف الغائي:

حدد أدلر الحياة النفسية للإنسان من الغاية التي ينحو الفرد نحوها وينبع ذلك من حاجة الكائن الحي للتوافق مع البيئة التي يعيش فيها: (لهذا لا يمكن أن نتصور العقل الإنساني نوعا من المجموعات الاستاتيكية بل يمكن أن نتصوره فقط مجموعة معقدة من القوى المتحركة التي تصدر مع هذا، عن علة واحدة، وتجاهد لتحقيق هدف واحد... ولا يمكن إلا أن نتصور للحياة النفسية هدفا تتجه نحوه صنوف النشاط التي توجد في الحياة النفسية). (إسحاق رمزي، 1981، ص ص84-85)

إن هدف التفوق هو هدف شخصي و فريد و يختلف من فرد إلى آخر و هو يعتمد على تعريف "معنى الحياة" الخاص بهم، إن هذا المعنى ليس مجرد كلمات و هو واضح في أسلوب حياتهم و الفرد لا يعبر عن هدفه بطريقة واضحة و مقننة تماما بل هو يعبر عن هدفه بطريقة ملتوية و غير مباشرة و لهذا فانه من الواجب علينا أن نضمن هدفه من الدلائل التي يتركها لنا. هو دافع قوي و ميل شديد الحركة يستمر طوال حياة الفرد و عادة ما يكون الفرد غير واع تمام الوعي بهدفه، فهو غير قادر على وصف و تعريف هدفه هذا، فهو يعرف أهدافه الوظيفية و لكنه لا يعرف هدفه النهائي، و حتى إذا كان الهدف النهائي محددا فان هناك آلاف الطرق المؤدية لتحقيق هذا الهدف النهائي. (الفرد أدلر، 1931/ 2005، ص88)

الفصل الثاني

منهاج العيش

6.3 النزعة الاجتماعية:

يطرح الاصطلاح الأدلري "gemeinschaftsgfuhl" صعوبة جمة للمترجمين له من أصل الألماني، لأن هذا الاصطلاح الذي يعني حرفيا "الشعور بالجماعة" ليس مفهوما مفردا، بل هو تشكيلة متشابكة من المفاهيم النظرية والأطروحات الوظيفية والعملية. ومن الترجمات الأخرى نذكر: الشعور الاجتماعي، والشعور بالجماعة، الشعور بالأقران، الشعور التضامني، والحس الجماعي، والاهتمام بالجماعة، والحس الاجتماعي والشعور بالانتماء. (خالد خياط، 2018، ص151)

يوصف "ابتغاء السمو" كدافع نحو الاكتمال والكمال والعصمة، وهو خاصية للحياة كلها، فبالنسبة لأدلر، الشكل الأكثر إرضاء في ابتغاء السمو هو مزاجية مع النزعة الاجتماعية، رفقة النزعة الاجتماعية ستوجه هذا المبتغى نحو مواجهة المشاكل الحقيقية والمساهمة في رفاهية البشرية. في المقابل، إذا افتقر الفرد إلى الاهتمام بالآخرين (النزعة الاجتماعية) الخبرات عن ذلك مشاكل في السيرة والعمل والصدقة لا محالة تقود إلى الإحساس بالمنافسة والاعتزاز واللأمن والقصور، هذه المشاعر تخلق حلقة مفرغة يدور فيها ابتغاء السمو الشخصي أكثر من العمل الجماعي مع الآخرين. (Crandall.J.E.1975/1991.p106)

إن النزعة الاجتماعية لبنة مركزية في النظرية الأدلرية، وقد كشف كرنال أن مفهوم أدلر المبكر للنزعة الاجتماعية كان مفاده أنها "تقدير" الأشياء الخارجية عن الذات، ثم عدله فأصبح المكون الأساسي للشخصية الصحيحة، اعتبر كرنال أن النزعة الاجتماعية تؤثر في انتباه الفرد وإدراكه وتفكيره وسلوكه الظاهر لكونهم يرتبطون بالتكافل والمساعدة والمشاركة والمساهمة. (Ostrovsky.Metal.1992.p220)

يمكن فهم النزعة الاجتماعية كمعيار للصحة النفسية من خلال نظرية أدلر حول الشخصية كدينامية موحدة ثابتة، تتجلى دافعية الإنسان في شكل السعي نحو التفوق أو الكمال، هذا السعي تعويضي يتولد في الطفولة من مشاعر العجز والقصور المرتبطة بالمحيط، هذا السعي هو من أجل الفتح والأمن أو الشدة (من الأصغر إلى الأكبر)، ويكون إما في الاتجاه الصائب أو في الاتجاه الضال...الاندفاع من الأدنى إلى الأعلى لا يتوقف أبدا. (Stasio&Capron.1998/2006.pp175-176)

6.3 القوة الإبداعية :

أوجز أدلر فكرته في أن الطفل يولد مزود بقدرات تختلف من طفل لآخر ولكن كيف يستخدمها، ففوة الفرد الإبداعية تحرك كل ما يؤثر فيه وكل قراراته، فهي تجعل كل شخص فرد حرا. (Edgar.T.E.1985.p109)

يوضح ستون (2006) أن أدلر عندما استخدم كلمة "إبداعية" فقد عني بها: "تلك المعاني البناءة والحاذقة التي يستعملها الإنسان لاقتسام وجهات نظر ذاتية لأنفسهم حول الذات والدنيا وكيف ينبغي التصرف. تحدث أدلر عن تلم الشرارة التي تدفع الإنسان إلى الحركة". عند التوفيق بينها وبين الحاجة إلى إحرار الكمال والسيادة، تقود القوة الإبداعية إلى مفهوم منهاج العيش. (خالد خياط، 2018، ص215)

الفصل الثاني

منهاج العيش

4. تقنيات لدراسة منهاج العيش:

1.4 تشكيلة الأسرة وتأثيرات العائلة:

- **تشكيلة الأسرة:** هو مصطلح يهتم بالمحيط الأسري للطفل والنقاط الأساسية التي تتدخل في تشكيل شخصية الطفل والتأثيرات المركزية والمحيطية بالطفل وما ينبغي فعله لتحقيق الانتماء واتخاذ مكان في العالم والشعور بالقيمة والأهمية. (Manaster.G.J.2006.Pp298-299)
- **تأثيرات العائلة**

وينظر الأدليون للأسرة إلى دور الاتجاهات والقيم والسلوكات وشخصية كل ولي والتشديد نحو أدوار الجنسين والاتجاهات نحو القيم المتشددة وهذه القيم الأسرية يضعها الوالدين. (خالد خياط، 2014، ص2)

1) دور الأم: الأم تمثل الجسر الأول الذي يربط بينه وبين الحياة الاجتماعية، من خلال هذا ذهب الأدليون أن الأم ومهارتها على التعاون مع الطفل وقدرتها على إقناعه بأهمية "التعاون" معها ومع الآخرين وهذه القدرة لا يمكن تعليمها يمكنها أن تكتسب هذه الخبرة والمهارة لو كانت الأم مهتمة حقيقيا بابنها سوف يكسب حبها وتوفير له الحياة الآمنة. لذلك يجب أن تكون الأم ماهرة في تحسين علاقتها مع الطفل واكتسابه المفاهيم الأساسية التي يحتاج إليها وأن تكون ماهرة أيضا في مراقبتها له أو تركه وحيدا.

2) دور الأب: إن دور الأب لا يقل أهمية عن دور الأم و سبق أن وصفنا خطورة عدم اهتمام الأم بابنها ليمتد ويشمل الأب، فإني الطفل سيعاني من انسداد خطير في مشاعره ويصبح غير قادر على تنميتها وتطويرها لتشمل المجتمع من حوله، وحتى الزواج الغير سعيد فإني الموقف يكون متفجرا وملينا بالأخطار التي تهدد الأطفال، مما يصبح من الصعب تدريب الأطفال على التعاون في ظل أجواء من المشاكل.

3) العلاقة بين الوالدين: تعد العلاقة التي تسود بين الوالدين والروابط الأسرية التي تجمع بينهما، على جانب كبير من الأهمية في توفير الأجواء الأسرية المفعمة بالمحبة والطمأنينة والأمن والمودة، في المعاملة مع الأطفال، وكل ما يلزم لنموهم نمو سليما في جوانب الشخصية ولاسيما الجانب الاجتماعي، ولاشك أن التوافق الأسري بين الوالدين، وانفاقهما على الأساليب التربوية في التعامل مع الأبناء، يهيئ المناخ الأسري المطلوب لنجاح عملية التربية الاجتماعية، وتحقيق أهدافها لأن نوع العلاقات السائدة في الأسرة، بين الأبوين من جهة، والأطفال من جهة أخرى، يحدد إلى مدى كبير شخصية الطفل وتوافقه الاجتماعي. (ملاك جرجس، 1992، ص28)

4) العلاقة بين الوالدين والطفل: إن للعلاقات التي تقوم بين الطفل ووالديه، ولاسيما في السنوات الأولى من عمره الأثر الأكبر في تحديد ملامح شخصيته الذاتية والاجتماعية، لذلك فإني معاملة الآباء والأمهات للطفل على أساس من الاحترام والتقدير والتشجيع، من شأنها أن تؤدي بالطفل إلى الإحساس بالسعادة والارتياح، فضلا عن نمو قدراته الذاتية وامتلاك مهارة التعامل مع الآخرين. (كارل إي بيكارد، 2002، ص38)

الفصل الثاني

منهاج العيش

وعلى النقيض من ذلك فإين خلافات الوالدين مع الطفل وعدم الاهتمام به وتقدير مشاعره يكون لدى الطفل مفهوم الذات السلبية التي تظهر في بعض المظاهر الإنحرافية للسلوك والأنماط المتناقضة لأساليب حياته العادية، مما يجعلنا نحكم على من تصدر عنه هذه السلوكات بسوء التكيف الاجتماعي والنفسي، وعدم التوافق مع العالم الذي يعيش فيه ولذلك فكلما كانت العلاقة بين الوالدين والطفل مبنية على الثقة والحب والقبول ساعدت على نمو الطفل نموا سويا متوازنا من الجوانب كافة، الأمر الذي ينعكس بالتالي على توافق الشخصي والاجتماعي، داخل المنزل وخارجه. (Derham and others.1991.p48)

ولابد من الإشارة إلى أن المعاملة الوالدية للأبناء يجب أن تكون عادلة، سواء أكان ذلك بين الكبار والصغار أم بين الذكور والإناث، بحيث يعطى كل منهم حقه في الرعاية والاهتمام وتأمين متطلباته النمائية، مع مراعاة الفروق الفردية بين الأبناء باعتبار ذلك من طبيعة العدالة أولا، ومتطلبات العمل التربوي الناجح ثانيا، ويقدم بالتالي القدوة الصالحة في الحياة العملية. (باسمة حلاوة، 2011، المجلد 27 العدد الثالث والرابع)

2.4 تأثيرات المدرسة:

ما المدرسة إلا امتداد للأسرة، فلو كانت للوالدين القدرة على تعليم أطفالهم و إعدادهم بطريقة مناسبة لحل مسائل الحياة لما كنا في حاجة لوجود المدرسة في الماضي كان الطفل يدرّب بطريقة شبه كاملة داخل حدود الأسرة. عندما يذهب الأطفال إلى المدرسة لأول مرة يواجهون اختبارا جديدا في حياتهم الاجتماعية، هذا الاختبار سيكشف بوضوح بعض النقائص التي حدثت خلال نموهم و تطورهم، عليهم الآن أن يتكافلوا في محيط أكبر من الذي اعتادوا عليه، فإذا كان الطفل قد تعرض لتدليل زائد في المنزل فانه سيكون على غير استعداد لترك العش الدافئ والحياة المحمية وأن ينضم إلى الأطفال الآخرين. (أدلى ألفرد، 2005/1931، ص ص 201-204)

أحد أبرز منهاج العيش التي نكتشفها في المدرسة هو ذلك الذي يتضمن الطموح الجامح لاحتلال المركز الأول، يمكن أن نطلق عليه منهاج العيش المسؤول، هو ينص على صاحبه ويشترط عليه أن يظفر بالمرتبة الأولى وبالمقدمة في كل مجالات الحياة، والمجال الدراسي أولها. إن "النجاح" كلمة يفهمها الجميع بطرق مختلفة، وكذلك معنى الهزيمة يتباين من فرد لآخر، بل أن الكثير من الناس يعتقدون أنهم تعرضوا للهزيمة لا لشيء سوى كونهم ليسوا في المقدمة، هذا منهاج عيشه مرهق على صاحبه. لذلك من الضار للطفل تحفيزه على التفوق وافتكاك المقدمة بل ينبغي تشجيعه على بذل الجهد لتطوير ذاته وقدراته وعلى التعاون والتكافل مع الآخرين بدل السعي إلى التفوق عليهم وتجاوزهم. هناك نوع مشابه من الأطفال يسهل التعرف عليه هو الطفل الذي يحاول أن يتولى زمام القيادة بين أقرانه، انه الطفل ذو منهاج عيش المتحكم، من صفات القائد المثالي أن يحكم بغرض تحقيق الصالح العام أولا أما معظم الأطفال الذين يحاولون تولي زمام القيادة فإنهم يهتمون فقط بالوصول إلى مواقف تمكنهم من التحكم في الآخرين والسيادة عليهم، وهذا هو شرطهم للانضمام إلى أقرانهم. (خالد خياط، 2018، ص 280)

الفصل الثاني

منهاج العيش

3.4 رتبة الميلاد:

بين أدلر (1928) والعديد من الباحثين إلى أن الأطفال يتخذون -باكرا- قرارات تتعلق بمكانتهم ضمن الأسرة، يؤسسونها وفق ادراكاتهم الإبداعية الفردية، ووجه كامل ومعاونوه (1991،326) كل فاحص إلى ضرورة الأخذ بعين الاعتبار متغيرات مثل الجنس والفاصل الزمني بين الولادات والجو الأسري، أخذ بعين الاعتبار إدراك الشخص للوضعية التي ولد فيها، صاغ أدلر (1928) بعض الفرضيات العامة حول رتبة الميلاد، هذه الأوصاف تدعمت بالأبحاث المتتابعة التي أجراها تلاميذه وأتباع أدلر، وكذا أعمال الباحثين غير الأدلريين، وسنعرض فيما يلي أهم الخصائص النفسية المشتركة التي لوحظت على كل رتبة ميلاد، و رغم أن الحديث الأدلري يبدو غالبا أنه

يخص رتبة الولادة الزمنية إلا أنه في الحقيقة يتحدث عن وضعية ورتبة الميلاد النفسية. (خالد

خياط،2018،ص265)

سنعرض الآن الخصائص النفسية المشتركة التي لاحظها أدلر عن كل رتبة ووضعية ميلاد نفسية :

- **وضعية الطفل البكر:** أوضح أدلر أن الابن الأكبر يحتل مكانة فريدة ويعيش موقفا فريدا، فهو الطفل الأول ومن ثم كان الطفل الوحيد لمدة معينة، لهذا نجد وضعيته في بداية حياته تشبه وضعية الطفل الأوحده. ويعاني الطفل البكر عادة من التغير الكبير في وضعيته حيث يزداد مواليد جدد بعده وقد يعيش خبرة الخلع عندما يزداد الأخ الثاني، وقد لا يتم تحضير الطفل لهذا التغيير في التشكيلة الأسرية، فتتغير وضعية الطفل ونظرته للعالم، وقد يشعر بأنه فقد موضعه كمركز للمحبة والانتباه، ويقود هذا إلى توتر شديد لأنه ابتعد عن هدفه، ويباشر سعيه نحو استرجاع أفضليته.

- **وضعية الطفل الثاني:** إن الطفل الثاني في وضعية مغايرة جدا، هو لم يعيش خبرة أن يكون وحيدا، الحياة بالنسبة إليه هي عبارة عن سباق يكون الطفل البكر هو من يحدد فيه الوتيرة والطفل الثاني يحاول اللحاق به أو تجاوزه، ما ينتج عنه هذه المنافسة بين الطفلين يخضع لمقدار شجاعتها وثقتها بنفسيهما. حسب أدلر تتشكل شخصيات الأطفال الثانوي بناء على إدراكهم لموقف الطفل البكر تجاههم، حيث يكون الطفل البكر أرنب السباق الذي يحفزه على بذل الجهد.

- **وضعية الطفل الأصغر:** إن الطفل الأصغر نمط أكثر تميزا، ويكشف عن بعض خصائص منهاج عيش غالبا ما يتعرف عليها علم النفس الفردي بسهولة تامة، لقد كان دوما صغير الأسرة وسيظل صغيرها، ولا يعيش أبدا وضعية الخلع من قبل طفل اصغر كما هو مقدر لكافة إخوته الآخرين، الحالة الاقتصادية للعائلة عادة ما تتحسن في أعوامها المتأخرة، تزداد وضعيته رغدا عند انضمام الأبناء الأكبر إلى أوليائهم في رعاية الطفل الأصغر، فيكون بذلك مغمورا جدا بالعناية.

لاحظ أدلر وأمن أن الأطفال الأصغر هم غالبا الأكثر تدليلا أو الأكثر تحضيرا من قبل الأكبر. ولاحظ في مواضع أخرى أن العديد من الرجال التابعين في عصرنا كانوا الأطفال الأصغر، والأمر ينطبق على

الفصل الثاني

منهاج العيش

مختلف العصور، في القصص الدينية نجد عددا مميّزا من الأطفال الأصغر ذوي الطباع القيادية مثل سيدنا داوود عليه السلام وقصة سيدنا يوسف عليه السلام.

- **وضعية الطفل الأوحده:** أكد أدلر أن التنشئة الاجتماعية السليمة للطفل الأوحده ليست مهمة، لكن يمكن للوالدين فهم وضعيته والتعامل فيها بصواب، باعتباره يحتل مركز المكان بمفرده دون جهد أو عناء فإنه قد يحظى بالتدليل عموما. إن الطفل الأوحده يعيش في وضعية تنافسية فريدة، ليس مع الإخوة والأخوات بل مع الأب والأم، هو يعيش في عالم كله راشدون غالبا، وهذا ما يمكن أن يجعله يطور شعورا مبالغا بالسيادة و مفهوم ذات مضخم.

- **الذكر الأوحده بين الإناث:** رجع أدلر (1929) أن الذكور الوحيدين بين الإناث ينمون في اتجاه احد القطبين، أما الغرور المفرط أو الجرأة، في المحيط المشكل من أغلبية أنثوية والذي يسيطر فيه التأثير الأنثوي قد يميل الذكر الأوحده إلى اتخاذ هدف سمو ومنهاج عيش في وجهة الأنوثة، هذا يحدث بدرجات متفاوتة وطرق شتى يتجلى في خدمة النساء بتفاني وطاعتهم، أو في تقليدهن أو في الميل إلى الجنسية المثلية، في المقابل يمكن أن ينمي ميولات استرجالية قوية ويميل إلى الاستبداد بهن أو التعالي عليهن.

- **الأنثى الوحيدة بين الذكور:** نجد نفس الاحتمالات المتناقضة في حالات الفتيات الوحيديات الناشئات بين الذكور أو في محيط ذكوري كليا، في مثل هذه الظروف يمكن أن تكون مدللة مع انتباه وعاطفة جامحتين، أو على العكس يمكنهما أن تتبنى موقفا ذكوري وتتمنى أن لا تبدو كفتاة. اعتبر أدلر (1929) أن ما يحدث في هذا الصدد يخضع أساسا لكيفية تقييم المحيط للرجال والنساء، وهو ما يؤثر في التوجه الذي ستتخذه هذه الأنثى حول أداء دور الرجل أو المرأة. (خالد خياط، 2018، ص ص 266-278)

4.4 الذكريات الباكرة:

وكما تسمى أيضا بالذكريات الأولى حيث أن تفسير الذكريات الأولى، هو أحد أهم اكتشافات علم النفس الفردي، لأن هذا العلم اثبت وجود هدف لاواعي في اختيار ما تتذكره أكبر من الوقت رغم أن الذكرى بحد ذاتها هي واعية ويمكن تذكرها عند الطلب، فالذكريات الواعية تفتح لنا أفقا فهي تتحرر بطريقة غير مقصودة. أكد أدلر أن هذه الذكريات هي عبارة عن تقارير صحيحة حدثت للطفل في الماضي وهي أيضا يمكن أن تكون من إنتاج الخيال، فهذه الذكريات تبقى بنفس المغزى والقدرة على التعبير عن هدف المريض.

أوجد أدلر أيضا أنه لا تستطيع أن تقدر بصورة حقيقية قيمة ومغزى هذه الذكريات، إلا إذا ربطناها بأسلوب الحياة الشامل والكفاح الرئيسي في تقدمه نحو التفوق وأيضا الذكريات الخمس الأولى نجد فيها أجزاء من نموذج الفرد وإشارات مفيدة حول الأسباب التي أعطت تصميم الحياة شكله الخاص، ويمكننا أيضا أن نلمس للإشارات الأكثر ضمانة حول الجهد الشخصي والتمرن الشخصي لمواجهة النواقص والمصاعب العضوية الجسدية في البيئة الأولى. ومن خلال النتائج العلاج النفسي الذي قام به أدلر وجدنا أن عددا كبيرا من الأطفال المدللين والذين يصبحون راشدين والذين يأتون للمعالجة فنجد أن صورة الأم عندهم نادرا ما تكون غائبة عن

الفصل الثاني

منهاج العيش

الذكريات الأولى، فأسلوب حياة الطفل المدلل فإننا نتوقع دائما أن يتذكر المريض شيئا متعلقا بوالدته مثلا"كنت جالسا في غرفة، أتسلى بلعبة وكانت والدتي جالسة بقربي". (ألفرد أدلر، 1929 / 1982، ص ص208-210)

5.4 تأويل الأحلام:

الحلم هو عبارة عن أداة ووسيلة التي تستثير الأحاسيس والمشاعر فعلينا أن ننقب في ثناياها عن المغزى ولا نستطيع أن ننكر أن المشاعر لا بد أن تكون في سياق أسلوب حياة وأن تكون منسجمة مع توجهه الشعوري في الأصل، وأن الاختلاف بين فكرة الحلم وفكرة الحياة الواعية للإنسان، هو ليس اختلافا مطلقا ففي الحلم نجد أكثر العلاقات الموجودة في دنيا الواقع تستبعد وتتناثر، لكن لا يعني أننا في حالة الحلم نكون قد انفصلنا عن الواقع، فمثلا إذا كنا مضطربين في حياتنا فهذا سوف ينعكس على نومنا. (الفرد أدلر، 1931/1996، ص ص120-124).

أوجد أدلر فكرته في أن الأحلام لا تتعارض مع حياة اليقظة فمهما تسيران معا بطريقة متوازية فلو أننا تطلعنا خلال اليقظة لتحقيق هدف التفوق فإنه من البديهي والضروري أن نكون مشغولين بنفس المشكلة خلال النوم حيث أن جميع الأفراد لديهم الهدف نفسه سواء في اليقظة أو في النوم، وهذا يظهر في رغبتهم لتحقيق الهدف نفسه لذلك فالحلم ما هو إلا نتاج من نواتج "أسلوب الحياة" للفرد وفي الغالب من يتفق معها في معظم الحالات. (ألفرد أدلر، 1931/2005، ص133)

خلاصة

يسعى الفرد لتحقيق أهدافه الغائية وبلوغ النمو، إذ يتخذ منهاج عيش محدد في حياته لتكوين شخصيته وتكوين منهاج عيشه وأسلوب حياته، يمكنه من تعويض الشعور بالنقص الذي يولد به والتي تعد ركيزة أساسية لبناء منهاج العيش، و ذلك بهدف بلوغ التفوق والكمال لتتميز نزعتة الاجتماعية بالإيجابية، ما يجعله يستخدم ذاته الإبداعية لبناء منهاج عيش متلائم مع جميع الجوانب.

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

❖ تمهيد

إن هذه المرحلة تمثل عالم واسع للمراهق حيث الحرية والإحساس بالمسؤولية، والبحث عن الاستقلالية والبحث عن تحقيق الذات، فتعد مرحلة محملة بكثير من التغيرات البيولوجية النمائية والتطورات النفسية الاجتماعية التي تؤثر على حياة المراهق، إذ يتعرض في هذه المرحلة للنجاح أو الفشل، لذلك يحتاج في هذه الفترة الحساسة لمن يدعمه ويساعده في الوصول إلى النجاح والتفوق الدراسي، هذا الأخير ينعكس على مجمل حياة المراهق فتجعله يشعر بالاعتزاز وينمي مهاراته وقدراته الخاصة والتي تتحدد في مستوى التحصيل الأكاديمي المتميز، وفي هذا الصدد أولى العلماء أهمية كبرى لهذه المرحلة وقاموا بدراسات معمقة، ساهموا مساهمة فعالة في تفسير هذه التغيرات التي تطرأ على المراهق والتي تؤثر على كامل شخصيته وكذا إنجازاته وتخطيها يجب على المراهق تحقيق التوازن بين ما هو بيولوجي نمائي وما هو نفسي اجتماعي للاستقرار والثبات الانفعالي.

المبحث الثاني: المراهقة و التفوق الدراسي

أولاً: المراهقة

1. تعريف المراهقة:

تعتبر فترة المراهقة مرحلة حساسة جدا في حياة المراهقين تتدخل فيها عدة أبعاد نفسية وفسولوجية واجتماعية ويمكن تعريفها كما يلي:

لغة: كلمة المراهقة مشتقة من الكلمة اللاتينية (adolecere) وهي تعني الزيادة والنمو.

(Elizabet,b,1981,p173)

اصطلاحاً: حددها سيلامي (silamy) بأنها "مرحلة من مراحل الحياة تتحدد من سن الطفولة وتستمر حتى سن الرشد". (Silamy,n, 2004, P8)

وقد تناول العديد من الباحثين مرحلة المراهقة بمجموعة من التعاريف توضح لنا المفهوم أكثر:

(1) تعريف "ستانلي هول" (1965): المراهقة هي الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة وهذا ما عبر عنه بكلمتي "Stress"

"Strom". (راوية هلال، 2006، ص31)

(2) تعريف "فؤاد البهي السيد": المراهقة هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وظاهرها، اجتماعيا في نهايتها. (فؤاد البهي السيد، 1998، ص231)

(3) تعريف "مارسول و براكينى" (1999): المراهقة مرحلة تحول تتمحور في العديد من التغيرات التي تعرقل التوازن الداخلي للموضوع والتي تعرف بإعادة بناء الأنا والبحث عن وسائل جديدة لإثبات الذات.

(Coslin,p,2006,p13)

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

4) تعريف "عبد المنعم الميلادي": المراهقة مرحلة عمرية ليست بالقصيرة وهي مرحلة نضج أو نمو في نواحي مختلفة بالنسبة للذكر والأنثى، فيحدث فيها نمو ملحوظ من خلال إفراز هرمونات جنسية معينة في كل من الذكر والأنثى لها فعاليتها في جسم المراهق، إضافة إلى حدوث نمو انفعالي ولكن بأقل درجة من الأنواع الأخرى من التغيرات. (عبد المنعم الميلادي، 2006، ص53)

2. خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

تمتاز فترة المراهقة بمجموعة من الخصائص والمميزات والتي تجعلها مختلفة عن غيرها من مراحل النمو عند الإنسان ومن بين هذه المميزات نجد مايلي:

1.2 النمو الفسيولوجي:

يعتبر النمو الفسيولوجي في فترة المراهقة من أهم جوانب النمو في هذه المرحلة من خلال ما يظهر على المراهق من تغيرات نمائية بارزة وسريعة في الجسم من حيث الطول والوزن والعضلات حيث يلاحظ ازدياد في الوزن بشكل سريع نتيجة النمو العضلات والعظام أي نمو الأبعاد الخارجية للمراهق بالإضافة إلى التغيير في ملامح الوجه وغيرها من الظواهر الجديدة التي تصاحب عملية النمو. (نوري الحافظ، 1981، ص48)

2.2 النمو الجنسي:

إن النمو الفسيولوجي يتمثل أساسا في مجموع العمليات الحيوية والبيولوجية التي تحدث داخل الجسم وهو يشمل الجانب الوظيفي للأعضاء ويتمثل أساسا هذا النوع من النمو في ظاهرة البلوغ التي تعد كمؤشر بيولوجي لبداية المراهقة حيث يعرف البلوغ بأنه مرحلة من مراحل النمو الفسيولوجي العضوي التي تسبق المراهقة وفيها يتحول الإنسان من كائن لا جنسي إلى كائن جنسي قادر على أن يحافظ على نوعه وسلالته (عبد الفتاح محمد دويدار، 1999، ص95).

3.2 النمو العقلي:

تنتم فترة المراهقة بتطور الفكري والعقلي حيث يرى الباحث "ترمان" 1916 أن التغيرات في النمو الجسمي والفسيولوجي في مرحلة المراهقة تقترب بالتغيرات في النمو العقلي، فالقدرات العقلية لا تستمر طول الحياة لكنها تصل إلى ذروتها في السادسة عشر (16) تقريبا ثم تأخذ في الانخفاض التدريجي كما بين كل من الباحث "بالتز" (1973) وكذلك "شي" (1974) أن الذكاء لا ينخفض مع التقدم في العمر الزمني لكنه قد يتحسن و يستمر في الازدياد خلال سن النضج. (فؤاد البهي السيد، 1977، ص 345)

4.2 النمو الانفعالي:

تتميز مرحلة المراهقة بوجود مجموعة من الانفعالات والتي تظهر بشكل واضح في تصرفات المراهق كظهور بعض العواطف الشخصية نحو الذات حيث يفتخر بنفسه في بعض الأحيان ويعتز بها كما يبدي إعجابا بكل المظاهر الجميلة في الطبيعة والتمسك بها مباشرة ويعتبر الحب من أهم ما تنتم به الحياة الانفعالية في هذه المرحلة، كما تختلف المخاوف عند المراهق في هذه السن عما كانت لديه في الطفولة، حيث تتلخص هذه المخاوف أساسا في المخاوف المدرسية وخاصة الخوف من الامتحانات، و في المخاوف الصحية التي تظهر

الفصل الثاني

المراهقة و التفوق الدراسي

أساسا في الخوف من الإصابة بالعاهاات و المرض مخاوف من مرض الأهل، مخاوف اقتصادية واجتماعية، وخاصة تلك المخاوف الجنسية التي تبدو في علاقة المراهق بالجنس الآخر، والتي تتلخص في القلق والخجل والكآبة، مع كل هذا فإن المراهق في هذه السن دائم الغضب حتى أتفه الأسباب.

5.2 النمو الاجتماعي:

يصبح المراهق في هذه المرحلة ميالا للاندماج داخل المجتمع حيث تتسع دائرة التنشئة الاجتماعية وخاصة مع انتقاله من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة المتوسطة وفي هذه السن يكون السلوك الاجتماعي للمراهق عملية مستمرة مع تقدم العمر حيث يعتمد مدى نجاح توافقه مع المواقف الاجتماعية الجديدة على خبراته السابقة حيث يتصف النمو الاجتماعي للمراهق بمظاهر رئيسية تبدو في التآلف مع الأفراد الآخرين أو النفور منهم ومن بين مظاهر التآلف الميل للجنس الآخر وخضوعه لجماعة النظائر (الأصدقاء) حيث يسعد المراهق بمشاركة الآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار وهذا عندما تكون البيئة الاجتماعية مناسبة لتوسيع دائرة المراهق

أو عندما تكون البيئة الاجتماعية غير مناسبة فإن المراهق يسلك سلوك النفور التي تتلخص مظهره في تمرد المراهق على الراشدين كسخرية من النظم القائمة على التعصب المنافسة. (محمد زيدان، 1975، ص 162-164)

6.2 النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بالزيادة في النمو الجسمي للمراهق ما يؤدي بضرورة إلى الزيادة في القوة والقدرة على الحركة ولممارسة العديد من النشاطات البدنية والرياضية، إلا أن حركات المراهق تكون غير دقيقة، لذلك يطلق على هذه المرحلة "مرحلة الارتباك" حيث كثيرا ما يتعثر المراهق ويخطئ في أدائه الحركي، نظرا للنمو السريع الذي يجعل العضلات غير متناسقة إضافة إلى بعض العوامل الاجتماعية والنفسية التي تؤثر على المراهق، ويختل نشاطه الحركي، حيث أن النمو الحركي يرتبط ارتباطا وثيقا بالنمو الاجتماعي. (أحمد محمد الزغبى، 2001، ص 365)

7.2 النمو الديني:

يحتل الدين أهمية كبيرة في حياة المراهق، إذ يشكل أحد أبعاد الشخصية ويتناول نواحي الحياة الاجتماعية والثقافية والاقتصادية كما يعتبر قوة دافعة للسلوك له أثره الواضح على النمو النفسي للمراهق فالفرد خلال سنوات المراهقة يصبح قادر على التفكير والتأمل في معتقداته وقادرا على التعمق في أمور الدين بالإضافة إلى ذلك فإن ما يسهم في يقظة الشعور الديني نمو ثقته بنفسه ونضجه الجنسي مما يؤدي إلى يقظة عامة في الشخصية وتتضح لديه جميع القوى النفسية مما يزيد حبه للاستطلاع وخاصة فيما يخص القضايا المتعلقة بالدين. (أحمد محمد الزغبى، 2001، ص 410)

الفصل الثاني

المراهقة و التفوق الدراسي

3. التناولات النظرية المفسرة لمرحلة المراهقة:

1.3 الاتجاه البيولوجي:

تعتبر مرحلة عواصف وضغوط تولد فيها الشخصية من جديد، وذهب "هول" إلى أن المراهق إنسان تائه، سريع الانفعال، غير متزن، لا نستطيع التنبؤ بما سيفعله بكثرة تقلباته الانفعالية، وعدم استقراره النفسي مما يخلق لديه أزمة حتمية بسبب التغيرات الفسيولوجية والبيولوجية التي يعيشها أثناء وبعد البلوغ. (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، ص ص 30-31)

2.3 الاتجاه التحليلي

- سيجموند فرويد: النظرية النفسجنسية

يؤكد أنصار مدرسة التحليل النفسي "أن بنية الشخصية تتعرض للتعديل في طور المراهقة" فقد كانت "الأنا" قبل حلول هذه الفترة تشغل مركزاً متوسطاً بين "الهو" و"الأنا الأعلى" وتتولى مهمة الوفيق بينهما، ووفقاً للتصور الفرويدي لسيكولوجية المراهقة فإن وظيفة الأنا في هذا الصدد يطرأ عليها نوع من التشويش والاضطراب نتيجة لانخراط الفرد في طور البلوغ، ويبدو "الهو" في هذا الوقت محكوماً وموجهاً بتأثير المحفزات الجنسية متخطية الرغبة في الحصول على اللذة إلى الرغبة في التناسل والتكاثر أيضاً، وكانت "الأنا الأعلى" حتى حلول هذه الفترة الحرجة مباشرة قد شرعت في ممارسة وظيفتها وحددت ملامحها خلال سنوات الكمون وذلك عن طريق التوحد مع الوالدين والمثل العليا، ولكن مع حلول فترة المراهقة الحرجة تهز دعائم "الأنا الأعلى" نتيجة للتغيرات التي طرأت على علاقة المراهق بوالديه. (مرسي محمد مرسي، 2002، ص ص 35-36)

- "أريك سون": النظرية النفسية الاجتماعية "هوية الأنا":

تعتبر مساهمة "أريك سون" (Erik son, 1994-1902) من أكبر المساهمات التي قدمت في مجال نمو المراهق، فقد عدل "أريك سون" من موقف التحليل النفسي من جهة، وقدم تفسير أكثر شمولية وفعالية في وصف سلوك المراهق من جهة أخرى، عدل "أريك سون" من نظرية النمو النفسي الجنسي "فرويد" استناداً لنتائج البحوث النفسية الاجتماعية والأنثروبولوجية المحدثّة، رغم أنه استبقى في نظريته الكثير من مفاهيم "فرويد" بما في ذلك مثلث مكونات الشخصية: الهو، الأنا، الأنا الأعلى، إلا أنه أعطى أهمية أقل للحاجات البيولوجية الأساسية للهو بالمقارنة مع "فرويد"، بل عوضاً عن ذلك، فإنه يعتقد أن "الأنا" هو القوة المحركة للسلوك. (رغدة شريم، 2009، ص 46)

ويذهب "أريك سون" إلى أن عملية تكوين الهوية ليست عملية بسيطة فهي تشير إلى حاصل جمع كل خبرات الطفولة والنضج البيولوجي ونمو الأنا، وهو كيان تتكامل فيه تدريجياً المعطيات التكوينية والحاجات اللمبيدية والقدرات المميزة، والتوحدات ذات الأهمية والدفاعات الفعالة والإعلاء الناجح والأدوار المتسقة، وكلها تظهر فقط نتيجة التفاعل المتبادل بين الفرد والمجتمع. (أبو بكر مرسي، 2002، ص 50)

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

3.3 الاتجاه الاجتماعي:

ترى "مرجريت ميد" والتي تمثل الاتجاه الاجتماعي، أنه عندما يمر المراهقون بصعوبة ما، يجب على الفرد أن ينظر إلى الثقافة ليكتشف المشكلة، فمثلا عندما يعاني المراهقون في أمريكا من التوتر والقلق وشدة الانفعال، في حين أن الأبحاث على قبائل "السامو" بينت أن فترة المراهقة لا تمثل أزمة بقدر ماهي فترة تتسم بالهدوء النسبي، وتؤكد "مرجريت ميد" بأن: "قلق المراهقين واضطرابهم لا تفسر سلوك المراهقين في كل المجتمعات"، كما أوضحت "مارجريت ميد" أن "المشاكل التي تواجه المراهقين تتوقف على الأبعاد الاجتماعية والثقافية المحيطة بالفرد والتي تجعل الانتقال يتم بصورة أقل أو أكثر صراعا، ومن ثم فقد أرجعت "مارجريت ميد" مشاكل المراهقين إلى وجود معايير متصارعة وقيم ثقافية متعارضة في اختيارات الفرد، ومن ثم فخبرة

المراهق تتغير بتغير المناخ الثقافي، وترى أيضا أن أزمة المراهقة أو بداية الشباب تختلف في شكلها و مضمونها وحدتها من مجتمع إلى آخر. (أبو بكر مرسي، 2002، صص 31-32)

4.3 نظرية ألبرت Allport:

تفهم المراهقة عند "ألبرت" من خلال إيمانه بالدور الذي تلعبه الذات في تكوين الشخصية، بحيث أن جل اهتماماته ركزت على تحليل جوانبها وأبعادها عبر مراحل نمو الفرد وتكوين شخصيته منذ ميلاده إلى حين بلوغه مرحلة المراهقة وهي الفترة التي يقوى فيها الفرد المراهق شعوره بذاته والسعي نحو تأكيدها، ونظرا لأهمية هذا المفهوم ومركزيته في نفسية الفرد من جهة وفي النسق السيكولوجي "لألبرت" من جهة أخرى، فإننا نرى ضرورة التعرض له عبر مختلف مراحل نموه إلى فترة المراهقة.

إن مفهوم الذات والأنا يشكل إذا نقطة انطلاق لتصور أبعاد الشخصية والجديد الذي أضافه "ألبرت" في تحليله ودراسته لمفهوم الذات بعد "وليام جيمس" هو اعتقاد بوجود عدة مظاهر لهذه الذات وتخصيص كل مظهر من مظاهرها بالتحديد والوصف. إن "ألبرت" يتتبع في تفسيره للمراهقة نمو الذات التي تعتبر نواة الشخصية وجوهرها الأساسي وذلك من الميلاد إلى سن النضج. (هدى محمد القناوي، 1992، صص 29)

5.3 نظرية بياجيه "Piaget":

إذا كان اسم "فرويد" مرتبط بدراسة النمو الانفعالي لدى الطفل، فإن "بياجيه" اسمه ظل مرتبطا بالنمو المعرفي، حيث أدخل إلى مجال علم النفس العديد من المفاهيم التي أثرت على هذا العلم، وقد يكون من الصعب الحديث عن فترة المراهقة في النسق السيكولوجي لبياجيه دون التعرض للمراحل السابقة لها، إذا المراهقة كأسلوب في التحليل والنظر وفهم الواقع مرتبط بما سبقها من مراحل والتي تشكل حلقات متصلة كل حلقة تؤدي إلى التي تليها وهكذا. حيث استخلص "بياجيه" بعد ملاحظاته ودراساته الدقيقة لنشاط الطفل وفاعليته وجود أنماط لديه يستخدمها منذ ميلاده إلى فترة المراهقة ولهذا فالتفكير يشكل أنظمة متناسقة يمكن التعرف إليها من

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

خلال مراحل النمو التي يقسمها "بياجيه" إلى أربعة مراحل أساسية والغاية منها إبراز نمو وتطور التفكير والمعرفة

لدى الأطفال واختلافها من مرحلة لأخرى، ومن هذه المراحل ما يلي:

- ✓ المرحلة الحسية الحركية: من الميلاد إلى سنتين.
- ✓ المرحلة ما قبل العمليات العقلية: من سنتين إلى سبع سنوات (2-7).
- ✓ مرحلة العمليات العقلية الحسية: من سبع سنوات إلى احد عشر سنة (7-11).
- ✓ مرحلة العمليات العقلية الشكلية: من عشر سنة فما فوق. (عليوات ملحة، 2010، ص117)

إن التفكير المجرد يمنح المراهقين القدرة على رؤية أنفسهم، ويزيد من فهم خصائصهم الجسدية و السيكولوجية، حيث يساعدهم هذا النمط من التفكير على التخطيط وتحديد الأهداف والأولويات لديهم، و يسمح التفكير المجرد للمراهقين بالتخطيط للحصول على المعرفة والمهارات للدخول في عالم العمل، ولتكيف خصائصهم الفردية مع الأدوار الاجتماعية الممكنة، كما يساعدهم على تحقيق مهام النمو السيكولوجية المتعلقة بمفهوم الذات وتحديدها على نحو مناسب من الاستقلالية والسيطرة على الذات، في نطاق معرفتهم بذواتهم ورغباتهم وخططهم. (رغدة شريم، 2009، ص ص 105-110)

6.3 نظرية المجال:

ويؤكد "ليفين" على ضرورة النظر في دور العناصر القريبة أو البعيدة في حياة الشخص فلفهم سلوك الفرد لا ينبغي أن نعزل أي متغير من المتغيرات المؤثرة فيه كشخص عن بقية العناصر الأخرى التي يتبادل معها للتأثير والتأثر، وهنا تكمن إحدى المبادئ الأساسية لنظرية المجال وهو يعتبر أن سلوك المراهق يرتبط بعدد من المتغيرات التي تحدث في هذا العمر، بحيث لا يمكن لنا فهم المراهقة دون النظر إلى التداخل المستمر للعوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية التي تتم خلال هذه المرحلة من الحياة التي تمثل حسب هذه النظرية مرحلة هامشية، لأن المراهق فيها يقع في مكان الحدود بين جماعتين جماعة الأطفال وجماعة الراشدين فهو يرفض الجماعة الأولى و يكون مرفوضاً من طرف الجماعة الثانية. (هدى الفتاوي، 1992، ص28)

7.3 المراهقة من المنظور الإسلامي:

يرى الإسلام في المراهقة أنها مرحلة عادية غاية ما تمتاز به عن المراحل السابقة نضوج العقل وتطور القدرة على التفكير المجرد والمستقل. (سعيد رشيد الأعظمي، 2007، ص73)

وهذا الموقف يتوافق مع التوجه الشرعي الذي جعل البلوغ علامة على تحمل المسؤولية، والتي عبر عنها "أريك سون" بإثبات الهوية الذاتية. (خالد أحمد علمان، 2006، ص69)

وفي مجتمعنا الإسلامي فقد أباح القرآن الكريم لأبنائنا أن يأخذوا حريتهم بعد البلوغ، قال تعالى: « إذا بلغ الأطفال منكم الحلم فليستأذنوا كما استأذن الذين من قبلكم كذلك يبين الله لكم آياته والله عليم حكيم » (النور، آية:59)

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

وهكذا يختلف تأكيد الأنا والتعامل مع الفتى والفتاة من مجتمع إلى آخر، وهذه المعاملة المتباينة لها أثر كبير على تكوين المراهق وعلى اتجاهاته وعلى شخصيته وسلوكه وبالتالي على مواجهة مشكلاته. (علي فالج الهنداوي، 2002، ص288)

4. حاجات المراهقين:

المراهقون لديهم العديد من الحاجات التي تعتبر ضرورية في حياتهم وغيابها يمكن أن يتسبب بالعديد من المشاكل، حيث يمكن أن تعتبر فترة المراهقة أكثر مرحلة يحتاج فيها الفرد لأكثر عدد من الحاجات ومن بين هذه الحاجات نستطيع أن نذكر مايلي:

1.4 الحاجة إلى تحقيق الذات:

إن السعي لتحقيق الذات وظيفية يمارسها الإنسان في كل المراحل العمرية، كل مرحلة بما يناسبها فالإنسان يقوم بالوظائف الملائمة لقدراته، ويمارس الأدوار المناسبة له والمتوقعة منه، ويشعر جلاء ذلك بالقيمة والأهمية، أو ما يسمى بتحقيق الذات والمراهق يعيش مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد مما يتطلب تغيير وظيفته الأسرية والاجتماعية لما يتماشى مع طبيعة المراهق الجديدة فهذا الأخير يريد تحقيق ذاته عن طريق اختبار قدراته وتفريغ طاقته وبممارسة دوره الاجتماعي.

2.4 الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

من أهم حاجات المراهقين هو الحاجة إلى تقدير الذات والمكانة الاجتماعية فالمراهق معجب بنفسه وهو معتمد بها وهو يعتقد أنه محط أنظار الناس وبؤرة اهتمامهم وهذا ناتج عن فقدانه التوازن الانفعالي والعاطفي وعن التحولات السريعة المفاجئة التي مر بها وعن قلة خبرته وتجربته لذلك يلاحظ أن المراهق مرهف وشديد الحساسية ويشعر بخيبة الأمل لنقد الآخرين، لذلك نجده يسعى إلى اكتساب احترام الآخرين وإعجابهم عن طريق القيام بسلوكات يعتقد أنه يستطيع من خلالها أن ينال رضاهم وإعجابهم حيث أن شعور المراهق بالتقدير يكون له تأثير كبير على شخصيته وسلوكه. (خولة عبد الله، 2004، ص38-39)

3.4 الحاجة إلى الانتماء والتقبل الاجتماعي:

تعتبر حاجة المراهق إلى الحب والانتماء والتقبل الاجتماعي من الحاجات المهمة في هذه المرحلة من حياته حيث أن شعور المراهق بتقبل الوالدين له في الأسرة وتقبله في المدرسة وبين الأصدقاء من أهم عوامل نجاحه، وشعوره بالنبذ والكرهية من هؤلاء يعتبر من أسباب فشله حيث يدخل التقبل الاجتماعي لدى المراهق ويشعر بأنه مهم ومقبول وهذا ما يشكل له حافز قوي للعمل والنجاح ويعتبر الفشل الدراسي بالنسبة للمراهق في كثير من الحالات راجع إلى عدم شعوره بالمحبة والتأييد. (حامد عبد السلام زهران، 1995، ص67)

4.4 الحاجة إلى الاستقلال:

يمثل الاستقلال أو الاعتماد على الذات خاصية يمكن ملاحظتها في وقت مبكر من حياة الفرد وتعتبر رغبة المراهق للاستقلال من أبرز مظاهر حياته النفسية، فهو يسعى إلى الاعتماد على ذاته والاستقلال عن أسرته فالتغيرات الجسمية التي طرأت عليه أشعرته بأنه لم يعد طفلا فلا يجب أن يحاسب أو أن يخضع سلوكه

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

إلى الرقابة والوصاية من قبل الأسرة لكنه من ناحية أخرى لا يزال يعتمد على الأسرة في إشباع حاجاته الاقتصادية وفي توفير الأمن والطمأنينة له.

5.4 الحاجة إلى القيم:

كثيرا ما تصطدم حاجات المراهق ورغباته بالقيم والتقاليد الاجتماعية ويؤدي التعارض بين حاجات المراهق وقيم المجتمع إلى صراع داخلي لذلك لابد من التعرف المراهق على الطرق المشروعة لإشباع حاجاته وتشتد حاجة المراهق إلى القيم نتيجة التناقض بين المبادئ الدينية الخلفية التي آمن بها منذ الصغر وبين ما يراه ممارسا بواسطة ما يحيط من حوله من الكبار، فالمراهق إذا احتاج إلى اكتساب مجموعة من الأخلاق والقيم التي توجه سلوكياته.

6.4 الحاجة إلى الحب والقبول:

الحاجة إلى القبول تتضمن الحاجة إلى الحب والمحبة والتقبل الاجتماعي، فالقبول مطلب نفسي اجتماعي لا يستغني عنه الفرد حيث يسعى المراهق للبحث عن الرضا والمحبة والتقدير من الآخرين ويكره أن يستهان به فرغم انتقال المراهق من مجتمع الطفولة إلى مجتمع الكبار إلا أنه في أحيان كثيرة يتعامل معه كطفل يتلقى الأوامر والنواهي ويتم التشديد عليه، فلا بد من إشباع حاجاته للقبول حتى يستطيع هو الآخر أن يتقبل الآخرين و يعمل بتوجيهاتهم.

7.4 الحاجة إلى النمو العقلي الابتكاري:

بعدما ينتقل المراهق من عالم الطفولة إلى عالم الراشدين يجد أن خبراته لم تعد كافية لكي يستطيع التكيف مع بيئته الجديدة ، لدى فهو بحاجة إلى توسيع قاعدته الفكرية و تحصيل الحقائق و تفسيرها كما يحتاج إلى خبرات جديدة ومتنوعة وإلى معلومات تساعد قدراته على النمو اللازم لتحقيق النجاح والتقدم سواء كان هذا في مجاله الدراسي أو في بيئته الاجتماعية بشكل عام، كما أن المراهق محتاج إلى أن يكون فكرة إيجابية عن الدراسة وتنمية الرغبة في الإنجاز والابتكار. (خولة عبد الله، 2004، ص 37-39)

5. مشكلات المراهقة

تمتاز فترة المراهقة بمجموعة من التغيرات التي تحدث سواء على المستوى الفسيولوجي أو النفسي أو العقلي أو الانفعالي وحتى السلوكي وهذا ينتج عنه وجود عدد كبير من المشاكل تؤثر بشكل كبير في حياة المراهق ومن بين هذه المشاكل مايلي:

1.5 المشاكل النفسية:

تعتبر حياة المراهق النفسية مسرحا للانفعالات العنيفة والثائرة والتي تجعله مهياً للوسواس والأوهام وقد تكون السبب لما نراه من تقلب وعدم استقرار إلى جانب هذا الاضطراب نرى الحيرة بادية على تفكيره وشعوره وأعماله فقد يتعرض في بعض الظروف إلى حالات من اليأس والآلام النفسية نتيجة لما يلاقه من إحباط، بسبب تقاليد المجتمع التي تحول دون تحقيقه أمنيته. (كمال أحمد وآخرون، 1976، ص 245)

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

2.5 المشكلات العلائقية الأسرية:

يرى علماء النفس أن المراهق يعيش في صراع دائم مع والديه وأنه يتمرد على جميع أوامر الوالدين ويبيدي اعتراضه في صورة مختلفة تظهر غالبا في المكابرة والعناد وتتمثل المشكلات الأسرية في نمط العلاقات القائمة في الأسرة والاتجاهات الوالدية في معاملة المراهقين ومدى تفهمهم لحاجاتهم ونظرة المراهقين للسلطة الأبوية على أنها قوة تعمل ضدهم أو هي سلطة تعمل على حل مشكلاتهم، فالمراهق يرغب في الاستقلال والانطلاق يود الاعتماد على نفسه في تنظيم وقته واتخاذ قراراته حيث يرى المراهقون أن نصائح والديهم فيها تدخل في شؤونهم الخاصة وبذلك تظهر مشكلات أسرية عديدة ومن أكثر المشكلات التي يعاني منها المراهقون في الأسرة مايلي:

- 1 - رغبة المراهق في أن تكون أوضاع أسرته أفضل مما هي عليه.
- 2 - عدم توفر جو مناسب لدراسة في البيت.
- 3 - عدم اتفاق آراء المراهقين مع آراء الوالدين.
- 4 - شعور المراهقين أن الأولياء يقيدون حريتهم في معظم الأمور.

تلعب الحياة الأسرية دور كبير في حياة المراهق واتزانه حيث أن البيت يسوده العطف والحب والهدوء والثبات ما يجعل المراهق يشعر بالهدوء والثقة بالنفس عكس الجو المنزلي المشحون بالنزاعات واضطراب العلاقات بين أفرادها هذا الأخير الذي يخلق مراهق مضطرب في سلوكه و غير قادر على التكيف. (خولة عبد الله، 2004، ص60-61)

3.5 المشكلات الشخصية:

ومن بين أهم المشكلات الشخصية التي يتعرض لها المراهق في هذه الفترة من حياته لدينا مايلي: الشعور بالنقص وعدم تحمل المسؤولية بالإضافة إلى نقص الثقة بالنفس، الشعور بعدم الاحترام من جانب الآخرين، القلق الدائم حول أتفه الأمور، المجادلة الكبيرة بسبب وبدون سبب الخوف من التعرض للسخرية والانتقاد، أحلام اليقظة.

4.5 المشاكل المدرسية:

من المشكلات المدرسية التي يتعرض لها المراهق نجد عدم القدرة على التركيز في التفكير، عدم معرفة الأساليب الأنسب للدراسة والاستخدام الأمثل للوقت، عدم ثقة المراهق في قدراته، التخوف من الرسوب، الشعور بالكره اتجاه المدرسة وكل ما فيها لعدم استطاعته على مسايرة أقرانه في الفصل أو لعدم تفهم الإداريين والمدرسين له أو بسبب تعرضه للأذى من قبل زملائه، التخوف من الامتحانات.

5.5 مشكلات تتعلق بالصحة والنمو:

أبرز مشكلات المراهق التي تتعلق بالصحة والنمو يوجد الأرق، الشعور بالتعب بصورة سريعة، المعاناة من الغثيان، قضم الأظاف، عدم الاستقرار النفسي، الإحساس بأنه شخص قبيح، عدم تناسق أعضاء الجسم هذه

الفصل الثاني

المراهقة و التفوق الدراسي

الأمر عادة لا تهم الراشدين كثيرا ولكنها بالنسبة للمراهق تكون مصدر قلق وخاصة إذا جعلته مصدرا للسخرية من الأشخاص الآخرين.

6.5 مشكلات خاصة بالمعايير الأخلاقية:

من بين المشكلات التي يتعرض لها المراهق نجد هناك نوع آخر متصل بالمعايير الأخلاقية وهي :

- الاضطراب الناتج عن عدم التمييز بين الخير و الشر .
- الخلط بين الحق و الباطل .
- عدم إدراك مغزى الحياة .
- القلق بشأن أي سبيل للإصلاح .
- التفكير بمسائل التسامح و علاقتها بحالته النفسية. (كلير فهميم، بدون تاريخ، ص24-25)

7.5 المشكلات الجنسية:

من بين أسباب المشكلات الجنسية نجد أيضا :

- عدم القدرة على مناقشة الوالدين في المسائل الجنسية .
 - شعور المراهق بالذنب لقيامه المتكرر بأفعال جنسية متكررة .
 - الحاجة إلى معرفة الأضرار الناتجة عن استعمال العادة السرية وطرق التخلص منها .
- (أحمد الزغبى، 2001، ص430)

8.5 المشكلات الاقتصادية:

إن المستوى الاقتصادي للأسرة من حيث المردود المالي و المصاريف لها أثر في التكيف اللائق للمراهقين واتجاهاتهم، حيث من الممكن أن يترك المستوى الاقتصادي الضعيف أثرا سيئا لدى الطفل والمراهق خاصة لعدم تلبية بعض احتياجات الأسرة الأساسية من مواد غذائية وألبسة وأدوات مدرسية يدفع بهم الحال إلى القلق والخجل وعدم الإرتياح والاطمئنان لظروفهم الاقتصادية التي من الممكن أن يمتد أثرها إلى الحياة الاجتماعية ومثال ذلك أن الظروف الاقتصادية السيئة قد تكون سببا للجنوح بحيث يلجأ المراهقون لإشباع حاجاتهم بطرق غير شرعية أو الانصراف من مدارسهم لتوجه إلى العمل لإعانة أسرهم، فالمستوى الاقتصادي بارتفاعه أو انعدامه كلاهما يؤثر على الحياة الاجتماعية للمراهق وخاصة في هذه المرحلة حيث من مظاهرها الحساسية الزائدة، حب المظاهر الذي ينجر من ورائها الاصطدام بالواقع المر بالنسبة للفقراء ولها أثر بعيد على العلاقة بين المراهقين والآباء. (نعيم الرفاعي، 1976، ص65)

الفصل الثاني

المراهقة و التفوق الدراسي

9.5 مشكلات التوافق:

يعتبر توافق المراهق أمر جد ضروري في هذه المرحلة من حياته خاصة من خلال ما يمر به من تغيرات نمائية التي تعتبر بمثابة السبب الرئيسي لسوء التوافق في هذه المرحلة ويرجع الباحثين مظاهر سوء التوافق في مرحلة المراهقة إلى مايلي:

1 - التغييرات المصاحبة للبلوغ الجسمي والجنسي.

2 - الغموض في دور المراهق في المجتمعات الحديثة، فلا هو طفل يتمتع بالحماية الوالدية ولا راشد يتمتع بالحرية والاستقلال .

3 - الصراع بين الآباء والأبناء.

4 - وقوع المراهقين في تناقض في سلوكياتهم بين سلوكيات الطفل وسلوكيات الراشد.

(عبد الكريم قريشي، 1999، ص56-57)

6. المراهقة في المجتمع الجزائري:

إن الفضاء الذي يعيش فيه المراهق هو العائلة حيث تعتبر العائلة الجزائرية بصفة عامة عائلة مكتظة العدد أي مجموعة من الأفراد يعيشون مع بعضهم البعض في بيت واحد، مشكلين أسرة واحدة يشرف عليها فرد واحد وهو الأكبر، هذا التنظيم يرتكز كليا على السلطة الأبوية والتي تنظر للطفل بوصفه امتداد لأبيه، أي أنه عندما يكبر يباشر أعماله بنفس السلطة لأنه ذكر. وفي هذا الصدد يوضح مصطفى بونفوشيت (Bontefinouchet) بقوله: " إن الأب ينتظر من ابنه أن يكون تابعا له كلية، ويجب على الابن أن يعتز بالدم الذي أعطي له ويحترم سلطته في كل المواقف، وأن يخدم عائلته تباعا للقيم التقليدية للعائلة "ولتحقيق هذا فإن العائلة تعمل على توفير الظروف والإمكانيات ليستلم الفرد المسؤولية في سن مبكرة، عن طريق تعليمه ودمجه مباشرة في عالم الشغل، وتزويجه من داخل الأقارب، ليس إلا ليظل تابعا للسلطة الأبوية، أما الفتاة المراهقة فتكون أقل حظا، إذ قد تحرم من التعليم في سن مبكرة، لتشغل بتعلم نشاطات الزوجة ورب البيت مستقبلا، كما تحاط برقابة شديدة ودائمة من طرف أفراد كل العائلة، فكما يقول طوالي: " إن الإطار التربوي للبيت التقليدية ينحصر في مجموعة من المفردات ألا وهي: إكرام، الطاعة، العيب، الحشمة... " فالمرهق الجزائري سواء كان ذكرا أو أنثى يعيش مرحلة صعبة جدا، وهذا نتيجة الظروف المحيطة به سواء كان اقتصادية أو اجتماعية أو ثقافية أو سياسية. (Bontefinouchet, 1982, p40)

ثانيا: التفوق الدراسي

1. تعريف التفوق الدراسي:

يعتبر التحصيل الدراسي من مؤشرات التفوق الدراسي، ففي بعض الدراسات الأجنبية استخدم التفوق العقلي بحيث يتساوى مع التفوق الدراسي، حيث اتبع بعض الباحثين في تعريفهم للتفوق محك التحصيل أو الإنجاز الأكاديمي مثل "باسو" و"ديور" و"كارسون"، فقد عرف التفوق بأنه: "القدرة على الامتياز في التحصيل".

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

كما يعرف "بننتلي" (Bentley) الطالب المتفوق بأنه: " الفرد الذي يظهر استعدادات عليا في الدراسة". (سليمان، أحمد، 2001، ص42)

ويعرفه "حسين محمد الكامل" (1973) أن التفوق الدراسي هو: "الإنجاز التحصيلي للتلميذ في مادة دراسية أو التفوق في مهارة أو مجموعة من المهارات، ويقدر بالدرجات طبقا للاختبارات الرسمية أو الاختبارات الموضوعية المقننة أو غيرها من وسائل التقييم.

ويعرف "مارلاندر" (Marland,1972) المتفوق دراسيا بأنه: "ذلك الفرد الذي يظهر أداء متميزا في التحصيل الأكاديمي".

كما يعرف "عبد المجيد نشواتي" (1977) المتفوق دراسيا بأنه: "هو من استطاع أن يحصل تحصيلًا مرموقًا أو فائقًا في أي ميدان من الميادين التي تقرها الجماعة".

ويعرف أيضا كل من "عبد الحافظ سلامة" و"سمير أبو مغلي" (2002) أن المتفوق دراسيا هو: "الذي يظهر أداء مميّزا و قدرة على التحصيل الأكاديمي المرتفع مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها". (نزيم صرداوي، 2009، ص ص 266-267)

ويمكن تعريف المتفوقين دراسيا بأنهم: "مجموعة من الطلبة ذوي قدرات عقلية عالية ولديهم استعدادات أكثر مما لدى أقرانهم سواء في مجال التحصيل الدراسي، أو في أي نوع من المهارات التي يقدرها المجتمع المدرسي". (مدحت ابو النصر، 2004، ص ص 62-63)

2. النظريات المفسرة للتفوق الدراسي:

يعتبر التفوق الدراسي من المواضيع التي تعددت حوله الآراء واختلفت النظريات تفسيرها ومنهم:

1.2 النظرية الوراثية:

تعتمد هذه النظرية على الدلائل التي تشير إلى أن التكوين العقلي للفرد يتحدد بالعوامل الوراثية أكثر مما يتحدد بالعوامل البيئية. (عباس محمود عوض، 1999، ص110)

2.2 النظرية الفسيولوجية:

تهتم هذا النظرية بالنخاع أكثر من القشرة لأنه يسمح بالتنبؤ بالنشاط العقلي الناتج عن عملية إمداد الذهن بالطاقة للعمل ويفترض أصحاب هذه النظرية أن الأذكى وأصحاب القدرة على التحصيل والتفوق لديهم نشاط نخاعي أدرينالين أكثر من العاديين، ويؤيد هذه الحقيقة دراسات كل من "بيرجمان" (L.R.Bergman) و"مانجنسون" حيث توصلوا إلى أن أصحاب التحصيل العالي لديهم إفراز الأدرينالين أكثر من ذوي التحصيل الأقل أو المنخفض كما تبين أن الذكور أكثر إفرازا من الإناث من ذوي التحصيل العالي. (عليوات ملحة، 2010، ص81)

3.2 النظرية البيئية:

تعد هذه النظرية مقابلة للنظرية الوراثية ومناقضة لها وهي تقوم على أساس أن التفوق يتأثر بالبيئة اثر من الوراثة، بمعنى أن العوامل البيئية المواتية يمكنها أن تساعد على التفوق، وتعني بالعوامل البيئية كما يحيط

الفصل الثاني

المراهقة والتفوق الدراسي

بالفرد، ومن الدراسات المؤيدة لذلك دراسات "نيومان" (newman) و"هولزنجر" (holzinger). (مدحت عبد اللطيف، 2011، ص 113)

4.2 نظرية التحليل النفسي الفرويدي:

يلاحظ أنه كلما كان الهدف الذي يتجه إليه الفرد مشابها للهدف الذي تسامى عنه، كلما قل الصراع والقلق لديه، فاهتمام بعض الناس بالتبرع لخدمة أو رعاية الأطفال اليتامى هو هدف مناسب لإعلاء دافع الأبوة أو الأمومة لديهم لأنهم لم يبرزوا أولادا، واتجاه البعض في كتابة القصص أو الشعر العاطفي هو إعلاء مناسب لدافع الجنس لديهم، واتجاه البعض في كتابة القصص أو الشعر العاطفي هو إعلاء مناسب لدافع الجنس لديهم، إن عملية الإعلاء أو التسامي قد حولت طاقة الليبيدو (الطاقة الجنسية) إلى نشاط غير جنسي كمتنفس لطاقة النفسية الجنسية المحيطة، وتقتضي خطوات العقل البشري مزيدا من الابتكار الغريزي والقمع للإرث القديم البدائي، ومزيدا من القيود المفروضة على الإشباع الغريزي للطابع الجنسي، وبالتالي مزيدا من التسامي، وهكذا فالثقافة والحضارة هما نتاج عملية التسامي التي تعد سمة مميزة للعقل المتحضر، إن هذه العملية اللاشعورية هي التي تفسر لنا التفوق والعبقرية وعمليات الإبداع عند "فرويد". (نزيم سرداوي، 2009، ص ص 274-275)

5.2 نظرية علم النفس الفردي:

ترجع هذه النظرية إلى "ألفرد أدلر" (A.Adler) الذي فسّر ظاهرة التفوق بصفة عامة في ضوء عقدة النقص، أو القصور التي تستوجب القيام بعملية التعويض بخلق عقدة تفوق، أو حافز التفوق، وقد يكون التعويض مباشرا حيث يدفع الضرير إلى النبوغ في الأدب، أو في الأصم إلى الإبداع في الموسيقى. (مدحت عبد اللطيف، 2011، ص 111)

يرى "أدلر" أن الكفاح في سبيل التفوق هو الغاية النهائية التي ينزع جميع البشر إلى بلوغها والتي تمنح الشخصية الثبات والوحدة، ويبين "أدلر" أنه لا يعني بالتفوق الامتياز الاجتماعي أو الزعامة أو المنزلة المرموقة في المجتمع، وإنما يعني بالتفوق عمل من أجل بلوغ الكمال؛ أنه الدافع الأعظم إلى الأمام وهو أرقى درجة من تطور الشخصية الروحي، ويعتقد أدلر أن الحافز للتفوق من أقوى موجّهات السلوك الاجتماعي، وأن ممارسة هذا الحافز أمر أساسي للنمو الفردي، حيث أن الشخص يسعى للحصول على تقدير الآخرين و قبولهم من خلال انجازاته، وعندما يتحقق ذلك اجتماعيا يكون الفرد مفيدا ومرغوبا. (نزيم سرداوي، 2009، ص 276)

6.2 النظرية التكاملية:

- يمكن تفسير ظاهرة التفوق في ضوء هذه النظرية تبعا لما يلي:
- إن ظاهرة التفوق تخضع لبعض العمليات والأنشطة الفسيولوجية.
 - يحتاج المتفوق إلى قدر من الذكاء، والدافعية للانجاز، التفوق، التسامي وبعض القدرات المساعدة على التفوق.
 - توفر الظروف البيئية المناسبة، والمواتية من شأنها أن تنمي استعداد الفرد وقدرته على مواصلة التفوق وإحرازه.

الفصل الثاني

المراقبة والتفوق الدراسي

- الاستعانة بالمقاييس النفسية، والأساليب الإحصائية في إيجاد الفروق الفردية في التفوق.

ومن خلال استعراض الباحث للنظريات المفسرة لظاهرة التفوق الدراسي، يرى أن النظرية التكاملية هي النظرية الأنسب والمفسرة للتفوق الدراسي نظرا لتأكيداتها على أهمية دور الوراثة والبيئة ودافعية الانجاز والقدرات المساعدة على التفوق الدراسي. (عباس محمود عوض، 1999، ص ص 112-114)

7.2 نظرية الدافع والانجاز:

يرجع الفضل إلى "هنري موراي" (H.Murrey) في إدخال مفهوم الحاجة للانجاز إلى التراث السيكولوجي منذ عام 1983، ويتركز تعريفه له: "أنه تحقيق الأشياء التي يراها الآخرون صعبة، والتغلب على العقبات وبلوغ معايير الامتياز ومناصفة الآخرين والتفوق عليهم، وقد أظهر أن الأشخاص الذين يحصلون على درجة مرتفعة في الحاجة للانجاز يحصلون على درجات مرتفعة في المدرسة بالمقارنة إلى من يتساوون معهم في القدرة على التعلم ولهم درجة منخفضة في الحاجة للانجاز. (بوجلال سعيد، 2008، ص 95)

3. خصائص المتفوقين:

إن المتفوقين ليسوا بشرًا خارقين، بل على العكس فهم بشر عاديون، ولكنهم يتحلون بمواهب وقدرات في بعض الحقول والمجالات تميزهم عن أقرانهم العاديين، وتعد المعرفة الجيدة بالخصائص العامة للمتفوقين على درجة كبيرة من الأهمية لكافة العاملين في الحقل التربوي، فهي تسهل عملية اكتشافهم وتحديد جوانب التميز لديهم ويذكر "الجغيمان" (2000، ص ص 110-115)، مجموعة الخصائص لهؤلاء المتفوقين على النحو التالي:

1.3 الخصائص الجسمية:

إن التكوين الجسدي للمتفوقين بصفة عامة أفضل قليلا من التكوين الجسدي للعاديين سواء من حيث الطول أو الخلو من العاهات وأنواع القصور الجسدي كضعف البصر أو السمع أو معدل النمو العضوي. وقد بينت دراسات "تيرمان" أن الأطفال المتفوقين كانوا فوق المستوى العادي من حيث الحجم والصحة والعادات الصحية، كما كانوا أكبر في الوزن عند الميلاد، كما أن النمو الحركي يسير بمعدل أكبر قليلا من معدل النمو بين العاديين، حيث بدأ ظهور الإنسان مبكرا عند العاديين بحوالي شهرين، وكذلك يبدأ المتفوقون في الكلام والمشي في سن مبكرة عن العاديين بحوالي شهرين.

2.3 الخصائص العقلية:

يتمتع المتفوق بصفات عقلية تعتبر من أهم الصفات التي تميزه عن غيره من العاديين حيث يرتفع معدل النمو العقلي للمتفوقين عن معدل النمو العقلي للفرد العادي، فقد وجد "تيرمان" أن المتفوقين عقليا على غيرهم في جميع الأعمال في متوسط درجات السمات العقلية وخاصة في القدرة العقلية وفي سمات عقلية أخرى مثل: - حب الاستطلاع - قوة التركيز - تفضيل العمل الاستقلالي - قوة الذاكرة - حب القراءة.

الفصل الثاني

المراقبة والتفوق الدراسي

كما تشير الدراسات إلى أن المتفوقين يتميزون عن زملائهم العاديين في التحصيل الدراسي في معظم المواد الدراسية وحصولهم على تقديرات ممتازة مما يجعلهم يستمرون في التفوق في المراحل الدراسية العليا.

4.3 الخصائص الانفعالية والاجتماعية:

تؤكد دراسة "تيرمان" (1925) أن لدى الأطفال المتفوقين من الصفات المرغوب فيها أكثر مما لدى العاديين، فالمتفوقين أكثر قدرة على تحمل المسؤولية، وهم أمناء يمكن الثقة فيهم، والاعتماد عليهم، كما أنهم أكثر ثباتاً من الناحية الانفعالية، وأقل عرضة للإصابة بالاضطرابات الانفعالية والاجتماعية، كما كشفت الدراسة تميز المتفوقين عن العاديين بصفات كثيرة منها: القيادة والمبادأة في أوجه النشاط الاجتماعي والثقة بالنفس، وحب الاستطلاع، والشجاعة، والاعتماد على النفس، كما يتميزون بقلة المشكلات الانفعالية. (وداد بنت أحمد الوشلي، 1428، ص69)

5.3 الخصائص التعليمية و التربوية:

تتمثل في أنهم:

- يتعلمون القراءة مبكراً قبل الدخول للمدرسة.
 - يتعلمون المهارات الأساسية بسرعة فهم فقط يحتاجون للقليل من التمارين.
 - اقدر على تفسير التلميحات والإشارات من أقرانهم. (محمد حسين القطامي، 2011، ص111)
 - يتصفون بقوة الملاحظة لكل ما هو مهم ورؤية التفاصيل.
 - يستمتعون كثيراً بالنشاطات الفكرية.
 - لهم القدرة على التفكير التجريدي والابتكار وبناء المفاهيم.
 - محبون للنظام والترتيب على الأنظمة والقواعد.
 - لديهم حب الأسئلة للحصول على المعلومات.
 - لديهم القدرة الجيدة على الفهم والإدراك العام.
 - لديهم القدرة على الإلمام بالكثير من المواضيع واسترجاعها بسرعة وسهولة.
 - يستوعبون المبادئ العلمية بسرعة وغالباً ما تكون لديهم القدرة على تعميمها على الأحداث و الناس والأشياء.
- (فتيحة مقحوت، 2013، ص124)

6.3 الخصائص القيادية:

- الثقة بالنفس.
- القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة.
- الاستقرار النفسي والاتزان والنضج الانفعالي.

الفصل الثاني

المراقبة والتفوق الدراسي

- المبادرة والمجازفة.
- التفكير الإبداعي وتحمل المسؤولية.
- الحس الأخلاقي وتحسس ألام الآخرين.
- المرونة والتكيف مع المواقف المختلفة.
- الاستقلالية والذاتية وضبط النفس.
- حسن الاتصال بالجمهير والدافعية نحو الانجاز والتميز. (سعيد حسني العزة، 2000، ص169)

4. الحاجات العامة للطلاب المتفوقين:

- أثبتت البحوث والدراسات أن المتفوقين لهم كثير من الحاجات التي ينبغي إشباعها لديهم وتتمثل في :
 - الحاجة إلى المزيد من الإنجاز ليتناسب مع ما لديهم من قدرة عالية ودافعية نحوه ولما لديهم من قدرات وإمكانات.
 - الحاجة إلى المزيد من تقدير الآخرين ليتناسب ذلك مع ما يشعر به المتفوقين نحو أنفسهم وما تؤكده انجازاتهم.
 - الحاجة إلى المزيد من الرعاية والتوجيه ليتناسب مع دقة المهمات والمنجزات المنوط بهم إنجازها، ولكي لا يشعروا بالإهمال في المدرسة أو مكان العمل.
 - الحاجة إلى برنامج دراسي خاص وتفريد التعليم لأن المتفوق سيشعر بالملل والضجر إذا ما انخرط في برنامج دراسي عادي.
 - الحاجة إلى المزيد من النشاطات المنهجية واللامنهجية المتعلقة بميوله ورغباته و قدراته مثل الزيارات الميدانية والعمل المدرسي الإضافي بسبب قدرته على الانجاز.
 - حاجته الى الاندماج الاجتماعي ليوفر الأصدقاء والعمل المتعاون مع الآخرين ولكي لا يشعر الغربة والغرابية.
- (سعيد حسني العزة، 2000، ص71)

5. مشكلات المتفوقين دراسيا:

- عدم إدراكهم لمعنى الموهبة والتفوق وعدم تعريفهم بذلك.
- التوقعات المرتفعة التي غالبا ما يضعها لهم الآباء والمعلمون والرفاق.
- الشعور بالعزلة، واللجوء إلى تفوقهم من أجل التكيف مع الرفاق، ورفض القيام بأعمال معادة، وتندي الدافعية، وعدم تقبل النقد.
- قلة الرعاية والتوجيه للمتفوقين من قبل والديهم وباقي أفراد الأسرة.
- افتقار البيئة المنزلية للوسائل اللازمة لتنمية قدرات التفوق وإغفال الحاجات النفسية.
- كثرة الخلافات المستمرة بين الوالدين.

الفصل الثاني

المراقبة والتفوق الدراسي

- عدم توفر الحرية المطلوبة للمتفوق داخل بيئته المنزلية.
- عدم مراعاة الفروق الفردية في التوزيع الكمي والكيفي للطلاب داخل الفصل الدراسي.
- عدم وجود المعلم المؤهل لتدريس الطلاب المتفوقين.
- ضعف مشاركة بعض المتفوقين في الأنشطة المدرسية. (سعيد العزة، 2000، ص 52)

6. رعاية المتفوقين دراسيا:

تتجلى رعاية المتفوقين دراسيا في تقديم الخدمات النفسية والتربوية للتلاميذ المتفوقين دراسيا والتي تهدف إلى تعزيز وصل السمات المسؤولة عن التفوق الدراسي مثل الدافعية والمثابرة لأن التلاميذ الذين يتحصلون على علامات مرتفعة ويظهرون تفوقا دراسيا في السنوات الأولى من الدراسة إذا لم تلق هذه الفئة أي تشجيع وتدعيم فإين مصيرها يكون الضياع حتما، وعليه يجب المحافظة على دافعية الطلبة تجاه الدراسة.

و منه نستخلص الجوانب التي تؤمن الرعاية للطلبة المتفوقين نجد:

● الرعاية العلمية: تتمثل في:

- توفير الأجهزة العلمية.

- الإشراف على الزيارات العلمية الميدانية.

- إعداد المكتبة وتزويدها بالكتب التي تناسب هؤلاء التلاميذ.

● الرعاية التربوية والنفسية: تتمثل في:

- توفير مكتب خاص بالتوجيه التربوي والإرشاد النفسي.

- يتجلى الإشراف عليه من طرف مختص في علم النفس الذي يساعد التلاميذ على أحداث التوافق النفسي والتربوي.

● الرعاية الاجتماعية: تتمثل في:

- يشرف على هذه الرعاية مختص في علم الاجتماع الذي يقوم بإعداد بحوث اجتماعية خاصة بالتلاميذ لتقديم الإعانات المادية للذين هم في حاجة ماسة إلى ذلك.

● المذاكرة:

- يقوم الأساتذة بالإشراف على هذه العملية في أوقات منتظمة.

● الرعاية الصحية:

- وذلك بتوفير وحدات صحية تشرف على الجانب الصحي للتلاميذ.

● التغذية: ذلك بتوفير غذاء صحي متوازن وكامل يتناسب مع ما يبذله التلميذ من مجهودات عقلية وبدنية. (نبيلة

بن الزين، 2005، ص 39-44)

الفصل الثاني

المراهقة و التفوق الدراسي

خلاصة

من خلال التطرق إلى مختلف مميزات وتفسيرات مرحلة المراهقة يظهر لنا أن هذه المرحلة هي مرحلة حساسة جدا وتحتوي على الكثير من التغييرات حيث أن هناك من المراهقين من يجد صعوبة في تجاوزها بسهولة ويظهر لنا هذا خاصة من خلال ظهور بعض السلوكيات السلبية خاصة إذا لم يكن هناك سند أو دعم اجتماعي وأسري، وقد يتعرض أيضا للفشل أو للنجاح لذا فهو يحتاج لمن يدعمه ويشجعه للوصول للنجاح والتفوق الدراسي ليصبح من الفئات ذات الطاقات والإمكانات التي تحتاج لمن يكشفها ويحافظ عليها وينميها ويطور قدراتهم لتحقيق أفضل النتائج، وهذه المسؤولية تقع على عاتق مؤسسات التنمية الاجتماعية بصفة عامة والأسرة والمدرسة بصفة خاصة.

الفصل الثاني

اضطراب النوم

❖ تمهيد

إن النوم من الدوافع الفطرية الحيوية لدى الفرد، إذ تعتبر ظاهرة النوم من الظواهر المهمة بالنسبة إلى عملية نمو الفرد وصحته النفسية والجسمية وبالنسبة للحياة الاجتماعية، فهو يساعد على الاحتفاظ بالطاقة والنشاط لتلبية مطالب الحياة في مختلف المراحل العمرية بما فيها مرحلة المراهقة، وإن ظهور بعض المشكلات النفسية والتربوية والأسرية والاجتماعية على المراهق نتيجة التغيرات المتخلفة في هذه المرحلة، لذا فهو بحاجة إلى يد العون باعتبارها مرحلة حساسة، فالكثير يعتبر النوم مشكلة كبيرة إذ توجد فروق بين الأفراد في النوم.

المبحث الثالث: اضطراب النوم

1. تعريف النوم:

يعرف النوم بأنه: "حالة يقل فيها الانتباه إلى المثيرات الخارجية، أو يتوقف خلالها هذا الانتباه".

ويعرف أيضا بأنه: "حالة فسيولوجية مرتبطة بشروط خاصة لكي يتم تحقيقها مثل الشعور بالنعاس والتمدد والاسترخاء، وتوافر شروط فيزيقية وعضوية".

ويعرف كذلك بأنه: "عبارة عن وسيلة دفاعية لحماية الجهاز العصبي من الإنهاك، وكعلاج فسيولوجي ذاتي يهدف إلى تحقيق التوازن العضوي لدى الفرد".

ويعرف كذلك بأنه: "هي الحالة الطبيعية الهادئة الخالية من أي اضطراب للدماغ ينتج عن الإحساسات".
(فيصل الزراد ، 2000 ، ص451-452)

ويعرفه كليتمان (kleitman) 1963 بأنه: "حالة غي متغيرة من الاستثارة المنخفضة، يتسم بأنشطة

متنوعة ومستمرة في حركة الجسم، والأحلام، والنظم الفسيولوجية والبيوكيميائية ، ويستخدم عادة رسام المخ الكهربائي للتعرف على التغيرات التي تحدث أثناء النوم". (أديب خالدي، 2006، ص438)

تعريف ريبير وريبير (2008): مصطلح عام يشمل أي حالة غير طبيعية تتصف بها دورة النوم واليقظة بسبب عوامل عصبية فسيولوجية أو عوامل نفسية المنشأ. (ريبير وريبير، 2008، ص615)

2. مراحل النوم:

وجد المختصون الذين درسوا النوم مثل ويب (Web,1968) أن الشخص العادي يمر بعدة مراحل ومستويات من حيث العمق وحدوث الأحلام أثناء الليلة الواحدة، ولاحظ الباحثون أيضا أن دورة النوم الواحدة تستمر من 90 إلى 100 دقيقة يمر فيها الشخص بخمس مراحل على النحو التالي:

1.2 حالة النعاس أو الغفوة (Hypnagogic State): وهي الحالة التي تسبق النوم مباشرة، وتتميز

بالدخول في حالة أحلام يقظة وسرحان للدماغ لفترة قصيرة ثم المرور إلى مرحلة انتقالية بدون أحلام يقظة أو بدون أحلام حقيقية، وهي مرحلة بين النوم واليقظة تتميز بموجات ثيتا (Theta). ويفقد الإنسان في هذه الحالة التحكم الإرادي في حركات جسمه ويضعف إحساسه بالعالم الخارجي. وتتميز هذه الحالة -في معظم الأحوال-

الفصل الثاني

اضطراب النوم

باسترخاء الأعضاء والراحة النفسية. ولكن، قد تحدث أحيانا للإنسان في هذه الحالة استفاقة مفاجئة والشعور بحالة تشبه السقوط أو الانتفاض. وليس هناك أي خطر من ذلك بل ينبغي الرجوع إلى حالة الاسترخاء مرة أخرى.

2.2 المرحلة الثانية: ويلاحظ فيها توقف حركات العيون وتصبح فيها موجات المخ أبطأ مع تدفقات من موجات دماغية سريعة أحيانا، وتكون الموجات في شكل مغزلي.

3.2 المرحلة الثالثة: وتصبح فيها موجات المخ بطيئة مع بعض الموجات الصغيرة والسريعة. وتصدر عن المخ في هذه المرحلة موجات دلتا (Delta) بنسبة تقل عن 50%.

4.2 المرحلة الرابعة: وتصدر عن المخ في هذه المرحلة موجات بطيئة جدا وتكون فيها موجات دلتا أكثر مما هو عليه الحال في المرحلة الثالثة إذ تزيد عن نسبة 50%.

وتتميز المرحتان 3 و 4 بالنوم العميق، ومن مميزات النوم في هاتين المرحتين عدم حركة العيون وفقدان النشاط العضلي. وفي هاتين المرحتين يحدث التبول اللاإرادي للأطفال والمشى أثناء النوم (سيرنوم) والكوابيس الليلية.

5.2 المرحلة الخامسة: تسمى هذه المرحلة بمرحلة "حركة العين السريعة" حيث يلاحظ أن جفون العيون تتحرك أثناء النوم حركات سريعة في شكل انقباضات أو ارتجاجات خفيفة، ويتكرر ذلك عدة مرات في الليلة الواحدة.

وتتميز هذه المرحلة أيضا بسرعة وثيرة التنفس وعدم انتظامه وازدياد دقات القلب وارتفاع ضغط الدم وبنخفاض درجات الحرارة.

ج1: يوضح مراحل النوم الخمس ومختلف الموجات التي يصدرها المخ أثناءها

المرحلة	التردد بالهيرتز (في ثانية واحدة)	السعة (ميكروفولت)	نوع الموجة
اليقظة	15-50	أقل من 50	بيتا وألفا
قبيل النوم وحالات الاسترخاء	8-12	50	ألفا
المرحلة الأولى	4-8	50-100	ثيتا
المرحلة الثانية	4-15	50-150	موجات مغزلية
المرحلة الثالثة	2-4	100-150	موجات مغزلية وموجات بطيئة
المرحلة الرابعة	0.5-2	100-200	موجات بطيئة وموجات دلتا
مرحلة حركة العين السريعة	15-30	أقل من 50	

(مصطفى عشوي، 2010، ص ص 152-155)

الفصل الثاني

اضطراب النوم

3. أسباب اضطراب النوم:

هناك أسباب عديدة لاضطراب النوم منها:

• الأسباب البيولوجية:

مثل الإجهاد الجسمي واضطرابات الجهاز العصبي المركزي والتعود على تناول المهدئات والمنومات بكثرة أو تناول المواد المنبهة بإفراط واضطرابات التغذية وجهاز الهضم والإمساك وغيرها (فيصل الزراد، 2009، ص 471-472)، وهذه الأسباب لها تأثير على نوعين من أنواع الشخصية وهي الشخصية المضطربة التي تتراوح بين الاكتئاب المرضي في أحيان والفرح في أحيان أخرى أو الشخصية الصاخبة التي لا تستطيع النوم من كثرة الفعالية والمرح والمشاركة والدوافع الخلاقة والأفكار المتناثرة. (لانجين ديتريك، 1984، ص 75)

• الأسباب النفسية:

مثل الاضطرابات الانفعالية والقلق والتوتر والاكتئاب وعدم الشعور بالأمن والراحة وقراءة القصص المثيرة أو المخيفة والخوف من الظلام بالنسبة للأطفال والنوم منفرداً والهروب من مواجهة مشكلات الحياة إلى النوم وعدم تخفيف الدوافع والحاجات وانتقال الأم خارج المنزل الذي يؤدي إلى اضطراب النوم لدى أطفالها وكذلك الانفعالات المكبوتة التي يمكن أن تؤثر في النوم. (فيصل الزراد، 2009، ص 472)

• الأسباب البيئية:

تنشأ هذه الأسباب نتيجة لحافز خارجي مزعج أو نتيجة لتغيير تناوب نوم الشخص مثل الضوضاء وطبيعة السرير وحرارة غرفة النوم وعادات النوم المتبعة. (لانجين ديتريك، 1984، ص 55-62) وكذلك اتجاهات الوالدين الخاطئة عن مدة النوم ومتطلباته وإجبار الطفل أن ينام في وقت محدد حسب ظروف حياتهم والنوم مدة أقل أو أكثر من اللازم واستعمال النوم كتهديد أو عقاب وأساليب المعاملة السيئة مع الطفل لإجباره على النوم. (حامد عبد السلام زهران، 1977، ص 515)

• الأسباب الاجتماعية والتربوية:

مثل اتجاهات الوالدين الخاطئة عن ساعات النوم اللازمة وعدم توفير عادات صحية للنوم ونظام التغذية داخل الأسرة وضيق المسكن ونوم الأطفال مع الوالدين في نفس الغرفة. (فيصل الزراد، 2009، ص 472)

4. النظريات المفسرة لعملية النوم: منها ما يلي:

1.4 النظرية النيورونية للنوم: تذهب النظرية النيورونية إلى أن النوم واليقظة يحدثان نتيجة تباعد أو تقارب

اتصال الخلايا العصبية ببعضها البعض، بالإضافة لنقص الدورة الدموية بالمخ، ويرى بافلوف أن النوم كف امتد فوق قطاع كبير من المخ، "فوق كل النصفين الكرويين بالمخ"، وإما أن ينتشر الكف فيحدث النوم أو ينحصر فيتلاشى النوم، وثمة مجموعتان من المنبهات هي علة انتشار الكف الخاص بالنوم، وهي المنبهات الداخلية الناتجة عن التعب والمنبهات الخارجية التي تتكرر على نحو رتيب، فننام لعجزنا عن مقاومة التعب،

الفصل الثاني

اضطراب النوم

ويمكن إعاقة هذا بسبب منبهات الفكر أو الهموم أو المشكلات، وليس هناك مركز خاص بالنوم في المخ، وذلك لأن الكف والنوم واقع يطرأ على كل خلية، ولذا فلا حاجة لوجود خلايا لهذا الغرض ويؤكد بافلوف-أيضا- على دور العصاب التجريبي في إحداث صعوبة الدخول في النوم، ومع أن كلا من webb و klitman و dement و johnson يرون أن النوم إنما وجد لإصلاح ما أفسده مجهود النهار، وأنه يحافظ على الطاقة في أوقات الظلام التي تكون فيها أقل كفاءة، إلا أن عمليات الهضم والتخلص من الفضلات تحدث خلال النهار-أيضا-.

2.4 النظرية الايجابية للنوم: تذهب هذه النظرية الايجابية للنوم إلى الاعتقاد بوجود مراكز خاصة بالنوم في المخ وبناء على ذلك فالنوم يحدث نتيجة الحث الايجابي لهذه المراكز وهذه المراكز تنقسم إلى ثلاثة أقسام هي:

- مراكز النوم ذي الحركات السريعة للعين: توجد هذه المراكز في قنطرة جذع المخ Pons، وعملية التنشيط الايجابي لها يؤدي لتحول نوم NREM إلى نوم REM وأي خلل فيها يؤدي إلى انعدام نوع REM مع الاحتفاظ بنوم NREM.

- مراكز النوم ذي الحركات غير السريعة للعين: توجد هذه المراكز في قنطرة جذع المخ، و النخاع المستطيل. والتنشيط الايجابي لها يؤدي إلى تنشيط قشرة المخ مؤديا بذلك إلى النوم المتميز بالحركات غير السريعة للعين، وأي خلل في هذه المراكز يؤدي إلى الأرق طويل المدى.
- مراكز التردد بين النوم واليقظة: توجد هذه المراكز فوق منطقة تقاطع عصبي البصر في الجزء الأمامي للهيپوثلاموس-تحت المهاد- وهي مسؤولة عن التردد بين النوم واليقظة في دورة الظلام والضوء، وأي خلل فيها يؤدي إلى اليقظة المفرطة وما يتبعها من إعياء قد يصبح خطرا على الجسم.

3.4 النظرية السلبية للنوم: تعتمد هذه النظرية على وجود ما يسمى بالجهاز الشبكي المنشط الصاعد (ARAS) وقيامه بإرسال سيال عصبي منشط لقشرة المخ فتحدث اليقظة، ومن ثم يمكن تفسير حدوث النوم بأنه يعزي للإجهاد الذي يصيب ذلك الجهاز فيؤدي إلى وقف هذا السيال العصبي لقشرة المخ، غير أن هذه النظرية لا يمكنها تفسير تراكم ديون النوم وخاصة نوم الأحلام، ونوم الموجات البطيئة، فقد توصلت الدراسات إلى أن المحرومين من النوم يقومون بتعويض ذلك الحرمان من شكل زيادة كمية نوم الموجات البطيئة ونوم الأحلام في الأيام التالية للحرمان من النوم.

4.4 النظرية الأيضية للنوم: تقوم هذه النظرية على أن المخ في فترة اليقظة يقوم بتخليق مادة تسمى العامل الحادث للنوم S- وهذا العامل يتجمع في السائل المخي النخاعي، وعند وصوله لمستوى معين من التركيز يحدث النوم، وعندما نرعت هذه المادة من السائل المخي لحيوانات حرمت من النوم لفترة طويلة، وحقنت تلك المادة في حيوانات أخرى تسبب ذلك في نومها، أما دورية التجمع والتخلص من هذا العامل فتؤدي إلى دورية النوم واليقظة. (خالد محمد عبد الغني، 2016، ص ص21-23)

الفصل الثاني

اضطراب النوم

5. تصنيف اضطرابات النوم واليقظة لدى المراهقين حسب DSM-5

ج: رقم (02) يوضح تصنيف اضطرابات النوم و اليقظة حسب DSM-5

اضطراب النوم	الأعراض
اضطراب الأرق insomnia disorder	- صعوبة البدء في النوم. - صعوبة الحفاظ على النوم، ويتميز بالاستيقاظ المتكرر أو بمشاكل العودة إلى النوم بعد الاستيقاظ. - الاستيقاظ في الصباح الباكر مع عدم القدرة على العودة إلى النوم. - يسبب اضطراب النوم تنديا أو إحباطا ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى - صعوبة النوم تحدث بما لا يقل عن 3 ليال في الأسبوع. - صعوبة النوم موجودة لمدة 3 أشهر على الأقل. - صعوبة النوم تحدث رغم الفرصة الكافية للنوم
اضطراب فرط النعاس disorder hypersomnolence	- فترات متكررة من النوم أو الغفوات خلال نفس اليوم. - فترة النوم الرئيسية المطولة لأكثر من 9 سنوات في اليوم الواحد لا تجدد النشاط . - صعوبة الاستيقاظ التام بعد الاستيقاظ المفاجئ. - فرط النعاس يحدث على الأقل ثلاث مرات في الأسبوع، لمدة 3 أشهر على الأقل. - يسبب فرط النعاس تنديا أو إحباطا ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.
النوم الانتيابي	- نوب من الجمدة cataplexy، التي تعرف بأنها إما (أ) أو (ب) والتي تحدث على الأقل بضع مرات في الشهر. - في الأفراد الذين يعانون من المرض منذ فترة طويلة، نوبات وجيزة (من ثوان لدقائق) من فقدان ثنائي الجانب مفاجئ للقوة العضلية مع

الفصل الثاني

اضطراب النوم

<p>الحفاظ على الوعي والذي يستهل بالضحك أو المزاح.</p> <p>-في الأطفال أو الأفراد خلال 6 أشهر من البداية، نوب عفوية من التجهم أو فتح الفك مع لجلجة اللسان أو فقد التوتر العضلي الشامل دون أي محفزات عاطفية واضحة.</p>	<p>Narcolepsy</p>
<p>اضطرابات النوم ذات الصلة بالتنفس</p>	
<p>-اضطرابات التنفس الليلي: الشخير، الشخير/ اللهاث، أو انقطاعات مؤقتة للتنفس مؤقتا خلال النوم.</p> <p>-النعاس أثناء النهار، الإرهاق أو النوم غير المنعش على الرغم من الفرص الكافية للنوم حيث لم يتم تفسيره بشكل أفضل من خلال اضطراب عقلي آخر (بما في ذلك اضطراب النوم) ولا تعزى إلى حالة طبية أخرى.</p>	<p>توقف التنفس أو قصور التنفس الانسدادي</p> <p>أثناء النوم obstructive sleep</p> <p>apnea hypopnea</p>
<p>-الإثبات عن طريق دراسة النوم على خمسة من الانقطاعات المركزية أو أكثر للتنفس لكل ساعة من النوم.</p> <p>-لا يفسر هذا الاضطراب بشكل أفضل من خلال اضطراب نوم حالي آخر.</p>	<p>توقف التنفس وسط النوم central sleep</p> <p>apnea</p>
<p>-توضح دراسة النوم نوب من تنافس التنفس المترافقة مع مستويات مرتفعة من CO₂.</p> <p>- (ملاحظة: في حالة عدم وجود قياس موضوعي لتركيز CO₂، فاستمرار انخفاض مستويات إشباع الهيموجلوبين بالأكسجين غير المصاحب مع حوادث انقطاع التنفس/قصور التنفس قد يشير إلى نقص التهوية).</p> <p>-لا يفسر الاضطراب بشكل أفضل من خلال اضطراب نوم حالي آخر.</p>	<p>نقص التهوية المتعلق بالنوم</p> <p>sleep-related hypoventilation</p>

الفصل الثاني

اضطراب النوم

<p>-نمط مستمر أو متكرر من انقطاع النوم يرجع أساسا إلى تغيير النظام اليومي أو إلى اختلال بين التواتر اليومي الداخلي وجدول النوم واليقظة الذي تتطلبه البيئة الفيزيائية للفرد أو الجدول الاجتماعي أو المهني.</p> <p>-اضطراب النوم يؤدي إلى النعاس المفرط أو الأرق، أو كليهما.</p> <p>-اضطراب النوم يسبب إحباطا سريريا مهما أو ضعفا في المجالات الاجتماعية والمهنية، وغيرها من مجالات الأداء الهامة الأخرى.</p>	<p>اضطراب وثيرة النوم- اليقظة اليومي circadian rhythm sleep-wake disorder</p>
<p>حالات النوم المضطرب</p>	
<p>-المشي خلال النوم: نوبات متكررة من النهوض من السرير أثناء النوم والمشي، بينما يمشي خلال النوم، يكون لدى الفرد وجه فارغ محقق، لا يستجيب نسبيا لجهود الآخرين على التواصل معه أو معها، ويمكن إيقاظه بصعوبة بالغة فقط.</p> <p>-رعب النوم: نوبات متكررة من الاستيقاظ المرعب المفاجئ من النوم، وعادة ما تبدأ مع صرخة مرعبة، هناك خوف شديد وعلامات الاستثارة الجسدية، مثل توسع حدقة العين، تسرع دقات القلب، وسرعة التنفس، والتعرق، خلال كل نوبة.</p> <p>-لا تجاوب نسبي لجهود الآخرين لمساعدة الفرد خلال النوبات.</p> <p>-لا يذكر إلا القليل إن وجد من الخيالات الحلمية(على سبيل المثال: فقط مشهد بصري واحد).</p> <p>-فقدان الذاكرة للنوبة.</p> <p>-تسبب التوب تدنيا أو إحباطا ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.</p>	<p>اضطرابات الاستثارة خلال نوم حركة العين غير السريعة Non-rapid eye movement sleep arousal disorders</p>
<p>-وقوع متكرر لأحلام مطولة ومرعبة جدا ويمكن تذكرها جيدا، وتتضمن عادة تهديدات للبقاء أو للسلامة أو لحفظ الذات، والتي</p>	

الفصل الثاني

اضطراب النوم

<p>تحدث عادة أثناء النصف الثاني من فترة النوم الرئيسية.</p> <p>- عند الاستيقاظ من الكوابيس المرعبة، سرعان ما يصبح الشخص متوجهاً و يقظاً.</p> <p>- تسبب اضطرابات النوم تدنياً أو إحباطاً ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.</p>	<p>اضطراب الكابوس Nightmare disorder</p>
<p>- نوم REM دون فقدان للتوتر العضلي على تسجيل اختبار النوم.</p> <p>- تاريخ يوحي باضطراب سلوك نوم حركة العين السريعة واعتلال مثبت (على سبيل المثال: داء باركنسون، وضمور الأجهزة العديدة).</p> <p>- تسبب السلوكيات تدنياً أو إحباطاً ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى (والتي قد تتضمن الأذية للذات أو لشريك السرير).</p>	<p>اضطراب السلوك خلال نوم حركة العين السريعة Rapid eye movement sleep behavior disorder</p>
<p>- الأعراض في المعيار الأول مصحوبة بتدن أو إحباط ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.</p> <p>- الأعراض في المعيار الأول لا تعزى إلى اضطراب عقلي آخر أو حالة طبية (على سبيل المثال، التهاب المفاصل، وذمة الساق، ونقص التروية المحيطية، وتشنجات الساق) ولا تفسر بشكل أفضل من خلال حالة سلوكية (على سبيل المثال، عدم الراحة الموضعية، قرع القدم المعتاد).</p> <p>- الأعراض لا تعزى إلى التأثيرات الفسيولوجية لإساءة استعمال مادة ما أو لدواء.</p>	<p>متلازمة الساقين المتململتين Restless legs syndrome</p>
<p>- اضطراب مستمر وشديد في النوم.</p> <p>- تطورت الأعراض في المعيار الأول خلال أو حالاً عقب الانسمام</p>	

الفصل الثاني

اضطراب النوم

<p>بمادة أو السحب من مادة أو بعد التعرض لعقار ما. -المادة/ الدواء المتهمة قادرة على إعطاء الأعراض في المعيار الأول. -الأعراض تسبق بدء استخدام المادة/ الدواء، الأعراض لفترة مهمة من الزمن (مثال،حوالي الشهر) بعد انتهاء السحب الحاد أو الانسمام الشديد، أو أن هناك دليلا آخر يقترح وجود اضطراب نوم مستقل ليس محدثا بمادة/ دواء (مثال، قصة نوبات معاودة غير ذات صلة بالمواد). -لا يحدث الاضطراب حصرا خلال مسار حالة هذيان. -يسبب الاضطراب تدنيا أو إحباطا ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية أو المهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.</p>	<p>اضطراب النوم المحدث بمادة دواء substance/medication-induced sleep disorder</p>
<p>-ينطبق هذا التصنيف على الحالات التي تسيطر فيها الأعراض المميزة لاضطراب الأرق والتي تسبب إحباطا سريريا هاما أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية، أو غيرها، ولكن لا تفي بالمعايير الكاملة لتشخيص أي من الاضطرابات من فئة اضطرابات النوم-اليقظة. -اضطراب الأرق الوجداني: فترة اقل من 3 شهور. -مقيد بالنوم غير المنعش: الشكوى الغالبة هي النوم غير المنعش وغير المترافقة بأعراض نوم أخرى كصعوبة الدخول في النوم أو البقاء نائما.</p>	<p>اضطراب الأرق المحدد الآخر other specified insomnia disorder</p>
<p>-ينطبق هذا التصنيف على الحالات التي تسيطر فيها الأعراض المميزة لاضطراب الأرق والتي تسبب إحباطا سريريا أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية، أو غيرها.</p>	<p>اضطراب ارق غير محدد unspecified insomnia disorder</p>
<p>-ينطبق هذا التصنيف على الحالات التي تسيطر فيها الأعراض المميزة لاضطراب فرط النعاس والتي تسبب إحباطا سريريا هاما أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية، أو غيرها. -تسجيل "اضطراب فرط النعاس المحدد الآخر" تليها الاسباب المحددة (مثلا " اضطراب فرط النعاس الوجداني كما في متلازمة كاين-ليفين").</p>	<p>اضطراب فرط النعاس المحدد الآخر other specified hypersomnolence disorder</p>

الفصل الثاني

اضطراب النوم

<p>-ينطبق هذا التصنيف على الحالات التي تسيطر فيها الأعراض المميزة لاضطراب فرط النعاس والتي تسبب إحباطا سريريا هاما أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية، أو غيرها.</p> <p>-يتم استخدام فئة اضطراب فرط النعاس غير المحدد في الحالات التي يختار فيها الطبيب عدم إيصال سبب محدد أن التظاهرات الحالية لا تلبى المعايير المحددة لتشخيص اضطراب فرط النعاس أو أي من الاضطرابات من فئة اضطرابات النوم-اليقظة وتتضمن الحالات التي لا تتوفر على المعلومات الكافية لوضع تشخيص أكثر تحديدا.</p>	<p>اضطراب فرط النعاس غير المحدد unspecified hypersomnolence disorder</p>
<p>-ينطبق هذا التصنيف على الحالات التي تسيطر فيها الأعراض المميزة لاضطراب نوم-يقظة والتي تسبب إحباطا سريريا هاما أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية، أو غيرها.</p> <p>-يتم استخدام فئة اضطراب نوم-يقظة محدد آخر في الحالات التي يختار فيها الطبيب إيصال سبب محدد أن التظاهرات الحالية لا تلبى المعايير المحددة لتشخيص أي من الاضطرابات من فئة اضطرابات نوم- يقظة.</p> <p>-يتم ذلك من خلال تسجيل " اضطراب نوم-يقظة محدد آخر" تليها الأسباب المحددة (مثلا، تنبهات متعددة خلال نوم حركة العين السريعة دون اختبار النوم أو قصة لداء باركنسون أو الاعتلالات العصبية الأخرى).</p>	<p>اضطراب نوم - يقظة محدد آخر other specified sleep-wake disorder</p>
<p>-ينطبق هذا التصنيف على الحالات التي تسيطر فيها الأعراض المميزة لاضطراب نوم-يقظة والتي تسبب إحباطا سريريا هاما أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية، أو غيرها.</p> <p>-يتم استخدام فئة نوم-يقظة غير محدد في الحالات التي يختار فيها الطبيب عدم إيصال سبب محدد أن التظاهرات الحالية لا تلبى المعايير المحددة لتشخيص أي من الاضطرابات من فئة اضطرابات نوم-يقظة وتتضمن الحالات التي لا تتوفر على المعلومات الكافية لوضع تشخيص أكثر تحديدا.</p>	<p>اضطراب نوم-يقظة غير محدد unspecified sleep-Wake disorder</p>

(أنور الحمادي، دس، 137-151)

الفصل الثاني

اضطراب النوم

خلاصة:

انطلاقاً من أن ظاهرة النوم هي تفسير على أنها ضرورة يلجأ إليها الإنسان للاستراحة من جهد اليقظة، وكذلك بهدف المحافظة على وضع سليم للفرد النائم وذلك بالتوازن في عملية النوم وعدم نقص أو تعدي في عدد الساعات المطلوبة لعملية النوم.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

❖ تمهيد

يستعرض هذا الفصل أهم الإجراءات المنهجية المتبعة لإجراء الدراسة الاستطلاعية بغرض استكشاف ميدان وحالات وظروف إجراء الدراسة الرئيسية، وصولاً إلى عرض إجراءات الدراسة الأساسية بما فيها المنهج المستخدم، والتقنيات المعتمدة، والأدوات العيادية التي تم توظيفها، واستعراض ميدان إجراء الدراسة وحدودها الزمانية والمكانية، والحالات التي تتوافق مع النهج المستخدم والأدوات المناسبة المستخدمة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية أو الكشفية تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة وكشف جوانبها وأبعادها من منطلق أن هذا النوع من البحوث يساعد الباحث في صياغة مشكلة البحث صياغة دقيقة تمهيدا لبحثها بحثاً متعمقاً في المرحلة التالية أيضاً لكونها تساعد الباحث في وضع الفروض المتعلقة بمشكلة البحث التي يمكن إخضاعها للبحث العلمي الدقيق. (عبد الفتاح محمد دويدار، 1999، ص129). إذ يستحسن قبل البدء في إجراءات البحث وبصفة خاصة في البحوث الميدانية القيام بدراسة استطلاعية للتعرف على الظروف التي سيتم فيها إجراء الدراسة الميدانية.

من خلال هذه الدراسة قامت الباحثة بتحديد أهداف نظرية وتطبيقية وتلخصت في:

- ✓ الهدف الرئيسي للدراسة الاستطلاعية وهو:
 - ✓ استكشاف ميدان الدراسة والتأكد من إمكانية العمل الميداني.
 - ✓ التحقق من قابلية الموضوع للدراسة.
 - ✓ التقرب من مجتمع الدراسة وفحص قابليته للبحث.
 - ✓ تحديد إجراءات التطبيق والأدوات المناسبة.
 - ✓ فحص مدى توفر التراث النظري الخاص بمتغيرات الدراسة.
- وبعد التحقق من قابلية الموضوع للدراسة وتوفر الحالات وأدوات الدراسة شرعنا في الدراسة الأساسية.

ثانياً: الدراسة الأساسية:

1. إشكالية الدراسة:

ما خصائص منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسياً ذو اضطراب النوم؟

2. منهج الدراسة:

يعتبر المنهج هو الأسلوب الذي يستخدمه الباحث في دراسة الظاهرة. (عبد الظاهر الطيب وآخرون، 2000، ص159).

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

يعرف المنهج العيادي على أنه الطريقة التي تعني بالتركيز على الفردية التي تمثل الظاهرة المراد دراستها حيث يقوم الباحث باستخدام أدوات البحث النفسي المختلفة. والتي تمكنه من دراسة الحالة دراسة شاملة، ومعقدة حتى يصل إلى فهم العوامل العميقة في شخصية المبحوث والتي تأثرت بالظاهرة موضوع الدراسة أو أثرت فيها. (فرج عبد القادر طه، 2000، ص91)

بناء على أهداف الدراسة وطبيعتها فقد اعتمدت الباحثة على المنهج الإكلينيكي الذي يقوم على دراسة الفرد تحت ظل إشكالية تستدعي التفسير. ويعرف المنهج على أنه الطريقة التي تعني بالتركيز على الفردية التي تمثل الظاهرة المراد دراستها حيث يقوم الباحث باستخدام أدوات البحث النفسي المختلفة. والتي تمكنه من دراسة الحالة شاملة، ومعقدة حتى يصل إلى فهم العوامل العميقة في شخصية المبحوث والتي تأثرت بالظاهرة موضوع الدراسة أو أثرت فيها. (فرج عبد القادر طه، 2000، ص91)

تم اختيار المنهج العيادي لكونه المنهج الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة التي تستدعي الفحص الدقيق وجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول الدراسة، ولسبب طبيعة المتغير النفسي الداخلي الذي نبحت عنه (منهاج العيش) الذي يعتبر متغيراً دينامياً شاملاً لكافة الجوانب النفسية للفرد. ويعتبر الأنسب لاستخدام مقياس اضطراب النوم لمجموعة من المراهقين المتفوقين دراسياً لاستكشاف اضطرابات النوم التي يعانون منها. وقد اعتمدنا على طريقة دراسة الحالة:

❖ طريقة دراسة حالة:

يعرفها حامد عبد السلام زهران بأنها: وسيلة هامة لجمع وتلخيص أكبر عدد من المعلومات عن الحالة موضوع البحث والحالة قد تكون فرداً أو أسرة أو جماعة. (حامد عبد السلام زهران، 1980، ص178)

اعتمدنا على تقنية دراسة الحالة حيث يشير هذا المصطلح إلى عملية جمع البيانات وإلى استخدام هذه البيانات إكلينيكيًا ويمكن تعريفها على أنها: صياغة نفسية حول الأسباب والغايات والمؤشرات الراسخة في شخصية فرد بعينه أو سلوكياته أو مشكلاته النفسانية أو السلوكية. (خالد خياط، 2016، ص8). ويعرفها مصطفى عبد المعطي بأنها الإطار الذي ينظم ويقوم فيه الأخصائي الإكلينيكي كل المعلومات والنتائج التي يحصل عليها عن الفرد وذلك عن طريق: الملاحظة، المقابلة، التاريخ الاجتماعي، السيرة الشخصية، الاختبارات السيكولوجية، والفحوص الطبية،... الخ. (حسن مصطفى عبد المعطي، 1998، ص156)

3. أدوات الدراسة:

1.3 مقياس اضطراب النوم:

هو المقياس الذي يعد الدليل الذي يسترشد به المستجيب في أثناء إجاباته عن فقرات المقياس، لذا فقد تم الأخذ بعين الاعتبار أن تكون تعليمات سهلة وواضحة، ووضعت أمام كل فقرات من فقرات المقياس

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

ثلاثة بدائل هي (لا أبدا) وتأخذ القيمة واحد، (أحيانا) وتأخذ درجتين، (دائما) وتأخذ ثلاث درجات. وقد تم التأكيد على ضرورة اختيار بديل واحد فقط من البدائل الثلاثة الخاصة بكل فقرة من فقرات المقياس وأن يكون البديل يعبر عن مشاعر وأفكار وسلوك المستجيب (التلميذ) فعلا، كما أن إجاباته هي لأغراض البحث العلمي فقط، لذا لا داعي لذكر الاسم. ويتكون المقياس من محورين:

• **المحور الأول: صعوبة النوم:** ويتضمن عشر فقرات.

• **المحور الثاني: الإفراط في النوم:** ويتضمن عشر فقرات.

➤ التعليمات:

أخي أختي الطالب(ة):

يروم الباحث إجراء دراسة للكشف عن احد أنواع السلوك، وستجد في الصفحات التالية فقرات اختيرت لقياس هذا السلوك، والذي نرجوه منك قراءة كل فقره بدقه والتأشير على اختيار واحد فقط من البدائل الثلاثة الموجودة أمام كل فقره، علما بلأن هذه الفقرات تصف سلوك الفرد وهي صفات موجودة لدى كل الأفراد ولكن بدرجات مختلفة، وسوف لن يطلع على إجابتك احد سوى الباحث، مع فائق التقدير والاحترام.

اقرأ كل عبارة من العبارات وضع إشارة (X) في المكان الذي تشعر أنه يمثلك.

➤ البدائل:

• لا أبدا (1 درجة)

• أحيانا (2 درجة)

• دائما (3 درجات)

➤ مفتاح التصحيح:

• عدد فقرات المقياس 20 فقرة.

• العلامة الكلية للمقياس هي 20 .

اعتبرت الدرجة 20 فما فوق تمثل اضطراب نوم (إفراط في النوم) أو (صعوبة في النوم) أما دون الدرجة 20 لا تمثل اضطراب في النوم. 2.3 المقابلة العيادية:

والتي هي تقنية مباشرة تستعمل من أجل مساءلة الأفراد بكيفية موجهة تسمح بأخذ معلومات كيفية

بههدف التعرف العميق على الأشخاص من المبحوثين. (أحمد بن مرسل، 2003، ص105)

إن طبيعة الدراسة الذي نقوم بها تستدعي إلى استعمال المقابلة النصف موجهة لأنها تخدم موضوع

بحثنا، فهي ليست مفتوحة تماما، إذ أنها تحدد للحالة مجال السؤال وتعطيه نوعا من الحرية في التعبير

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

في حدود السؤال المطروح. وقد نظمنا مقابلتنا على أساس محاور محددة تمكنا من تحديد منهاج عيش الحالة. وهي:

المحور الأول: تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد النفسية:

- رتبة الميلاد النفسية.
- تشكيلة الأسرة: و تتضمن:
- ✓ وصف الذات بالنسبة للإخوة.
- ✓ تحالفات داخل الأسرة.
- ✓ علاقة الأب مع الإخوة.
- ✓ علاقة الأم بالإخوة.
- ✓ العلاقة بين الوالدين.
- المحور الثاني: الذكريات الباكرة.
- المحور الثالث: الأحلام.

3.3. استبيان منهاج العيش:

أعدّه (2009) BIBICAL COUNSELING CENTER

هو استبيان يمكننا من الإحاطة الشاملة بمنهاج عيش الفرد ويحتوي على ثلاث محاور رئيسية يعالج كل واحد منها جانب من جوانب هذا المنهاج.

1.3.3. استبيان تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد النفسية: يتضمن هذا المحور (7) عناصر أساسية وهي:

- ملء استمارة تشكيلة الأسرة التي تتضمن كافة البيانات المتعلقة بأفراد تشكيلة الأسرة (تاريخ ميلاد الأبوين وتاريخ زواجهما، وتاريخ ميلاد المفحوص وبقية الإخوة مرتبة بشكل تسلسلي مع ذكر الصفات المميزة لهم، وتاريخ الوفاة إن وجد).
- وصف الذات بالنسبة للمفحوص داخل تشكيلة الأسرة وتحديد طبيعة العلاقات بينه وبين بقية الإخوة من حيث الأقرب والأبعد عنه وتقصي أسباب هذا التفضيل من عدمه.
- وصف العلاقات بين الإخوة بعضهم البعض.
- تحديد التحالفات القائمة داخل تشكيلة الأسرة وتحديد مواضيع هذه التكتلات.
- وصف الأبوين وطبيعة العلاقة بينهم وبين باقي عناصر تشكيلة الأسرة وتحديد الابن المفضل لدى الأبوين وموقف المفحوص من حيال ذلك.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- وصف العلاقة بين الأبوين وأي الطرفين هو الأكثر نشاطا وفعالية في هذه العلاقة وتحديد موقف المفحوص من ذلك.
- العنصر الأخير يتعلق بوصف الأشخاص الإضافيين لتشكيلة الأسرة إن وجد (الجد، الجدة، العم، الخال.. الخ) وطبيعة العلاقة بينهم.

2.3.3 محور الذكريات الباكرة: يطلب الباحث خلال هذا المحور من الحالة استرجاع وسرد 3 ذكريات ويفضل أن تكون ذكريات باكرة تعود لمراحل مبكرة من الطفولة. والتي تعد من أكثر التعابير النفسية دلالة على مناج عيش الفرد، ولا يهم ما إذا كانت الذكرى هي فعلا أول ذكرى أم أن الطفل انتقاهها من بين ذكريات كثيرة هي حقيقة، أم أنها وهمية، ذكرى كاملة التفاصيل أم أنها ناقصة ومشوهة. لا يشترط أن تكون ذكرى سارة أو أليمة، بل أن يسردها المفحوص على أنها حدثت له مهما كان محتواها.

3.3.3 محور الأحلام: المقصود بها أحلام المنام وليس أحلام اليقظة، يطلب الفاحص خلال هذا المحور من المفحوص ذكر 3 أحلام باكرة أو متكررة بشكل دائم أو كان لها تأثير قوي عليه. وقد أكد أدلر على مصداقية استخدام تحليل الأحلام في دراسة مناج العيش ذلك أن شخصية الفرد ثابتة لا تتغير سواء كان هذا الفرد في حالة صحو، أو في حالة نوم. لكن في حالة النوم تكون ضغوط المتطلبات الاجتماعية أقل حدة مما يوفر لنا بيانات حقيقية عن شخصية الفرد ومناج عيشه. ويتم تطبيق هذا الاستبيان بشكل كتابي كتقرير ذاتي، ويطبق عن طريق المقابلة.

4. مجالات الدراسة:

1.4 المجال المكاني: بما أن الدراسة تناولت بالبحث المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم فقد تم إجرائها بثنائية الرائد مصطفى بوسنة - تكوت - ولاية باتنة.

2.4 المجال الزمني: لقد أجريت الدراسة الأساسية خلال السنة الدراسية 2018/2019.

3.4 المجال البشري: يتمثل المجال البشري للدراسة في مجموعة التلاميذ (ذكور/ إناث) المراهقين المتفوقين دراسيا الذين يعانون من اضطراب النوم بثنائية - تكوت -.

5. حالات الدراسة:

بما أن الدراسة تناولت بالبحث المراهقين المتفوقين دراسيا الذين يعانون من اضطراب النوم فقد تم انتقاء حالات الدراسة بطريقة قصديه. حيث تم تحديد عينة حجمها 30 فردا من المراهقين "المتفوقين دراسيا"، ثم طبق عليهم اختبار لتشخيص اضطراب النوم لديهم وهو "مقياس اضطراب النوم" ل"علي محمود كاظم". وبعد تفريغ نتائج المقياس وجدنا أربع حالات تعاني من اضطرابات النوم. وهي التي شكلت حالات هذه الدراسة:

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

الجدول رقم (01) يوضح حالات الدراسة

رقم الحالة	الرمز	السن	الجنس	المستوى التعليمي	المعدل
الحالة الأولى	س	18 سنة	أنثى	السنة الثالثة ثانوي "علوم تجريبية"	17.27
الحالة الثانية	ن	17 سنة	أنثى	السنة الثانية ثانوي "آداب وفلسفة"	17.12
الحالة الثالثة	م	16 سنة	أنثى	السنة الأولى ثانوي "جذع مشترك علوم وتكنولوجيا"	18.45
الحالة الرابعة	ر	17 سنة	ذكر	السنة الثالثة ثانوي "تقني رياضي"	16.20

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى الدراسة الاستطلاعية بما فيها المنهج المعتمد والأدوات المطبقة خلالها والأهداف المرجوة منها، ثم خصص الجزء الموالي من هذا الفصل في استعراض الإجراءات المنهجية للدراسة الرئيسية. بما فيها المنهج المعتمد وقد وقع اختيارنا على المنهج العيادي باستخدام تقنية دراسة حالة، والأدوات العيادية المطبقة وهي المقابلة العيادية النصف موجهة التي تعتمد على استبيان منهاج العيش وكذا مقياس اضطراب النوم، كما قمنا بإيضاح الحدود الزمنية والمكانية للدراسة الرئيسية وفي الأخير عرض خصائص حالات الدراسة.

الفصل الرابع

عرض و مناقشة نتائج الدراسة

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

❖ تمهيد:

بعد الحرص على انتقاء المنهجية العلمية الصحيحة والأدوات العيادية اللازمة والتحقق من ميدان الدراسة. وهي الإجراءات التي تم استعراضها في الفصل السابق. وبعد التطبيق سنقوم خلال هذا الفصل بعرض ومناقشة نتائج حالات الدراسة إضافة إلى تقديم مناقشة عامة حول الحالات.

أولاً- الحالة الأولى:

1- تقديم الحالة:

الاسم: س

السن: 18 سنة

الجنس: أنثى

المستوى التعليمي: السنة الثالثة ثانوي "علوم تجريبية"

المعدل: 17.27

الحالة الاجتماعية: عزباء

الوضع الاقتصادي: جيد

الترتيب بين الإخوة: 6

2- نتائج مقياس اضطرابات النوم:

ج: رقم (02) يبين نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الأولى

رقم العبارة	التنقيط	محاور اضطرابات النوم
1	2	محور صعوبة النوم
2	1	
3	2	
8	2	
9	1	
14	1	
15	3	
24	2	
25	1	
26	2	

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

17	10	المجموع
3	4	محور الإفراط في النوم
3	5	
3	6	
2	7	
2	12	
2	17	
3	18	
3	19	
2	20	
3	21	
26	10	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول فإن الحالة سجلت 17 درجة في محور صعوبة النوم، وهي درجة أقل من المتوسط الحسابي المقدر ب 20 درجة. وهذا يعني أن الحالة لا تعاني من صعوبة كبيرة من النوم بل تعاني من صعوبة أقل من المتوسط.

أما في محور الإفراط في النوم فقد سجلت الحالة 26 درجة وهي درجة أعلى من المتوسط الحسابي المقدر ب 20 درجة، مما يدل على أنها تعاني من درجة عالية من الإفراط في النوم. وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب إفراط في النوم.

3 عرض وتحليل نتائج استبيان منهج العيش:

1.3 تشكيلة الأسرة:

ج: رقم (03) يمثل تشكيلة الأسرة للحالة الأولى

الصفات المميزة	تاريخ الميلاد	الجنس	رتبة الميلاد
متسلطة - عصبية - قوية	1985	أنثى	الأول
قوي - مساند - سريع الغضب	1987	ذكر	الثاني
حنونة - هادئة - متأثرة	1989	أنثى	الثالث
عاطفية - حساسة - متفهمة	1992	أنثى	الرابع
متعصبة - متهورة - غيرورة	1998	أنثى	الخامس

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

السادس	أنثى	2001	حنونة - غيورة - ذكية
--------	------	------	----------------------

عاشت الحالة الأولى طفولتها في أسرة نووية مكونة من أبوين وخمسة إخوة (4 إناث، 1 ذكر)، ترتيبها الولادي السادسة "الصغرى"، وقد أشارت في العديد من المواضع إلى كونها مرتاحة في هذه الوضعية حيث أنها تعيش دور الأخت الصغيرة. ومكانتها مميزة في العائلة، وكانت الحالة ذات مكانة مميزة بالنسبة للأمم ذلك أنها الأخيرة.

إجمالاً لديها علاقة جيدة مع مختلف أعضاء الأسرة، رغم وجود خلافات مع بعضهم البعض إلا أنها عابرة، حيث قالت أنها "حشامة بزاف ومحبوبة عند الأهل والجيران، ونسمع الكلمة"، وأشارت أنها تحب السيطرة في اللعب في قولها: "في اللعب منحبش واحد يحقرني، نحب نكون ديما متحكمة فيهم"، وأكدت على أنها تتجنب الخلافات وأيضاً "منحبش نخالط بزاف". غير أنها أشارت إلى قربها الشديد من أختها الخامسة "قريبة من أختي لي قبلي لكونها الوحيدة الأكثر تفها لي" وتؤكد أن أخوها الوحيد أشبه بها في بعض الصفات الظاهرية وأن علاقتها ببقية الإخوة علاقة عادية علاقة أخوية.

ذكرت الحالة في المحور الثاني أن طبيعة العلاقة بين الإخوة جيدة، وذكرت أن أختها الكبرى متزوجة فهي تعطي أوامر عند كل زيارة ومتسلطة باستثناء أخوها فهو مع الكل مساند وسريعاً ما يتعصب، وأنهم عادة ما يتشاجرون كلهم مع بعض وهي تبقى حيادية لا تتحاز إلى احد.

في محور التحالفات داخل الأسرة أشارت الحالة إلى أن أحياناً ما تتشكل كتلتين في الأسرة الكبرى مع الثالثة والرابعة والخامسة والسادسة معاً، رغم أنها خلافات روتينية بين البنات تتمثل عادة في الملابس أو أخذ أشياء الأخرى دون مشاورتها، كما أشارت أن أخوها الوحيد يمثل حزياً لوحده كونه الذكر الوحيد ويختلف في طباعه اختلافاً كبيراً عن بقية الأخوات.

في المحور الرابع فقد أشارت إلى أنها الأكثر شبهاً بالأم من حيث الشكل وبعض الصفات فهي بذلك تشاركها العطف والطيبة وكلهم يقولون أنها شبيهة أمي بينما يختلف كلاهما عن الأخت الكبرى التي تتصف بالعصبية والتسلط على حد تعبيرها. في حين أن الأب يشترك في كثير من الصفات مع الذكر الوحيد والذي يضع بدوره حدود لعلاقته مع بقية الأخوات، كما أكدت أن الأخ الوحيد هو مفضل لدى كلا الوالدين لكونه الذكر الوحيد، وكذلك أنا كوني الصغرى في الأسرة، وهذا الأمر لا يشكل أي إزعاج بالنسبة لبقية الإخوة.

في المحور الخامس أشارت أن العلاقة بين الوالدين متينة، وأكدت على أن الأب هو من يتخذ القرارات في الأسرة، فكانوا متفاهمين جداً مكملاً لبعضهما البعض في الرعاية، وذكرت أنها تتحاز إلى أمها عند كل مناقشة مع أبيها رغم عدم وجود خلافات بين الأبوين.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

2.3 الذكريات الباكرة

أولاً/ سرد الذكريات:

الذكرى الأولى: لما كان عمري 7 سنوات مرضت أمي ودخلت المستشفى كنت حاسبتها رابحة تموت لأنني لم أتعود على فراق أمي يوماً وكان أخي يحتضنني ويقول أمي بخير راهي جاية وأنا نبكي حتى دخل بابا لدار وداني ليها ولعشيه خرجناها، هذا زاد تعلقي بماما وخوفي عليها لحد الآن.

الذكرى الثانية: كنت نقرا السنة الرابعة ابتدائي كانت معلمتي تاع فرنسية تحبني بزاف وكانت ديما تتهلى فيا وتعطي أمثلة عليا في الاجتهاد والأخلاق وتقولهم كونوك كيما زميلتكم منزلني متفكرتها خلاتني نحس أنني في المستوى المطلوب مع فرحة كبيرة وحتى مرة جا بابا يروحني شكرتني عندو بزاف عاد فرحان بيا أكثر وكنت ديما من الأوائل.

الذكرى الثالثة: في 2016 يوم نجحت في شهادة التعليم المتوسط بنتائج ممتازة الثانية على مستوى المتوسطة وقاموا باستدعائنا وأخذت أول هدية أمام عدد كبير من المعازيم كانت فرحة كبيرة لي ولوالديا الذين نزلت دموع الفرح من عيونهم .

ثانيا/ تحليل الذكريات الباكرة للحالة الأولى:

من خلال تأويل الذكريات المسرودة من قبل الحالة تم تسجيل بعض الملاحظات الهامة التي يمكن اعتبارها مفاتيح جوهرية لفهم وفحص منهاج عيشها، حيث ظهر اهتمام الحالة الشديد بهذه الذكريات من خلال التأكيد على تاريخ حدوث كل ذكرى منطلقة بالذكرى الأولى التي حدثت في سن السابعة، والذكرى الثانية كانت تدرس السنة الرابعة ابتدائي كان عمرها حوالي تسع سنوات، أما الذكرى الثالثة فكانت سنة 2016 أي لما كان عمرها 15 سنة، إن الأمر الذي يثير اهتمامنا ليس تاريخ الذكرى بحد ذاته بل الأهم هو الموضوع الرئيسي للذكريات والشخصيات الرئيسية فيها، فكان الوالدين هما الشخصيات البارزة. هذه الانطلاقة تحدد لنا أمرين أساسيين وجوهريين لتحديد منهاج عيش الحالة: أولاً الأخلاق وحفاظها على مكانتها عند الوالدين، وثانياً التفوق والاجتهاد والتميز في الدراسة، استهلّت الحالة هذه الذكرى بـ "معلمتي تاع الفرنسية تحبني بزاف و كانت تتهلى فيا و تعطي امثلة عليا في الاجتهاد و الاخلاق"، أيضاً من الواضح أن الحالة قد استطاعت في هذه الذكرى أن تطمئن لوضعيتها بالنسبة للأب في قولها: "مرة جا بابا يروحني شكرتني عندو بزاف عاد فرحان بيا أكثر و كنت ديما من الاوائل".

أما الموضوع الجوهري للذكريات الحالة فيبدو واضحاً أنه يخص الهدف الغائي للحالة وهو إحراز المكانة وابتغاء السمو، من خلال الاجتهاد والتفوق.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

3.3 الأحلام

أولاً/ سرد الأحلام:

الحلم الأول: كي كنت في عمري 12 سنة كنت غالباً نلحلم أنني ديما في القسم وراح نعقب امتحان ساعات نجابو وساعات منلقاش إجابات ونقعد حايرة واش نكتب.

الحلم الثاني: كي كان عمري 15 سنة عام البيام حلمت زوج ثعابين صغار حذا دارنا في وسط حشيش دايرين بعضاهم كي نضت قلت واحد بيام واحد سيكوند.

الحلم الثالث: كي كان عمري 17 سنة نلحلم بزاف أنني نصلي حذا الكعبة وأني دخلت داخل الكعبة وكلش اصفر يشعل شغل ذهب ولقيت شغل سرير ثم وقعدت عليه من بعد فطنت.

ثانياً/ تحليل أحلام الحالة الأولى:

لقد اتضح الارتباط الشديد بين الأحلام وذكريات الحالة خاصة من حيث الموضوع والذي يتمثل في التفوق والنجاح، فقد تضمن الحلم الأول مشاعر من الخوف في قولها "تحلم أنني ديما في القسم وراح نعقب امتحان ساعات منلقاش إجابات ونقعد حايرة واش نكتب"، وكلا الأحلام الأول والثاني يرتبط بالذكري الثانية والثالثة وذلك لاشتراكهما في موضوع التفوق وإحراز المكانة، والحلم الثالث يتمثل في شيء عظيم ومقدس يتمثل في "الكعبة" فقد جاء مؤكداً على أن الحالة هي دائماً في وضع خاص وفريد وذات مكانة مميزة.

4.3 منهاج عيش الحالة الأولى:

أ. تأثيرات العائلة:

❖ **رتبة الميلاد النفسية:** من خلال ما أوردته الحالة الأولى في هذه المحاور السابقة اتضح بشكل جيد

أن رتبة ميلادها النفسية متطابقة مع ترتيبها الولادي الزمني وهي "الصغرى"، وقد انعكس ذلك في الصفات التي ذكرتها إلى جانب علاقتها مع أفراد الأسرة، أوضحت تماماً موقفها من هذه الرتبة حيث أبدت ارتياحاً لكونها الصغرى وذلك من خلال قولها: "عجبتني، مافيهاش مسؤولية ونحس بالدلال في هذه المرتبة كثر من إخوتي"، وأوضحت علاقتها مع أمها في قولها: "لأنها تساندني وأجد نفسي قريبة منها كثيراً ولا ترفض لي أي طلب".

❖ **المناخ الأسري:** أوضحت الحالة أن المناخ الأسري في الأسرة ودي حميمي يسوده قوام الأب وعطفه

ورعاية الأم في غيابه، فطريقة رعايتهم مكتملة للأخرى ومتوافقين، كما أشارت الحالة إلى العلاقة بين الإخوة عادية علاقة أخوية في قولها: "علاقة عادية أخوية" و"علاقة جيدة، أما أختي المتروجة فهي متسلطة وتعطي الأوامر في البيت عند كل زيارة" وأوضحت علاقتها بأختها التي قبلها في قولها:

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

"قريبة من ختي لي قبلي لكونها الوحيدة الأكثر تفهما لي"، ورغم ذلك تبقى التحالفات الأخوية القائمة بين إخوتها والحالة لا تعيق علاقتهم لأنها عابرة وروتينية.

❖ **القيمة الأسرية:** تحددت القيمة الأسرية بشكل واضح من خلال قول الحالة أن كلا الأبوين يفضلان

الأخ لكونه الذكر الوحيد، وهي لكونها الصغرى وهذا لا يدعي أنهم ينفرون من حب الإخوة الآخرين لذلك فالقيمة الأسرية تتمثل في حسن المعاشرة بين الإخوة وتوطيد العلاقات بينهم.

ب. **النزعة الاجتماعية:** ظهرت لدى الحالة بعض المؤشرات للتمركز على الذات والسعي للاعتلاء على عرش الأسرة والتملك ومسعى يتسم بالنزعة الاجتماعية السوية.

ج. **الشعور بالنقص والتعويض:** ظهرت مشاعر النقص في ضعف العلاقة مع الإخوة والمشاركة والحيوية أما الحركة التعويضية لها هي النمو بالمكانة وكسب رضا الوالدين.

د. **الهدف الغائي:** يتمحور الهدف الغائي للحالة حول الحفاظ على المكانة والسعي لبلوغ النمو، أما أسلوبها كان متمركز حول الذات بعيد عن استغلال الآخرين في تحقيقه.

4- التحليل العام لحالة الأولى:

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس اضطراب النوم وكذا منهاج العيش بما فيه من محاور تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد وكذا الذكريات:

فقد أشارت نتائج مقياس النوم إلى أن الحالة سجلت درجة عالية في محور الإفراط في النوم، وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب إفراط في النوم، وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب إفراط في النوم، ويتميز اضطراب الإفراط في النوم بزيادة ساعات النوم حيث يشعر الفرد بالنعاس المستمر ونوبات من النوم الطويل، وتكون حالة النوم إما نهاري لفترات طويلة، أو نوم ليلي يستمر حتى ساعات متأخرة من آخر نهار اليوم التالي. (أديب الخالدي، 2006، ص447)

أما نتائج استبيان منهاج العيش فتشير إلى أن الحالة ذات الترتيب الولادي "الصغرى"، علما أن وضعية هذا الطفل مميزة ويظل الأصغر في الأسرة، ولا يعيش خبرات صادمة عند زيادة مولود آخر لأنه الأصغر ويحتفظ بهذه المكانة عكس إخوته الأكبر منه، يحتمل أن يتسم كثيرا بالاستقلالية ونقص في تحمل المسؤولية ويميل إلى الاستناد على الإخوة البقية والمنافسة بينهم، ويحظى بنصيب كبير من الدلال. لذلك سنجد من الأصاغر من سيصبحون أسرع العدائين، أبرع الموسيقيين، الرياضيين الأكثر قدرة، والطلبة الأكثر طموحا، نظرا للجهود الجبارة التي يبذلها في تطوير ذاته لأجل اللحاق. (خالدي، 2018، ص270)

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

وقد لمسنا العديد من هذه الصفات لدى الحالة التي تعبر عن رتبته، حيث أبدت الحالة أنها تحب السيطرة والقيادة، وأكدت على العلاقة الحسنة والطيبة بينها وبين الإخوة والوالدين، خاصة أن القيمة الأسرية تمحورت حول الطاعة وحسن المعاشرة بين الإخوة وتوطيد العلاقات بينهم. كما أشارت نتائج استبيان منهاج العيش مع الحالة الأولى أنها من النمط السوي النشط، فيتمثل في أنه نمط سوي نشط لأهدافه الاجتماعية التي يسعى لتحقيقها في حدود مصالح المجتمع ذلك أن لهم أهداف اجتماعية واضحة، وذلك ما يبين أن هدفها الغائي هو الحفاظ على المكانة والسعي لبلوغ السمو والتمركز حول الذات. كما يصفه أدلر هو "نمط محضر للتكفل والمساهمة، يمكننا أن نجد لديه دوما مقدار عال من النشاط... ويتجاوب مع حاجات الآخرين له أنه نمط نافع وسوي".

(Ansbacher,H,L.2006.Pp275-260)

أشارت بعض استجابات الحالة خلال الاستبيان بما في ذلك الذكريات الباكورة التي تتجسد في الخلاق والحفاظ على مكانتها عند الوالدين والتفوق والاجتهاد، واطمئنانها من جهة الأب ما يبين لنا على موضوع جوهرى إحرار المكانة والتفوق.

ومن خلال هذا كله نخلص إلى أن منهاج عيش الحالة يتضمن الخصائص أو العناصر التالية:

- مشاعر النقص والقصور: يتمثل في ضعف العلاقة مع الإخوة والمشاركة والحيوية.
- الحركة التعويضية: السمو بالمكانة وكسب رضا الوالدين.
- الهدف الغائي: يتمحور حول الحفاظ على المكانة والسعي لبلوغ السمو والتمحور حول الذات.
- ابتغاء السمو: يتمثل لديها في السعي للحفاظ على المكانة لدى الوالدين عن طريق الطاعة والتفوق.
- النزعة الاجتماعية: تتمركز حول الذات والسعي للاعتلاء على عرش الأسرة للوصول للمبتغى.
- القوة الإبداعية: من خلال تقييم الأوضاع التي تعيشها الحالة والقيم الأسرية توصلت إلى الأسلوب الذي ينبغي إتباعه داخل الأسرة هو أسلوب التفوق والطاعة.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

ثانيا- الحالة الثانية

1- تقديم الحالة:

الاسم: ن

السن: 17 سنة

الجنس: أنثى

المستوى التعليمي: السنة الثانية ثانوي " اداب و فلسفة "

المعدل: 17.12

الحالة الاجتماعية: عزباء

الحالة الاقتصادية: متوسطة

الترتيب بين الاخوة: 1

2- نتائج مقياس اضطرابات النوم:

ج: جدول رقم (04) يبين نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الثانية

التقيط	رقم العبارة	محاور اضطرابات النوم
2	1	محور صعوبة النوم
1	2	
2	3	
1	8	
2	9	
2	14	
2	15	
3	24	
2	25	
1	26	
18	10	المجموع
3	4	محور الإفراط في النوم
3	5	
3	6	
3	7	

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

2	12	
2	17	
3	18	
3	19	
3	20	
2	21	
27	10	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول فإن الحالة سجلت 18 درجة في محور صعوبة النوم وهي درجة أقل من المتوسط الحسابي المقدر بـ 20 درجة. وهذا يعني أن الحالة لا تعاني من صعوبة كبيرة من النوم بل تعاني من صعوبة أقل من المتوسط.

أما في محور الإفراط في النوم فقد سجلت الحالة 27 درجة وهي أعلى من المتوسط الحسابي المقدر بـ 20 درجة، مما يدل على أنها تعاني من درجة عالية من الإفراط في النوم. وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب إفراط في النوم.

3- عرض وتحليل نتائج استبيان منهاج العيش:

1.3 تشكيلة الأسرة:

ج: رقم (05) يمثل تشكيلة الأسرة للحالة الثانية

الصفات الثلاث	تاريخ الميلاد	الجنس	رتبة الميلاد
كسولة، ذكية، شجاعة	2002	أنثى	الأول
عاطفية، ثقة بالنفس، واعية	2004	أنثى	الثاني
جدية، مهتمة، طيبة	2005	أنثى	الثالث
نشيط، حساسة، حنون	2007	أنثى	الرابع
غير، طيب، مدلل	2008	ذكر	الخامس

عاشت الحالة داخل أسرة ممتدة مكونة من الأب والأم وخمسة أبناء (4 إناث، 1 ذكر) وجدة. فقد أشارت في أنها غير مرتاحة من وضعها وأنها تعيش دور الأخت الكبرى المحقورة في قولها "أنا غير مرتاحة من وضعي نحس روعي نعيش دور الأخت الكبيرة المحقورة"، رغم هذا فوجود جدتها يجعلها تحس بالراحة لأنها تعوضها الحنان وتقف معها دائما فتعتبرها في مقام أمها.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

أكدت الحالة في المحور الأول أنها كانت طفلة كسولة وأكولة وصامتة كثيرا رغم هذا فهي شجاعة في المواقف التي تستدعي ذلك فهي ترى أن مرتبتها تستدعي عليها هذا الشيء.

أما عن أقرب الإخوة لها فقد أشارت إلى أختها الثانية والعلاقة بينهما علاقة مصلحة، كما قالت "أختي تتقرب مني من أجل حاجتها ومساعدتها في أمورها" رغم أن هذه الأخيرة تشبهها في الملامح فقط، فتعتبر الأخت الثالثة والرابعة الأبعد عنها "حنا فدار هكذا كل واحد في جهة و كل واحد لاتي بروحو" وأكدت أنهم إذا قاموا بتشارك الحديث مع بعض والضحك ينتهي بخلاف ومشاكل، وفي الصفات نجد أختها الثالثة أكثر اختلاف عنها فهي كسولة وأختها نشيطة، أما البقية فيتميزون بالغيرة من أي شيء. ولقد أشارت الحالة إلى أن العلاقات بينها وبين الإخوة بعضهم البعض ليست جيدة كما قالت "لسنا متفاهمين"، وذكرت أن علاقتها بأخواتها تنتهي بخلافات غير أن علاقتها بأخيها الصغير عادية فهو مدلل العائلة وهو الوحيد بينهن فهو محظوظ جدا.

رغم هذا أكدت مرة أخرى أن علاقة الإخوة كلهم غير جيدة، فساهمت هذه الأخيرة إلى توليد بعض التكتلات بين الإخوة فأشارت قرب الثانية من الرابعة واعتنائها بها وهي مع الثالثة رغم المصلحة فتعتبر مقربة لديها نوعا ما. كما أشارت إلى بعد الثالثة عن الثانية وبعدها هي والرابعة إلى جانب هذا فهناك نزاع دائم قائم بين الأخوات الثالثة والثانية وهي والرابعة نتيجة الغيرة من بعض واختلاف في الطبع، أشارت أنها لا تتحاز إلى أحد منهم غير أخيها الصغير إذا قاموا بفعل شيء سيء له.

أما عن محور العلاقات بين الإخوة والوالدين فأهم ما ورد فيه هو كون الحالة الثالثة هي الأكثر شبها بالأم من حيث الملامح أما الخامس من حيث الصفات واللامح بالأب، وهذا وقد أشارت إلى كونها المفضلة لدى والدها، وهو ما يثير غيرة أخواتها في حين تتقاسم التفضيل عند الأب مع الأخ الخامس الوحيد، فأشارت اختلافها في الملامح عن أمها عكس أخواتها وتعتبر الثالثة المفضلة لدى أمها ويقاسمها ذلك الأخ الخامس ووصفت موقفها من ذلك بالافتخار من هذا الشيء على عكس أخواتها اللواتي يصبين بالغيرة من حيا ل هذا التفضيل.

أكدت الحالة خلال محور العلاقة بين الوالدين على أنها علاقة عادية مع تشارك القرارات بينهما أحيانا، وأكدت أن الأب الأكثر قواما في الأسرة وأكثر فاعلية إلى أنه أكثر جدية وحزم عن الأم وتصف أباه بالرائع من حيث الرعاية والأم متوسطة. وأكدت على أنهم في الحديث عادة ما يتجادلان هذا ما يجعلها تشعر بالعصبية والقلق ورغم ذلك تتحاز إلى الأب، أو عادة ما تسكت وتبقى حيادية. وفي محور الأشخاص الإضافيين في الأسرة أشارت إلى وجود الجدة بينهما ووصفتها بانها نبغ الحب والحنان، وعلاقتها بها في مقام الأم.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

2.3 الذكريات الباكرة

أولاً/ سرد الذكريات:

الذكرى الأولى: كان في عمري 7 سنوات يوم الجمعة أخذتني جدتي لبيت صديقتها القريب من منزلنا وكعادة الأطفال لا يجذبني لتلك الزيارات سوى قضاء الوقت خارج المنزل وشعوري بالفخر أن جدتي كل مرة تختارني أنا للذهاب معها واستمتع بشرائها لي الحلوى كلما مررنا من البائع .

الذكرى الثانية: حدث معي في أول أيام الدراسة اصطحبت أخي في الصف الأول إلى المدرسة أوقفته عند المنصة وطلبت منه عندما يسمع اسمه يتوجه إلى فصله كباقي التلاميذ الجدد، أنا ذهبت إلى فصلي ومضت الحصة الأولى والثانية وفي الثالثة نظرت باتجاه المنصة فإذا بأخي يقف عند المنصة كما تركته طلبت إذنا من المدرس وأسرعت لأخي و بحثت في فصول الصف الأول حتى وجدت اسمه وأجلسته في فصله فقال لي مدرسه عندي ساعة أبحث عنه في تلك اللحظة أشفقت على أخي المطيع وأنا اضحك .

الذكرى الثالثة: في السنة الخامسة ابتدائي في مادة اللغة العربية ضربتني المعلمة كف ومزقتلي كراسي لأنني تحمست وحليت أسئلة الدرس الثاني بدل ما تشجعني وتشكرني على اجتهادي لأنني ما أخطأت ما حليت لكي تضربني لكن أعتقد أنها حالة نفسية لأن الكل يكرهها.

ثانيا/ تحليل الذكريات الباكرة للحالة الثانية:

خلال سرد الحالة الثانية لذكرياتها التي تركت وقعا قويا على بنائها النفسي وبلورت المعنى الجوهرى لها أنه يقف على التفوق في الدراسة ورغبة في السمو المراتب، فبالنسبة للذكرى الأولى نجد ظهور الرغبة في السمو من خلال قولها: "شعوري بالفخر أن جدتي كل مرة تختارني أنا للذهاب معها" ويظهر أيضا السمو و المسؤولية في الذكرى الثانية عند تكليفها باصطحاب أخيها إلى المدرسة رغم صغر سنها، ويظهر الاجتهاد والتفوق في الذكرى الثالثة "تحمست وحليت أسئلة الدرس الثاني"، نجد أن رغبة التفوق مسيطرة على منهاج عيش الحالة، حسب أدلر "إن التقدم العلمي ما هو إلا نتيجة لسعي البشر الدائم لتحسين أحوالهم عن طريق معرفة المزيد عن الكون المحيط بهم وتطوير قدراتهم على التعامل معه".

3.3 الأحلام

أولاً/ سرد الأحلام:

الحلم الأول: نحلم بزاف أني في قاعة الامتحان وندي علامات سيئة في المواد.

الحلم الثاني: نحلم ديما عقارب تلاحقني وتلصق في ثيابي.

الحلم الثالث: ساعات نحلم الإرهاب وأن أشخاص يريدون قتلي.

ثانيا/ تحليل أحلام الحالة الثانية:

الأحلام لم تبعد كثيرا في موضوعها الجوهرى عن الذكريات، فقد تضمن الحلم الأول مشاعر واضحة وتشير إلى الخوف من الفشل ونجد الشعور بالنقص وفي حالة شك ما يجعلها تحتاج إلى التفوق والنجاح،

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

وكترة المخاوف النفسية المسيطرة على الحالة، ونجد الحلم الثاني "العقارب" التي يمكن بشدة اعتبارها أصدقاء الدراسة والمنافسة داخل القسم، أما الحلم الثالث يرتبط بالذكرى الثالثة لاشتراكهما في موضوع "الإرهاب وأشخاص يريدون قتلها في المعلمة التي قامت بضربها وتمزيق الكراس " بطريقة رمزية المعلمة والإرهاب، وتكرار الحلم يعبر عن وقعه النفسي الشديد على الحالة.

4.3 منهاج عيش الحالة الثانية:

أ. تأثيرات العائلة:

❖ رتبة الميلاد النفسية: يبدو واضحا أن الترتيب التسلسلي للحالة هو الأولى "البكر"، من خلال ما أوردته الحالة في هذه المحاور السابقة اتضح أن رتبة ميلادها النفسية غير متطابقة مع ترتيبها الولادي الزمني وهي " البكر"، وانعكس ذلك في دورها الذي تلعبه داخل تشكيلة الأسرة، وأوضحت موقفها من هذه الرتبة حيث أبدت عدم ارتياحها الشديد كونها الكبرى وذلك من خلال قولها: "غير راضية عليها نحس روجي نعيش دور الأخت الكبرى المحقورة" - "رغم هذا الشيء كان وجود جداتي في بيتنا يحسنني براحة لأنني قريبة ليها بزاف وكانت توقف معايا- في مقام الأم". إضافة إلى أنها أكدت ذلك من خلال ذكرياتها الباكرة.

❖ المناخ الأسري: أوضحت الحالة أن المناخ السائد في الأسرة عادي تسوده قوامة الأب وعطفه في رعايتهم أكثر من الأم، كما أشارت الحالة أن العلاقة بين الإخوة غير جيدة وغيره بينهم ما أدى إلى تشكل تحالفات أخوية قائمة بين الحالة والأخوات، والمنافسة في توطيد العلاقة مع الوالدين، في حين الذكر الوحيد يحصل على مكانة مميزة بينهم.

❖ القيمة الأسرية: أكدت الحالة على كونها مفضلة لدى والدها من حيث المساندة لها وطاعته، وقد أشارت إلى أنها تؤيد هذه القيمة وتدعمها، وهو الأمر الذي مكنها من احتلال قيمة لدى الأب، حيث أكدت بقولها: "الخامس لأنه الذكر الوحيد والأصغر أخذ مكانة كبيرة من الدلال وأنا باعتباري الكبيرة وأحادث أبي كثيرا كأنه صديقي، وكثيرا ما يساندني".

ب. النزعة الاجتماعية: نقص النزعة الاجتماعية من خلال ظهور مؤشرات ضعيفة نحو التمركز على الذات والميل إلى تبني الموقف الدفاعي.

ج. الشعور بالنقص والتعويض: ظهرت مشاعر النقص من جهة الأم من حنان وعاطفة أما الحركة التعويضية تبنيها أسلوب السعي للتفوق بين الإخوة في الدراسة وحب الأب وقربها من الجدة.

د. الهدف الغائي: تمحور الهدف الغائي للحالة حول الحفاظ على مكانتها لدى الأب والاستحواذ عليها.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

4. التحليل العام للحالة الثانية:

بناء على نتائج الأدوات العيادية لكشف اضطرابات النوم وفحص منهاج عيش الحالة فقد خلصنا إلى مايلي:

من خلال تنقيط مقياس اضطراب النوم للحالة الثانية تبين أن الحالة لديها درجة مرتفعة في محور الإفراط في النوم فهي أعلى من المتوسط الحسابي، مما يدل على أنها تعاني من درجة عالية من الإفراط في النوم، وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه إفراط في النوم. الذي يزيد فيه زمن النوم الى ما يتعدى المعدل الطبيعي الذي استقر عليه نوم الفرد عادة. (Bannister,1987,p183) أوضحت الحالة ذات رتبة ميلاد نفسية للطفل البكر، علما أن وضعية هذا الطفل فريدة، ويعيش موقفا فريدا، فقد كان الطفل الأوحده لمدة معينة منذ بداية حياته. ونظرا لكونه مركز الاهتمام سيحظى بقدر كبير من الدلال، لكنه حتما سيعيش خبرة صادمة عند زيادة المولود الثاني، يحتمل أن يتحلى هذا الطفل بسمات إيجابية كأن يكون منظم، حامي ونافع للآخرين، كما قد يحتمل ذلك سمات سلبية كالقلق الشديد، الشعور البالغ بالقوة، الانتقاد للغير، ودائم إدعاء الأحقية على الغير. (خالد خياط،2014،ص80) وقد لمسنا بعض من هذه الصفات لدى الحالة وخاصة السمات السلبية من القلق وعدم رضائها على ربتها، تعتبر أنها تعيش دور لا يناسبها، حيث تسعى للحفاظ على مكانتها عند الأب والرغبة في التفوق، خاصة أن القيمة الأسرية تمحورت حول طاعة الأب وإبداء الخضوع له.

كما أشارت نتائج استبيان منهاج العيش مع الحالة الثانية أنها من النمط النشاط البناء. جد متكافل ومتوافق، يمكن أن يكون طموحا جدا ويسعى إلى النجاح. (خالد خياط،2018،ص298)، وذلك من خلال ما انعكس على ذكرياتها الباكورة ونظرا لأن هدفها هو الحفاظ على مكانتها عند الأب وإحراز التفوق. ونظرا لكون الأخ الذكر هو الابن "الأوحده" في العائلة في نفس الوقت هو الأصغر بين أخواته فقد حظي بمكانة وقيمة لدى الوالدين، هذا لم يجعل القيمة الأسرية تفضل الذكورة، وذلك في اعتبارها القيمة الأسرية في تفضيلها من قبل الأب ودعمها.

أشارت بعض استجابات الحالة خلال الاستبيان بما في ذلك الذكريات الباكورة بلعب الأدوار وعنايتها بالأخ الصغير، هذا ما ظهر في الذكرى الثانية في مقابل ذلك أثبتت نزوع قوي لابتغاء السمو والتفوق، فقد أشارت استجاباتها في مختلف محاور الاستبيان بما في ذلك الذكريات والأحلام على وجود درجة مرتفعة من تمركز الأنظار حولها، فظهرت من خلال سردها للذكريات والأحلام، كما قد يدل هذا الأسلوب على خوفها من الفشل أو ظهور عقبات تعرقل سعيها للفت الانتباه، وعلى هذا الأساس قد تمحور الهدف الغائي للحالة على السمو وفت الانتباه بالتفوق.

من الدلالات البارزة في منهاج عيش الحالة هو سعيها الحثيث لإحراز المكانة وابتغاء السمو بشكل دائم وهذه الدرجة العالية من النشاط متمركزة حول الذات فإن النزعة الاجتماعية للحالة متدنية نوعا ما.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

- ومن خلال هذا كله نخلص إلى أن منهاج عيش الحالة يتضمن الخصائص أو العناصر التالية:
- مشاعر النقص والقصور: مرتبطة بغياب الأم (علاقة مرضية).
 - الحركة التعويضية: تمثلت في تعويض غياب الأم بالجدة، والحفاظ على مكانتها عند الأب.
 - الهدف الغائي: تتمحور حول الحفاظ على مكانتها لدى الأب والاستحواذ عليها.
 - ابتغاء السمو: الرغبة في التفوق.
 - النزعة الاجتماعية: تتمثل في نقص النزعة الاجتماعية من خلال ظهور مؤشرات ضعيفة والتمركز على الذات والميل إلى تبني موقف دفاعي.
 - القوة الإبداعية لدى الحالة: من خلال تقييم الأوضاع التي تعيشها الحالة والقيم الأسرية توصلت إلى أن الأسلوب الذي ينبغي إتباعه داخل الجماعة الأسرية هو إحرار التفوق في الدراسة.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

ثالثا - الحالة الثالثة

1- تقديم الحالة:

الاسم: م

السن: 16 سنة

الجنس: أنثى

المستوى التعليمي: السنة الاولى ثانوي " جذع مشترك علوم و تكنولوجيا "

المعدل: 18.45

الحالة الاجتماعية: عزباء

الحالة الاقتصادية: متوسطة

الترتيب بين الإخوة: 2.

2- نتائج مقياس اضطرابات النوم:

ج: جدول رقم (06) يبين نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الثالثة

التنقيط	رقم العبارة	محاور اضطرابات النوم
3	1	محور صعوبة النوم
2	2	
3	3	
2	8	
3	9	
3	14	
3	15	
3	24	
3	25	
2	26	
27	10	المجموع
1	4	محور الإفراط في النوم
1	5	
1	6	
1	7	

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

1	12	
1	17	
2	18	
2	19	
1	20	
1	21	
12	10	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول فإن الحالة سجلت 27 درجة في محور صعوبة النوم وهي درجة أعلى من المتوسط الحسابي المقدر بـ 20 درجة، مما يدل أنها تعاني من درجة عالية من الصعوبة في النوم.

أما في محور الإفراط في النوم فقد سجلت الحالة 12 درجة وهي الدرجة أقل من المتوسط الحسابي المقدر بـ 20 درجة، وهذا يعني أن الحالة لا تعاني من الإفراط في النوم بل تعاني من إفراط أقل من المتوسط.

وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب صعوبة في النوم.

3- عرض و تحليل نتائج استبيان منهاج العيش:

3-1 تشكيلة الأسرة:

جدول رقم (07) يمثل تشكيلة الأسرة للحالة الثالثة

الصفات الثلاث	تاريخ الميلاد	الجنس	رتبة الميلاد
عاقل-هادئ-حنون	1997	ذكر	الأول
مشاغبة-نشيطه-طيبة	2003	أنثى	الثاني

عاشت الحالة داخل أسرة ممتدة مكونة من أب وأم و2 أبناء (1 ذكر، 1 أنثى) وجد و جدة، تحتل الترتيب التسلسلي الثاني بعد الأخ الأكبر، أشارت الحالة إلى كونها عاشت في طفولتها طفلة مشاغبة ونشيطة وكثيرة الحركة، كما ذكرت أنها مدللة هي وأخوها تقريبا نفس المرتبة لأنهم ذكر واحد وأنثى واحدة في البيت لذا حظيا بنفس التمييز. وأكدت أيضا أنها قريبة من أبوها "كان يسملي الكلمة" رغم هذا فهو كما قالت "صعب بزاف ليه ليه يتقلق" ربما حسب ما قالت أن جدتها تؤثر عليه، في حين أن أخوها هادئ وقريب منها يتبادلان الثقة بينهما ومتفاهمين.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

كما أشارت في محور العلاقات بين الإخوة أن علاقتهم جيدة يلعب معها ويرافقها ويعتني بها ولكن عادة ما يتشاجران ولكن عابرة، وذكرت أنه لا توجد تحالفات داخل الأسرة .

أما في محور علاقات الإخوة فلهم ما ورد فيه هو كون هي وأخوها قريبين من الأب في نفس الوقت رغم أن الأب ينحاز إلى الذكر هذا ما يثير غيرتها رغم أنها أكثر شبهاً بالأب، في حين أخوها أكثر شبه بالأم في الصفات والملامح، كما ذكرت أنهما معا مفضلين لدى الأم كما وصفت أمها أنها أكثر سماحة .

أكدت الحالة خلال محور العلاقة بين الوالدين على أنها علاقة متوترة، وأن الأب هو الأكثر قواما في الأسرة وهو من يتخذ القرارات، كما أشارت إلى أن والديها "متصارعين" في رعايتهم كما قالت "كان بابا يضربنا وماما تعاتبنا بالكلام كي نغلطو" ويتجادلان في أي موضوع، هذا ما يثير غضب الحالة، ما يجعلها تنحاز إلى أمها عند كل صراع.

في محور الأشخاص الإضافيين في الأسرة ذكرت أن جدها وجدتها يعيشان معهم، وأكدت أن الأشخاص ذو أهمية بالنسبة لها بنات الخالة فعلاقتها بهن مترابطة ومتماسكة.

3-2 الذكريات الباكرة

أولا/ سرد الذكريات:

الذكرى الأولى: لما كان عمري خمس سنوات أخذني أخي لتسجيلي في المسجد لأحفظ القرآن أول يوم وصلت فجأة جاء أخي وأخرجني لأن نذهب عند خالي توفت زوجته في ذلك اليوم في مدينة أخرى بقينا أسبوع عنده وعندما عدنا ذهبنا إلى المسجد طردني الإمام بحكم أنني تغيبت ولن يسمح لي بالبقاء ذهبت أبكي إلى المنزل ومن ثم قامت أمي بتحفيظي القرآن في البيت وكنت أحسن من اللواتي يدرسن في المسجد.

الذكرى الثانية: يوم ما كان في عمري 9 سنوات سقط علي زجاج وجرحني وسألني أبي إذا انكسر الزجاج ولم يسأل عني.

الذكرى الثالثة: في عيد ميلادي 15 سنة اشترى لي أخي هدية لن انسي ذلك الشعور.

ثانيا/ تحليل الذكريات الباكرة للحالة الثالثة:

من خلال تأويل الذكريات المسرودة من قبل الحالة تم تسجيل بعض الملاحظات الهامة التي يمكن اعتبارها مفاتيح جوهرية لفهم وفحص منهاج عيشها. حيث ظهر اهتمام الحالة بهذه الذكريات من خلال التأكيد على تاريخ حدوث كل ذكرى منطلقا بالذكرى الأولى التي حدثت في سن الخامسة التي تدل على حماس الحالة وتفوقها، والذكرى الثانية تشير إلى وجود خلل معين مع الأب في بناء علاقتها معه، أما في الذكرى الثالثة نجد ظهور الأخ الذي يعكس علاقة الأب بالحالة.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

3.3 الأحلام

أولاً/ سرد الأحلام:

الحلم الأول: حلمت شجار بيني و بين بابا وأنا نهرب وهو يلحقني من غرفة إلى أخرى.

الحلم الثاني: حلمت كلب ضخم يجري وراي ويلحقني وأنا نهرب منه إلى البيت وخليت الباب مفتوح وهربت وراء الباب دخل ملقانيش وراح.

الحلم الثالث: حلمت أنني نسوق سيارة وغالبا مسافرة.

ثانيا/ تحليل أحلام الحالة الثالثة:

ارتبطت الأحلام بشكل واضح مع ذكريات الحالة، إذ يرتبط الحلم الأول والثاني بالذكري الثانية حيث تظهر اضطراب العلاقة مع الأب علاقة مرضية وظهور الأخ كبديل للأب، أما الحلم الثالث فقد جاء مؤكداً على القيادة والاستقلالية "السلطة". تتميز الحالة الثالثة بنمط حركي.

4.4 منهاج عيش الحالة الثانية:

أ. تأثيرات العائلة:

- ❖ رتبة الميلاد النفسية: يبدو واضحاً أن الترتيب التسلسلي للحالة هو الثاني، وضعيتها تبدو أكثر خصوصية واختلافاً عن ذوي نفس المرتبة "الصغرى"، وتعيش أيضاً مرتبة الطفل "الأوحد" من حيث الإناث، نفس الشيء بالنسبة للأخ الذكر "الأوحد".
- ❖ المناخ الأسري: المناخ الأسري السائد متوتر بين الوالدين وذلك لوجود أعضاء آخرين زيادة عن تشكيلة الأسرة من جد وجددة، أكدت الحالة إلى وجود الجدة بينهم هي سبب الصراعات بين الوالدين في قولها: "بابا كان صعب و يعيط على ماما و جداتي و يتقلق ليه ليه، ساعات نحس جداتي هي سبة في المشاكل كامل"، وأشارت إلى علاقتها الجيدة مع أخوها.
- ❖ القيمة الأسرية: لقد تحددت القيمة الأسرية بشكل واضح من خلال قول الحالة أن كلا الأبوين يدعمهما هي وأخوها، رغم انحيازهم للذكر في قولها: "بصح خويا كثر مني على خاطر هو الذكر الوحيد وأكثرية ينحازوا للذكر تقول جاية فطرة". لذلك يمكن اعتبار القيمة الأسرية "تفضيل الذكر" و إبداء الطاعة له.
- ب. النزعة الاجتماعية: أظهرت الحالة قدر عالي من النزوع الاجتماعي والنشاط مع الآخرين وهو مسعى يتسم بالنزعة الاجتماعية السوية.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

- ج. **الشعور بالنقص والتعويض:** تعاني الحالة من مشاعر القصور نتيجة ضعف وتوتر العلاقة بين الوالدين نتيجة الصراع القائم بينهما، والانحياز للذكر، وانتقلت لتعويض العجز بمضاعفة جهدها لتهدئة الأوضاع ولعب أدوار تفوق سنها وجهدها.
- د. **الهدف الغائي:** التفوق والقيادة.

4- التحليل العام للحالة الثالثة:

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس اضطراب النوم وكذا استبيان منهاج العيش بما فيه من محاور تشكيلية الأسرة ورتبة الميلاد وكذا الذكريات والأحلام فقد خلصنا إلى:

من خلال تطبيق مقياس اضطراب النوم للحالة الثالثة تبين أن الحالة لديها درجة مرتفعة في محور صعوبة النوم فهي أعلى من المتوسط الحسابي، مما يدل أن الحالة تعاني من درجة عالية من الصعوبة في النوم. يتمثل في اضطراب الدخول في النوم أو مواصلة النوم والذي لا يرتبط باضطرابات جسمية ويعزى عادة إلى الفلق والتوتر، والاكنتاب أو عوامل بيئية معاكسة. (جمعة سيد يوسف، 2000، ص146) أما عن منهاج استبيان منهاج العيش فقد توصلنا إلى أن الحالة:

رتبة الميلاد النفسية هي "الصغرى" و"الأنثى الوحيدة"، وهو وضع فريد ومتميز لكونها الصغرى والوحيدة في الإناث. وقد لاحظ أدلر وأمن أن الأطفال الأصاغر هم غالبا الأكثر تدليلا، أو الأكثر تحفيزا من قبل الأكبر. (خالد خياط، 2018، ص270)

يبدو أن وضع الحالة يأخذ منحى خاص جدا حيث تعتبر الوحيدة في الإناث والصغرى في حين تملك أخ أكبر وحيد بالنسبة للذكر فهما يشتركان في صفة "الطفل الأوحد" من حيث الجنس.

نظرا لكون الأخ الذكر هو الابن الأكبر والأوحد من حيث الجنس في العائلة فقد حظي بمكانة عالية وقيمة تفضيلية لدى الأبوين، هذا ما جعل القيمة الأسرية تتمثل في تفضيل الذكورة وإبداء الطاعة والمسايرة للذكر في الأسرة.

إن ضعف تأثيرات الأم واستجابتها أمام قرارات الأب وقوة تأثيراته، ساهم في أن يكون الجو الأسري الذي ترعرعت فيه الحالة جد تقليدي تسوده السيطرة الذكورية من خلال سلطة الأب، إضافة إلى أن العلاقة بين الأبوين عادية ومتوترة وتقليدية، يغيب فيها الأداء الإيجابي للأب والهيمنة الواضحة للأب، وهذا الأمر الذي ساهم في ضعف النزوع الاجتماعي لدى الحالة، مثلما يشير ألفرد أدلر إلى أن فعالية الأم في خلق إثبات فعاليتها داخل الأسرة وقدرتها على خلق روح التعاون مع الطفل الأوحد هو أول خطوة لبداية بناء علاقته بالعالم الخارجي. أما وظيفة الأم الثانية فتتمثل في تحضير الطفل بمجابهة مسائل الحياة وتوسيع اهتماماته إلى الآخرين وإلى الحياة الاجتماعية. (Adler A, 1929, pp150-151)

كذلك الأمر بالنسبة للأب فعليه إثبات كفاءته كشريك للأب بدل أن يعمل على قمع سلطتها وتحقير دورها داخل بناء الأسرة، فالزواج شراكة لا يجب أن يحتمل فيها أحد الشريكين منزلة أعلى من الآخر،

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

كذلك من بين الدعامات الأساسية لمنهاج عيش الحالة نجد اضطراب العلاقة مع الأب ويظهر ذلك في الذكرى الثانية على عكس الذكرى الأولى التي كان بطلها الأساسي الأم، وقد أوضح أدلر في قوله: "ونحن نعلم أن الاهتمام بالوالد هو المرحلة الثانية من مراحل النمو دائماً، ففي المرحلة الأولى يكون الطفل في حاجة دائمة لأمه، لهذا فإنه يلتصق بكل كيانه". (ألفرد أدلر، 1930/2005، ص116)

بالحديث عن الجو الأسري فإن العلاقة بين الحالة والأخ جيدة ولا توجد تحالفات بينهم، والتفضيل الذي حضي به الذكر ساهم بشكل خاص في تقاوم مشاعر النقص لدى الحالة بفعل المقارنة التي تعقدها بين قيمتها وقيمة الاخ المفضل في الأسرة، عموماً، أكد ألفرد أدلر على خطورة التمييز بين الأبناء حيث كتب: "إن التمييز في المعاملة هو أمر بالغ الخطورة، ومعظم الإحباط الذي يحدث للطفل يكون مصدره هو الشعور بأن هناك طفلاً آخر مفضل لديه .. فالفتيان مميزون ومفضلون على الفتيات وهذا يجعل حدوث عقدة النقص شائعاً جداً بين الفتيات". (ألفرد أدلر، 1931/2005، ص181)

من الدلالات البارزة في منهاج عيش الحالة هو سعيها الحثيث لإحراز المكانة وابتغاء السمو وتحقيق الكمال، إذ تملك درجة عالية من النزوع الاجتماعي.

أشارت الذكريات الباكرة إلى اضطراب العلاقة بين الحالة والأب (علاقة مرضية) وظهور الأم كمثال و سند، وقد بدا ذلك واضحاً من خلال سردها للذكرى الثانية لانكسار الزجاج كما ظهر عليها علامات الغضب والانفعال من هذا التصرف، وظهور الأخ كان بديل للأب.

كما أشارت نتائج استبيان منهاج العيش مع الحالة الثالثة أنها من النمط الحركي، وهو ما انعكس على ذكرياتها وأحلامها، نظراً لأن هدفها هو ابتغاء السمو وتحقيق الكمال وذكرياتها التي تأخذ فيها دور البطل أو القائد.

ومن خلال هذا كله نخلص إلى أن منهاج عيش الحالة يتضمن الخصائص أو العناصر التالية:

- مشاعر النقص والقصور: تظهر في ضعف وتوتر العلاقة بين الأبوين والانحياز للذكر.
- الحركة التعويضية: تتمثل في مضاعفة الجهد لتهدئة الأوضاع ولعب أدوار تفوق سنها وجهدها.
- الهدف الغائي: يتمثل في التفوق والقيادة.
- ابتغاء السمو: يتمثل في السعي نحو تحقيق الكمال.
- النزعة الاجتماعية: يتمثل في درجة عالية من النزوع الاجتماعي والنشاط مع الآخرين، ما يسمى نزعة اجتماعية سوية.
- القوة الإبداعية لدى الحالة: من خلال تقييم الأوضاع والقيم الأسرية توصلت إلى أن الأسلوب الذي ينبغي إتباعه داخل الجماعة الأسرية هو السعي نحو إحراز مكانة هامة والتفوق.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

رابعاً- الحالة الرابعة

1- تقديم الحالة:

الاسم: ر

السن: 17 سنة

الجنس: ذكر

المستوى التعليمي: السنة الثالثة ثانوي " تقني رياضي "

المعدل: 16.20

الحالة الاجتماعية: أعزب

الحالة الاقتصادية: جيدة

الترتيب بين الإخوة: 5

2. نتائج مقياس اضطرابات النوم:

ج: جدول رقم (08) يبين نتائج مقياس اضطراب النوم للحالة الرابعة

التنقيط	رقم العبارة	محاور اضطرابات النوم
3	1	محور صعوبة النوم
2	2	
3	3	
2	8	
3	9	
3	14	
2	15	
3	24	
3	25	
2	26	
26	10	المجموع
1	4	محور الإفراط في النوم
3	5	
2	6	
1	7	

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

1	12	
2	17	
3	18	
2	19	
2	20	
1	21	
18	10	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول فإنه سجلت الحالة 26 درجة في محور صعوبة النوم وهي درجة أعلى من المتوسط الحسابي المقدر بـ 20 درجة، مما يدل أن الحالة تعاني من درجة عالية من الصعوبة في النوم.

أما في محور الإفراط في النوم فقد سجلت الحالة 18 درجة وهي درجة أقل من المتوسط الحسابي القدر بـ 20 درجة، وهذا يعني أن الحالة لا تعاني من إفراط كبير في النوم بل تعاني من إفراط أقل من المتوسط.

وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب صعوبة في النوم.

3- عرض و تحليل نتائج استبيان منهاج العيش:

3-1 تشكيلة الأسرة:

الجدول رقم (09) يمثل تشكيلة الأسرة للحالة الرابعة

رتبة الميلاد	الجنس	تاريخ الميلاد	الصفات الثلاث
الأول	ذكر	1987	جدي
الثاني	ذكر	1991	مبذر
الثالث	ذكر	1994	عصبي
الرابع	أنثى	1998	كسولة
الخامس	ذكر	2001	مدلل

عاش الحالة داخل أسرة نووية مكونة من الأب والأم و 5 إخوة (4 ذكور، أنثى واحدة)، الحالة يحتل بذلك الترتيب التسلسلي الخامس بين الإخوة وقد كان ذا مكانة مميزة في العائلة لأنه مدلل وصغير العائلة، أشار الحالة إلى كونه عاش طفولة مميزة حظي فيها بالدلال فقد كان كما وصف نفسه أكل ويحب اللعب

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

والضحك، كان نشيط في طفولته، أكد على قربه من الأخ الثالث من أجل تلبية الحاجات، يعد الأخ الأكبر الأشبه به من حيث الملامح أما أخته الوحيدة هي الأبعد عنه لأنها تعاكسه في حين أكد أن علاقته سطحية مع إخوته "كل واحد في طريقه".

في محور العلاقات بين الإخوة فأشار إلى أن علاقة الإخوة ببعضهم متفاهمين مجموعات، إذ يعتبر الثاني الأقرب منه من أجل المصلحة له، والأول مع الثالث لكونهم يتشابهون من حيث العقلية أما الأخت فهي وحيدة بينهم فعادة ما يساندها الأخ الأكبر، فذكر أنهم عادة ما يتشاجرون كلهم مع بعضهم وكان ينحاز إلى الثالث والثاني لأنهم يلبون حاجياته.

في محور التحالفات بين الإخوة أكد على تشكل كتل بينهم وهو العضو الرئيسي، تشكلت من أجل المصلحة وسبب الخلافات مواضيع تافهة لا معنى لها.

في محور علاقة الإخوة مع الوالدين أشار الحالة إلى أنه كان الابن المفضل عند الأم دون شك، فمن حيث الشبه فكانت الأخت هي الأقرب للأم في الملامح، في حين الابن الأكبر المفضل عند الأب لأنه يسانده كثيرا، وهو الأشبه به من حيث الملامح والتصرفات فتفضيل الأب للأخ الأكبر يشكل لدى الحالة نوعا من الإزعاج والغيرة.

في محور العلاقة بين الوالدين أكد الحالة على أنها علاقة ودية مبنية على حب كبير واحترام وأشار إلى أن الأب هو من يتخذ القرارات ويتشارك الرأي مع الأم "كانوا متفاهمين إلى حد كبير - كانوا يتشاركان الحديث وكنا عادة نشاركهم المواضيع أنا وخاوتي" رغم ذلك فهو ينحاز إلى الأم. في محور الأشخاص الإضافيين عادة ما تقوم الجدة بزيارتهم ويرى أن جده من الأشخاص الذين لهم أهمية بالنسبة له وأكد أن علاقته بهم ممتازة.

2.3 الذكريات الباكرة

أولا/ سرد الذكريات:

الذكرى الأولى: كان في عمري 6 سنوات في الصيف كنت نقفز من الدروج وكانت أُمي تمنعني على ذلك وأنا لم أسمع كلامها حتى سقطت وتكسرت وضربتني من ذلك اليوم لم أعدها.

الذكرى الثانية: كان في عمري 8 سنوات تقريبا جداتي هزت الشهرية تاعها عيطتلي نشريلها شريتلهها مدتلي 100 ألف قتلي أديها من الفرحة ودرتها.

الذكرى الثالثة: كان نهار كان في عمري 11 سنة روحت أنا وزوج صحابي لفوار نشفالها راس العام دخلنا معدناش صوارد ولقينا سيديات تاع الميكرو شريت 1 ألعاب وسرقنا زوج وقفني مولها نحلي السيديات وقالو وبينهم صحابك قتلو راني وحدي قالي نعتلي صحابك نطلقك قتلوا وحدي مكان حتى واحد معايا وطلقتني قتلو أعطيني سيدي لي شريتو قالي مكانش غاضتني عشر آلاف تاع سيدي لول لي شريتو.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

ثانيا/ تحليل الذكريات المبكرة للحالة الرابعة:

من خلال تأويل الذكريات المسرودة من قبل الحالة تم تسجيل بعض الملاحظات الهامة، والتي يمكن اعتبارها مفاتيح جوهرية لفهم وفحص منهاج عيشه، حيث ظهر اهتمام الحالة الشديد بهذه الذكريات من خلال التأكيد على تاريخ حدوث كل ذكرى، منطلقا بالذكرى الأولى التي حدثت في سن السادسة، أما الذكرى الثانية كانت في السن الثامنة والذكرى الثالثة في السن 11 سنة. إن الأمر الذي يثير اهتمامنا ليس تاريخ الذكرى بحد ذاته رغم أنه يبرز بوضوح ثقل الدلالات النفسية لها، بل الأهم هو الموضوع والشخصيات الرئيسية الأم والجدة، فظهور الشخصيات الأم والجدة تدل على قربه منهن، حيث إستهلّى أولى ذكرياته بواقعة مؤلمة حدثت له في سن السادسة وهي سقوطه وتكسره "كنت نفض في الدروج وكانت أمي تمنعني على ذلك .. لم أسمع كلامها حتى سقطت وتكسرت وضربتني" وكذلك الأمر بالنسبة للذكرى الثانية والثالثة، ما يوضح ميل اكتسابي للحالة وتوقع الفشل ولكن توقعه للفشل يدفعه للاجتهد أكثر وبذل جهد أكبر، ما يظهره عند سرد ذكرياته، نجد أن لديه شجاعة في تكلمة الأحداث التي وقعت له.

3-3 الأحلام

أولا/ سرد الأحلام:

الحلم الأول: نحلم أني نمشي في طريق وهذيك طريق متفضش خلاص غير نمشي.

الحلم الثاني: نحلم جداتي ربي يرحمها تعطيني دراهم في لمانم.

الحلم الثالث: نحلم ديما نطلع جبل ساعات نطيح ونعاود نطلع.

ثانيا/ تحليل أحلام الحالة الرابعة:

الأحلام لم تتعدد كثيرا في موضوعها الجوهري لذكريات الحالة، فقدت ظهرت الدراسة كتعبير رمزي للطريق ما يظهر فيها شجاعة ونشاط كبير وعدم الاستسلام، والحلم الثاني مرتبط نوعا ما بالذكرى الثانية لاشتراكهما في موضوع واحد والشخصية المذكورة واحدة، ما يدل على رغبة الحالة في التفوق، أما الحلم الثالث مرتبط بالذكرى الأولى حيث يتضمن مشاعر واضحة تشير إلى الخوف من الفشل أو توقع الفشل وتوضح شجاعة الحالة.

فالموضوع الجوهري للحالة من خلال الأحلام هو توقع الفشل يدفعه للاجتهد أكثر وبذل جهد أكثر من أجل إحراز التفوق والنجاح.

4.3 منهاج عيش الحالة الرابعة:

أ. تأثيرات العائلة:

❖ رتبة الميلاد النفسية: من خلال ما أورده الحالة الرابعة في هذه المحاور السابقة اتضح بشكل جيد أن رتبة ميلاده النفسية متطابقة مع ترتيبه الولادي الزمني "الأصغر"، وقد انعكس ذلك في الصفات التي ذكرها،

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

حيث أبدى موقفه من هذه الرتبة وأبدى ارتياحه الشديد كونه الأصغر وذلك من خلال قوله: "مدلل وعجبتني مرتبة تاعي لي نحبها نلقاها".

❖ **المناخ الأسري:** أوضح الحالة أن المناخ السائد في الأسرة حميمي وودي يسوده الاحترام والحب الكبير وأكد على القرب الشديد بين الأبوين، كما أشار إلى قوامة الأب داخل الأسرة والتفاهم الكبير مع الأم، والعمل على توطيد العلاقة بين الإخوة.

❖ **القيمة الأسرية:** لقد تحددت القيمة الأسرية بشكل واضح من خلال قول الحالة أن كلا الأبوين يتميزان بالعطف والحنان وبدعمان حسن المعاشرة وتوطيد العلاقات بين الإخوة.

ب. **النزعة الاجتماعية:** يمكننا وضع النزوع الاجتماعي للحالة بالمنخفض، هدفه الغائي متمركز حول ذاته يسعى من خلالها إلى اعتلاء عرش الأسرة والحفاظ على ذلك للوصول إلى مبتغاه.

ج. **الشعور بالنقص والتعويض:** ظهرت مشاعر قصور ونقص قاعدي سوي عند تفضيل الأب للابن البكر، وذهب لتعويض القصور بالتقرب من الأخ الثاني من أجل البلوغ إلى المسعى.

د. **الهدف الغائي:** يتمحور الهدف الغائي للحالة حول الحفاظ على المكانة والسعي لبلوغ السمو والتمركز حول الذات مع الإتكالية واستغلال الآخرين في تحقيق ذلك.

4- التحليل العام للحالة الرابعة:

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس اضطراب النوم وكذا استبيان منهاج العيش بما فيه من محاور تشكيلية الأسرة ورتبة الميلاد وكذا الذكريات والأحلام فقد خلصنا إلى:

من خلال تنقيط مقياس اضطراب النوم للحالة الرابعة تبين أن الحالة لديها درجة مرتفعة في محور صعوبة النوم، فهي قيمة أعلى من المتوسط الحسابي، مما يدل أنها تعاني من درجة عالية في صعوبة النوم، وهكذا يمكننا تشخيص اضطراب النوم لدى الحالة بأنه اضطراب صعوبة النوم. الذي يتمثل في عدم المقدرة على النوم في الفترات التي اعتاد عليها الإنسان، وصعوبة الرجوع إلى النوم أي صعوبة النوم. (عبد الباسط السيد، 2007، ص84)

أما نتائج استبيان منهاج العيش:

أوضحت نتائج منهاج العيش أن الحالة ذو رتبة ميلاد نفسية للطفل الأصغر، من النمط النشاط وهو ما انعكس في ذكرياته الباكرة نتيجة الاستخدام المكثف للأفعال التي صرفت أغلبها في زمن الماضي، وكما يصفه أدلر هو نمط محضر للتكفل، حيث نجد فيه نشاط عالي، علما أن وضعية الطفل الأصغر فريدة ومميزة. لقد لاحظ أدلر (1937) في مواضع أخرى أن العديد من الرجال الناجحين في عصرنا كانوا الأصاغر. (خالد خياط، 2018، ص271)

الفصل الرابع

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

أشارت بعض الاستجابات للحالة خلال الاستبيان بما في ذلك الذكريات الباكرة إلى ميل اكتتابي مما يجعله يتوقع الفشل، في مقابل ذلك اثبت شجاعته في التحدي والاجتهاد أكثر مع بذل جهد لإحراز التفوق والسمو، حيث يدل أسلوب سرد الذكريات على خوفه من الفشل أو ظهور عقبات تعرقل سعيه ومع ذلك نجد الحالة يتصف بالشجاعة وعدم الاستسلام.

ونظرا لكون الأخ الذكر الابن الأكبر في العائلة فقد حظي بمكانة كبيرة عند الأب، هذا ما جعل شعور الحالة بالنقص، الذي يتحدد بنقص مرتفع، هذا ما ساهم في ضعف النزوع الاجتماعي لدى الحالة. عموما أكد أدلر على خطورة التمييز بين الأبناء حيث كتب: "معظم الإحباط الذي يحدث للطفل يكون مصدره هو الشعور بأن هناك طفل آخر مفضل لديه".

(ألفرد أدلر، 1931/2005، ص181)

بالحديث عن الجو الأسري فإن العلاقة بين الإخوة تتمثل في تشكيل تحالفات، ومن الدلالات البارزة في منهاج العيش الحالي هو سعيه للتفوق وتوقع الفشل مع الاجتهاد من أجل الوصول إلى المبتغى مع عدم الاستسلام مهما كانت الظروف، ولكن هذه الدرجة العالية من النشاط متمركزة حول الذات لذلك فإن النزعة الاجتماعية للحالة متدنية نوعا ما، كما أشارت أيضا الذكريات الباكرة إلى أن الحالة يخشى الفشل وذلك على تركيزه على الأشياء التي تركت وقع هام على حالته النفسية.

ومن خلال هذا كله نخلص إلى أن منهاج عيش الحالة يتضمن الخصائص أو العناصر التالية:

- مشاعر النقص والقصور: شعور بالنقص مرتفع يتمثل في تفضيل الأب للابن الأكبر.
- الحركة التعويضية: تتمثل في التقرب من الأخ الثاني وكل من يجد به حاجته.
- الهدف الغائي: يتمثل في التمركز حول الذات مع الاتكالية.
- ابتغاء السمو: يتمثل عدم الاستسلام وبذل جهد من أجل التفوق والنجاح.
- النزعة الاجتماعية: النزوع الاجتماعي للحالة منخفض .
- القوة الإبداعية لدى الحالة: من خلال تقييم الأوضاع التي تعيشها الحالة والقيم الأسرية توصلت إلى أن الأسلوب الذي ينبغي للحالة إتباعه هو الاجتهاد وبذل جهد أكثر.

خاتمة

خاتمة:

في إطار دراسة منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم، وبناءا على ما تم التوصل إليه من خلال نتائج اضطرابات النوم ونتائج تحليل منهاج العيش، وفي ضوءها ما سلف عرضه في الإطار النظري والدراسات السابقة وانطلاقا من الأهداف المرجوة من الدراسة وهي:

- التعرف على خصائص منهاج العيش لدى المراهق المتفوق دراسيا ذو اضطراب النوم.
- التعرف على سمات المراهق المتفوق دراسيا.
- الكشف عن اضطرابات النوم لدى المراهقين.
- الكشف عن أهم خصائص المراهقين ذو اضطرابات النوم التي تظهر لدى كل حالة وفق منهاج عيشها.

نخلص إلى النتائج التالية من خلال مقياس اضطرابات النوم:

- الحالة الأولى: أشارت نتائج مقياس اضطراب النوم إلى أن الحالة سجلت درجة عالية فوق المتوسط في محور الإفراط في النوم، ما يجعلنا نشخص اضطراب النوم لدى الحالة الأولى بأنه اضطراب الإفراط في النوم.
- الحالة الثانية: أشارت نتائج مقياس اضطراب النوم إلى أن الحالة سجلت درجة عالية فوق المتوسط في محور الإفراط في النوم، ما يجعلنا نشخص اضطراب النوم لدى الحالة الثانية بأنه اضطراب الإفراط في النوم.
- الحالة الثالثة: أشارت نتائج مقياس اضطراب النوم أن الحالة سجلت درجة عالية فوق المتوسط في محور الصعوبة في النوم، ما يجعلنا نشخص اضطراب النوم لدى الحالة الثالثة بأنه اضطراب الصعوبة في النوم.
- الحالة الرابعة: أشارت نتائج مقياس اضطراب النوم أن الحالة سجلت درجة عالية فوق المتوسط في محور الصعوبة في النوم، ما يجعلنا نشخص اضطراب النوم لدى الحالة الرابعة بأنه اضطراب الصعوبة في النوم.

ومن خلال نتائج الحالات في مقياس اضطراب النوم وجدنا أن الحالة الأولى والثانية تعاني من اضطراب الإفراط في النوم. والذي فيه تطول ساعات النوم إلى ما فوق الحد الأعلى الطبيعي وهو (5-10) ساعة أو يزيد فيه زمن النوم إلى ما يتعدى المعدل الذي استقر عليه الفرد عادة، هذا وقد يكون النوم المفرط نومة طويلة واحدة، قد تأتي على أكثر من فترة واحدة. (علي كمال، 1990، ص196)

أما الحالة الثالثة والرابعة تعاني من اضطراب الصعوبة في النوم، فالكثير يشعرون بأن النوم مشكلة كبيرة، فهم يشعرون دائما بصعوبة في النوم ويذهبون إلى سريرهم وهم متأكدون بأنهم لا يستطيعون النوم. (لانجين ديتريك، 1984، ص9)

من خلال هذه النتائج نخلص إلى وجود فروق كبيرة بين الأفراد في النوم فنجد صنفين الصنف الأول ينامون لمدة واحدة والصنف الثاني ينامون فترات متقطعة. ففي مرحلة المراهقة تعترض المراهقين في أثناء عمليات النوم مشكلات لا يستطيعون حلها دون مساعدة لهذا وجب تسليط الضوء على هذه المرحلة باعتبارها قابلة لنشوء الصعاب والاضطرابات نظرا لطبيعة النمو والتحويلات التي تحدث لذا وجب الإرشاد والنصح داخل المؤسسة التربوية وداخل الأسرة التي تعتبر المركز الأساسي للمراهق وذلك لتلبية حاجات الفرد وإشبعاته التي تتوافق مع هذه المرحلة.

ومن خلال استبيان منهاج العيش نخلص إلى النتائج التالية:

بداية ظهر لدى حالات الدراسة أن كل حالة شكلت منهاج عيش خاص بها، والذي شكلته من خلال المواقف المعاشة التي تركت بصمة وتأثير كبير، فبداية الانطلاق من الشعور بالقصور والنقص والرغبة في التعويض، بحيث وجدنا أن المواضيع المسيطرة على:

- الحالة الأولى ذات الرتبة الميلادية النفسية "الصغرى" ومحور اهتماماتها على السيطرة والقيادة مقابل ضعف العلاقة بين الإخوة وضعف المشاركة بينهم هذا ما جعل الحركة التعويضية تتمثل في السمو بالمكانة وكسب رضا الوالدين التي تمحورت حول الطاعة وحسن المعاشرة بين الإخوة وتوطيد العلاقة بينهم، والتي تصنف ضمن النمط السوي النشط، وهو نمط يتضمن الأشخاص المتكافلين والمتفوقين إذ يكون الفرد فيه طموح ويسعى دوما إلى النجاح وهذا ما يعكس الهدف الغائي لدى الحالة الذي يتجلى في بلوغ السمو والتفوق.

- أما الحالة الثانية ذات الرتبة الميلادية النفسية للطفل البكر، والتي تصنف ضمن النمط النشط البناء، الذي يعتبر منهاج عيش سوي، في مقابل ذلك تتجلى مشاعر القصور والنقص في العلاقة المرضية مع الأم وتعويضها بحضور الجدة والحفاظ على المكانة عند الأب، حيث تتمحور اهتماماتها على الرغبة في السمو والتفوق والحفاظ على المكانة عند الأب بالطاعة والخضوع له، وخوفها من الفشل أو ظهور عقبات في طريقها.

-أما الحالة الثالثة ذو رتبة الميلاد النفسية "الصغرى" و"الوحيدة" من حيث الإناث، التي تصنف ضمن النمط الحركي الذي يتجلى ذلك في ذكرياتها، نظرا لأن هدفها الغائي ابتغاء السمو وتحقيق الكمال وأخذها دور البطل والقائد ما جعل نمطها مفيد اجتماعيا "النمط البناء"، في مقابل ذلك تنعكس مشاعر القصور والنقص في توتر العلاقة بين الأبوين والانحياز للذكورة ما جعلها تعوض هذا النقص في مضاعفة الجهد وتهدئة الأوضاع ولعب أدوار تفوق جهدها وسنها، رغم ذلك تبقى جل اهتماماتها ثابتة نحو التفوق والقيادة.

-أما الحالة الرابعة ذو الرتبة الميلادية النفسية للطفل الأصغر، من النمط النشط الذي يتميز بقدر عالي من النشاط، ما يظهر أن الحالة لديه ميل اكتئابي وتوقع الفشل ما يقابل ذلك من إثبات للشجاعة في

خاتمة

تحدي الصعاب وبذل جهد في الاجتهاد من أجل إحراز التفوق والسمو، حيث سجلت مشاعر النقص عند الحالة في تفضيل الأب للابن الأكبر ما جعله يعوض هذا النقص بالتقرب من الأخ الثاني أو أي شخص يجد به حاجته ما جعله يتمتع نوعاً ما بالإتكالية، رغم ذلك نجد دائماً أن جل اهتماماته تتجلى في عدم الاستسلام والاعتماد على بذل جهد من أجل التفوق والنجاح.

إن الحكم على سواء أو عدم سواء منهاج عيش كل حالة من حالات الدراسة يجعلنا نتحدث عن تفوقهم وتوجههم الاجتماعي الذي يعتبر معياراً للسواء أو نقص وتدني النزعة الاجتماعية والذي يعد معياراً للسواء، وقد ظهرت لدى الحالة الأولى بعض مؤشرات للتركز على الذات والسعي للاعتلاء على عرش الأسرة والتملك ما يجعله مسعى يتسم بالنزعة الاجتماعية السوية، والحالة الثانية ظهرت لديها نقص النزعة الاجتماعية من خلال ظهور مؤشرات ضعيفة نحو التركيز على الذات والميل إلى تبني الموقف الدفاعي، والحالة الثالثة أظهرت قدر عالي من النزوع الاجتماعي والنشاط مع الآخرين وهو مسعى يتسم بالنزعة الاجتماعية السوية، والحالة الرابعة ظهرت وضع النزوع الاجتماعي للحالة بالمنخفض. ما يبين أن الحالة الأولى والثالثة تتسم بنزعة اجتماعية مرتفعة أما الحالة الثانية والرابعة نقص في النزعة الاجتماعية، ما يجعل الحالات الأربع تتسم بمنهاج عيش سوي ونزعة اجتماعية سوية باختلاف في مقدار النزوع الاجتماعي.

هذا هو علم النفس الفردي الذي يهتم بدراسة الفرد والذي اعتبر فريد ومختلف عن الآخرين وأسلوب تفكيره فريد لأنه عاش ظروف فريدة من نوعها، لذلك لا يمكننا تعميم النتائج لأن كل حالة تتميز خصائصها الفردية التي تميزها عن باقي الحالات، فكما اعتبرها ألفرد أدلر أن كل حالة قائمة بذاتها، وتسعى لإحراز هدف التفوق والاختلاف يتجلى في كيفية التعبير عن الصراع الذي يظهر عن طريقة ردات الفعل وهي تعبر عن نفسيته بطريقة مميزة وفردية، والتي تتميز بنمط فريد من نوعه، وكما قمنا بإظهار أن هدف الفرد في إحراز التفوق يتأثر بتأثر الشعور الاجتماعي، وأن هذا ما يسمح بنشأة خصائص شخصية الفرد التي نمت وتطورت فيها حتى تلائم تطور نمو الفرد النفسي، ما يجعل هذه الخصائص تدفع إلى اتجاه ينسجم مع الهدف المميز والغائي لكل فرد والسعي للوصول إلى الكمال والسمو.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية:

1. القرآن الكريم [النور، آية: 59]
2. أديب الخالدي (2006)، مرجع في علم النفس الإكلينيكي (المرضي)، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
3. أبو بكر مرسي محمد مرسي (2002)، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة إلى الإرشاد النفسي (ط1)، مكتبة النهضة، القاهرة، مصر.
4. أحمد بن مرسل (2003)، مناهج البحث العلمي في علوم الإعلام والاتصال، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
5. أحمد محمد الزغبى (2001)، علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
6. آرثر أس وريبر أيملي ريبير (2008)، ت: عبد العلي الجسماني وعمار الجسماني، المعجم النفسي الطبي، الدار العربية للعلوم، بيروت، لبنان.
7. إسحاق رمزي (1942)، علم النفس الفردي أصوله وتطبيقاته، ط3، دار المعارف، منشورات جماعة علم النفس التكاملية، القاهرة، مصر، 1981.
8. أنور الحمادي (2014)، الدليل التشخيصي الإحصائي DSM-5، معايير ال DSM-5
9. ألفرد أدلر (1931)، الطبيعة البشرية، ط1، ترجمة: عادل نجيب بشرى، المجلس الأعلى للثقافة، القاهرة، مصر، 2005.
10. أدلر ألفرد (1931)، معنى الحياة: ترجمة: عادل نجيب بشرى، المجلس الأعلى للثقافة، القاهرة، 2005.
11. أدلر ألفرد (1931)، سيكولوجية في الحياة كيف تحياها، ترجمة: عبد العلي الجسماني، الدار العربية للعلوم، بيروت، 1996.
12. أدلر ألفرد (1929)، العصاب، ترجمة: أحمد الرفاعي وفارس ضاهر، دار وكتبة الهلال، بيروت، 1982.
13. الطائي أفرح هادي حمادي (2008)، اضطرابات النوم وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.
14. باسمه حلوة (2011)، دور الوالدين في تكوين الشخصية الاجتماعية عند الأبناء: دراسة ميدانية في مدينة دمشق، مجلة جامعة دمشق، المجلد 27، دمشق، سوريا، العدد الثالث+الرابع.
15. بدر إبراهيم الشيباني (2000)، سيكولوجية النمو (تطور النمو من الإخصاب حتى المراهقة)، مركز المطبوعات والتراث والوثائق، الكويت.

16. بوجلال سعيد (2008)، المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالتفوق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، مذكرة نيل ماجستير، جامعة الجزائر.
17. جمعة سيد يوسف (2000)، الاضطرابات السلوكية و علاجها، دار غريب، القاهرة، مصر.
18. حامد عبد السلام زهران (1977)، الصحة النفسية و العلاج النفسي، ط2، عالم الكتب، القاهرة.
19. حامد عبد السلام زهران (1995)، علم النفس النمو، ط5، عالم الكتب للنشر، القاهرة، مصر.
20. حامد عبد السلام زهران (1980)، التوجيه والإرشاد النفسي، ط2، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
21. حسن مصطفى عبد المعطي (1998)، علم النفس الإكلينيكي، دار قباء، القاهرة، مصر.
22. خالد أحمد علمان (2006)، المراهقة بين الفقه الإسلامي والدراسات المعاصرة، دار المعرفة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.
23. خالد خياط (2016)، مبادئ ومنهجية دراسة الحالة، مجلة أبحاث نفسية وتربوية، العدد8، جامعة قسنطينة2، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، عين مليلة، الجزائر.
24. خالد خياط (2013/2012)، دراسة منهاج العيش من خلال القصيدة الشعرية: دراسة نفسية فردية على شعراء صغاليك جاهليين، رسالة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس العيادي، جامعة منتوري، قسنطينة، الجزائر.
25. خالد خياط (2014)، رتبة الميلاد النفسية- مفهوم مركزي في العلاج النفسي الفردي، مجلة العلوم الإنسانية، العدد 36-37، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.
26. خالد خياط (2018)، علم النفس الفردي: اعرف نفسك بنفسك بنظرية ألفرد أدلر، مخبر التطبيقات النفسية والتربوية، جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة2، عين مليلة، الجزائر.
27. خالد محمد عبد الغني (2016)، اضطرابات النوم وعلاقتها بأبعاد الشخصية: دراسة تشخيصية مقارنة بين الراشدين والمسنين من الجنسين، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، ميدان المحطة، دسوق.
28. خولة عبد الله السبتي (2004)، مشكلات المراهقة الاجتماعية النفسية والدراسية (دراسة وصفية على عينة من الطالبات السعوديات)، رسالة ماجستير منشورة، الرياض، السعودية.
29. خولة عبد الكريم السعيدة ومحمد إبراهيم الخطيب (2016)، أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد السادس، العدد9، عمان، الأردن.
30. راوية هلال أحمد شتا (2006)، حاجات المراهقين الثقافية الإعلامية، مركز الاسكندرية للكتاب، مصر.
31. رغدة شريم (2009)، التكيف المدرسي للطفل والمراهق في ضوء التنظيم العقلي، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر.

32. سعيد رشيد الأعظمي (2007)، أساسيات علم النفس الطفولة والمراهقة، دار جبهة للنشر والتوزيع، الأردن.
33. سعيد حسني العزة (2000)، إرشاد الموهوبين والمتفوقين، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.
34. سليمان طعمة الريحاني وإبراهيم عبد الله الزيقات وعادل جورج طنوس (2012/2011)، إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، دار الفكر، عمان.
35. سيد سليمان، صفا أحمد، عبد الرحمن وغازي (2001)، المتفوقون عقليا: خصائصهم واكتشافهم تربيتهم مشاكلهم، مكتبة زهراء الشرق للنشر والتوزيع، مصر.
36. طارق عبد الرؤوف محمد عامر (2007)، دراسات في التفوق والموهبة والإبداع والابتكار، دار اليازوري العالمية للنشر والتوزيع، الأردن.
37. عباس محمود عوض (1999)، المدخل إلى علم النفس النمو: الطفولة المراهقة الشيخوخة، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
38. عبد الباسط السيد (2007)، الأرق أسبابه وعلاجه (من القديم إلى الحديث)، شركة مكتبة ألفا للتجارة والتوزيع، القاهرة، مصر.
39. عبد الفتاح دويدار (1999)، مناهج البحث في علم النفس، ط2، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
40. عبد الكريم قاسم أبو الخير (2002)، التمريض النفسي، دار وائل، الأردن.
41. عبد الكريم قريشي (1999)، مشكلات التوافق لدى المراهق الجزائري في المدرسة الثانوية، رسالة دكتوراه غير منشورة في علم النفس العيادي، جامعة قسنطينة.
42. عبد المنعم الميلادي (2003)، المتفوقون والموهوبون والمبدعون أفاق الرعاية والتأهيل، د ط، مؤسسة شباب الجامعة للنشر، الإسكندرية، مصر.
43. علي فالح الهنداوي (2002)، علم نفس النمو: الطفولة والمراهقة، ط2، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة.
44. علي كمال (1990)، النفس انفعالاتها أمراضها علاجها، دار واسط للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
45. علي محمود كاظم (2014)، قياس اضطرابات النوم لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية الأساسية، جامعة بابل، العدد 15.
46. عليوات ملح (2010)، المناخ الأسري وعلاقته بالتفوق الدراسي لدى المراهق المتمدرس، رسالة ماجستير، جامعة تيزي وزو، الجزائر.

47. فتيحة مقحوت (2013)، أساليب المعاملة الوالدية للمراهقين المتفوقين في شهادة التعليم الأساسي، مذكرة لنيل ماجستير، جامعة بسكرة، الجزائر. 48. فرج عبد القادر طه (2000)، أصول علم النفس الحديث، دار قباء للنشر، مصر.
49. فؤاد البهي السيد (1977)، الأسس النفسية للنمو، ط2، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، مصر.
50. فؤاد البهي السيد (1998)، الأسس النفسية للنمو: الطفولة والمراهق، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
51. فيصل محمد خير الزراد (2000)، الأمراض النفسية- الجسدية (أمراض العصر)، ط1، دار النفائس، بيروت، لبنان.
52. فيصل محمد طير الزراد (2009)، الأمراض النفسية- الجسدية- أمراض العصر، ط2، دار النفائس للطباعة و النشر و التوزيع، بيروت، لبنان.
53. كارل إي بيكارد (2002)، الأسلوب المثل لتنمية احترام الذات لدى الطفل، سلسلة كتب بارون في تربية الطفل، مكتبة جرير، الرياض، 2010.
54. كمال أحمد وآخرون (1976)، المدرسة والمجتمع، المدرسة الأنجلو مصرية، القاهرة، مصر.
55. كلير فهيم (بدون تاريخ)، المشاكل النفسية للمراهق، ط2، دار الثقافة، القاهرة، مصر.
56. لانجين ديتريك (1984)، النوم واضطراباته، ترجمة: حلمي نجم عبد الله، دار العربية للطباعة، بغداد.
57. مصطفى عشوي (2002)، مدخل إلى علم النفس المعاصر، ديوان المطبوعات الجامعية، ط3، بن عكنون، الجزائر، 2010.
58. محمد حسين القطامي (2011)، أسس رعاية وتعليم الموهوبين والمتفوقين، ط1، دار جرير للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
59. مدحت أبو النصر (2004)، رعاية أصحاب القدرات الخاصة، ط1، مجموعة النيل العربية للنشر، مصر.
60. مدحت عبد اللطيف (2011)، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر.
61. محمد شلبي (2005)، سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة: تنقية لبعض المفاهيم واختبار نموذجي بحثي، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية، عدد ابريل.
62. محمد رمضان القذافي (1997)، علم النفس النمو، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر.

63. محمد عبد الله الجيمان (2000)، دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية للمتفوقين والمتأخرين دراسيا بكلية المعلمين وكلية البنات وكلية التربية بجامعة الملك فيصل، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة تونس.
64. محمد عبد الظاهر الطيب وآخرون (2000)، مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
65. محمد مصطفى زيدان (1975)، النمو النفسي للطفل والمراهق، ط1، منشورات الجامعة الليبية.
66. ملاك جرجس (1992)، المشكلات النفسية للطفل وطرق علاجها، دار المعارف، القاهرة، مصر.
67. نبيلة بن الزين (2005)، مركز الضبط لدى الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسيا، مذكرة لنيل ماجستير، جامعة ورقلة، الجزائر.
68. نزيح صرداوي (2009)، المحددات غير الذهنية للتفوق الدراسي، أطروحة الدكتوراه، جامعة بوزريعة، الجزائر.
69. نعيم الرفاعي (1976)، الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف، مطبعة المعرفة، القاهرة، مصر.
70. نوري الحافظ (1981)، المراهق، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت، لبنان.
71. وداد بنت أحمد محمد ناصر الوشلي (1428)، الثقة بالنفس وبعض سمات الشخصية لدى عينة من الطالبات المتفوقات دراسيا والعاديات في المرحلة الثانوية بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية.
72. هدى محمد القناوي (1992)، سيكولوجية المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
73. يسرى عبد المحسن (1987)، دراسة بعنوان اضطراب المشي أثناء النوم.
- ثانيا- المراجع الأجنبية:
74. Adler Alfred (1927), Connaissance de l'Homme. P.B.Payot. Paris. 1949
75. Adler Alfred (1927), Understanding Life, Oneworld Publications, Oxford, England, 1997.
76. Adler A (1929). Ecole et psychologie Individuelle Comparée. P.B .Payot . Paris.1975.
77. Adler Alfred (1930c), Education des Enfants, P.B.Payot. Paris. 1977.
78. Ansbacher,H ,L.,(2006). The Relationship of Dreikurs four Gouals of Children's Disturbing Bihaviour to Adler's Social Interest-Activity Typology.In : SLAVIKS & CARLSON,J(2006) Reading in the Theory of Individual Psychology. Routledge.New York.2006.
79. BIBLICAL COUNSELING CENTER (2009) . ADLERIAN LIFESTYLE QUESTIONNAIRE. BCC of Palmetto. Florida. USA. (2009).

80. Bontefinouchet,M(1982), **la famille algerienne (2éd)**, Societé nationale d'Édition et de diffusion, Alger.
81. Coslin, Pierre,G,(2006), **psychologie de l'adolescent (2 éd)**, Armand Colin, France .
82. Crandall,J,E,(1975), **A Scale for Social Interest**, Individual Psychology, Vol 47, No1, March 1991, University of Texas Press, Austin, USA, 1991.
83. Derham, Susanne and others,(1991) **Working and play together prediction of preschool social emotional competence from mother child interaction**, child development,vol :62,New York.
84. Edgar.T.E.(1985), **the creative self in adlerien psychology** In : salvik's & carlson ,h.j (2006).
85. Elizabet,b.& Hurirck(1990), **La psychologie de developpement**, Mc graw Hill Publilishing Company New Delhi, 1981.
86. Hjerataas,Trevor (2006), **Overcompensation in Adlerian Theory**, In : SLAVIK & CARLSON,J(2006). **Readings in the Theory of Individual Psychology.Routledge**. New York. 2006.
87. Manaster.G.J.(2006), **Family Constellation** : Meaning, Research and Future Research, In : Slavik's & Carlon, J,(2006), Reading in the Theory of Individual Psychology, Routlrdge, New York,2006.
88. Otrovsky.M et al,(1992), **Promoting Moral Development Through Social Interest in Children and Adolescents**, Individual Psychology, Vol 48, No 2, June 1992, University of Texas Press, Austin, USA, 1992.
89. Silamy,N,(2004), **Dictionnaire de psychologie**, Edition Janine Faure.
90. STASIO,M,J &CAPRON,E,W.(1998), **Social Interest as a Distinct Personality Construct**, In : SLAVIK,S & CARLSON,J (2006), Reading in the Theory of Individual Psychology, Routledge, New York, 2006

الملاحق

الملحق رقم (1) المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى:

السلام عليكم.

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته.

س: واشراكي؟

ج: لابس حمد الله.

س: شحال في عمرك؟

ج: 18 سنة.

المحور الأول: تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد:

▪ رتبة الميلاد:

س: كم عدد الإخوة في المنزل؟

ج: حنا في ستة.

س: ماهي رتبة ميلادك الزمنية؟

ج: 6.

س: ماذا تعني ربتك بالنسبة لك؟

ج: عجبتي، مافيهاش مسؤولية ونحس بالدلال في هذه المرتبة أكثر من إخوتي.

س: اذكري بعض صفاتك؟

ج: هادئة، حنونة، مدللة.

س: من كان الأقرب لوالديك؟ ولماذا في نظرك؟

ج: أختي الثالثة، ربما لأنها تقوم بدور الأم في العائلة ومهتمة.

س: من كان الأكثر عقابا داخل الأسرة؟

ج: أختي التي قبلي لأنها متهورة وتزرب للعب .

س: من كان يحاول إعجاب والديك؟

ج: أختي الثالثة وهي هادئة وحنونة كثيرا.

س: من كان الأكثر تميزا في الدراسة؟

ج: أنا، رغم أن جميع إخوتي متمدرسين إلا أنا التي أتحصل على نتائج ممتازة.

س: من كان الأكثر إنتاجية ومن كان الأقل إنتاجية؟

ج: أخي كان أكثر إنتاجية لأنه مسؤول وكأنه أبي الثاني، أقل إنتاجية أختي الثانية مفسدة بزاف.

الملاحق

■ تشكيلة الأسرة:

✓ وصف الذات بالنسبة للإخوة:

س: صف نفسك كيف كنت في طفولتك؟

ج: كنت فالصغر حشامة بزاف ومحبوبة عند الأهل والجيران، نسمع الكلمة بصح في اللعب منحش واحد يحقرني نحب نكون ديما المتحكمة فيهم، مع أني نتجنب المشاكل والخلافات بين أصدقائي مع هذا مكنتش نحب نخالط بزاف.

س: وضح صفات كل أخ من إخوتك في الطفولة؟

ج: في الاستمارة.

س: من هم الإخوة الأقرب إليك؟ ما الصفات التي صاروا بفضلها الأقرب عليك؟

ج: أختي لي قبلي لكونها الوحيدة الأكثر تفهما لي، وربما لتقارب في السن.

س: من هو الأخ الأشبه بك؟ فيما تشبهان من صفات؟

ج: أخي الأكبر في بعض الصفات الظاهرية.

س: من هم الإخوة الأبعد عنك؟ ما الصفات التي جعلتهم الأبعد عنك؟

ج: أختي الكبرى برك. البعد في السن ومتسلطة دائما تحب إعطاء الأوامر وأنا اكره هذا.

س: من هو الأكثر اختلافا عنك؟ فيما تختلفان من صفات؟

ج: الكبرى في الصفات والشكل.

س: كيف هي علاقتك ببقية الإخوة واحدا واحدا؟

ج: عادية علاقة أخوية.

✓ وصف العلاقات بين الإخوة:

س: كيف هي علاقة إخوتك ببعضهم البعض؟

ج: علاقة جيدة، أما أختي المتروجة فهي متسلطة وتعطي الأوامر في البيت عند كل زيارة.

س: من كانوا الأقرب من بعض؟ من كان يعتني بمن؟

ج: الثالثة مع الرابعة والخامسة معي وأخي مع الجميع وينحاز لي كثيرا.

س: من كان يلعب مع من؟ من كان يرافق من؟

ج: لا أتذكر لأنهم أكبر مني أما أنا فكنت ألعب وأرافق أختي لي قبلي.

س: من كانوا الأبعد عن بعضهم؟ من كان ينبذ من؟

ج: الكبرى وأنا، لا يوجد .

س: من كانوا يتشاجرون مع بعض؟ لصالح من كنت تتحيز؟

ج: كلهم يتشاجرون مع بعضهم - لا انحاز إلى أحد أبقى حيادية.

الملاحق

✓ التحالفات داخل تشكيلة الأسرة:

س: هل تشكلت تحالفات بين الإخوة؟ من كان أعضاؤها وأطرافها؟

ج: نعم أحيانا- الكبرى والثالثة ، الرابعة مع الخامسة ومع.

س: على أي أساس قامت وتشكلت هذه التحالفات؟

ج: خلافات روتينية بين البنات عابرة.

س: ما كانت مواضيع الخلافات والمشاحنات بين هذه التحالفات؟

ج: عادة على الملابس وعادة عند أخذ أشياء الأخرى وعدم مشاورتها.

✓ علاقات الإخوة مع الوالدين:

س: ما كانت صفات الأب؟ أيها كانت مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: حنون وأحيانا متعصب- الحنان- التعصب.

س: من كان أشبه الإخوة بالأب؟ فيما يشبهه؟

ج: أخي، في الصفات الظاهرية .

س: من كان أكثر الإخوة اختلافا عن الأب؟ فيما يختلف عنه؟

ج: الثالثة، هادئة وحنونة وغير متعصبة .

س: من كان الابن المفضل لدى والدك ؟ على أي أساس حضي بالترفضيل؟

ج: أختي الثالثة، لأنها قريبة ليه بزاف تشاوره في كلش، وأخي الوحيد مفضل لدى كلا الوالدين لكونه الذكر الوحيد.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟

ج: عادة ما أصاب بالغيرة. أما موقف إخوتي متفهمين عادي.

س: ما كانت صفات الأم؟ أيها كانت مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: حنان، عطف، خوف.

س: من كان أشبه الإخوة بالأم؟ فيما يشبهها؟

ج: أنا- في بعض الصفات من العطف والطيبة وكلهم يقولون أنني شبيهة أمي.

س: من أكثر الإخوة اختلافا عن الأم؟ فيما يختلف عنها؟

ج: الكبرى لأنها تتصف بالعصبية والتسلط .

س: من كان الابن المفضل لدى والدتك؟ على أي أساس حضي بهذا التفضيل؟

ج: أنا، لأنها دائما تساندني وأجد نفسي قريبة منها كثيرا ولا ترفض لي أي طلب، وأخي كونه الذكر الوحيد في الأسرة.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟

الملاحق

ج: فرحة، هدوء وموقف إحتوي عادي فهم يعلمون أنني قريبة من أمي ومدللة.

س: أي الأبوين كان أكثر حماسة وتجنبا للأطفال؟ كيف يفعل ذلك؟

ج: الأم - بكل حب.

✓ **العلاقة بين الوالدين:**

س: كيف كانت العلاقة بين الوالدين؟

ج: علاقة متينة.

س: من كان قواما في الأسرة؟ من كان يتخذ القرارات فعليا؟

ج: الأب والأم معا - الأب هو صاحب القرارات الصارمة.

س: كيف كانت طريقة كل واحد منهما في رعاية الأطفال؟ هل كانا متوافقين أم متصارعين في ذلك؟

ج: كانت طريقة كل واحد مكمل للآخرى وقد كانا متوافقين.

س: هل كانا متفاهمين أم متصارعين؟ هل كانا يتوددان لبعضهما البعض أمامكم؟

ج: متفاهمين - أحيانا ما يفعلان ذلك.

س: كيف كان شعورك حين يفعلان ذلك؟ كيف تتصرف؟

ج: تغمرني فرحة - عادية التصرف.

س: هل كانا يتناقشان أم يتجادلان أم يتشاجران عند الخلاف؟ هل يفعلان ذلك أمامكم؟

ج: يتناقشان - غالبا.

س: كيف كان شعورك حين يفعلان ذلك؟ إلى من تتحاز؟ كيف تتصرف؟

ج: شعور غريب يصعب وصفه - انحاز إلى أمي - أقوم بمحاولة تغيير الموضوع.

✓ **الأشخاص الإضافيين في الأسرة:**

لا يوجد

المحور الثاني: الذكريات الباكرة

الذكرى الأولى: لما كان عمري 7 سنوات مرضت أمي ودخلت المستشفى كنت حاسبتها رايحة تموت لأنني

لم أتعود على فراق أمي يوما وكان أخي يحتضنني ويقول أمي بخير راهي جاية وأنا نبكي حتى دخل بابا

لدار وداني ليها ولعشية خرجناها، هذا زاد تعلقي بماما وخوفي عليها لحد الآن.

الذكرى الثانية: كنت نقرا السنة الرابعة ابتدائي كانت معلمتي تاع فرنسية تحبني بزاف وكانت ديما تتهلى

فيا وتعطي أمثلة عليا في الاجتهاد والأخلاق وتقولهم كونو كيما زميلتكم مزلني متفكرتها خلاتني نحس

أنني في المستوى المطلوب مع فرحة كبيرة وحتى مرة جا بابا يروحني شكرتني عندو بزاف عاد فرحان بيا

أكثر وكنت ديما من الأوائل.

الملاحق

الذكرى الثالثة: في 2016 يوم نجحت في شهادة التعليم المتوسط بنتائج ممتازة الثانية على مستوى المتوسطة وقاموا باستدعائنا وأخذت أول هدية أمام عدد كبير من المعازيم كانت فرحة كبيرة لي ولوالديا الذين نزلت دموع الفرح من عيونهم.

المحور الثالث: الأحلام

الحلم الأول: كي كنت في عمري 12 سنة كنت غالبا نحلم أنني ديما في القسم وراح نعقب امتحان ساعات نجاوب وساعات منلقاش إجابات ونقعد حايرة واش نكتب.

الحلم الثاني: كي كان عمري 15 سنة عام البيام حلمت زوج ثعابين صغار حذا دارنا في وسط حشيش دايرين بعضاهم كي نضت قلت واحد بيام واحد سيكوند.

الحلم الثالث: وكي كان عمري 17 سنة نحلم بزاف أنني نصلي حذا الكعبة وأني دخلت داخل الكعبة وكش اصفر يشعل شغل ذهب ولقيت شغل سرير ثم وقعدت عليه من بعد فطنت.

الملحق رقم (2) المقابلة العيادية كما وردت مع الحالة الثانية

السلام عليكم

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته

س: واشراكي؟

ج: لابس حمد الله.

س: شحال في عمرك؟

ج: 17 سنة.

المحور الأول: تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد:

▪ رتبة الميلاد:

س: كم عدد الإخوة في المنزل؟

ج: حنا في 5.

س: ماهي رتبة ميلادك الزمنية؟

ج: الأولى.

س: ماذا تعني رتبتك بالنسبة لك؟

ج: غير راضية عليها نحس روجي نعيش في دور الأخت الكبرى المحقورة.

س: اذكري بعض صفاتك؟

ج: كسولة، ذكية، شجاعة.

س: من كان الأقرب لوالديك؟ ولماذا في نظرك؟

ج: الخامس، لأنه الذكر الوحيد والأصغر فينا.

س: من كان الأكثر عقابا داخل الأسرة؟

ج: لا يوجد، كلنا نأخذ أحيانا إهانات من الوالدة عابرة.

س: من كان يحاول إعجاب والديك؟

ج: أختي الرابعة، لأنها تغير من أخي لأنه مدلل من طرف والديا بزاف وزيد هو الذكر الوحيد بيناتنا.

س: من كان الأكثر تميزا في الدراسة؟

ج: أنا كنت من الأوائل.

س: من كان الأكثر إنتاجية ومن كان الأقل إنتاجية؟

ج: أنا أكثر إنتاجية بحسبي الأكبر والأصغر أقل إنتاجية.

■ تشكيلة الأسرة:

✓ وصف الذات بالنسبة للإخوة:

س: صف نفسك كيف كنت في طفولتك؟

ج: أنا غير مرتاحة من وضعي نحس روعي نعيش دور الأخت المحقورة وكنت أكلة وكسولة وساكنة ولكن شجاعة أيضا في الكثير من المواقف سوا فدار مع الأهل والإخوة ولا خارج البيت، ورغم هاذ شي كان وجود جداتي في بيتنا يحسني براحة لأنني قريبة ليها بزاف وكانت توقف معايا وحنينة عليا هي في مقام أمي.

س: وضح صفات كل أخ من إخوتك في الطفولة؟

ج: في الاستمارة.

س: من هم الإخوة الأقرب إليك؟ ما الصفات التي صاروا بفضلها الأقرب عليك؟

ج: أختي الثانية- المصلحة تقترب مني غير من أجل حاجتها ولا نساعدتها في أمورها.

س: من هو الأخ الأشبه بك؟ فيما تشبهان من صفات؟

ج: الأخت الثانية - الملامح .

س: من هم الإخوة الأبعد عنك؟ ما الصفات التي جعلتهم الأبعد عنك؟

ج: الثالثة والرابعة - الثالثة عاطفية وحنونة والرابعة نشيطة كثيرا. وحننا فدار كل وحدة في جهة كل وحدة

لاتية بروحها معدناش تقصار مع بعض ولا ضحك لأنو ديما يكمل بمشاكل وعياط، وبيهم الغيرة من

بعضاهم بلاك كي زايدين طفلة مور طفلة.

س: من هو الأكثر اختلافا عنك؟ فيما تختلفان من صفات؟

ج: الثالثة - أنا كسولة وهي نشيطة.

س: كيف هي علاقتك ببقية الإخوة واحدا واحدا؟

ج: لسنا متفاهمين، حنا لبنات ليه ليه نتقابضو أما علاقتي مع أخي الصغير عادية فهو مدلل وذكر وحيد

بيننا فهو محظوظ.

✓ وصف العلاقات بين الإخوة:

س: كيف هي علاقة إخوتك ببعضهم البعض؟

ج: ميتفاهموش مع بعضاهم.

س: من كانوا الأقرب من بعض؟ من كان يعتني بمن؟

ج: الثاني بالرابع والأول بالثالث.

س: من كان يلعب مع من؟ من كان يرافق من؟

ج: الثاني مع الرابع والأول مع الثالث.

الملاحق

س: من كانوا الأبعد عن بعضهم؟ من كان ينبذ من؟

ج: الثالث مع الثاني - الأول مع الرابع، لا يوجد.

س: من كانوا يتشاجرون مع بعض؟ لصالح من كنت تتحيز؟

ج: الثالث والثاني - لا أنحاز لأحد منهم غير أخي منخليش يقابضوه ولا يديرولو حاجة سيئة ولا يشتموه.

✓ التحالفات بين الإخوة:

س: هل تشكلت تحالفات بين الإخوة؟ من كان أعضاؤهم وأطرافها؟

ج: نعم، الثانية مع الرابعة وأنا مع الثالثة.

س: على أي أساس قامت وتشكلت هذه التحالفات؟

ج: ربما الغيرة لأنني أنا أقرب إلى أختي الثالثة عكس الثانية مع الرابعة، خلافات عابرة فقط.

س: ما كانت مواضيع الخلافات والمشاحنات بين هذه التحالفات؟

ج: ملابس، تنظيف المنزل ..

✓ علاقة الإخوة مع الوالدين:

س: ما كانت صفات الأب؟ أيها كانت مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: متحضر، حنون، عصبي - حنون - عصبي.

س: من كان أشبه الإخوة بالأب؟ فيما يشبهه؟

ج: الخامس - الملامح والصفات.

س: من أكثر الإخوة اختلافا عن الأب؟ فيما يختلف عنه؟

ج: الثالثة - الملامح والتصرفات.

س: من كان الابن المفضل لدى والدك؟ على أي أساس حضي بالترفضيل؟

ج: الخامس والأول - الخامس لأنه الذكر الوحيد والأصغر أخذ مكانة كبيرة من الدلال وأنا باعتباري

الكبيرة وأحداث أبي كثيرا كأنه صديقي، وكثيرا ما يساندني.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟

ج: الافتخار - الغيرة.

س: ما كانت صفات الأم؟ أيها كانت مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: عصبية وحنونة - حنونة - عصبية.

س: من كان أشبه الإخوة بالأم؟ فيما يشبهها؟

ج: الثالثة - الملامح وبعض الصفات كالجدية والصرامة.

الملاحق

س: من أكثر الإخوة اختلافاً عن الأم؟ فيما يختلف عنها؟
ج: أنا وأخي من حيث الملامح .

س: من كان الابن المفضل لدى والدتك؟ على أي أساس حضي بالترفضيل؟
ج: الثالثة والخامس - الثالثة تشبه أمي في العديد من الصفات والخامس لأنه الذكر المدلل والوحيد والصغير .

س: ما كان موقفك من حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال من هذا التفضيل؟
ج: عادي افتخر بهذا الشيء - غير نوعاً ما .

س: أي الأبوين كان أكثر حماسة وتجنناً للأطفال؟ كيف يفعل ذلك؟
ج: الأم - بكل حب وعطف .

✓ العلاقة بين الوالدين:

س: كيف كانت العلاقة بين والديك؟
ج: عادية .

س: من كان قواماً في الأسرة؟ من كان يتخذ القرارات فعلياً؟
ج: الأم - الأم والأب، عادة ما يتشاركو الرأي غير أن أباً دائماً جدي في قراراته .
س: كيف كانت طريقة كل واحد منهما في رعاية الأطفال؟ - هل كانا متوافقين أم متصارعين في ذلك؟
ج: الأب: رائع الأم: متوسطة - على حساب كل موقف .
س: هل كانا متفاهمين أم متصارعين؟ هل كانا يتوددان لبعضهما البعض أمامكم؟
ج: عادي - لا ابداً .

س: هل كانا يتناقشان أم يتجادلان أم يتشاجران عند الخلاف؟ هل يعلنان ذلك أمامكم؟
ج: يتجادلان - نعم و دائماً .

س: كيف كان شعورك حين يعلنان ذلك؟ إلى من تتحاز؟ كيف تتصرف؟
ج: العصبية والقلق والتوتر - انحاز إلى الأب - السكوت .

✓ الأشخاص الإضافيين في الأسرة:

س: من كان يعيش في الأسرة زيادة على تشكيلتكم؟
ج: الجدة .

س: من هم الأشخاص الفاعلون؟ فيما تتمثل فاعليتهم؟
ج: الجدة الغالية - الحب والحنان .

س: من هم الأشخاص الذين كانوا ذو أهمية بالنسبة لك؟ بما نالوا هذه الأهمية؟
ج: الجدة - الحنان و الحب .

الملاحق

س: كيف كانت علاقتك بهم؟

ج: علاقتي بالجدة كأمي.

المحور الثاني: الذكريات الباكرة

الذكرى الأولى: كان في عمري 7 سنوات يوم الجمعة أخذتني جدتي لبيت صديقتها القريب من منزلنا وكعادة الأطفال لا يجذبني لتلك الزيارات سوى قضاء الوقت خارج المنزل وشعوري بالفخر أن جدتي كل مرة تختارني أنا للذهاب معها واستمتع بشرائها لي الحلوى كلما مررنا من البائع .

الذكرى الثانية: حدث معي في أول أيام الدراسة اصطحبت أخي في الصف الأول إلى المدرسة أوقفته عند المنصة وطلبت منه عندما يسمع اسمه يتوجه إلى فصله كباقي التلاميذ الجدد، أنا ذهبت إلى فصلي ومضت الحصة الأولى والثانية وفي الثالثة نظرت باتجاه المنصة فإذا بأخي يقف عند المنصة كما تركته طلبت إننا من المدرس وأسرعت لأخي وبحثت في فصول الصف الأول حتى وجدت اسمه وأجلسته في فصله فقال لي مدرسه عندي ساعة ابحت عنه في تلك اللحظة أشفقت على أخي المطيع وأنا اضحك.

الذكرى الثالثة: في السنة الخامسة ابتدائي في مادة اللغة العربية ضربتني المعلمة كف ومزقتلي كراسي لأنني تحمست وحليت أسئلة الدرس الثاني بدل ما تشجعني وتشكرني على اجتهادي لأنني ما أخطأت ما حليت لكي تضربني لكن اعتقد أنها حالة نفسية لأن الكل يكرهها.

المحور الثالث: الأحلام

الحلم الأول: نحلم بزاف أني في قاعة الامتحان وندي علامات سيئة في المواد.

الحلم الثاني: نحلم ديما عقارب تلاحقني وتلصق في ثيابي.

الحلم الثالث: ساعات نحلم الإرهاب وأن أشخاص يريدون قتلي.

الملحق رقم (3) المقابلة العيادية كما وردت مع الحالة الثالثة

السلام عليكم

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته

س: واشراكي؟

ج: لابس حمد الله.

س: شحال في عمرك؟

ج: 16 سنة.

المحور الأول: تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد:

■ رتبة الميلاد:

س: كم عدد الإخوة في المنزل؟

ج: حنا في زوج.

س: ماهي رتبة ميلادك الزمنية؟

س: ماذا تعني ربتك بالنسبة لك؟

ج: بما أني البنت الوحيدة ولدي أخ واحد فمرتبتي مثل مرتبة أخي مدللين نفس الشيء وهذا الوضع يعجبني.

س: اذكري بعض صفاتك؟

ج: مشاغبة، حيوية ومساندة، طيبة.

س: من كان الأقرب لوالديك؟ ولماذا في نظرك؟

ج: أنا وأخي-ولكن أخي بنسبة أكثر مني نوعا ما كونه الذكر الوحيد.

س: من كان الأكثر عقابا داخل الأسرة؟

ج: لا يوجد، لا نسبب مشاكل داخل الأسرة.

س: من كان يحاول إعجاب والديك؟

ج: أنا أتقرب منهم، أكثر حيوية معهم عكس أخي.

س: من كان الأكثر تميزا في الدراسة؟

ج: أنا، فعلاماتي تفوق علامات أخي.

س: من كان الأكثر إنتاجية ومن كان الأقل إنتاجية؟

ج: أنا أكثر إنتاجية بكوني مطيعة في البيت وأساعدهم وأخي أقل إنتاجية يهتم بنفسه فقط.

■ تشكيلة الأسرة:

✓ وصف الذات بالنسبة للإخوة:

الملاحق

س: صف نفسك كيف كنت في طفولتك؟

ج: كنت مشاغبة ونشيطة كثيرا سواء في المنزل أو خارجه، كثيرة الحركة وكنت مدللة كيما خويا كنا كيف كيف وكنت قريبة من بابا يسملي الكلمة رغم أنو خويا أكثر مني، وبابا كان بزاف صعيب ويعيط على ماما وجداتي ويتقلق ليه ليه ساعات نحس جداتي هي سبة في المشاكل كامل.

س: وضح صفات كل أخ من إخوتك في الطفولة؟

ج: هادي، مدلل، عاقل.

س: من هم الإخوة الأقرب إليك؟ ما الصفات التي صاروا بفضلها الأقرب عليك؟

ج: أخي الوحيد، الثقة، كان يثق فيا ونثق فيه ميبخلش عليا فحتى حاجة وديما متفكرني.

س: من هو الأخ الأشبه بك؟ فيما تشبهان من صفات؟

ج: أخي الوحيد، التفاهم في العديد من الأمور.

س: من هم الإخوة الأبعد عنك؟ ما الصفات التي جعلتهم الأبعد عنك؟

ج: لا يوجد.

س: من هو الأكثر اختلافا عنك؟ فيما تختلفان من صفات؟

ج: لا توجد.

س: كيف هي علاقتك ببقية الإخوة واحدا واحدا؟

ج: لدي أخ واحد علاقتي جيدة جدا معه متفاهمين بنسبة كبيرة والحمد لله.

✓ وصف العلاقات بين الإخوة:

س: كيف هي علاقة إخوتك ببعضهم البعض؟

ج: لا يوجد، غير أنا وأخي علاقة جيدة.

س: من كانوا الأقرب من بعض؟ من كان يعتني بمن؟

ج: أنا وأخي الوحيد، أخي يعتني بي وهو الأكبر مني.

س: من كان يلعب مع من؟ من كان يرافق من؟

ج: هو معي.

س: من كانوا الأبعد عن بعضهم؟ من كان ينبذ من؟

ج: لا يوجد.

س: من كانوا يتشاجرون مع بعض؟ لصالح من كنت تتحيز؟

ج: أنا وهو ولكن ليس كثيرا أحيانا فقط عابرة.

✓ التحالفات بين الإخوة:

س: هل تشكلت تحالفات بين الإخوة؟ من كان أعضاؤهم وأطرافها؟

الملاحق

ج: لا يوجد.

س: على أي أساس قامت وتشكلت هذه التحالفات؟

ج: لا يوجد.

س: ما كانت مواضيع الخلافات والمشاحنات بين هذه التحالفات؟

ج: لا يوجد.

✓ علاقة الإخوة مع الوالدين:

س: ما كانت صفات الأب؟ أيها كانت مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: معطاء، متفهم للمشاكل، عصبي، حنون - متفهم للمشاكل - عندما يثور أحيانا.

س: من كان أشبه بالإخوة بالأب؟ فيما يشبهه؟

ج: أنا - التفهم والعطاء .

س: من أكثر الإخوة اختلافا عن الأب؟ فيما يختلف عنه؟

ج: أخي - يختلفان في الصفات وأخي كونه الذكر الوحيد يستغل الفرصة ليقوم بما يشاء مما يجعل الأب

يعتب عليه أحيانا.

س: من كان الابن المفضل لدى والدك؟ على أي أساس حضي بالترفضيل؟

ج: أنا وأخي - بصح خويا كثر مني على خاطر هو الذكر الوحيد وأكثرية ينحازو للذكر تقول جاية

بالفطرة.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف الإخوة من هذا التفضيل؟

ج: الغيرة أحيانا - لا يوجد.

س: ما كانت صفات الأم؟ أيها مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: محبة، سموحة، حساسة، طيبة - طيبة - الحساسية الزائدة .

س: من كان أشبه بالإخوة بالأم؟ فيما يشبهها؟

ج: أخي - الملامح والسماح.

س: من أكثر الإخوة اختلافا عن الأم؟ فيما يختلف عنها؟

ج: أنا - لا أشبهها في الملامح وبعض الصفات.

س: من كان الابن المفضل لدى والدتك؟ على أي أساس حضي بالترفضيل؟

ج: حنا في زوج - تحبنا بنفس المقدار لأنني الأنثى الوحيدة وهو الذكر الوحيد لا تميز بيننا.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟

ج: لا يوجد.

س: أي الأبوين كان أكثر حماسة وتجنبا للأطفال؟ كيف يفعل ذلك؟

الملاحق

ج: أمي- تعاتبنا بالكلام وتوعينا على عدم فعل شيء مزعج.
✓ العلاقة بين الوالدين:

س: كيف كانت العلاقة بين الوالدين؟
ج: متوترة.

س: من كان قواما في الأسرة؟ من كان يتخذ القرارات فعليا؟
ج: أبي هو من يتخذ القرارات وأكثر قواما داخل الأسرة.

س: كيف كانت طريقة كل واحد منهما في رعاية الأطفال؟ هل كانا متوافقين أم متصارعين في ذلك؟
ج: بابا كان في الصغر يضربنا وماما كانت تعاتبنا بالكلام كي نغلطو- متصارعين كل مايجو يحكيو تحس راح تتوض الحرب.

س: هل كانا متفاهمين أم متصارعين؟ هل كانا يتوددان لبعضهما البعض أمامكم؟
ج: متصارعين- لا أبدا.

س: كيف كان شعورك حين يفعلان ذلك؟ كيف تتصرف؟

ج: عندما يتصارعان أسكت وألزم الصمت وأجلس في غرفتي.

س: هل كانا يتناقشان أم يتجادلان أم يتشاجران عند الخلاف؟ هل يفعلان ذلك أمامكم؟

ج: يتجادلان عند أي خلاف ولو بسيط- نعم في حضورنا وغيابنا.

س: كيف كان شعورك حين يفعلان ذلك؟ إلى من تتحاز؟ كيف تتصرف؟

ج: الغضب والبكاء- أنحاز إلى أمي- لا أتصرف بأي شيء وأحيانا أقوم بتهدئة الأوضاع إذا كان الموقف يتطلب ذلك.

✓ الأشخاص الإضافيين في الأسرة:

س: من كان يعيش في الأسرة زيادة على تشكيلتكم؟
ج: جدي وجدتي.

س: من هم الأشخاص الفاعلون؟ فيما تتمثل فاعليتهم؟

ج: أمي- تقوم بكل الأشغال وكل شيء عليها.

س: من هم الأشخاص الذين كانوا ذو أهمية بالنسبة لك؟ بما نالوا هذه الأهمية؟

ج: بنات الخالة - قضاء الوقت معهم ونفس السن.

س: كيف كانت علاقتك بهم؟

ج: علاقة مترابطة و متماسكة.

المحور الثاني: الذكريات الباكرة

الملاحق

الذكرى الأولى: لما كان عمري خمس سنوات أخذني أخي لتسجيلي في المسجد لأحفظ القرآن أول يوم وصلت فجأة جاء أخي وأخرجني لأن نذهب عند خالي توفت زوجته في ذلك اليوم في مدينة أخرى بقينا أسبوع عنده وعندما عدنا ذهبنا إلى المسجد طردني الإمام بحكم أنني تغيبت ولن يسمح لي بالبقاء ذهبت أبكي إلى المنزل ومن ثم قامت أمي بتحفيظي القرآن في البيت وكنت أحسن من اللواتي يدرسن في المسجد .

الذكرى الثانية: يوم ما كان في عمري 9 سنوات سقط علي زجاج وجرحني وسألني أبي إذا انكسر الزجاج ولم يسأل عني .

الذكرى الثالثة: في عيد ميلادي 15 سنة اشترى لي أخي هدية لن أنسى ذلك الشعور .

المحور الثالث : الأحلام

الحلم الأول: حلمت شجار بيني وبين بابا وأنا نهرب وهو يلحقني من غرفة إلى أخرى .

الحلم الثاني: حلمت كلب ضخم يجري وراي ويلحقني وأنا نهرب منه إلى البيت وخليت الباب مفتوح وهربت وراء الباب دخل ملقانيش وراح .

الحلم الثالث: حلمت أنني نسوق سيارة وغالبا مسافرة .

الملحق رقم (4) المقابلة العيادية كما وردت مع الحالة الرابعة

السلام عليكم

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته

س: واشراكي؟

ج: لابس حمد الله .

س: شحال في عمرك؟

ج: 18 سنة.

المحور الأول: تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد:

▪ رتبة الميلاد:

س: كم عدد الإخوة في المنزل؟

ج: حنا في خمسة.

س: ماهي رتبة ميلادك الزمنية؟

ج: الخامس.

س: ماذا تعني رتبتك بالنسبة لك؟

ج: مدلل وعجبتني مرتبة تاعي لي نحبها نلقاها .

س: اذكري بعض صفاتك؟

ج: مدلل، أكول، نحب نضحك.

س: من كان الأقرب لوالديك؟ ولماذا في نظرك؟

ج: الأكبر – النقود بويك يعاون الدار في مصاريف كثيرة.

س: من كان الأكثر عقابا داخل الأسرة؟

ج: كانت أختي لأنها كسولة متنفع في الو.

س: من كان يحاول إعجاب والديك؟

ج: أنا باش نلحق لواش باغي.

س: من كان الأكثر تميزا في الدراسة؟

ج: أختي وأنا متقاربين في النتائج.

س: من كان الأكثر إنتاجية ومن كان الأقل إنتاجية؟

ج: أخي الأكبر أكثر إنتاجية وأخي الثاني أقل إنتاجية.

الملاحق

■ تشكيلة الأسرة:

✓ وصف الذات بالنسبة للإخوة:

س: صف نفسك كيف كنت في طفولتك؟

ج: مدلل وأكول ونحب لعب وضحك، نشفا كنت أنا سباب تمهيبيل فدار كنت مخرب فدار نحب حوايج الكترونية نفتحها ونريقلها أنا، ولا أي حاجة صرات أنا سبابها مي كي جيت لخر ميديرولي والو.

س: وضح صفات كل أخ من إخوتك في الطفولة؟

ج: في الاستمارة.

س: من هم الإخوة الأقرب إليك؟ ما الصفات التي صاروا بفضلها الأقرب عليك؟

ج: أخي الثالث- من أجل النقود وتلبية الحاجات.

س: من هو الأخ الأشبه بك؟ فيما تشبهان من صفات؟

ج: أخي الأكبر- الملامح فقط أما الصفات كل واحد كيفاه.

س: من هم الإخوة الأبعد عنك؟ ما الصفات التي جعلتهم الأبعد عنك؟

ج: أختي - لأنها بخيلة ديما تعاكسني.

س: من هو الأكثر اختلافا عنك؟ فيما تختلفان من صفات؟

ج: الرابع - أنا مبذر وهي رحمة مكانش تقول عدوها.

س: كيف هي علاقتك ببقية الإخوة واحدا واحدا؟

ج: علاقة مصالح مع الجميع وعلاقة أخوية عادية.

✓ وصف العلاقات بين الإخوة:

س: كيف هي علاقة إخوتك ببعضهم البعض؟

ج: متفاهمين زوج زوج.

س: من كانوا الأقرب من بعض؟ من كان يعتني بمن؟

ج: أنا بالثاني مصلاحجين، الأول بالثالث يتفاهمو ويتشابهو في العقلية - الثالث والثاني بي- الأول بالثالث - الرابع خويا الثالث من ذاك يتفاهم معاها.

س: من كان يلعب مع من؟ من كان يرافق من؟

ج: انا مع الثالث- أنا مع الثالث والثاني.

س: من كانوا الأبعد عن بعضهم؟ من كان ينبذ من؟

ج: لا يوجد.

س: من كانوا يتشاجرون مع بعض؟ لصالح من كنت تتحيز؟

الملاحق

ج: كلهم- الثالث والثاني على خاطر نلقاهم كي نحتاجهم.

✓ تحالفات بين الإخوة:

س: هل تشكلت تحالفات بين الإخوة ؟ من كان أعضاؤهم وأطرافها؟

ج: نعم وأنا الورقة الرابعة دائما- أنا العضو الرئيسي.

س: على أي أساس قامت وتشكلت هذه التحالفات؟

ج: من أجل المصلحة.

س: ما كانت مواضيع الخلافات والمشاحنات بين هذه التحالفات؟

ج: تافهة.

✓ علاقة الإخوة مع الوالدين:

س: ما كانت صفات الأب؟ أيها كانت مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة؟

ج: حنون- الحنان- الضرب.

س: من كان أشبه الإخوة بالأب؟ فيما يشبهه؟

ج: الأكبر- الملامح.

س: من أكثر اختلافا عن الأب؟ فيما يختلف عنه؟

ج: الثالث- الملامح والتصرفات.

س: من كان الابن المفضل عند والدك؟ وعلى أي أساس حضي بالترفضيل؟

ج: الأكبر - من أجل النقود ومساندة الأب.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟

ج: أنا لم يعجبني الحال من هذا التفضيل- إخوتي موقفهم عادي.

س: ما كانت صفات الأم؟ أيها مستحسنة لديك؟ أيها كانت مستهجنة لديك؟

ج: متشددة- تعيط- حنونة جدا - حنونة- تعيط.

س: من كان من بين الإخوة الأشبه بالأم؟ فيما الاختلاف؟

ج: أختي - في الملامح فقط.

س: من أكثر الإخوة اختلافا عن الأم؟ فيما يختلفان؟

ج: الأكبر- في لعياط.

س: من كان الابن المفضل لدى والدتك؟ وعلى أي أساس حضي بالترفضيل؟

ج: أنا الخامس وبدون شك - في كلش نسعملها ومنعكسهاش.

س: ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟

الملاحق

ج: أعجبني ذلك- الغيرة مني.

س: أي الأبوين كان أكثر حماسة وتجنبا للأطفال؟ كيف يفعل ذلك؟

ج: أمي- اتخاذ القرارات.

✓ العلاقة بين الوالدين:

س: كيف كانت العلاقة بين والديك؟

ج: حب كبير بينهما واحترام.

س: من كان قواما في الأسرة؟ من كان يتخذ القرارات فعليا؟

ج: الأب.

س: كيف كانت طريقة كل واحد منهما في رعاية الأطفال؟ هل كانا متوافقين أم متصارعين في ذلك؟

ج: الضرب- كانا متوافقين كثيرا.

س: هل كانا متفاهمين أم متصارعين؟ هل كانا يتوددان لبعضهما البعض أمامكم؟

ج: كانا متفاهمين كثيرا- لا أعلم (خصوصيات).

س: كيف كان شعورك حين يفعلان ذلك؟ كيف تتصرف؟

ج: لا يفعلان شيء أمامنا وبينهما احترام كبير متبادل.

س: هل كانا يتناقشان أم يتجادلان أم يتشاجران عند الخلاف؟ هل يفعلان ذلك أمامكم؟

ج: كانا يتناقشان في المواضيع- نعم.

س: كيف كان شعورك حين يفعلان ذلك؟ إلى من تتحاز؟ كيف تتصرف؟

ج: عادي وعادة ما نتشارك أطراف الحديث أو نتشارك عند مناقشة المواضيع- انحاز إلى أمي- أذاع

عليها عند الضرورة.

✓ الأشخاص الإضافيين:

س: من كان يعيش في الأسرة زيادة على تشكيلتكم؟

ج: لا أحد لكن جدتي غالبا تأتي.

س: من هم الأشخاص الفاعلون؟ فيما تتمثل فاعليتهم؟

ج: لا يوجد

س: من هم الأشخاص الذين كانوا ذو أهمية بالنسبة لك؟ بما نالوا هذه الأهمية؟

ج: جدي الغالي لأنه يدللني كثيرا ويحبني أكثر من ابنه.

س: كيف كانت علاقتك بهم؟

ج: ممتازة.

المحور الثاني: الذكريات الباكرة

الذكري الأولى: كان في عمري 6 سنوات في الصيف كنت نقفز من الدروج وكانت أُمي تمنعني على ذلك وأنا لم اسمع كلامها حتى سقطت وتكسرت وضربتني من ذلك اليوم لم أعدها.

الذكري الثانية: كان في عمري 8 سنوات تقريبا جداتي هزت الشهرية تاعها عيطتلي نشريلها شريتلهما مدتلي 100 ألف قتلي أديها من الفرحة ودرتها.

الذكري الثالثة: كان نهار كان في عمري 11 سنة روحت أنا وزوج صحابي لفوار نشفالها راس العام دخلنا معدناش صوارد ولقينا سيديات تاع الميكرو شريت 1 العاب سرقنا زوج وقفني مولاها نحلي السيديات وقالو وبينهم صحابك قتلو راني وحدي قالو نعتلي صحابك نطلقك قتلوا وحدي مكان حتى واحد معايا وطلقني قتلو أعطيني سيدي لي شريتو قالو مكانش غاضتني عشر آلاف تاع سيدي لول لي شريتو.

المحور الثالث : الأحلام

الحلم الأول: نحلم أني نمشي في طريق وهذيك طريق متفضش خلاص غير نمشي.

الحلم الثاني: نحلم جداتي ربي يرحمها تعطيني دراهم في لنام.

الحلم الثالث: نحلم ديما نطلع جبل ساعات نطيح ونعاود نطلع.

الملاحق

الملحق رقم (6) مقياس اضطراب النوم:

أخي/أختي الطالب(ة):

يروم الباحث إجراء دراسة للكشف عن أحد أنواع السلوك، وستجد في الصفحات التالية فقرات اختيرت لقياس هذا السلوك، والذي نرجوه منك قراءة كل فقره بدقه والتأشير على اختيار واحد فقط من البدائل الثلاثة الموجودة أمام كل فقره، علما بلأن هذه الفقرات تصف سلوك الفرد وهي صفات موجودة لدى كل الأفراد ولكن بدرجات مختلفة، وسوف لن يطلع على إجابتك احد سوى الباحث، كما لا يوجد داع لذكر الاسم..... مع فائق التقدير والاحترام.

الجنس : ذكر أنثى الصف:

تتق يم	الفقرات	لا أبد	أحيانا	دائما
1	عندما يتغير موعد نومي المعتاد بسبب عمل ما أو تأخر غير متوقع فأني أعاني من صعوبة كبيرة في النوم واحتاج إلى وقت طويل لكي أنام.			
2	أنا من النوع الذي لا يحب النوم خوفا من الكوابيس التي أحلم بها كل يوم.			
3	عندما يتغير المكان المعتاد لنومي بسبب زيارتي لأحد الأقارب أو السفر إلى مكان آخر أو لأي سبب كان فاني أعاني من صعوبة كبيرة وأحتاج إلى وقت طويل لكي أنام.			
4	أجد نفسي أسقط بغفوة صغيرة من النوم من غير مقدمات فأستيق ثم أسقط بغفوة أخرى.			
5	أنا من النوع الذي لا يستيق من النوم إلا بوساطة منبه أو بمساعدة أحد أفراد أسرتي.			
6	أشعر دائما أنني بحاجة ماسة للنوم.			
7	أنا من النوع الذي يغط في نوم عميق بحيث لا استيق منه إلا بصعوبة.			
8	أنا عادة ما أحلم أحلام مزعجة بحيث أستيق من النوم وأنا في حالة خوف ورعب.			
9	نومي خفيف استيق منه بسرعة ولأبسط المنبهات.			
10	هل أخبرك احد أفراد عائلتك في أحد المرات انك كنت تسير في الليل			

الملاحق

			وأنت نائم؟
11			كم مرة حدثت لك الحالة السابقة في حياتك؟ (السير أثناء النوم) مرة واحدة، مرتين، ثلاث مرات، أكثر من ذلك.
12			يكره أفراد أسرتي أو ينفرون من النوم بقربي لأنني أتحرك حركات عنيفة مثل الرفس (الركل) بالأرجل أو بالأيدي أو بكلاهما.
13			عندما يتغير موعد نومي المعتاد بسبب العمل أو تأخر غير متوقع فأني أعاني من صعوبة كبيرة جدا في النوم ويكون نومي مضطربا وغير منتظما .
14			أنا من النوع الذي يعاني من صعوبة كبيرة لكي انام.
15			أريد النوم لكنني لا تستطيع أن أغفو وكان النوم فارقتي تماما.
16			عندما يتغير المكان المعتاد لنومي بسبب زيارتي لأحد الأقارب أو السفر إلى مكان آخر أو لأي سبب كان فاني أعاني من صعوبة كبيرة جدا ويكون نومي مضطربا وغير منتظما.
17			أنا من النوع الذي يميل للنوم المبكر قبل مواعيد المعتادة.
18			أشعر بالتعب الجسدي بسبب النوم (وكأني منهك القوى) .
19			أنا من النوع الذي يصعب عليه البقاء فترة مستيقظا أكثر من ساعة لدرجة أشعر وكأني في حالة نعاس مستمرة ويمكن أن أنام بسرعة إذا توفرت الظروف المناسبة.
20			أنا من النوع الذي يعاني من صعوبة الاستفاقة من النوم.
21			عندما أنائم أشعر بعدم قدرتي على تحريك أطرافي (اليدين والأقدام) وكأني مشلول الحركة.
22			أعاني في أثناء النوم من حالة صك الأسنان وكأني أطحن بقوة شيئا ما بأسناني.
23			يحدث لي صداع شديد أثناء النوم بحيث يجعلني أستيقظ من النوم من شدة الألم.
24			أنا اشعر أن نومي غير منتظم.
25			يصعب علي النوم بشكل مستمر فترة طويلة لان نومي متقطع بين النوم ثم اليقظة ثم النوم مرة ثانية.
26			اشعر في النوم وكأني أختنق مما يجعلني استيقظ من النوم وأنا في

الملاحق

			حالة خوف.	
			عندما أستيقظ من النوم أشعر وكأن حركتي مشلولة.	27

الملاحق

الملحق رقم (07) مقياس اضطراب النوم

المقياس بصيغته النهائية بعد حذف الفقرات غير المميزة و تقسيمه إلى محورين كما هو موضح أسفل

الجدول:

✓ المعلومات الشخصية:

الاسم: الجنس: السن:

التخصص:

أخي/ أختي الطالب(ة):

يروم الباحث إجراء دراسة للكشف عن أحد أنواع السلوك، وستجد في الصفحات التالية فقرات اختيرت لقياس هذا السلوك، والذي نرجوه منك قراءة كل فقره بدقه والتأشير على اختيار واحد فقط من البدائل الثلاثة الموجودة أمام كل فقره، علما بأن هذه الفقرات تصف سلوك الفرد وهي صفات موجودة لدى كل الأفراد ولكن بدرجات مختلفة، وسوف لن يطلع على إجابتك أحد سوى الباحث، مع فائق التقدير والاحترام.

المحور الأول: صعوبة النوم

الرقم	الفقرة	لا أبدا	أحيانا	دائما
01	عندما يتغير موعد نمومي المعتاد بسبب عمل ما أو تأخر غير متوقع فإني أعاني من صعوبة كبيرة في النوم واحتاج إلى وقت طويل لكي أنام.			
02	أنا من النوع الذي لا يحب النوم خوفا من الكوابيس التي أحلم بها كل يوم.			
03	عندما يتغير المكان المعتاد لنومي بسبب زيارتي لأحد الأقارب أو السفر إلى مكان آخر أو لأي سبب كان فإني أعاني من صعوبة كبيرة وأحتاج إلى وقت طويل لكي أنام.			
04	أنا عادة ما أحلم أحلام مزعجة بحيث أستيقظ من النوم وأنا في حالة خوف ورعب.			
05	نومي خفيف أستيقظ منه بسرعة ولأبسط المنبهات.			
06	أنا من النوع الذي يعاني من صعوبة كبيرة لكي انام.			
07	أريد النوم لكنني لا أستطيع أن أغفو وكان النوم فارقتي تماما.			
08	أنا اشعر أن نمومي غير منتظم.			
09	يصعب علي النوم بشكل مستمر فترة طويلة لان نمومي متقطع بين النوم ثم اليقظة ثم النوم مرة ثانية.			

الملاحق

			اشعر في النوم وكأني أختنق مما يجعلني استيقظ من النوم وأنا في حالة خوف.	10
المحور الثاني: الإفراط في النوم				
الرقم	الفقرة	لا أبدا	أحيانا	دائما
01	أجد نفسي أسقط بغفوة صغيرة من النوم من غير مقدمات فأستيقظ ثم أسقط بغفوة أخرى.			
02	أنا من النوع الذي لا يستيقظ من النوم إلا بوساطة منبه أو بمساعدة أحد أفراد أسرتي.			
03	أشعر دائما أنني بحاجة ماسة للنوم.			
04	يكره أفراد أسرتي أو ينفرون من النوم بقربي لأنني أتحرك حركات عنيفة مثل الرفس (الركل) بالأرجل أو بالأيدي أو بكلاهما.			
05	أنا من النوع الذي يميل للنوم المبكر قبل مواعيده المعتادة.			
06	أشعر بالتعب الجسدي بسبب النوم (وكأني منهك القوى).			
07	أنا من النوع الذي يصعب عليه البقاء فترة مستيقظا أكثر من ساعة لدرجة أشعر وكأني في حالة نعاس مستمرة ويمكن أن أنام بسرعة إذا توفرت الظروف المناسبة.			
08	أنا من النوع الذي يعاني من صعوبة الاستفاقة من النوم.			
09	عندما أنائم أشعر بعدم قدرتي على تحريك أطرافي (اليدين والأقدام) وكأني مشلول الحركة.			
10	أنا من النوع الذي يغط في نوم عميق بحيث لا أستيقظ منه إلا بصعوبة.			

الملحق رقم (7) استبيان منهاج العيش

1. استمارة تشكيلة الأسرة ورتبة الميلاد:

▪ رتبة الميلاد:

- س1: شحال في عمرك؟
 - س2: كم عدد الإخوة في المنزل؟
 - س3: ماهي رتبة ميلادك الزمنية؟
 - س4: ماذا تعني رتبتك بالنسبة لك؟
 - س5: اذكر بعض صفاتك؟
 - س6: من كان الأقرب لوالديك؟ و لماذا في نظرك؟
 - س7: من كان الأكثر عقابا داخل الأسرة؟
 - س8: من كان يحاول إعجاب والديك؟
 - س9: من الأكثر تميزا في الدراسة؟
 - س10: من كان الأكثر إنتاجية ومن كان الأقل إنتاجية؟
- استمارة تشكيلة الأسرة:

الاسم:

الشعبة:

السن:

المستوى التعليمي:

الحالة الاجتماعية:

الوضع الاقتصادي:

الترتيب بين الإخوة:

تاريخ الميلاد (اليوم/الشهر/السنة):/...../.....

تاريخ ميلاد الأب:/...../.....

تاريخ ميلاد الأم:/...../.....

تاريخ زواجهما:/...../.....

الملاحق

اكتب في الجدول التالي- بالترتيب- تواريخ ميلاد كافة أبناء الأسرة (أنت، إخوتك، أفراد إضافيين إن وجدوا معك بنفس المسكن)، مع ذكر الجنس، وثلاث صفات تتميز بها أنت وكل من إخوتك.

رتبة الميلاد	الجنس	تاريخ الميلاد	الصفات الثلاث
الأول			
الثاني			
الثالث			
الرابع			
الخامس			
السادس			
السابع			
الثامن			

✓ وصف الذات بالنسبة للإخوة:

- صف نفسك كيف كنت في طفولتك؟
- وضح صفات كل أخ من إخوتك في الطفولة؟
- من هم الإخوة الأقرب إليك؟ - ما الصفات التي صاروا بفضلها الأقرب عليك؟
- من هو الأخ الأشبه بك؟ - فيما تشبهان من صفات؟
- من هم الإخوة الأبعد عنك؟ - ما الصفات التي جعلتهم الأبعد عنك؟
- من هو الأكثر اختلافاً عنك؟ - فيما تختلفان من صفات؟
- كيف هي علاقتك ببقية الإخوة واحداً واحداً؟

✓ وصف العلاقات بين الإخوة:

- كيف هي علاقة إخوتك ببعضهم البعض؟
- من كانوا الأقرب من بعض؟ - من كان يعتني بمن؟
- من كان يلعب مع من؟ - من كان يرافق من؟
- من كانوا الأبعد عن بعضهم؟ - من كان ينبذ من؟
- من كانوا يتشاجرون مع بعض؟ - لصالح من كنت تتحيز

الملاحق

✓ التحالفات بين الإخوة:

- هل تشكلت تحالفات بين الإخوة؟ - من كان أعضاؤهم وأطرافها؟
- على أي أساس قامت وتشكلت هذه التحالفات؟
- ما كانت مواضيع الخلافات والمشاحنات بين هذه التحالفات؟

✓ علاقات الإخوة مع الوالدين:

- ما كانت صفات الأب؟ - أيها كانت مستحسنة لديك؟ - أيها كانت مستهجنة لديك؟
- من كان أشبه الإخوة بالأب؟ - فيما يشبهه؟
- من أكثر الإخوة اختلافا عن الأب؟ - فيما يختلف عنه؟
- من كان الابن المفضل لدى والديك؟ - على أي أساس حضي بالترفضيل؟
- ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ - ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟
- ما كانت صفات الأم؟ - أيها كانت مستحسنة لديك؟ - أيها كانت مستهجنة لديك؟
- من كان أشبه الإخوة بالأم؟ - فيما يشبهها؟
- من أكثر الإخوة اختلافا عن الأم؟ - فيما يختلف عنها؟
- من كان الابن المفضل لدى والدتك؟ - على أي أساس حضي بالترفضيل؟
- ما كان موقفك حيال هذا التفضيل؟ ما كان موقف إخوتك حيال هذا التفضيل؟
- أي الأبوين كان أكثر حماسة وتجنبا للأطفال؟ - كيف يفعل ذلك؟

✓ العلاقة بين الوالدين:

- كيف كانت العلاقة بين والديك؟
- من كان قواما في الأسرة؟ - من كان يتخذ القرارات فعليا؟
- كيف كانت طريقة كل واحد منهما في رعاية الأطفال؟ - هل كانا متوافقين أم متصارعين في ذلك؟
- هل كانا متفاهمين أم متصارعين؟ - هل كانا يتوددان لبعضهما البعض أمامكم؟
- كيف كان شعورك حين يعلان ذلك؟ - كيف تتصرف؟
- هل كانا يتناقشان أم يتجادلان أم يتشاجران عند الخلاف؟ - هل يعلان ذلك أمامكم؟
- كيف كان شعورك حين يعلان ذلك؟ - إلى من تتحاز؟ - كيف تتصرف؟

الملاحق

✓ الأشخاص الإضافيين في الأسرة:

- من كان يعيش في الأسرة زيادة على تشكيلتكم؟
- من هم الأشخاص الفاعلون؟ -فيما تتمثل فاعليتهم؟
- من هم الأشخاص الذين كانوا ذو أهمية بالنسبة لك؟ -بما نالوا هذه الأهمية؟
- كيف كانت علاقتك بهم؟
 - الذكريات الباكرة.
 - الأحلام.