

رقم:.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التربية الحركية.



مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر
تخصص تربية حركية

العنوان

دور الاصلاحات التربوية الجديدة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي
لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال ممارسة التربية البدنية و
الرياضية.

تحت إشراف:
- د. السعيد مزروع.

من إعداد:
- هويوة سالم

السنة الجامعية : 2020 / 2021

إِهْلَاء

قال تعالى : (وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون)

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك .. ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك . ولا تطيب
الآخرة إلا بعفوك ولا تطيب الجنة إلا برويتك.

إليك يا أمي يا من علمتيني العطاء دون انتظار المقابل ، يا من زرعتني في قلبي أسمى معاني الأفاضل

إلى ذلك الصرح العظيم الذي علمني الخلق الكريم.والذي صاحب الفضل الكبير

.إليك يا أساتذتي الذين علمتموني أن تشجيع المعلم لتلميذه دافع قوي له على التقدم

.إلى إخوتي وأخواتي سندي في حياتي

.وإلى جميع الأخوة الذين أثبتوا أن الأخوة ليست فقط في الرحم

إلى كل من دعمني وشجعني في حياتي وأعطاني دفعة نحو الأمام

شُكْرُهُ وَعِرْفَانُهُ

الشكر والحمد لله، جل في علاه، فالإيه ينسب الفضل في إكمال هذا العمل . و يبقى الكمال لله وحده .

و بعد الحمد لله فأني أتوجه إلى أستاذي سعادة البروفيسور السعيد مزروع رئيس قسم التربية الحركية و المشرف على مذكرتي المتواضعة بالشكر و التقدير الذي لن تفي أي كلمات حقه الذي تفضل مشكورا في قبول رسالتي و حرص على إكمالها والذي زودني بنصائحه و منحني وقته الثمين، فأسأل الله تعالى أن يبارك له، وأن يمد عمره، و يجزل له الثواب و يسهل عليه الصعاب.

أيضا أقدم شكري وامتناني لمن كانوا سبب في استمرار واستكمال مسيرة حياتي، من وقفوا معي بأشد الظروف ومن حفزوني على المثابرة والاستمرار وعدم اليأس.

و في الأخير أشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذه المذكرة

الفهرس

إهداء

شكر وتقدير

مقدمة

الجانب التمهيدي

إشكالية البحث

الفصل الاول

06	I. التربية العامة	06
06	تمهيد:	06
06	• المفهوم اللغوي والاصطلاحي للتربية:	07
07	• مفهوم التربية لغة	08
08	• مفهوم التربية اصطلاحا	08
08	• المفهوم الفلسفي للتربية	09
09	1. علاقة التربية بالتربية البدنية	09
09	2. مجالات وأهداف التربية	09
09	1.2 مجالات التربية	09
09	2.2 أهداف التربية مصادر التربية وأهدافها	10
10	3. الأهداف العامة للتربية	10
10	1.3 التربية الجسمية	10
10	2.3 التربية العقلية	11
11	3.3 التربية الوجدانية	11
11	4.3 التربية الاجتماعية	11
11	4. العوامل المؤثرة على التربية العامة	12
12	II. الإصلاح التربوي	12
12	تمهيد	12
12	1. مفهوم الإصلاح التربوي	13
13	1.1 الاستحداث	13
13	2.1 التجديد	13
13	3.1 التحديث	15
15	2. معايير الإصلاح التربوي	

15.....	1.2	معايير تاريخية حضارية.....
15.....	2.2	معايير اجتماعية.....
16.....	3.2	معايير سياسية.....
17.....	4.2	معايير اقتصادية.....
17.....	5.2	معايير نفسية بيداغوجية.....
17.....	6.2	معايير عالمية.....
18.....	3.	أبعاد الإصلاح التربوي.....
19.....	1.3	البعد التنظيمي.....
20.....	2.3	البعد البيداغوجي.....
21.....	4.	أهداف الإصلاح.....
22.....	5.	محاور الإصلاح.....
23.....	6.	القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية.....
23.....	1.6	تعليم التربية البدنية و تكوين الإطارات.....
23.....	2.6	التجهيزات والعتاد والوسائل.....

الفصل الثاني

24.....		تمهيد.....
24.....	1.	تعريف التوافق.....
26.....	1.1	الإتجاه النفسي (الشخصي).....
27.....	1.2	الإتجاه الاجتماعي.....
27.....	1.3	الإتجاه التكاملي (النفس الاجتماعي).....
28.....	2.	أبعاد التوافق.....
28.....	2.1	التوافق الشخصي.....
29.....	2.2	التوافق الاجتماعي.....
29.....	2.3	التوافق المدرسي.....
30.....	3.	معايير التوافق.....
30.....	1.3	المعيار الإحصائي.....

2.3	المعيار الحضاري (الاجتماعي)	31
3.3	المعيار المرضي (الباثولوجي)	31
4.3	المعيار المثالي	31
5.3	محك المقاييس (الإختبارات)	31
4	أشكال التوافق	32
1.4	التوافق الحسن/حسن التوافق	32
2.4	التوافق السيئ/سوء التوافق	32
5	العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الإجتماعي للمراهق	33
1.5	عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته	34
2.5	عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط	35
6	ميكانيزمات التوافق (الحيل النفسية للدفاع)	36
1.6	الكبت Refoulement	36
2.6	العدوان Agression	37
3.6	الإسقاط Projection	38
4.6	التبرير Rationalisation	38
5.6	التعويض Compensation	38
6.6	الإعلاء والتسامي Sublimation	39
7.6	أحلام اليقظة	39
7	بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق النفسي	40
1.7	النظرة الواقعية للحياة	40
2.7	مستوى طموح الفرد	40
3.7	الإحساس بإشباع حاجات نفسية	41

41.....	4.7. الثبوت الانفعالي.....
41.....	5.7. سعة الأفق.....
41.....	6.7. مفهوم الذات.....
41.....	7.7. المسؤولية الاجتماعية.....
41.....	8.7. المرونة.....
42.....	8. مظاهر حسن التوافق النفسي الإجتماعي للمراهق.....
42.....	1.8. الشعور بتقدير الذات.....
43.....	2.8. إقامة العلاقات والإبتعاد عن العزلة والإنطواء.....
43.....	3.8. الثبات الإنفعالي.....
43.....	4.8. العلاقات مع البيئة المحلية.....
44.....	5.8. النظرة الواقعية للحياة.....
44.....	9. مظاهر سوء التوافق النفسي الإجتماعي للمراهق.....
45.....	10. علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي.....
45.....	11. وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق.....
46.....	خلاصة.....

الفصل الثالث

47.....	تمهيد.....
47.....	1. مفهوم المراهقة.....
47.....	1.1. تعريف المراهقة لغة.....
47.....	2.1. تعريف المراهقة اصطلاحا.....
48.....	2. مراحل المراهقة.....
48.....	1.2. المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة (11-14 سنة).....

48.....	2.2. المرحلة الثانية: المراهقة المتوسطة (14-18 سنة).
49.....	3.2. المرحلة الثالثة: المراهقة المتأخرة (18-21 سنة).
49.....	3. أنواع المراهقة.
49.....	1.3. المراهقة المكيفة.
49.....	2.3. المراهقة الانسحابية.
49.....	3.3. المراهقة العدوانية.
50.....	4.3. المراهقة المنحرفة.
50.....	4. مظاهر النمو في مرحلة المراهقة.
50.....	1.4. النمو الجسمي والفيزيولوجي.
51.....	2.4. النمو الحركي.
52.....	3.4. النمو العقلي.
53.....	4.4. النمو الانفعالي.
54.....	5.4. النمو الاجتماعي.
55.....	5-العوامل المؤثرة في المراهقة.
55.....	1.5. الوراثة.
55.....	2.5. العوامل البيولوجية.
56.....	3.5. البيئة.
56.....	4.5. النضج.
56.....	5.5. التعلم.
57.....	6.5. الجنس.
57.....	7.5. التغذية.
57.....	6. مشاكل المراهقة.

57.....	1.6. المشكلات النفسية.....
57.....	2.6. المشكلات الاجتماعية.....
58.....	3.6. المشكلات الأخلاقية والقيمية.....
58.....	4.6. المشكلات الصحية.....
59.....	5.6. المشكلات الجنسية.....
59.....	6.6. مشكلة عدم الوضوح.....
60.....	7.6. مشكلة الاختيارات والقرارات.....
60.....	7. احتياجات المراهق.....
60.....	1.7. الحاجة إلى المكانة.....
60.....	2.7. الحاجة إلى الانتماء.....
60.....	3.7. الحاجة إلى الحب والقبول.....
60.....	4.7. الحاجة إلى الأمن.....
61.....	5.7. الحاجة إلى تأكيد الذات.....
61.....	6.7. الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار.....
61.....	7.7. الحاجة إلى الإشباع الجنسي.....
61.....	8. المراهق والعلاقات الاجتماعية.....
61.....	1.8. علاقة المراهق بالأسرة.....
62.....	2.8. علاقة المراهق بالأصحاب.....
62.....	3.8. علاقة المراهق بالمدرسة.....
63.....	9. خصائص ومميزات التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية.....
63.....	10. أزمة الهوية عند المراهق.....
64.....	1.10. تشكل الهوية.....

65.....	2.10. أزمة الهوية في المراهقة.....
65.....	3.10. تشكل الهوية في مرحلة المراهقة.....
67.....	4.10. جوانب الهوية.....
68.....	5-10- رتب الهوية.....
69.....	الخلاصة
70.....	الخاتمة.....

مسألة الإصلاح التربوي واحدة من أهم القضايا الساخنة في مجال الحياة السياسية والاجتماعية للعالم المعاصر و تحفل اليوم الساحة العالمية بالمؤتمرات والندوات واللقاءات التي تسعى إلى بناء منطوق جديد يكفل للتربية بأن تنهض من كبوها التاريخية الممثلة في تداعي شروط وجودها كمؤسسة قادرة على مواكبة عصف الحضارة التكنولوجية المتسارعة ، و وهج التفجر المعرفي بما ينطوي عليه من خصائص التسارع و التقدم و التنوع . إن استشراف نوع وحجم التحديات التي يحملها المستقبل في القرن الحادي والعشرين لكافة المجتمعات الإنسانية يؤكد على أهمية ودور النظم التربوية من أجل مواجهة العصر بكل تغيراته و تطوراته و مستجداته ، على اختلاف توجهاتها الإيديولوجية و مستوياتها الحضارية ، و قد تبوأ التربية في عالمنا المعاصر مكانة رفيعة فاقت أي مرحلة من مراحل تطور هذه المجتمعات ، و أصبح الاهتمام بالتعليم أمر لا غنى عنه من أجل تحقيق الأهداف التنموية لها . و يبدو هذا الاهتمام واضحا في نشاطات العديد من المنظمات العالمية و الإقليمية المتخصصة (كمنظمة اليونسكو ، البنك الدولي ،) ... إدراكا لما تقدمه التربية لمختلف جوانب الحياة من إثراء و تنوير و تقدم ، حيث أشار برنامج الأمم المتحدة الإنمائي في تقرير التنمية العربية للعام - 2002 نحو إقامة مجتمع المعرفة أنه إذا كانت التربية تمثل قاطرة التقدم بالنسبة للمجتمعات المتقدمة ، فإما تمثل المخزون الاستراتيجي المتبقي للحاق بركب الحضارة الإنسانية بالنسبة للمجتمعات النامية أو السائرة في طريق النسو . تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء أساسي من النظام التربوي الذي يعد جانبا في التربية العامة الهادفة إلى إعداد التلميذ بدنيا و نفسيا و عقليا في أي مجتمع بل تعتبر أكثر البرامج التربوية قدرة على تحقيق أهدافها و تغلبا على العقبات التي تواجهها تتحقق أهداف التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي بتفاوت حسب المواقف المتاحة لنجاح درس التربية البدنية والرياضية ولذا وجب على الأستاذ أيضا الدراية بخصائص النمو واحتياجات التلميذ في هذه الفترة العمرية (فترة المراهقة) ، وما يميزهم في صعوبات نفسية واضطرابات فيزيولوجية فهم بحاجة إلى أكثر عناية واهتمام ، وهنا يعتبر الأستاذ حجر الزاوية والعمود الفقري للعملية التربوية للاحتكاك المباشر مع التلميذ فهو يغرس فيهم قيم أخلاقية أساسها كفاءات و خبرات ضرورية للتكفل الذاتي ثم للتأثير على المحيط الخارجي كما نجد أن المدرسة الجزائرية بدورها من خلال برامجها التربوية والتعليمية تسعى إلى مساعدة الفرد على تحقيق ذاته ، ويعتبر النشاط البدني في صورته التربوية الجديدة بنظمه وقواعده السليمة ميدانا هاما في ميادين التربية وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح بتزويده بخبرات وجعله قادرا على مسايرة العصر في تطوره وتموه ، فبعد أن كان النشاط البدني في القديم يهتم بجوانب التدريب فقط ، تحول الآن إلى الاهتمام بتنمية الجوانب جسميا ، الفعاليا ، اجتماعيا . وقد نتج عن ذلك الاهتمام أن توصل العلماء الباحثون إلى أن مرحلة المراهقة فترة هامة و حرجة في حياة الفرد ، إذ تحدثوا فيها تغيرات و تحولات على الجانب الفيزيولوجي والنفسي الاجتماعي إضافة إلى أنها تكثر فيها مشكلات نفسية واجتماعية وحلها هناك طريقة أنجع للوصول إلى مطالب المراهقة وهي مادة التربية البدنية والرياضية والتي يعترف لها جميع المتخصصين بأنها عامل أساسي لتكوين جوانب شخصية المراهق خاصة الجانب الاجتماعي والنفسي وانطلاقا من أهمية النشاطات البدنية والرياضية وانعكاسا على النمو الاجتماعي والنفسي للمراهق.

اشكالية البحث :

أصبح موضوع المراقبة في الوقت الحاضر من الموضوعات المهمة التي يهتم بها علماء التربية والنفس والاجتماع والصحة . والواقع هو أن الثانوية كمجتمع صغير يعيش فيه التلميذ (المراهق) تؤدي دورا كبيرا في حياته حيث تعده و تساعد على النمو بأشكاله الفسيولوجية والنفسية الإجتماعية . وتشير مشاهدات وملاحظات كثيرة إلى أن تلاميذ المدرسة الثانوية يواجهون مشكلة التوافق بحددة في هذه الأخيرة ، حيث تتم العلاقات في المدرسة بطابع لاشخصي وحيث تتفاعل جماعات كبيرة من المراهقين والمراهقات بدون عمق ، ولا إستمرارية ولا مراعاة لظروف كل الأشخاص وفي الواقع أن توافق التلاميذ مع بيئتهم المدرسية يتطلب منهم تعديلات في أساليبهم وإستراتيجياتهم ، ومهاراتهم من أجل النجاح والإنجاز . إن الطور الثانوي يمثل مرحلة المراقبة التي يمر بها التلميذ وهي من أصعب المراحل التي يمر بها من خلال حياته اليومية ، إذ يتعرض فيها إلى مشاكل نفسية واجتماعية نتيجة لعدة تغيرات تطرأ عليه في هذه المرحلة فتختلف هذه الأزمة العابرة في درجتها باختلاف ظروف الفرد ومدى عدته لاستقبالها ، فيصبح المراهق يثور لأتفه الأسباب وتحده يبحث عن الاستقلالية أما ضغوطات الأسرة والمحيط ومن جهة أخرى يبحث عن الحنان . كما أنه تعتبر الرياضة جزءا نظام المجتمع هدفها تكوين الفرد الصالح والمفيد لنفسه ولمجتمعه كذلك كانت مكانتها كبيرة في المجتمعات المعاصرة على اختلاف نشاطها . أهم الجوانب التي تجعل الفرد صالحا هو جانب التوافق النفسي والاجتماعي الذي يعتبر من المواضيع الأساسية التي حظيت باهتمام كبير في الدراسات النفسية والاجتماعية . يتحقق التوافق السليم للفرد عن طريق التفاعل السليم لحاجته النفسية والاجتماعية والصحية وكذا انسجام الفرد بينه وبين محيطه الذي يعيش فيه ، ولما كان المراهق جزءا من المجتمع الذي هو اليوم في تطور مستمر فيمقدوره أن يمارس جميع الأنشطة الرياضية ، لذا جاءت هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين الإصلاحات التربوية الجديدة والتوافق النفسي ومنه تم طرح السؤال التالي : ما هو دور الإصلاحات التربوية الجديدة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي من خلال ممارسة التربية البدنية والرياضية.

أهمية البحث :

في ظل الإصلاحات التربوية التي عرفتها المنظومة التربوية للمناهج المدرسية ، وهذا التحسين وتنظيم البرامج الدراسية ، ونقصد هنا التدريس بالكفاءات التربوية البدنية والرياضية الذي لقي اهتماما من طرف المختصين في المجال التربوي الرياضي باعتباره موضوع الساعة ، بالإضافة إلى الإصلاحات الجديدة للجيل الثاني وأساليب العمل في المؤسسات التربوية ومن هنا تبدأ أهمية موضوعنا هذا إلى مكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية والتي لها دور تحقيق التوافق النفسي لهذه المرحلة العمرية والتي تقابل مرحلة التعليم الثانوي، ومدى تأثير ممارسة الحصة النشاط العادي والرياضي على التوافق النفسي للتلاميذ المراهقين باعتبار أن النشاط البدني والرياضي يلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة . فهو مادة علمية وطبقية تساعد القدرة على الإعداد للحياة التونة والمتعة ، كذلك له أهمية كبيرة في :

- تقوية فعالية هذا المنهج الجديد وتوفير الوسائل المستخدمة من أجل تحقيق الأهداف .

- معرفة أهمية هذا المنهج و تقوية فعاليته في التربية البدنية و الرياضية والنمو النفسي الاجتماعي للتلاميذ الطور الثانوي.

أسباب اختيار الموضوع :

لقد تطورت العربية المدنية والرياضية بشكل كبير حتى أصبحت تستدعي القائمين عليها العمل على الرقي بما أكثر وإعطاء أهمية كبيرة طما عمة النشاط البدني لما فيه من فوائد كثيرة الإنسان من جميع النواحي سواء الصحية أو النفسية أو الاجتماعية وما الإصلاحات الجديدة في التربية البدنية واليه حتمية لإدليل على ذلك وحمل أسباب اختيارنا للموضوع ما يلي :

- حادثة الموضوع باعتباره من مواضيع الساعة ، ولم يتم الشروع في تطبيقه إلا من خلال السنوات الأخيرة ، كما أنه يساعد الباحث على الاطلاع أكثر لمختلف التطورات الحالة في الميدان التربوي .

- اللهم الجيد الأهداف مادة التربية البدنية والرياضية وابعادها التربوية في ظل الجيل الثاني من الإصلاحات

- إبراز أهمية الجيل الثاني من الإصلاحات في تنظيم الجانب المعرفي مادة التربية البدنية والرياضية

- إبراز ملى مساهمة الإصلاحات في عقيل الجوانب البيداغوجية , -معرفة دور الجيل الثاني من الإصلاحات الحديثة في تلاقي وتقارب المناهج في وحدة شاملة

- إبراز أهمية الإصلاحات الجديدة في التربية البدنية والريا عصبية في ترميح المبادئ والقيم الوطنية والاجتماعية .

تحديد المصطلحات:

الإصلاح: إن الإصلاح الذي يعرفه أحد المعاجم التربوية مصطلح شاع استخدامه في القرن 19 م ليعني التغييرات المقصودة التي أدخلت على المنهج ونظم التعليم التربية البدنية والرياضية في تلك الأنشطة البدنية المختارة بهدف تحقيق النمو المتكامل للقرء.

علم النفس الاجتماعي : هو العلم الذي بدوى عسلوك الفرد وعلاقته بالآخرين إذ يستطيع هؤلاء الآخرين أن يحدثوا إثرهم في الفرد إما بشكل فردي أو بشكل جماعي المراهقة في مرحلة التغييرات الجنسية والجسمية الانفعالية والعقلية والتي تنقل الفرد من الطفولة إلى الرشد ، وبرز المفاهيم المرتبطة مفهوم الموافقة هما اليلوع والتضج.

التوافق : هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهر من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة فالفرء إما أن يدخل على سلوكه التعاديا مما يساعده على تحقيق التواز بن سلوكه . إبراز واقع ممارسة الألعاب الشبه رياضية داخل المؤسسات التربوية.

I. التربية العامة:تمهيد:

إن معنى التربية يختلف من فرد إلى آخر ويتضح هذا الأمر من مستوى ثقافة الأفراد وفلسفتهم في الحياة، فبعض الناس يتصورون إن التربية هي اكتساب معارف ومعلومات عن طريق المدرسة أو نتيجة المعاملات التي يتلقاها الفرد من أسرته في المنزل، لكن التربية في حد ذاتها تعديل أو تغيير في سلوك الفرد تجاه المواقف التي يواجهها في حياته، أي إنها عملية مستمرة من التغيير والتلاؤم والتكيف.

فقد أصبح النمو الأمثل الذي يتوخاه كبار المربين للفرد، وهو يتضمن نموا كاملا متزنا في النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية والوجدانية، بحيث يستطيع هذا الفرد إن يكيف نفسه وحياته في المجتمع الذي يعيش فيه عن طريق المهارات الحركية والعقلية والاجتماعية.¹

كما أن علم التربية ليس مستقلا بذاته بل يستمد أصوله من العلوم الاجتماعية والاقتصادية والفلسفية والسياسية، لذا فيجب النظر إلى التربية من عدة زوايا لتعريفها:

فيقصد بالتربية إنها عملية النمو والتطور والتكيف التي تحدث للفرد منذ ولادته وطوال مراحل نموه مع البيئة والمجتمع الذي يعيش فيه، والتربية عملية مستمرة تحدث نتيجة ما يمر به الفرد من أحداث، وما يخوضه من تجارب يكتسبها عن طريق الممارسة طوال حياته سواء كانت في المدرسة أو المنزل أو العمل أو الشارع.

لذا فسرها البعض على أنها مجموعة من الخبرات قد تساعد الفرد على استيعاب أي خبرة جديدة بطريقة أفضل، وفي مفهوم البعض الآخر أنها تأتي عن طريق التعليم والتعلم.²

- **المفهوم اللغوي والاصطلاحي للتربية:** تمثل التربية عملية أساسية وحيوية في أي مجتمع إنساني وتختلف المجتمعات في النظر إلى التربية باختلاف المنطلقات الفكرية القومية والسياسية والاجتماعية والاقتصادية التي يتبناها كل مجتمع.³

¹ احمد عمر سليمان رويي . الأهداف التربوية. دار الفكر العربي. ط1. مصر . 1996. ص9.

² صالح عبد العزيز. عبد العزيز مجيد. التربية و طرق التدريس. دار المعارف. بدون طبعة. مصر. 1986. ص15

³ احمد عمر سليمان رويي . الأهداف التربوية. دار الفكر العربي. ط1. مصر . 1999. ص9.

بل أنها تختلف في المجتمع الواحد من مرحلة زمنية إلى مرحلة أخرى، ومع هذا الاختلاف في معنى التربية فإن لها معالم مشتركة واهتمامات متشابهة في كل زمان ومكان، وتمثل هذه المعالم في عمليتي التعليم والتعلم، فهي تعني في مدلولها الحرفي الأصيل استخراج ما لدى الفرد من قدرات وإمكانات كافية وتنميته جسميا وحلقيا واجتماعيا وعقليا حتى يصبح حساس للاختبارات الفردية والجماعية، وقادرا على النشاط والعمل بمقتضى ما يختاره منهما.

كما تعني تمكن الفرد من الاستجابة لدوره الاجتماعي عن طريق التعليم المنظم وتدريبه وتشكيل قدراته وتنميتها والارتقاء به.¹

فقد حاول الكثير أن يعرفوا التربية واختلفوا كثيرا في تعريفها وهنا نذكر بعض التعريفات التي تستحق الذكر بالإجمال:

- "جون ديوي": التربية الكاملة هي التي تجعل الإنسان صالحا لأداء أي عمل عاما كان أو خاصا بدقة وأمانة ومهارة.

- "بستالوزي": التربية هي تنمية كل قوى الطفل تنمية كاملة ومتلائمة.

- "هيقل فيري": التربية الكاملة هي تلك التي تحفظ الصحة البدنية والقوة الجسمية للتلميذ وتمكنه من السيطرة على قواه العقلية والجسمية وتزيد في سرعة إدراكه وحدة ذكائه.²

- "أرسطو": يرى أنها إعداد العقل لكسب العلوم كما تعد الأرض لنباتات الزرع.³

- "دوركايم": هي عملية التنشئة الاجتماعية المتضمنة للأجيال الصاعدة.⁴

- مفهوم التربية لغة: التربية في اللغة العربية مأخوذة من فعل الرباعي أي غذى الولد وجعله ينمو، وربى الولد هذبه، أصلها ربي يربو أي زاد ونمى، ومن جعل أصلها "رب" الثلاثي فلا بد أن يجعل المصدر تربييا لا تربية، يقال ربي القوم يربهم بمعنى ساسهم وكان فوقهم، وربى النعمة زادها، وربى الولد رباه حتى أدرك.

¹ سلامة الخميسي. التربية والمدرسة والمعلم. قراءة اجتماعية ثقافية. دار الوفاء. بدون طبعة. مصر. سنة 2000. ص 34

² محمد عطية الابراشي. روح التربية والتعليم. دار الفكر العربي. ط 1. القاهرة. سنة 1993. ص 19

³ صالح عبد العزيز. التربية وطرق التدريس. دار المعارف. ط 1، مصر. 1986. ص 15.

⁴ رابع تركي. أصول التربية والتعليم. ديوان المطبوعات الجامعية. ط 1. الجزائر. 1982. ص 33.

والتربية لغة تعني إيصال الشيء إلى كماله، والكمال هنا يتوقف على طبيعة الشيء الذي يخضع التربية لحيز الفرد

وحيز الإنسانية التي ينتمي إليها.¹

- مفهوم التربية اصطلاحاً: التربية في الاصطلاح تعني التنمية وهي تتعلق بكل كائن حي ونبات، حيوان،

إنسان ولكل منها طرائق خاصة لتربيته، وتربية الإنسان قبل ولادته ولا تنتهي إلا بموته، وهي تعني باختصار أن نهيئ

الظروف المساعدة لنمو الشخص نمواً متكاملًا من جميع النواحي لشخصيته العقلية والخلقية والجسمية والروحية، أي أن

التربية ما هي إلا تهيئة ظروف تتاح فيها الفرص لأن توجه كل المقومات التربوية التي تجعلنا ننشئ كل الأشخاص صغار

وكبار تنشئة سليمة في النواحي الخلقية والجسمية والعقلية والروحية.²

كما أن التربية هي جملة الأفعال والآثار التي يحدثها كائن إنساني في آخر وهي الأعمال الواعية وغير الواعية التي

تقوم بها أجيال الكهول على تلك التي لم تنضج بعد للحياة الاجتماعية وتهدف أساساً إلى تطوير عدد من الملكات

الجسدية والفكرية والروحية والأخلاقية لدى الطفل، أي الملكات التي يطلبها منه المجتمع المدني عامة والوسط الاجتماعي

الذي يعيش فيه خاصة.³

- المفهوم الفلسفي للتربية:

لقد اتسمت نظرة الفلاسفة إلى التربية بالشمول والمثالية فقد ذهب "أفلاطون" إلى أن التربية تخلق الكمال

الإنساني والاجتماعي عند الإنسان.⁴

عرفها "إياها" على أنها: إعداد الفرد ليصبح عضواً صالحاً في المجتمع، وهو بذلك يرى أن التربية تنمي الفضيلة أو

المواطنة الصالحة، أما تعريف "أرسطو" للتربية فهو يؤكد غايتها بالفضائل العقلية والخلقية.

كما جاء في كتاب "عميرة عبد الرحمان": منهج القرآن الكريم في تربية الرجال بتعريفه بأنها إعداد العقل للكسب

العلمي، وهو بذلك يعني الضرورة الاجتماعية للتربية وهي الوسيلة الوحيدة للتقدم والإصلاح الاجتماعي وهي مجموعة من

¹ سلامة الخميسي . نفس المرجع السابق. ص34_35.

² رابع تركي. نفس المرجع السابق. ص35.

³ احمد شبشرب. علوم التربية. الدار التونسية للنشر. المؤسسة الوطنية للكتاب. بدون طبعة. بدون سنة. الجزائر. ص22.

⁴ فادية عمر الجولاني. علم الاجتماع التربوي . مكتبة الإشعاع. ط1. مصر. 1997. ص12.

العمليات التي يستطيع بها المجتمع أو زمرة اجتماعية صغيرة أو كبيرة أن توظف سلطتها أو أهدافها المكتسبة بغية تامين وجودها ونموها المستقر.

أما التربية عند "سيد إبراهيم الجبار" فهي وسيلة التغيير الفعالة وهي ضرورة لتقريب الهوة بين الجانب المادي والجانب غير مادي في المجتمع.¹

1. علاقة التربية بالتربية البدنية:

التربية البدنية اكتسبت معنى جديد بعد إضافة كلمة التربية، فكلمت بدنية تشير إلى البدن وعلى ذلك فحينما تضاف كلمت التربية إلى كلمة البدنية نحصل على تعبير التربية البدنية والمقصود بها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي الجسم فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يتدرب أو يمارس أي لون من ألوان التربية البدنية التي تساعد على تقوية جسمه وسلامته فان عملية التربية تتم في نفس الوقت وذلك لبناء مجتمع قوي متماسك، والتربية البدنية تعتبر جزء من التربية بل وسيلة من الوسائل الهامة في تحقيق الأهداف العامة للتربية.²

2. مجالات وأهداف التربية:

1.2 مجالات التربية: يلاحظ أن التربية لا تقتصر على الجانب الأخلاقي وحده، كما أنها لا تقتصر على

المدرسة وحدها، بل هي توجد في المجالات التالية:

* في الأسرة التي تعتبر المدرسة الأولى للطفل.

* في المدرسة حيث يتلقى الطفل التربية والتعليم المقصودين.

في المجتمع بكل مؤسساته، الدينية، الثقافية، الاجتماعية، السياسية.

2.2 أهداف التربية: تشتق التربية أهدافها من أهداف المجتمع ومن أهداف التربية نجد:

تنمية قدرات التفكير الابتكاري أو الاجتماعي في شخصية التلاميذ.

- إعداد المواطن الذكي المنتج.

¹ عميرة عبد الرحمن. منهج القرآن الكريم في تربية الأجيال. شركة مكتبة عكاظ. ط.1. 1981 ص3.

² الدكتور محمد محمد الشحات. التربية الرياضية. العلم والإيمان للنشر والتوزيع. بدون طبعة. سنة 2008. ص43.

- تنشئة السلوك الديمقراطي.

- تنشئة الفرد تنشئة جسمية وعقلية، ووجدانية سليمة.

2.3 مصادر التربية وأهدافها: يمكن إرجاع أوجه الاختلاف بين أنظمت التربية في مختلف بلدان العالم إلى

المصادر الثلاث التالية:

- طبيعة الفرد.

- طبيعة المجتمع.

- طبيعة المعرفة الإنسانية.

3. الأهداف العامة للتربية:

تتمثل أهداف التربية في تكوين شخصية متكاملة من كل النواحي الجسمية منها العقلية والوجدانية، النفسية والاجتماعية.

ولا يمكن الفصل بينهم حيث إن النمو في الشخصية يتم في تكامل وتوازن بين مختلف مقوماتها بحيث إن النمو في إحدى النواحي يؤثر على النمو في بقية النواحي الأخرى.

1.3 التربية الجسمية: اهتمت التربية الحديثة بالجانب الصحي للطفل فلا يمكن الاكتفاء بتنمية قواه العقلية

والبدنية عن طريق التدريبات الرياضية وممارسة مختلف النشاطات العلمية، بل يجب أن يخضع لفحوصات طبية

دورية ويرسل إلى الطبيب إذا ظهرت عليه بعض أعراض المرض ويدرب على طريقة.¹

2.3 التربية العقلية: لقد كانت التربية القديمة تعتقد أن العقل ينمو بقدر ما يكتب عليه من معلومات فأصبح

همها الوحيد هو ملأ ذهن الطفل بأكثر قدر ممكن من المعلومات والحقائق دون معرفته ما إذا كانت هذه المعلومات مناسبة لمستوى النضج العقلي للطفل ولا مدى ملائمتها لحاجته ومتطلباته النفسية والعقلية والاجتماعية.

على عكس التربية الحديثة فهدفها يتعلق بتربية الطفل على حسن التفكير وحسن إدراك الطفل لما يصادفه من

مواقف معقدة وحسن التصرف في هذه المواقف كما يهتم باكتشاف القدرات العقلية الخاصة لدى التلميذ ، وتقوم بعنايتها

¹ تركي رابح، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، 1989، ص17-20.

وتنميتها، فإذا كان الأطفال يشتركون في العقل والدكاء، فإنهم بعد ذلك لا يتفاوتون في حظهم من القدرات الخاصة فهذا يملك درجة عالية في القدرة اللغوية وهذا يتفوق في القدرة الرياضية.¹

3.3 التربية الوجدانية: أثبتت التربية الحديثة أن الصحة النفسية تعتبر أهم شيء في التعليم وفي بناء الشخصية

الناضجة والكاملة والسليمة، لأنه إذا كان الفرد مريضاً نفسياً فإن نتيجة التعلم هي الفشل. لذا أصبح يهتم أكثر بالحالة النفسية للتلميذ، ويعمل على مساعدته نفسياً وذلك لتحقيق التوازن والتوازن النفسي له.

4.3 التربية الاجتماعية: تعمل التربية الحديثة على غرس القيم والمثل الأخلاقية التي تسود في المجتمع والطفل

كيفية التعامل مع الزاخرين ومعرفة حقوقه وواجباته تجاه مجتمعه، وتعليم الطفل والأفراد التعامل فيما بينهم والمبادرة الفردية التي ينتفع منها الجماعة والمجتمع.²

4. العوامل المؤثرة على التربية العامة: إن كل فرد ينتمي حتماً إلى مجتمع ما وهذا الأخير يؤثر في عملية

التربية لذا فإن العوامل التي تدخل في عملية التكوين والتربية يحتويها المجتمع وهذه العوامل هي:

أ. الأسرة: تعتبر الأسرة الخلية الأولى في المجتمع وهي أول شيء يعرفه الطفل لذا تعتبر الانطلاقة الأولى في التربية لأنها القاعدة الأساسية التي تبنى عليها شخصية الطفل، لذا فهي العامل الأول والأساسي في عملية تربية الطفل.

ب. المدرسة: إن المدرسة تعتبر أهم مرحلة في حياة الطفل بحيث أنها تكمل عملية التربية التي يتلقاها الطفل داخل الأسرة وذلك بتزويده بقدر معين من الثقافة التي تناسب حياته وحاجياته وذلك حسب مستواه العقلي وحسب سنه.³

ج. الوسط الاجتماعي: إن الأسرة والمدرسة لا يكفيان لتربية الطفل لأن هذا الأخير لديه احتكاك بالجماعة وهذا له اثر

بارز في تربية الطفل، بحيث يتعلم المعلومات والقيم الاجتماعية التي يجب إن يتسنى بها في المستقبل، نظراً لأهمية هذا الجانب فإن المجتمعات العصرية خصصت عدة وسائل كوسائل الإعلام السمعية والبصرية زيادة على الأندية الثقافية منها والرياضية.⁴

¹ وزارة التربية والتعليم، مديرية التربية والتكوين خارج المدرسة، الجزائر، 1974، ص.9.

² مديرية التكوين والتوجيه، المديرية الفرعية للتكوين، دروس التربية وعلم النفس، الجزائر، 1973، ص.11.

³ مديرية التكوين والتوجيه، المديرية الفرعية للتكوين، دروس التربية وعلم النفس، الجزائر، 1973، ص.11.

⁴ مديرية التكوين والتوجيه، نفس المرجع السابق، ص.1.

II. الإصلاح التربويتمهيد:

إن التربية كما حدد وظيفتها "جون ديوي" أداة التقدم والإصلاح الاجتماعي، وهي بهذا تجعل منطلق الإصلاح الوعي الاجتماعي الذي يتوافق على أساس نشاط الفرد، ليتم بذلك تجنب أساليب الإرغام والإكراه والتغيير بقوى القانون، وهي الأساليب التي تجعل الإصلاح عديم القيمة والفائدة.¹

فإصلاح المنظومة التربوية هو أساس أي تنمية اجتماعية واقتصادية،

لهذا نال الإصلاح التربوي الاهتمام الأكبر في اغلب بلدان العالم واعتبر من الأولويات ومن الميادين الإستراتيجية التي يتوقف عليها مسار التطور والازدهار الاجتماعي فخصصت له ميزانيات ضخمة وأنجزت من اجله الدراسات والبحوث، واستخدمت الدول في ذلك خيرة الخبراء العالميين لتزويدها بالأساليب والطرق العلمية الكفيلة بتحقيق أهداف المسطرة لتنمية المجتمع.

إن أهمية التربية تتمثل بكل اختصار في كونها أداة تشكيل شخصية الفرد ضمن الجماعة التي ينتمي إليها فهي بهذا الوحيدة دون سواها تعمل على تزويد المجتمع بالموارد والكفاءات البشرية التي تحافظ على مكانته الدولية، فهي تخرجها بحيث تكون متشبثة بتاريخها وهويتها وانتمائها ومتشعبة بنور العلم والمعرفة والخبرة لتصنع مجد أمتها دون ذوبان وانغلاق. وهكذا نجد الإصلاح التربوي أداة مواجهة التحديات على كافة المستويات، بهذا نال الأهمية القصوى والصرامة الكبرى في التخطيط والتنفيذ والتقييم.

1. مفهوم الإصلاح التربوي:

لقد تعددت التعاريف، ومهما تعددت هذه التعاريف فإن أصحابها يكادون يجمعون على أهميته وضرورته لمواكبة التغيرات الحاصلة في المجتمع سواء كانت هذه التغيرات في الاتجاه الايجابي وبالتالي تدعمها وتحسينها أو كانت سلبية

¹ احمد فؤاد الاهواني. جون ديوي. فمن سلسلة نوابغ الفكر العربي. دار المعارف. ط2. القاهرة. 1968. ص172.

وبالتالي تصحيحها وإعطائها الوجهة السليمة، وقبل تقديم المفهوم الذي يتبناه الإصلاح لابد من الإشارة إلى مجموعة من المصطلحات نذكر منها:¹

1.1. الاستحداث: وهو فكرة أو شيء أو عملية جديدة تصطنع من عناصر أولية وتوجه نحو هدف محدد، وهو المصطلح الذي تبناه المؤلف للتعبير عن المفهوم السائد للإصلاح والتجديد التربوي، مع انه اخذ عن الكلمة الانجليزية innovation التي تدل المعاجم، على ترجمتها لمصطلح التجديد وليس إعادة البناء reconstruction الذي اختاره المؤلف.²

2.1. التجديد: يعني إضافات قشرية إلى بنية قائمة فعلا، ورغم تقديمه لهذا المعنى في هذا السياق العام إلا أن تفضيل المصطلح الاستحداث عليه يجعل معناه التربوي اقرب إلى هذا السياق وهو ما يتعارض مع المراجع التي اعتمدها وهي كلها تستعمل مصطلح innovation ولنتأمل في عناوين بعض هذه المراجع التي اعتمدها ونأخذها كأمثلة منها كتاب innovation diffusion of لروجرس rogers.e.m وبناء على ذلك فإننا نرى انه كان من الأفضل استخدام مصطلح الإصلاح أو التجديد الذي أدرجه المؤلف في عنوان كتابه.

3.1 . التحديث: يعني إحلال طرق حديثة بدلا من طرق قديمة للحياة , كما أن التحديث يتضمن إدخال العديد من المستحدثات وهو بذلك اعم في المعنى من المستحدثات وهو معرف عند "فيليب ميريو" بأنه تحسين أنماط التدبير وأساليبه وتحديث المعارف والوسائل الموضوعية رهن إشارة المؤسسة التربوية والفاعلين التربويين والقابلية للتوظيف من قبلهما.³ وهو بهذا يختلف عن مفهوم الإصلاح الذي يتخذ شكل التغيرات الحاسمة عنده وقد عرف أيضا بأنه مختلف العمليات وتدابير الانتقال بنظام تربوي معين من وضعية تقليدية متقادمة أو وضعية متملكة لشروط ومواصفات الحداثة

¹ عبد الكريم غريب وآخرون. معجم علوم التربية. مصطلحات البيداغوجيا والديداكتيكات. منشورات عالم التربية. ط3. الدار البيضاء. 2001. ص165.

² محمد بوبكري. في إصلاح نظام التربية والتكوين. في عالم التربية مجلة فصلية العدد14 الجديدة (المغرب). 2004. ص17.

³ مصطفى محسن. الخطاب الإصلاحية التربوي: بين أسئلة لازمة وتحديات التحول الحضاري (رؤية سوسيولوجية نقدية) المركز الثقافي العربي. ط1. الدار البيضاء. 1999. ص58.

بمفهومها الشامل، من تقنيات ومسلكتيات...، أي القطع من المرجعيات القديمة واستبدالها بمرجعيات حديثة أو
عصرية.¹

وقد تناول مُجد منير مرسى بشكل أكثر عمقا مضامين هذه المصطلحات وحدد معناها مستعينا ببعض الدراسات
على النحو التالي:

- ❖ التغيير: عرفه جود GOOD بأنه التعديل الكلي لعنصر ما في الشكل أو النوعية أو العلاقة.
- ❖ التجديد: وقد جاء تعريف التجديد في دائرة المعارف الأمريكية للتربية بطريقة أكثر إجرائية بحيث ورد فيها بأنه:
"الجهود المبذولة لتحسين التربية والتعليم واكتشاف بدائل جديدة لكل ما هو غير صالح منها، مما يجعل التربية والتعليم
أكثر كفاءة وفعالية في حل مشكلات المجتمع وتلبية احتياجاته والإسهام في تطوره".
- ❖ التطوير: جاء في تعريفه انه "إثراء الحماسيات التربوية وذلك عبر التدخل والتطور في قطاعات ومجالات معينة
منها بغرض تنميتها وتفعيلها بشكل يجعلها منسجمة".²

وبعد هذا يمكننا تناول مفهوم الإصلاح التربوي الذي قدمت له عدة تعاريف نذكر منها:
يعرف الصلاح التربوي بأنه "جهود تبذل بغرض إحداث تغييرات جوهرية في السياسات التربوية تشمل أكثر من
جانب في العملية التربوية وغالبا ما تتجاوز نتائجها النظام التعليمي و تخطط الإصلاحات على المستوى المركزي وان التنفيذ
يتم على المسويين المركزي والمحلي من حيث انه يتجاوز النظام التعليمي نحو النسبة الاجتماعية ككل، بما يستوجب المخطط
وأن يأخذ في الاعتبار العوامل والمتغيرات الخارجة على النظام التعليمي، كالمغيرات الاقتصادية والاجتماعية
والثقافية.... وكان هذا الإصلاح ينصرف في النهاية إلى تحقيق الكفاية الداخلية والخارجية للنظام التعليمي والتربوي ككل.³

¹ مُجد منير مرسى: الإصلاح والتجديد التربوي في العصر الحديث: عالم الكتب. القاهرة. 1996. ص 6-9.

² مصطفى محسن. نفس المرجع السابق. ص 59.

³ سعد إبراهيم عبد الفتاح طعيمة. فلسفة التجديد ونماذجه في التعليم. دراسة في التعليم الثانوي العربي. رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة عين
شمس القاهرة. 1990. ص 31.

وجاء في تعريفه أيضا: "يعني الصلاح تغييرا أو مجموعة من التغيرات المحدثة في النظام التعليمي من اجل أن يستجيب هذا النظام (أو يستجيب أحسن) لهدف أو أهداف معينة, وتمس هذه التغيرات مكونا من النظام أو مجموع مكوناته".¹

2. معايير الإصلاح التربوي: ما نقصده بالمعايير هو مختلف العناصر المؤثرة والموجهة لعملية الإصلاح حتى يكفل

بالنجاح, وبالتالي لابد من التطابق التام بين ما يتضمنه الإصلاح وبين مراعاة هذه المعايير, وقد عرف دولشير DELANDSHEER المعيار بأنه: "نموذج يستعمل لأجل المقارنة الكيفية التي لا تعتمد على القياس, ومبدأ نرجع إليه للحكم والاستحسان".

وعرفه لالاند LALANDE بأنه: "خاصية موضوع معين تعتمد لإصدار حكم على هذا الموضوع".² وبناء على ذلك فان مصطلح معايير الإصلاح أكثر تعبيرا عند هذا المعنى من مصطلح عوامل الإصلاح التي ترتبط أكثر بالأزمة أو الأسباب الداعية إلى مباشرته, ويمكننا في هذا الصدد التركيز على المعايير الأساسية التالية:

2. 1. معايير تاريخية حضارية : يقصد بالمعايير التاريخية والحضارية كل ما يتعلق بخصائص وهوية وانتماء المجتمع, ونجد في مختلف دساتير الدول ما يعبر عن هذا المعنى, فالدستور الجزائري مثلا ينص على عناصر الهوية الوطنية ثلاث وهي الإسلام والعروبة والأمازيغية, وهي كلها عناصر ذات بعد تاريخي وحضاري, ولابد أن تتضمن الإصلاحات ما يترجم هذه العناصر إلى مواد ووحدات تعليمية تخرج التلميذ, بحيث يكون متشعبا بهذه المكونات وتمثلا لها معرفيا ووجدانيا, وإلا فالنظام التربوي يفقد خصوصياته, ويصبح جهده منصبا على المعارف المشتركة التي لا تعبر عن انتماء معين, وحينئذ يخرج عن السياق الحضاري الذي يعتبر الضامن الوحيد والمحفز الرئيسي للمخرجات التربوية كي تساهم بكل طاقتها في تنمية مجتمعا.

2. 2. معايير اجتماعية : إن الإصلاح التربوي لابد أن يتضمن في أهدافه التغيير نحو الأفضل, وحتى تتحقق هذه الأهداف لابد أن يكون الانطلاق في صياغتها وتحديد وسائل تحقيقها من واقع اجتماعي معين, يحمل شروط تجسيدها

¹ مكي المروني, الإصلاح التعليمي بالمغرب (1956-1994) منشورات كلية الآداب والعلوم الإنسانية بالرباط. ط1 1996 ص11.

² عبد الكريم غريب وآخرون (2001) مرجع سابق. ص56.

على ارض الواقع، وكل نظام تربوي تواجهه مشكلات تستدعي إصلاحه، لا بد أن يراعي الخصائص الاجتماعية في مشروعه الإصلاحية فلا بد في أي عملية إصلاحية من الانطلاق جملة من الأسئلة الموضوعية التي تعبر عن حجم المشكلات التي تسعى لحلها من ذلك:

- ما هي درجة التفاعل المتوقعة من مختلف الفئات الاجتماعية مع المشروع الإصلاحي؟
- ما هي الأسباب والعوامل الاجتماعية التي أدت إلى المشكلات التي يعاني منها النظام التربوي؟
- ما هو مستوى الوعي الاجتماعي لدى الأفراد؟
- ما هو الدور الذي يمكن أن يلعبه المشروع الإصلاحي للحد من الآفات الاجتماعية؟
- ما هي العناصر المتحركة في شبكة العلاقات الاجتماعية؟
- ما هي العناصر ذات الطابع الاجتماعي المفقودة أو المعينة في المشاريع السابقة والتي أدت إلى ظهور مبررات الإصلاح؟

- ما هو الدور الذي يمكن أن تلعبه وسائل الإعلام؟
 - ما هو دور النخبة والمثقفين في هذه العملية؟
 - ما هي طبيعة الأسرة ومكانتها في النسيج الاجتماعي وكيف تمكنها من لعب أكبر دور في الفعل التربوي؟
- 2. 3. معايير سياسية :** تتوقع من الطبعة السياسية بمختلف أطيافها وتشكيلاتها سواء في السلطة أو المعارضة أن نعبر في برامجها السياسية عن تطلعات المجتمع وسبل النهوض به ولا توجد تشكيلة سياسية إلا ولها نظرة معينة إلى موضوع التربية والتعليم ودورها في المجتمع، ومادام النظام التربوي هو احد أهم مكونات السياسة التنموية العامة التي تتبناها السلطة السياسية فانه ينبغي على واضعي الخطط الإصلاحية أن يكونوا على اطلاع تام بالمكانة التي يحتلها هذا النظام في إطار الخطة التنموية العامة، وعلى مختلف التطورات التي تتبناها السلطة للعملية الإصلاحية، وهذا راجع لكون السلطة هي المسؤول الأول عن توفير كل الوسائل التي تتطلبها عملية الإصلاح، وإذا ما تم التطابق التام بين تحقيق أكبر قدر من الأهداف التي سطرها، وهنا يتحقق السير الايجابي لاتجاهات الإصلاح من أسفل لأعلى ومن أعلى لأسفل.

4.2. معايير اقتصادية: إن أي نظام تربوي يحتاج إلى تمويل حتى تتحقق أهدافه لذا فإن المخطط الإصلاحي لا ينبغي أن يتعدى في مضمونه القدرات الاقتصادية وعدم صياغة أهداف جليلة في معناها ولكنها غير قابلة للتحقيق بسبب عدم توفر المواد اللازمة لذلك ، كما ينبغي على المشروع أن يتضمن المواد والوحدات التعليمية التي تخرج متكونين حسب الحاجات الاقتصادية للمجتمع وحسب طبيعة المرحلة التنموية التي يمر بها، فقد يكون في حاجة إلى يد عاملة مؤهلة في الزراعة أو الصناعة أو غيرها من المجالات، كما قد تكون حاجته ملحة إلى إطارات في العلوم الدقيقة ما يحتاجه المجتمع من يد عاملة مؤهلة ومن إطارات ذات تكوين نوعي.

5.2. معايير نفسية بيداغوجية : إن المعايير النفسية البيداغوجية تتعلق بتصميم الفعل العلمي/التعليمي، وهي أكثر المعايير التي تركز عليها جل الإصلاحات ، وذلك لسهولة الحكم على النجاح أو الفشل المدرسي من خلال النتائج التي يحصل عليها التلاميذ، فغالبا ما يلاحظ بأنه يوجد ضعف في التحصيل الدراسي ستدل عليه من نتائج الامتحانات الفصلية أو النهائية، فيطرح سؤال:

ما هي أسباب هذا الضعف؟

ليتم البحث عن حلول يتضمنها المشروع الإصلاحي وغالبا ما تكون هذه الحلول تغيير المناهج ومقاربات تعميمها، وما يصاحب ذلك من إعادة النظر في طرق التدريس وأساليب التقويم وتكوين المعلمين في المجالين التخصصي والبيداغوجي.

6.2. معايير عالمية: إن المجتمع لا يمكن أن يعيش منغلقا على ذاته، معرضا عن كل ما يدور حوله من أحداث وتغيرات على المستوى العالمي، وهي في عصرنا الحالي فانه لا يمكن لأي مجتمع أن يبقى معزولا عن التأثيرات العالمية حتى ولو أراد ذلك فالعولمة قد فرضت نفسها ولا يمكن لأي مجتمع أن يبقى خارج عن تأثيراتها وبالتالي التعامل معها، والتأثيرات العالمية تتخذ أشكالا مختلفة سياسية واقتصادية واجتماعية وثقافية وتربوية، ولا بد على النظام التربوي أن يكون في المكانة الجديرة به في التعامل مع مختلف هذه التأثيرات.¹

¹ عبد الكريم غريب وآخرون (2001). مرجع سابق. ص 57.

3. أبعاد الإصلاح التربوي:

لما نتكلم عن أبعاد الإصلاح التربوي فإننا نقصد بالدرجة الأولى العناصر التي يتضمنها كل إصلاح مؤهل لتحقيق الأهداف المسطرة له.

وفي هذا المجال نجد بعض الدراسات التي تناولت هذه العناصر من بينها دراسة "ستيفنز" عن النظام التربوي الأمريكي، والتي توصل من خلالها إلى تحديد ثلاثة عناصر تحتويها عملية الإصلاح وهي:

- النظام وهيكل التعليم.
 - نتائج ومخرجات النظام التعليمي.
 - وأخيرا العمليات التي يتم بموجبها اتخاذ القرارات التعليمية والإدارية.
- أما "دالين" فإنه حدد أربعة مجالات للإصلاحات:
- أهداف ووظائف المدرسة.
 - تنظيم وإدارة النظام التعليمي.
 - رسم الأدوار وتحقيق العلاقات القائمة بينها.
 - وأخيرا المناهج الدراسية.¹

ويمكننا جمع كل هذه الأبعاد في بعدين رئيسيين هما البعد التنظيمي والبعد البيداغوجي، وفي كل هذه التصنيفات لا نجد إشارة واضحة إلى البعد التاريخي، وهذا راجع إلى التركيز في تناول هذه الأبعاد على صميم العملية التعليمية وعلى التوقعات المستقبلية للإصلاحات التربوية.

وبناء على ما سبق فإننا نرى بان الإصلاح التربوي مهما تعددت مجالاته وميادينه، فإنه يتضمن ثلاث أبعاد رئيسية، يمثل كل بعد منها محورا أساسيا لا يمكن إهماله لأن في ذلك تهديدا لنجاح الإصلاح، وهذه الأبعاد هي: البعد التنظيمي، البعد البيداغوجي، البعد التاريخي.

¹ ريتشارد ساك. تصنيف أنماط الإصلاحات التعليمية. ترجمة احمد النحاس في: مستقبل التربية مجلة دورية التربية، العدد 1، مركز المطبوعات اليونيسكو، القاهرة 1981. ص 40-41.

1.3. البعد التنظيمي : يقصد بالبعد التنظيمي كل ما يتعلق بهيكلية التعليم وتنظيمه وتحديد التشريعات والقوانين التي تسيروها ، فالأنظمة التربوية لا تأخذ شكلا واحدا من الهيكلة ، كما أنها تغير القوانين والتشريعات كلما تطلب الأمر ذلك فعلى سبيل المثال نجد أن النظام التربوي الجزائري غير مراحل التعليم الأساسي فبعدها كان يتضمن ست سنوات في الابتدائي مقسمة على طورين ، وثلاث سنوات في التعليم المتوسط تشكل طورا واحدا ، أصبح مقسما على مرحلتين، التعليم الابتدائي مدته خمسة سنوات والتعليم المتوسط ومدته أربعة سنوات ، وقد تم تغيير تسمية مرحلة التعليم الإلجباري من التعليم الأساسي إلى التعليم القاعدي ، وقد جاء توضيح السبب لذلك: أن هذا الإجراء الذي تبرره من الناحية البيداغوجية البحتة، كثافة البرامج الحالية يستجيب في نفس الوقت لطلب ملح ومستمر لكل الجماعة التربوية (معلمون ، تلاميذ ، أولياء) .

كما ورد فيما يتعلق بتنظيم التعليم وفتح الباب أمام التعليم الخاص ، بحيث يكون جزءا لا يتجزأ من النظام التربوي

الوطني.¹

وفي النظام التربوي المغربي ورد في إعادة هيكلة التعليم ما يلي: "تتضمن الهيكلة التربوية الجديدة كلا من التعليم الأولي والابتدائي والإعدادي والثانوي والتعليم العالي، على أساس الجذوع المشتركة والتخصص التدريجي على جميع المستويات" عندما يكون تعميم التعليم الأولي قد حقق تقدما بينا ، ستحدث الروابط التالية:

على المستويين البيداغوجي والإداري:

- دمج التعليم الأولي والتعليم الابتدائي لتشكيل صيرورة تربوية منسجمة تسمى " الابتدائي " مدتها ثماني سنوات وتتكون من سلكين :السلك الأساسي الذي يشمل التعليم الأولي والسلك الأول من الابتدائي من جهة، والسلك المتوسط الذي يتكون من السلك الثاني للابتدائي من جهة ثانية.

- دمج التعليم الإعدادي والتعليم الثانوي لتشكيل صيرورة تربوية متناسقة تسمى " الثانوي " ومدتها ست سنوات

ويتكون من السلك الثانوي الإعدادي والسلك الثانوي التأهيلي.²

¹ وزارة التربية الوطنية: مخطط العمل لتنفيذ إصلاح منظومة تربوية . أكتوبر.2003.ص9.

² الميثاق الوطني للتربية والتكوين. ضمن سلسلة مراجع قانونية رقم17، منشورات المركز المغربي للإعلام. ط2003.ص23.

ومن ذلك أيضا ما جاء في إصلاح المنظومة التربوية الفرنسية حيث ورد في هيكلية التعليم الابتدائي انه يتضمن طورين: الأول ومدته سنتان وهو طور التعليمات الأساسية وهي التعلم الحديث والقراءة والكتابة والحساب، والثاني ومدته ثلاث سنوات وهو طور التعميق ويشكل الخطوة الرئيسية نحو التعلم الذاتي، وهكذا الانجذاب نظام تربوي تخلق إصلاحاته من تناول هذا البعد المحوري الرئيسي في عملية الإصلاح.¹

2.3. البعد البيداغوجي : يقصد بالبعد البيداغوجي كل ما يسمي العلاقات المباشرة بين الأطراف المشكلة للموقف التعليمي، من مناهج دراسية ووسائل تعليمية وأساليب واستراتيجيات تدريسية..... وما يلاحظ على الإصلاحات المختلفة أن هذا البعد يحتل المكانة القصوى في جملها. وإن التعديلات التي تحدث فيه تكون هي الغالبة إذا قورنت مع البعدين الآخرين، وهذا راجع بالدرجة الأولى إلى كونه موجها نحو العلاقة المباشرة بين مختلف الأطراف المشكلة للموقف التعليمي وخاصة ما تعلق منها بالعلاقة بين المعلم والتلميذ والدليل على ذلك (الأطراف المشكلة للموقف التعليمي)، إن المناهج الدراسية هي أكثر المجالات التي يمسه الإصلاح التعليمي في مختلف النظم التربوية، وهي أكثر المجالات التي يعتبر التغيير والتجديد فيها سريعا إذا ما قورنت بالمجالات الأخرى.²

وكمثال على ذلك نذكر الإصلاحات التي تمس المناهج التعليمية، ففي الجزائر مثلا في المناهج الجديدة تبنى المقاربة بالكفاءات كامتداد للمقاربة بالأهداف التي كانت توجه المناهج القديمة وقد جاء تبرير ذلك كما يلي : "المناهج الجديدة جاءت لتثري هذه التجربة الأولى واعتمدت المقاربة بالكفاءات التي هي في الواقع امتداد للمقاربة بالأهداف وتمحيص لإطارها المنهجي، وتتلخص المقاربة المعتمدة في المناهج الجديدة في الإجابة على الأسئلة التالية:

- ما الذي يتحصل عليه التلميذ في نهاية كل مرحلة من معارف وسلوكات وقدرات وكفاءات؟

- ما هي الوضعيات التعليمية / التعلمية الأكثر دلالة ونجاعة لإكسابه هذه الكفاءات وجعله يمثل المكتسبات الجديدة بعد تحويله لمكتسباته السابقة؟³

¹ Ministère De L'éducation National; Qu'apprendre –On A L'école Élémentaire. Les Nouveaux Programmes .Centre National De Documentation Pédagogique Imprimé En France .Février 2002 P24.58.154.

² محمد منير مرسي (1996). مرجع سابق.

³ وزارة التربية الوطنية. مديرية التعليم الأساسي: مناهج السنة الأولى من التعليم الابتدائي الجزائر 2003. ص4.

- ما هي الوسائل والطرق المساعدة على استغلال هذه الوضعيات المحفزة لمشاركة المتعلم في تكوين ذاته مشاركة مسؤولة؟

- كيف يمكن أن يقوم مستوى أداء المتعلم للتأكد من انه قد تمكن فعلا من الكفاءات المستهدفة.¹

إن هذه التساؤلات ذات طابع بيداغوجي محض, وهي تعبر بوضوح عن المقصود بهذا البعد, والجزائر ليست البلد الوحيد الذي تتعرض مناهجه للمراجعة والتعديل, وهذا راجع للتغيرات المحلية العالمية نجد المناهج الجديدة في فرنسا سنة 2002 والمناهج الجديدة في المغرب سنة 2001.²

وقد تم في هذه المناهج أيضا تبني المقاربة بالكفاءات وهو ما يعبر عن الطابع العالمي الذي بدأت تأخذه هذه المقاربة والغرض الرئيسي من هذه الأمثلة:

هو توضيح معنى البعد البيداغوجي وحصص الأسد التي يناها في أغلب الإصلاحات في العالم.³

4. أهداف الإصلاح :

يهدف الإصلاح التربوي في مجمله إلى البحث عن النجاح التربوية, وإنتاج نموذج إنساني متكامل من حيث كفاءته على مستوى الذات, أو على مستوى المجتمع هذا من زاوية موضوعية أما من زاوية أخرى والتي تتمثل في طبيعة السلطة القائمة واتجاهاتها وطبيعة فهمها للواقع وتسييره فذلك يعود لأهداف خاصة بالمجتمع والإيديولوجية القائمة وبناء على التحديات التي تواجه المدرسة الجزائرية حسب مشروع الإصلاح والدواعي التي دعت إليه وهي:

- الانتقال إلى النظام الاقتصادي الحر

- الانتقال إلى النظام الديمقراطي على المستوى السياسي

- التطور المذهل للعلم والتكنولوجيا في ذلك علوم التربية

- التحضير لممارسة المواطنة بمفهومها الديمقراطي, وذلك بتلقينهم الثقافة الديمقراطية وروح التسامح والحوار

كأسلوب حضاري راق.

- تنمية الكفاءة والاعتماد على النفس من خلال تطبيق طرائق بيداغوجية أكثر فعالية واعتماد مقارنة الكفاءات

¹ وزارة التربية الوطنية. نفس المرجع السابق. ص.4.

². ministère de l'éducation national(février 2002).01.cit

³ لجان مراجعة المناهج التربوية المغربية للتعليم الابتدائي والثانوي والتأهيلي:مراجعة المناهج التربوية,الكتاب الأبيض,المغرب 2001.

- تكوين مواطن مزود بمعالم مرجعيات وطنية تعكس القيم الحضارية.¹

5. محاور الإصلاح:

أ. المناهج التعليمية: وذلك بالإصلاح الشامل للبرامج التعليمية ثم عن طريق اللجنة الوطنية

للمناهج ويشمل الإصلاح الجوانب التالية:

أ. مناهج اللغات: دعم تدريبها قصد جعلها أداة فعالة للتعليم والتكوين

ب. مناهج العلوم الاجتماعية: ضمان تكوين مواطن مزود بالمعالم ومرجعيات وطنية

- ترسيخ الارتباط بالقيم التي يحملها التراث التاريخي والجغرافي

- معرفة تاريخ الوطن والعقيدة الإسلامية.²

ج. مناهج المواد العلمية:

- مواكبة التطورات وفق الحركية السريعة للتطور لمجتمعنا في مختلف الميادين

- تخفيف كثافة البرنامج السابق.³

د. مناهج المواد الجمالية :

- تنمية وبلورة شخصية الفرد من جميع النواحي الحركية والنفسية والاجتماعية

- تأمين حياته والمحافظة عليها

- حب التفتح على العالم الخارجي وتبني القيم الفاصلة.⁴

¹ فريد عادل، لماذا إصلاح المناهج وكيف؟ مداخل المنتدى حول الكفاءات والمعارف بتاريخ 29 أكتوبر 2001.

² وزارة التربية الوطنية، مناهج السنة الأولى ثانوي، 2005، ص 61-64.

³ وزارة التربية الوطنية، مناهج المواد العلمية. 2005، ص 45-56.

⁴ وزارة التربية الوطنية، مناهج المواد الجمالية، ص 10. 45.

6. القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية:

يحتوي قانون 76-81 المؤرخ في 23 أكتوبر 1976 تعريف التربية البدنية مستوحى من إيديولوجية الدولة والتربية البدنية كعامل إدماج و تكوين في الجهاز التربوي الشامل وهي حق وواجب لكل المواطنين, وتنظم نشاطات التربية البدنية والرياضية في جميع القطاعات الوطنية, منها الإنتاجية والتعليمية والعسكرية, وعلى كل الأشخاص المساهمة فيها وتقديم المساعدة.

1.6. تعليم التربية البدنية و تكوين الإطارات:

تعتبر التربية البدنية مادة تعليمية في قطاع التكوين والتعليم في المنظومة التربوية العامة وإلزامية في الامتحانات والمسابقات, أما محتوى البرامج والمدة الزمنية للتكوين والتعليم من طرف الوزارة الوصية والوزارات المعنية بهذا الأمر وتكوين الإطارات.

2.6. التجهيزات والعتاد والوسائل:

ويشمل عدة مواد نذكر منها المادة 64 تسهر الدولة بمساعدة الجماعات المحلية من أجل تشجيع تنمية الممارسة الرياضية وعلى تهيئة المنشأة الرياضية وتكييفها مع متطلبات مختلفة، أشكال الممارسة وذلك طبقاً للمخطط الوطني للتنمية.

المادة 65: يجب أن تحتوي المناطق السكنية ومؤسسات التربية والتعليم والتكوين على المنشآت الرياضية

ومساحات اللعب طبقاً للمواصفات التقنية الأمنية... الخ

المادة 68: تحث الدولة على تشجيع صناعة التجهيزات والعتاد الرياضي ضماناً لترفيه الممارسة البدنية والرياضية

لتطويرها... الخ¹

¹ قانون 76-81 المؤرخ في 23/10/1976 المتعلق بقانون التربية البدنية والرياضية ص22.

تمهيد:

تعتبر عملية التوافق من العمليات الهامة في حياة الإنسان بمراحلها المختلفة من الطفولة إلى الشيخوخة ، كما أنها الهدف الأساسي الذي يصبوا إليه ، ليعيش في سلام مع نفسه ومع المحيطين به في جميع المؤسسات الاجتماعية انطلاقاً من الأسرة مروراً بالمدرسة ، والمجتمع بوجه عام ، ذلك أن انعدام هذه العملية تجعل الفرد يتخبط في مشكلات توافقته تعيقه عن بلوغ أهدافه .

حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية ، والروحية ، والحاجات النفسية ، والاجتماعية الوصول إلى مستوى مقبول من التوافق وما ينتج عنه من راحة نفسية ، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء ، وذلك سواء بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل مواجهة علنية ، أو بلجونه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق .

وستتطرق في هذا الفصل إلى تعريف التوافق وتحديد أبعاده ومعايره ، وكذا إلى العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق ، ثم إلى ميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها لتحقيق عملية التوافق .

1- تعريف التوافق:

تذهب أغلب التعاريف الواردة في علم النفس إلى أن مفهوم وأصل التوافق مشتق من علم الأحياء والبيولوجيا ، ويؤكد على ذلك "الازاروس" في قوله " إن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء" ، وهو ما يؤكد داروين في نظرية "النشوء والارتقاء" ، وقد عدله من قبل علماء النفس ويسمى التوافق بدل التكيف ، ويؤكد على كفاح الفرد من أجل العيش والبقاء.¹

ويشير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الاختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف ، والتوافق عند البعض من علماء النفس ، والمهتمين بالسلوك الإنساني .

فالتكيف كما يقول "جون بياجيه" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة ، فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل ، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه ، وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها ، إما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته ، وحاجاته في الاتجاه الذي يريده.²

¹ بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية ب ر سيدي عبد الله. الجزائر، سنة 2008، ص 65.

² جمال محمد صقر: إجهادات في التربية والتعليم، دار المعارف بمصر، ط 1، القاهرة، سنة 1965، ص 83.

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته من إشباعات وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق هو مفهوم إنساني.¹

وبناء على ما سبق يمكن القول بأن التوافق والتكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما، لكنهما مكملان لبعضهما، فالإنسان يتكيف بيولوجياً ويتوافق نفسياً واجتماعياً، إذ يبدأ التكيف وهو جنين في بطن أمه ويستمر ذلك طوال حياته وبعد الولادة، في حين يبدأ التوافق النفسي والاجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته، وبهذا ترتبط العمليتان، التكيف والتوافق ارتباطاً وثيقاً بمراحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان انطلاقاً من خصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها، علماً بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداءً بالطفولة وانتهاءً بالشيخوخة، وعموماً فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع والنفسية والاجتماعية، والانفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها.²

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبق الفرق بين المفهومين، وظلت الكلمتين مستعملتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف، التلاؤم، الانسجام والانسجام والاتزان الانفعالي والسواء، العقل السوي يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية للفرد.

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الموائمة، واستخدام في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التكيف أو التوافق، فالإنسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية يستطيع مع الظروف الاجتماعية والنفسية والتي تتطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمات بينها وبينه، وظروف الحياة نفسها تدفعه إلى هذا التكيف، وما يساعده على ذلك ما لدى الفرد من القدرة على التطبيع الاجتماعي والذكاء.³

وتماشياً مع وجهة النظر هذه فإننا نشير إلى أن استعمال كلمة التكيف في هذه الدراسة يقصد بها التوافق والعكس صحيح.

¹ حسن صالح الدهري: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، سنة 1999، ص55.

² حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتاب، ط1، القاهرة، 1978، ص33.

³ بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصص ت ب، في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، مرجع سابق، ص66.

ويعرف التوافق ضمن ثلاثة اتجاهات رئيسية هي:

1-1- الإتيان النفسي (الشخصي):

ويعرف التوافق أو التكيف ضمن هذا الاتجاه بأنه إشباع الفرد للقدر الأكبر من حاجاته الجسمية النفسية والاجتماعية. التوافق لا يكون إلا إذا أحس الفرد بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجة إلى الطعام والشراب والجنس، (بطرق غير شرعية) وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية والفسولوجية، وكذلك الأمن، وهي حاجات نفسية ضرورية، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين، وأن لديه القدرة على الحب.¹

ويذكر سعد جلال أن التكيف الفرد يتوقف على مدى إشباع حاجاته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى النفسي والاجتماعية، إلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات، فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد.²

ويذكر أيضا بأن الحاجة تؤدي إلى استشارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة توتر إلى عدم استقرار الكائن الحي واختلال توازنه، فيقوم بنشاط قصد التواصل إلى إشباع الحاجة والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن وإزالة التوتر، ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية والاجتماعية، وهذا التفاعل عملية ديناميكية، فعمليات التكيف مستمرة وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدمه.³

وانطلاقا من أن الإنسان اجتماعي بطبعه فإنه لا يمكننا أن نتصره دون إطار اجتماعي وثقافي معين ونقول عنه أنه متوافق، وعليه وانطلاقا من التعاريف السابقة فإن أنصار هذا الاتجاه قد بالغوا في إشباع الحاجات تناسوا الجانب الطبيعي والاجتماعي الذي يؤثر ويعدل من سلوك الفرد، حيث أن عملية التوافق أو التكيف لا تتوقف على الفرد فقط بل هناك معايير أخرى تتحكم وتتدخل فيها كالمعايير الاجتماعية والثقافية والطبيعية، فالفرد لا يعيش بمعزل عن هذه المعايير والعوامل فهي تؤثر فيه و يتأثر بها ويؤثر فيها.

¹ حسن صالح الدهري: كاظم هاشم العبيدي: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، ط1، سنة 1999، ص56.

² سعد جلال: المرجع في علم النفس، دار المعارف بمصر، ط1، القاهرة، 1971، ص487.

³ سعد جلال: في الصحة العقلية الأمراض النفسية والانحرافات السلوكية، دار المطبوعات الحديثة، مصر، 483.

1-2- الإتياء الإتياء الاجتماعي:

حسب هذا الإتياء فإن تحقيق التوافق والتكيف على مسايرة الفرد لمعايير وثقافة مجتمعه. وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن كل مجتمع إنساني ينظم مجموعة من القواعد والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة وتحكمها وفقا لمعايير التطبيع الاجتماعي، يتعرف على هذه القواعد وتلك القوانين ويمثلها حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي ونمطا محددًا لسلوكه داخل الجماعة.¹

كما يرى أحمد عزت راجح أن التوافق حالة من الانسجام والتلاؤم بين الفرد وبيئته التي تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته، وتصرفه التصرف المرضي إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية والثقافية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلفية أو صراعا نفسيا، تغييرا يناسب الظروف الجديدة.² ويتضح من هذا العرض أن الإتياء الاجتماعي يعاكس الإتياء النفسي بتركيزه على المجتمع ومكوناته المختلفة، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تساير المجتمع وثقافته ومعاييرها، غير أنه قلل من قيمة الفرد وطاقته المبدعة والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعايير.

1-3- الإتياء التكاملي (النفس الاجتماعي):

التوافق أو التكيف حسب هذا الإتياء عملية حيوية مركبة من قطبين أساسين هما: الفرد وما به من حاجات ودوافع وطموحات والمجتمع أو البيئة المحيطة بالفرد بأبعادها المختلفة المادية والاجتماعية والثقافية، فالتوافق لا يحدث حسب هذا الإتياء إلا بتكامل وتفاعل الفرد ومحيطه الاجتماعي.

وترى سميرة فهمي في هذا الصدد أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته فلشخص حاجات وللبيئة مطالب وكل منهما يفرض مطالبه على الآخر ويتم التكيف أحيانا عندما يرضخ الشخص ويتقبل الظروف البيئية التي لا يقوى على تغييرها ويتحقق التكيف أحيانا أخرى عندما يبذل الشخص إمكانياته البناء فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه، وفي أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسطا بين هذين الطرفين، وينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في تحقيق

¹ مصطفى فهمي: دراسات في سيكولوجية التكيف، ط1، القاهرة، سنة 1987، ص13.

² أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، ط10، الإسكندرية، سنة 1976، ص10.

مثل هذا الحل الوسط، فتسوء صحته النفسية. فالصحة النفسية إذا هي قدرة الشخص على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة وبين الحقائق المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى.¹

ومن هنا فإن التوافق في نظر هذا الإتجاه (التوفيق) يعتمد على الفرد وما ينطوي عليه من بناء نفسي وحاجات ودوافع (المحيط النفسي للفرد)، كما يعتمد على المحيط الخارجي، ويقصد به المحيط الذي يقع فيه الفرد سواء كان الطبيعي أو الاجتماعي أم الثقافي.

وبناء على ما سبق فإن هذا الاتجاه هو الأكثر قبولاً واستعمالاً لأنه يمثل نظرة أكثر موضوعية لعملية التكيف أو التوافق، فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد وتمثل سلسلة من محاولات التوافق فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد وتمثل سلسلة من محاولات التوفيق بين حاجات الفرد ومطالب البيئة ولا تكون السيطرة المطلقة أو الدائمة لأي منها.

2- أبعاد التوافق:

2-1- التوافق الشخصي:

وهو أن يكون الفرد راضياً عن نفسه غير كاره لها أو نافرماً منها أو ساخطاً عليها أي غير واثقاً منها، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من مشاعر الذنب والقلق والضيق ومن المكونات الرئيسية لهذا البعد من التكيف إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد.² وفي هذا السياق يرى كمال دسوقي أن بناء شخصية الفرد في اتفاق مع دوافعها للعيش وشحن قوى العقل، واستعدادات الذكاء بالتعليم والتفكير لإدراك محسوسات العالم الخارجي الذي يحيط به، والداخلي الذي تنبعث من باطنه، ثم الاستجابة لكل ذلك بآليات الجهاز العصبي الذي يديره ويرأسه المخ كجهاز توجيه وإدارة.³ وهكذا فإن هذا البعد يخص الشخص وحده ومدى قدرته على فك الصراع أو الصراعات الداخلية التي يعيشها بسبب تصادم دوافعه المختلفة، ويقاس هذا البعد بمدى قدرة الشخص على التوفيق بين هذه الدوافع، وعليه فالتوافق الشخصي هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد من الاتزان مع نفسه ويظهر ذلك في أن يكون واثقاً منها معتمداً عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض لها، كما يظهر في ملية إلى التحرر والواقعية، والانتماء والانبساط مع خلوه من الأعراض المرضية.

¹ بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب شبه رياضية أثناء حصة ت ب في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، مرجع سابق، ص 68.

² بن عبد الرحمان سيدي علي: مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة ت ب في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، مرجع سابق، ص 69.

³ كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2، سنة 1976، ص 7-8.

2-2- التوافق الاجتماعي :

يتمثل في العلاقة الجيدة والانسجام الكلي بين الفرد والبيئة المحيطة به، ويرى **حامد عبد السلام زهران** أن التكيف الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.¹

فعملية التفاعل الاجتماعي للفرد لا بد أن تتضمن التزامه بما في المجتمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحي والديني والتاريخي، هذه الأخلاقيات تعتبر علامات معنية عن طريق الفرد، تنبئه إلى ما يسمى في المجتمع من أوامر للنمو ونواهي، وما يعتبره من محرمات وممنوعات، وما يجذبه من أساليب سلوكية مختلفة أو نواحي التفضيل المختلفة التي يراها ويؤيدها الكيان الثقافي لهذا المجتمع، والتزام الفرد بهذه الأخلاقيات فيه شعور بالتوحيد مع الجماعة، ويمدى رضاها عنه وارتياحها لما يصدر عنه ويتفق مع هذه الأخلاقيات.

ويرى **أسعد رزوق** في هذا الصدد بأن التوافق الاجتماعي هو تلك العملية التي يقبس فيها الفرد نمط السلوك الملائم للبيئة، وبالنسبة لسلوك الفرد هو التغيير الذي يطرأ تبعاً لضروريات التفاعل الاجتماعي، واستجابة لحاجة الفرد إلى الانسجام مع مجتمعه، ومسايرة العادات والتقاليد الاجتماعية التي تسود هذا المجتمع.²

وهكذا من خلال التعاريف السابقة يتضح أن الشخص المتوافق من الناحية الاجتماعية هو الشخص الذي يستطيع إيجاد علاقات منسجمة مع البيئة المحيطة به بأشكالها المختلفة، سواء مع أفراد أسرته أم المجتمع بوجه عام، وهذه العلاقة تركز على توفر مجموعة عناصر منها: تقبل الآخرين والإيمان بالتعاون من أجل خدمة المجتمع، وخلو الفرد من النزاعات المضادة للمجتمع كالتعصب العرقي والتمييز العنصري والنزاع العشائرية والإخلال بالنظام العام... الخ.

2-3- التوافق المدرسي:

يتعرض الشباب في المدرسة إلى معايير متضاربة قد تتعارض مع تلك السائدة في بيوتهم. "فالمدرسة كصورة من المجتمع يقضي فيها الشباب فترات صباه ومراهقته حتى سن الرشد، ومع أن التلميذ يتدرج في الإدماج بالمدرسة، ويتعود على تقبل ما فيها من تسلط المجتمع الأكبر وضوابطه وسيطرته، فعندما يجيء السن الذي يستطيع فيه أن ينمي ملكاته العقلية، أن يناقش المجتمع

¹ حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، علم الكتاب، ط1، القاهرة، سنة 1778، ص150.

² أسعد رزوق: موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، ط1، بيروت، ص88.

الحساب فهو في خوف من الصورة الكبيرة التي تنتظره (المجتمع)، والتي ليست هذه (المدرسة) غير صورتها المصغرة- يحس بالقلق والثورة: لماذا كل هذه المواد الدراسية؟ ما قيمة كل هذا التحصيل؟ ما الداعي للتمسك بالنظام وتقييد الحرية؟ وهل هذا مطلوب للحياة العملية؟ هل الإمتحان مقياس سليم لتقييم القدرات، أم أن الذي يحفظ هو الذي يتفوق؟ هل الصمت والسكوت وعدم المناقشة أو الاعتراض هو الأدب المطلوب، والذي ينتقد ويحلل ويفكر باستقلال وحماس يكون غير مرضي عنه؟¹

ويتوقف التوافق المدرسي للتلميذ على الأوضاع أو الجو الذي يسود المدرسة كأسلوب العلاقات القائمة في المدرسة، أو الأنظمة السائدة فيها أو طرق التعليم المتبعة فيها، كما يتوقف أيضا على خصائص النمو التي لم تقابل بعد، أو الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى، أو من مدرسة إلى أخرى.

ومن مظاهر سوء التوافق المدرسي الغياب المتكرر للتلميذ وعدم الانتظام المستمر في الدراسة بالتالي فشله الدراسي الذي قد يؤدي به إلى التسرب المبكر وما يترتب عنه من مشاكل اجتماعية، كل هذا يكون نتيجة كراهية التلميذ للمدرسة أو فشله الدراسي، أو سوء علاقته فيها، أو عدم تكيفه مع الأوضاع التي تختلف عن تلك الأوضاع التي تعود عليها الأسرة.

3- معايير التوافق:

أخذ الأشخاص العاديين وكذا المختصين بدراسة السلوك البشري مجموعة من المعايير التي عن طريقها يستطيع تحديد نوع السلوك الذي نشاهده، ومن أهم هذه المعايير المستخدمة للتمييز بين حالات التوافق السوي والغير السوي هي:

3-1- المعيار الإحصائي:

وهو عبارة عن محك يقوم على المعنى الإحصائي السريع للخصائص الإنسانية، كالتطول، والوزن والذكاء، وفي هذه الحالة التي ينحرف كثيرا عن المتوسط أو الحالة التي تدخل ضمن خصائص الأغلبية، فالشخص السوي هو المتوسط الذي يمثل الشطر الكبير من مجموعة الناس.

تطلب هذا المعيار أن تكون الأدوات التي تقيس بها التوافق أدوات موضوعية وموثوق بها حتى تمكننا من تصنيف الأشخاص إحصائيا، وما يؤخذ على هذا المعيار هو أنه يهتم بالسلوك الظاهر دون الاهتمام بدلالة سلوك ودوافعه وتناججه، كما

¹ كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، بدون نشر، ط2، سنة 1976، ص 27.

أنه يصلح لتقييم الأشياء المحسوسة كالطول مثلا، بينما يصعب بواسطته قياس أو تصنيف بعض سمات الشخصية أو الاتجاهات وما إلى ذلك.

3-2-المعيار الحضاري (الاجتماعي):

حسب هذا المعيار فإن الشخص السوي أو المتوافق هو الذي يساير المعايير الإجتماعية ويمثل لقواعد الضبط الإجتماعي، والشاذ أو الغير السوي الذي يتصرف عكس ذلك.

لكن وجود مقومات حضارية وثقافية مختلفة باختلاف الثقافات والمجتمعات تجعل من التوافق مسألة نسبية موقف على نوع المجتمع وحضارية وقيمتها، وعليه ليس هناك معيار إنساني عام، فما يعد سويا في مجتمع قد مرضا وشدوذا في مجتمع آخر. كما يؤخذ على هذا المعيار أن المجتمع نفسه ليس دائما بالمجتمع السوي، يمر بظروف وأوضاع تشيع فيه الأمراض النفسية والآفات الإجتماعية، ومن ثم يكون الخضوع أو الإمتثال لهذا المجتمع أمر متناقض لمعنى التوافق.

3-3-المعيار المرضي (الباثولوجي):

يصنف هذا المعيار الأشخاص حسب أعراض الإكلينيكية، فالأفراد غير متوافقين (غير الأسوياء) هم الذين تظهر عليهم أعراض مرضية، بينما توافقين أو الأسوياء لا تظهر عليهم هذه الأعراض. ومما يأخذ على هذا المعيار هو أنه لا يستطيع تحديد درجة التي نقف عندها ونقول أن هذا السلوك سوي أو هذا شاذ.

3-4- المعيار المثالي:

يعتمد هذا أساس على أحكام قيمية تطلق على أشخاص، وعادة ما تستمد أصوله من الأديان وجهاز القيم الأخلاقية، والسواء حسب هذا المعيار هو الإقتراب والدنو، من كل ما هو مثالي والشذوذ هو الإنحراف عن المثل العليا. لكن ما يؤخذ على هذا المعيار هو أن المثالية ليست محددة تحديدا دقيقا من جهة، ومن جهة أخرى هو أن ما هو طبيعي في مجتمع ما قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

3-5- محك المقاييس (الإختبارات):

الذي يركز في تصنيفه لحالات التوافق سواء التوافق عند الأفراد على مجموعة من المقاييس، أو بطارية الإختبارات التي تهدف إلى قياس جوانب مختلفة من شخصياتهم كالشعور بالرضا عن الذات، والاتزان الانفعالي وقوة التحمل والذكاء، التوافق الشخصي لاندماج الإجتماعي إلى غير ذلك، لكن يؤخذ على هذا المحك افتقار المقاييس إلى تصور أساسي لصفة التوافق التي

تشتق منه؟ أسئلة الإختبار أو المقياس، فهل للتوافق بعد واحد أو عدة أبعاد مختلفة؟ هذا فضلا من أن صدق الإختبارات أو المقاييس وثباتها كانت ومازالت موضع نقد بالنسبة للكثير من العلماء، والمهتمين بعلم النفس.¹

وبعد هذا العرض نعود إلى القول بأن الصعوبة في فهم الإنسان وتبيان سلوكه بين الحين والآخر، ونسبته هي أهم الأسباب والعوامل التي أدت على ظهور كل هذه المعايير التي لم يتسم أي واحد منها بالشمولية والتكامل سوى في هذا السياق مُجد السيد أبو النيل أنه لا يمكن استخدام واحد من المحكمات السابقة في تشخيص الأسوياء، بل يوضع في الإختبار هذه المحكمات جميعا عند التشخيص.²

4- أشكال التوافق:

4-1- التوافق الحسن/حسن التوافق:

هو قدرة الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة ترضيه وترضي المحيطين به أي يشبع حاجاته بطريقة يحقق فيها اللذة و لا يصطدم فيها بمعايير المجتمع الصالحة(4)، ويتطلب التوافق الحسن الوصول إلى حالة من الإتران في إرضاء مطالب الفرد ومطلب المجتمع في آن واحد، دون الإضرار بأحدهما سواء الفرد أو مطالب المجتمع ويعرف (أحمد عزة راجح) حسن التوافق بأنه قدرة الفرد على التوافق توافقا سليما وأن يتلاءم مع بيئته الاجتماعية والمادية والمهنية أو مع نفسه.³

4-2- التوافق السيئ/سوء التوافق:

هو عجز الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة ترضيه وترضي الآخرين فالفرد الذي يعجز عن إشباع حاجاته يصبه الإحباط والشعور بالفشل.⁴ ويحدث سوء التوافق حسب (rogers 1949) نتيجة عدم تساق خبرات الفرد والذات وهو الذي يؤدي بالفرد بحالة من سقوط المناعة من الإنكشاف والتعري (vulnerability) وسوء التوافق النفسي فلا يعود الفرد قادرا على التصرف كوحدة لأن مدركاته الذاتية تتناقض مع الصورة التي لديه عن ذاته وأحيانا تحكم سلوكا ته عمليات تقويمية ذاتية ولكن في

¹ نصر الدين جابر: علاقة التقبل الرضف الوالدي بتكيف الأبناء، دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر، الجزائر، سنة 1997 ص67.

² مُجد سيد أبو النيل: علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، ج1، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، سنة 1984، ص44.

³ أحمد عزة راجح: علم النفس الصناعي، الدار القومية، ط3، 1965، ص38.

⁴ مُجد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1990، ص37 .

أحيان أخرى تحكمه شروط التقدير التي امتصها من الآخرين وجوهر الحالة هو وجود موقف يحاول فيه المرء أن يخدم سيدين في آن واحد.¹

بينما يصف أحمد عزة راجح سوء التوافق بأنه حالة دائمة أو مؤقتة تبدو في عجز الفرد وإخفاقه عن حل مشكلاته اليومية إخفاقاً يزيد على ما ينتظره الغير منه أو ما ينتظره من نفسه.²

ولسوء التوافق مجالات مختلفة: سوء التوافق المهني، المدرسي الاجتماعي، إلا أن هذه الظروف المختلفة لسوء التوافق ما هي إلا مظاهر لسوء التوافق العام الذي يبدو في عجز الفرد عن إقامة صلات مرضية بينة وبين من سيتعامل معهم من الناس والأشياء وفي بيئته الاجتماعية والمادية.

سوء التوافق إذن ينشأ عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عنها المجتمع وعلى أي حال فإن سوء التوافق يتضمن الخفض غير المرضي للحاجة.³

فالفرد الذي يفشل بطريقة جد معقدة في تحقيق مشاريعه أو الذي لا ينجح بأي طريقة في خلق الشروط التي تتلاءم ومفهومه عن ذاته، يستطيع في هذه الحالة أن يفقد العلاقات العادية مع المحيط فيقال: إن هذا الفرد لا يتوافق مع الواقع "bresson".⁴

للإشارة فإن سوء التوافق يظهر بدرجات مختلفة فقد يبدو في حالة إنحراف أو أسلوب غريب في السلوك وقد يبلغ درجة في الاضطرابات النفسية العصبية وفي أقصى درجاته يظهر في شكل الذهان.

5- العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

يتضح لنا من خلال ما سبق أن التوافق عملية حيوية وهامة في الحفاظ على الإلتزان الذاتي للشخصية ، هناك عاملان رئيسيا يقفان وراء توافق الأشخاص، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه بما في ذلك صحته النفسية والجسمية وحاجاته وقدراته العقلية، أما العامل النفسي فيتمثل في البيئة المحيطة بالفرد خصوصا البيئة الاجتماعية، كالمحيط الأسري والمدرسي والاجتماعي بوجه عام، وكل ما يحيط بالفرد.

¹ يوسف مصطفى القاضي وآخرون: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المخ الرياض، المملكة العربية، ط1، سنة 1981، ص273.

² أحمد عزة راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، ط1، الإسكندرية، سنة 1976، ص263.

³ بن عبد الرحمان سيد علي: مرجع سابق، ص74.

⁴ جمعون نفيسة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، رسالة ماجستير في علوم التربية، سنة 2001، ص74.

5-1- عوامل مرتبطة بالمراهق ذاته:

وهي عوامل ترتبط بالمحيط الداخلي للمراهق، وتتمثل من جميع مكوناته الشخصية من حاجات ودوافع خبرات، وقيم وميول وقدرات، وعواطف وانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي.¹

وتأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر لوقوفها وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد سواء كانت متوافقة أم غير متوافقة، حيث يتفق الكثير من علماء النفس على أن الحاجات هي نقطة البدء في عملية التكيف وإشباعها هي نقطة النهاية، فلا يمكن تصر سلوك بدون دافع ودافع بدون هدف محدد له.

فعملية التكيف ترتبط بالدافع كنقطة بداية وبالهدف كنقطة نهاية، يتحقق فيها الإشباع أو الإرضاء، وعمر الإنسان يمثل سلسلة من محاولات السعي المتكررة من أجل الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق بين نفسه والمحيط الذي يعيش فيه، فوارة كل سلوك بشري دافع يثيره وهدف يسعى إلى تحقيقه، وكلما نجح في إشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل من التكيف.²

وتحقيق المراهق لتكيف نفسي اجتماعي مقبول لا يقتصر على إشباع دوافعه الأولية أو العضوية والتي تمثل الحاجات الأساسية، أو الفيزيولوجية التي لا غنى للفرد عن إشباعها كدافع الجوع، العطش، النوم، الجنس، البحث عن الراحة، بل يتعين عليه كذلك إرضاء دوافع أخرى تنمي فيه إنسانيته انتمائه الاجتماعي، وهي حاجات يتعلمها يكتسبها من خلال عملية التنشئة الاجتماعية التي يمر بها طوال حياته مثل الحاجة للأمن، التي تعتبر من أهم عناصر الإيزان النفسي والاستقرار الانفعالي، والحاجة للحب والرغبة في التملك وكسب الأشياء، وتأكيذ الذات تقديرها.

ومن هنا فإن الفرد يسعى جاهدا لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق، سواء بالطرق المباشرة وهي أقصر الطرق وفي حالة تعذر ذلك يلجأ إلى طرق أخرى غير مباشرة يحاول بواسطتها بلوغ مستوى من الانسجام والتوافق أو (ميكانيزمات الدفاع)، وهي وسائل الإنسان فسعيه وراء التكيف، لأنها تشير إلى مجموعة أشكال السلوك التي يلجأ إليها في سعيه وراء تحقيقه بغية إعادة التوازن، والتلاؤم العنصري أو النفسي.³

وميكانيزمات الدفاع كثيرة متنوعة تختلف باختلاف عناصر التوافق وستعرض إليها بالتفصيل لاحقا.

¹ فايز علي الحاج: الصحة النفسية، المكتب الإسلامي، ط1، بيروت، سنة 1984، ص25.

² نصر الدين جبار: علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء، رسالة دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر، الجزائر، 1997، ص96.

³ فايز علي الحاج: مرجع سابق، ص140.

5-2- عوامل متعلقة بالمدرسة والمحيط:

إن كل كائن حي إنساني يعيش في مجتمع وتحدث داخل إطاره عمليات من التأثير والتأثر المتبادلة التي تتم بين أفراد ذلك المجتمع، ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والتقاليد والعادات والقيم التي يخضعون لها. وصولاً إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسياً وإجتماعياً.¹

وعادة ما يكون تأثير المجتمع أكثر من تأثير الفرد، إذ أن المجتمع بواسطة وسائطه التربوية والثقافية هو الذي يصنع الشخصية، مما يجعل من الصعوبة لمكان خروج هذا الأخير-الشخص- عن القواعد الإجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة، وهكذا تأثر البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية والثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحديد الأسلوب الذي يحقق له التكيف والموائمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة. وترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الإجتماعية والثقافية فتظهر من خلال اجتماعات التي يندمج فيها الشخص كالأُسرة والمدرسة، وجماعة الرفاق والمؤسسات الثقافية والإعلامية وكلها تأثر بشكل أو بآخر على توافق الفرد، ولعل أهم هذه الجماعات الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسمي، والنفسي، والإجتماعي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفياً ودينامياً وتوجيه سلوكه منذ طفولته المبكرة، تلعب العلاقات بين الوالدين والعلاقات بينهما وبين الطفل وأخواته دوراً هاماً في تكوين شخصيته، وأسلوب حياته.²

وتعد المدرسة الإجتماعية ذات الأهمية الكبرى التي تلي المنزل، فالمدرسة لها رسالة تربوية تهدف إلى ما هو أشمل وأوسع من مجرد التعليم وتحصيل المعرفة، ومن أهم أهداف الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ وإعداده ليكون مواطناً صالحاً ورعاية نموه البدني والذهني والوجداني والإجتماعي في آن واحد.³

كما تعتبر المدرسة أكبر مجال إجتماعي لإثارة الفوارق بين القدرات بما يؤهل لإعادة توزيع الطبقات، فالتفوق الدراسي يغذي الطموح لقيادة المجتمع أو الانتقال على الأقل من طبقة دنيا محكومة ومغلوبة على أمرها إلى طبقة عليا متحكمة ومتميزة، خلال التقديرات الدراسية من مرحلة إلى أخرى عند الانتقال من سنة لما بعدها المرحلة الواحدة يتقدم ذوي الطموح المواهب أو قد يكونون من الضعاف والمتخلفين وغير ذوي الاستعداد للدراسة.¹

¹ مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص 15، 64.

² حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط5، عالم الكتب، سنة 2001، ص 84.

³ صاموئيل ميغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، سنة 1974، ص 65.

كما تؤثر جماعة الرفاق على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين حيث يشعر هذا الأخير بالسعادة حين يكون وسط رفاقه يكلمهم ويلعبهم، ويأكل معهم دونما تحرج، مما ذكرته "هاولوك" يمكن استنتاج عدة نقاط تشجع المراهقين أهداف متنوعة عندما يكون ضمن هذا الإطار الاجتماعي، فالجماعة توفر له شعور بالأمان الارتياح والمتعة، ومجموعة الرفاق تساعد على تعلمه فن التعامل مع الآخرين كما أنه يستطيع عن طريق تفاعله في وسط مجموعته أن يصبح أكثر تساهلا. ومرونة، ومنها يكتسب المهارات الاجتماعية والولاء الاجتماعي.²

6- ميكانيزمات التوافق (الحيل النفسية للدفاع):

تعد الحيل النفسية للدفاع أساليب سلوكية توافقية لا شعورية، وتعرف أحيانا بميكانيزمات التوافق، أو حيل الدفاع النفسي، أو ردود الفعل الدفاعية، يستخدمها الفرد عند فشله في تحقيق أهدافه بفعل عوامل الإحباط والصراع هروبا من الموقف المؤلمة، هذه العوامل التي يعجز عن مواجهتها بأساليب مباشرة يبرر فشله منطقيا أمام نفسه وأمام الآخرين، ويتخلص من التوتر ويتحرر من القلق والشعر بالذنب، ويشعر بالإرتياح والتوافق مع الموقف.³

وميكانيزمات التوافق سلوك غير شعوري تتعدد مظاهره، لا تستهدف حل الأزمات النفسية بقدر ما تهدف إلى تخلص الفرد ولو بصورة مؤقتة من حالات الشعور بالنقص والتوتر، للحفاظ على الاتزان الشخصي، ومن بين الميكانيزمات الأكثر استعمالا ما يلي:

6-1-1- الكبت Refoulement :

وهو ميل لا شعوري إلى النسيان وعدم الوعي، وذلك لمنع تأثير المكبوت، الأمر الذي لا يتحقق مع ذلك إلا في الكبت الناجح حيث يظل المكبوت فعالا.⁴

بمعنى آخر الكبت عملية نفسية لا شعورية تتم في نطاق الوعي وتحول دون خروج الأفكار الخائبة أو الرغبات المؤلمة أو المحرمة المرفوضة إلى مجال الشعور، والطفو من أجل الإشباع، فيستعان بهذه العملية للابتعاد أو تجنب المواقف أو الحوادث المؤلمة التي تسبب إزعاجا وقلقا، فالفرد يستخدم هذه الوسيلة بطريقة لا شعورية عندما يكبت إشباع دافعه الجنسي مثلا، بسبب الوازع الديني

¹ كمال دسوقي: مرجع سابق، ص 24.

² عبد العالي الجسماني: علم النفس والتعليم، دار العربية للعلوم، ط1، بيروت، سنة 1994، ص 216.

³ حسن صالح الزهري: مرجع سابق، ص 60.

⁴ حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص 61.

أو نواهي الضبط الاجتماعي الراضية لطريقة إشباعه لهذا الدافع، كما يستعان بها للتخفيف من شدة قلقه الناجم عن فشله في تجسيد طموحاته المتعددة التي كثيرا ما تصطدم بنظام الأسرة أو بأساليب المعاملة الوالدية السيئة، أو مع عادات وتقاليد محيطه الاجتماعي، ويكون الكبت في بعض الأحيان نتيجة الإحباط، وتكراره بصورة مفرطة يؤدي إلى ظهور بعض الاضطرابات السلوكية مثل الأرق وفقدان الشهية للطعام والقلق الحاد، وظهور النزعة العدوانية، وتعاطي المخدرات والإفراط الجنسي كما يؤدي عند البعض إلى ظهور بعض الأمراض النفسية-الجسمية، أي تتحول الدافع الرغبات المكبوتة عند الشخص إلى آلام جسمية مثل الصداع، الشعور بالتعب، والإرهاق أو المسترزة التحويلي، كالشلل الجزئي أو العمى البصري أو فقدان الحساسية... الخ، كل هذه الأعراض تمثل مؤشرات عدم التوافق.¹

6-2- العدوان Agression :

يعد العدوان من ردود الفعل الرئيسية للإحباط، حيث ترتبط النوبات العدوانية وتتحرك بفعل الإحباط، ويقترب العدوان بانفعال الغضب، فقد يستثار إذا كان هناك مثير لذلك، ويعد الانفعال استجابة غير مسيطر عليها من جانب الفرد، كرد فعل لعائق أو مجموعة عوائق توجهه وتمنعه من إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية، عندها يلجأ الفرد إلى العدوان بإيذاء الآخرين أو الذات، أو كلاهما معا.

وعلى هذا الأساس فالمعتدي يعاني من إحباط شديد سابق أو متوقع، ولديه شعور بالنقص، وقد يكون عدوانه لتوقعه عدوانا، أو هو رد فعل لعدوان وقع عليه بالفعل، أو أن العدوان هو بحاجة إلى تأكيد ذاته عندما يتعرض إلى إثارة خطيرة من الخارج، أو من الداخل ويظهر هذا التأكيد على شكل انفعال شديد تتبعه، استجابات تعويضية لمواجهة هذا الموقف.²

ويرتبط العدوان عند المراهق بسعيه لتأكيد ذاته، وقد يكون العدوان سلوكا إلا أنه يستمر مادامت الحياة موجودة في تأدية وظيفة ضرورية تتصل بجهود المراهق لأن يكون شخصا فريدا متميزا عن الآخرين، والسعي إلى تأكيد الذات، تحقيق الاستقلالية يتخذ طابعا حادا في المراهقة، وهذا يجعل المراهق حساسا ومعرضا أكثر من سواه للغضب والعدوان.

¹ نصر الدين جابر: مرجع سابق، ص 101.

² حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص 64.

3-6- الإسقاط Projection :

يعمل هذا الأسلوب للتخفيف من معانات غير معروفة المصدر بالنسبة للشخص، لأنه ميكانيزم يعمل بطريقة لا شعورية، فقد يشعر الشخص ببعض العيوب والدوافع المستهجنة، والأفكار غير المقبولة اجتماعياً ويرفض وجودها في نفسه، ويتبرأ منها بإسقاطها.¹

وبمفهوم التحليل النفسي فإن الإسقاط حيلة نفسية لا شعورية يلجأ إليها الشخص للدفاع عن نفسه ضد مشاعر غير صادرة أو مؤلمة في داخله مثل الشعور بالذنب، أو الشعور بالنقص، فالمرهق قد ينتقد سلوك زملاءه ويلومهم على تصرفاتهم السيئة التي يتصف بها هو في الحقيقة ليلتمس عذراً لهذه التصرفات، وللتخفيف من شعوره السيئ.

4-6- التبرير Rationalisation :

تهدف هذه الحيلة النفسية إلى إبراز أسباب شعورية غير حقيقية من واقع الأمر، يقتنع بها الشخص لأنها تبدو معقولة ومترتبة وتلقي قبولا اجتماعياً.²

وهي من الحيل التي يلجأ إليها الفرد لإبعاد التهمة عن نفسه، أو لتبرئة ذاته من الشعور بالذنب. وتهدف عملية التبرير إلى مخادعة الغير بتزييف الحقائق فمثلاً: التلميذ الذي يفشل في امتحان آخر السنة، فيبرر فشله بإرجاعه إلى عيوب في شخصية المدرس أو صعوبة المواد الدراسية، أو لعدم توفر الوقت الكافي للمراجعة، والتبرير العادي غير المبالغ فيه يحافظ على الإلتزان النفسي ويوفر الأمن في بعض الحالات، ولكن تكراره واستعماله بطريقة مفرطة خاصة لدى المراهقين، مثل شكواهم وانتقاداتهم، وتبريرات تصرفاتهم يؤدي بهم إلى الاعتقاد بجدوى هذه العملية النفسية، ويتعاملون معها على أنها حقيقة ويتعدون بذلك عن مواجهة العقبات، كما تضعف قدراتهم على تحمل المسؤوليات.

5-6- التعويض Compensation :

هي عملية تستخدم من طرف الفرد لتغطيه ضعف أو نقص في صفة مقبولة اجتماعياً أو أخلاقياً ويلجأ إليها الفرد بقصد التغلب على الشعور بالضعف أو الدونية، بإحراز تفوق في ميدان آخر، ويتبع أنماط جديدة من السلوك، فالتلميذ الذي لم

¹ حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص72.

² حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص70.

يسعفه الحظ في النجاح في الدراسة يعوض فشله في نشاط رياضي أو فني، فهذه الوسيلة الدفاعية تغطي صفة غير مستحبة بصفة أخرى أكثر تقبلاً من طرف الشخص والآخرين مع الاجتهاد في ممارستها.

6-6- الإغلاء والتسامي Sublimation:

حسب فرويد فإن هذا الميكانيزم الدفاعي يعمل على تحويل الحفرة غير مرغوب فيها إلى اتجاه آخر بحيث يحدث تعديلاً في الهدف.¹

بمعنى آخر هي تلك العملية التي يتم فيها تحويل طاقة الميول والحوادث المكبوتة وتوظيفها في ميدان النشاط الإنتاج، وتقرها الأوضاع الاجتماعية والتقاليد، والهدف منها عموماً هو تحويل الرغبة المراد إشباعها التي تلقي رفضها أو استهجاناً من قبل الوسط الاجتماعي إلى سلوك مقبول يرضي فيه الغير ويستحسنه فالفرد يستعين بها لإغلاء طاقات دوافعه المكبوتة في كل نشاط سامي يتم فيه إشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعياً، كالاتهام الدراسة أو العمل، أو المشاركة في الأنشطة الرياضية أو ممارسة بعض الهوايات.

6-7- أحلام اليقظة:

حيلة نفسية دفاعية تخيلية، يسعى من خلالها الفرد إلى تحقيق أهدافه وطموحاته بطريقة غير واقعية التي عجز عن تحقيقها في الواقع، فتخفف عنه مشاعر الفشل والإحباط والقلق، يستمتع بمشاعر القوة والتفوق والنجاح في الخيال، بعيداً عن حدود الواقع ومشكلاته.²

تتضمن أحلام اليقظة انسحاب ذهني من عالم الواقع لتحقيق ما يصبوا إليه، كما تفسر على أنها اهتمامات شخص لتحقيق توافق مقبول بين تطلعاته والواقع المعاش، فهي نوع من التخيلات وسلسلة من الصور الخيالية الحوادث المتخيلة التي تمر في خيال الفرد، وعندها يترك العنان لعقله ولمخيلته لينتقل دون إشباع في الحياة الواقعية، وفي فترة المراهقة مثلاً يلجأ الكثير من المراهقين لمثل هذه الحيل الدفاعية بسبب تعدد طموحاتهم صعوبة تحقيقها، ومواضيعها تبقى ذاتية، فهم يعوضون حالات الفشل والإحباط بلحظات تأمل وتفكير يعيدون بها بناء طموحاتهم، يستسلمون لأحلام اليقظة باعتباره وسيلة هروب من ظرف الواقع.

¹ حسن صالح الدهري: مرجع السابق، ص 73.

² نصر الدين جابر: مرجع سابق، ص 103.

تبقى هذه الحيلة اللاشعورية طبيعية إذا كانت في صورتها المعتدلة، وتمهد لعمل إبداعي ولكنها تكون وسيلة سحابية في صورتها المبالغ فيها.¹

هناك ميكانيزمات دفاعية أخرى لا تقل أهمية عن الحيل اللاشعورية السابقة الذكر في مساعدة الفرد في التوافق النفسي الاجتماعي كالعزل، الإفراط في التدخين، شرب الخمر، تعاطي المخدرات وكثرة النوم، والهدف من استعمالها هو التخفيف من حدة القلق الصراع والحيرة التي تنتابهم، وإذا كان الفرد يستعمل ميكانيزمات توافق من أجل تحقيق مستوى أفضل من التوافق فإن لهذه الحيل سلبيات عندما يعتمد عليها في مواجهة كل مشاكله، حيث تصبح وسائل انسحابية اتكالية تعيق توافقه النفسي الاجتماعي.

7- بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق النفسي:

7-1- النظرة الواقعية للحياة:

كثيراً ما نرى الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعيشي، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين وتعساء رافضين كل شيء هذا يشير إلى سوء التوافق أو الصحة النفسية، وفي المقابل هم أشخاص يقبلون على الحياة بكل ما فيها من أفراح وأفراح واقعين في الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.

7-2- مستوى طموح الفرد:

لكل فرد مطامح وآمال وبالنسبة إلى الفرد المتوافق تكون طموحاته المشروعة عادة في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى لتحقيقها من خلال دافع الانجاز، ويشير هذا توافق الفرد، بينما نجد الآخر الذي يطمح في أن يصل ويحقق آمال بعيدة المدى عن إمكاناته فيلجأ إلى المضاربة والمقامرة بما له أو بأسرته أو بعمله وإذا لم يحقق شيء يظل ناظماً عن الحياة وحقوقاً على الآخرين وكلها مؤشرات تدل على سوء التوافق مع المجتمع الذي ينخرط فيه.

7-3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية:

لكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فإن أحد مؤشرات، أن يحس بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجات إلى الطعام والشراب، الحبس بطريقة مشروعة وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية، لذلك وفي حاجة نفسية ضرورية وإحساسه بنفسه أنه محبوب من الآخرين، وفي معظم مشروعاته التي تعنيه.

¹ حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص 74.

كما أن الإنسان نفسه في حاجة إلى التقدير وإلى الحرية وإلى الانتماء، إذا ما أحس بأن كل هذه الحاجات مشبعة لديه، فإن هذه بمثابة أحد المؤشرات المهمة لتوافقه ويحدث العكس إذا ما أحس أنها غير مشبعة.

7-4- الثبوت الإنفعالي:

وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق والتي تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر ويتسم بالهدوء والرزانة ويتحكم في انفعالاته (الغضب، الخوف، الغيرة، الكراهية).¹

7-5- سعة الأفق:

تعد من السمات التي تساعد في توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين وينسجم الفرد الذي وصف بهذه الصفة أو السمة بقدرته الفائقة على تحليل الأمور وفرز الايجابيات من السلبيات، وذلك يتم بالمرونة والتفكير العلمي والقدرة على تفسير الظواهر وفهم مسبباتها وقوانينها، ومن ثمة تتم الشخصية بالهدوء والتوازن والتوافق وهو نقيض للشخص ضيق الأفق المعلق على نفسه الذي يصعب التعامل معه ومن ثم يعاني من سوء التوافق.

7-6- مفهوم الذات:

تعد من السمات التي تشير إلى توافق الفرد ومن عدم توافقه، فإذا كان مفهوم الذات لديه يتطابق مع مواقفه كما يدركه الآخرين يكون متوافقا وإذا كان مفهوم الذات لديه أدى به إلى الغرور والتعالي مما يفقده ويبعده على الواقع وعن إدراك الآخرين له، وهذا يتسم سلوكه بالنقص ويتضخم ذوات الآخرين ويؤدي هذا به أيضا إلى سوء التوافق.

7-7- المسؤولية الاجتماعية:

المقصود بهذه السمة أن يحس الفرد بمسؤوليته إزاء الآخرين، وإزاء المجتمع بقيمته وعاداته ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص عصريا ومن ثمة يتعد عن الأنانية والذاتية ويتمثل في سلوك الفرد والاهتمام بمجتمعهم والدفاع عنه وحماية منجزاته وعدم التفريط في مصادر الثروة في بلده.

7-8- المرونة :

وهي نقيض التصلب، أي أن يكون الشخص متوازنا في تصرفاته، أي بعيدا عن التطرف في اتخاذ قراراته وفي الحكم على الأمور والبعد عن التطرف ويجعل الشخص مسايرا ومغايرا، يساير الآخرين في بعض المواقف التي تتطلب ذلك وان يغيروهم إذا رأى

¹ بن عبد الرحمن سيدي: مرجع سابق، ص82.

وجهة نظر أخرى مقتنع بها وهذا نهج ديمقراطي، أي أن لا يكون مسائرا أو مغايرا بصفة ما كما يتمثل في سلوك الشخص المتوافق لبعدي الاعتمادية والاستقلالية إذ تتطلب بعض مواقف الحياة أن يعتمد الشخص على الآخر، وفي الوقت تتطلب مواقف، ترى أن يكون الفرد على استقلالية، لذلك يتسم سلوك الشخص المتوافق بعدوى القيادة والتبعية إذا تتطلب بعض المواقف أن يكون الشخص قائدا خصوصا إذا تطلب الموقف خبرته المناسبة في هذا المجال كما تتطلب مواقف أخرى أن يكون تابعا.¹

8- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

عندما تكون المدرسة مكانا محبوبا بالنسبة للمراهق، وجوا اجتماعيا صالحا يقضي فيه التلاميذ أوقات رائعة في نهارهم مشوقة لهم، فتصبح مكانا يقدم لهم الأمن -أمن خاص بهم- ومكان يمارسون فيه أنشطتهم، ومواهبهم وتحل فيه مشاكلهم، ويتخلصون من اضطراباتهم وأزماتهم النفسية، وذلك للتغلب على أزمة مرحلة المراهقة، وهنا فقط يشعر المراهق بذاته، ويتحقق كيانه وبالتالي يحس بأهميته وبأنه جزء لا يتجزأ من المدرسة ومن المجتمع ككل، وهنا يستطيع تفهم المرحلة التي يمر بها ويحاول السيطرة والتخفيف من أزماته، بتفهم نفسه ومحيطه المدرسي الأسري والعيش في الواقع وتقبله التكيف مع المواقف التي تصادفه في حياته، وبعد هذا مؤشر على توافقه النفسي الاجتماعي الذي من مظاهره:

8-1- الشعور بتقدير الذات:

إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته، كما أنها عامل أساسي في تكيفه الشخصي والاجتماعي، فالذات تتكون من مجموع حركات الفرد لنفسه وتقييمه لها، فهي إذن تتكون من خبرات إدراكية وانفعالية تتركز حول الفرد باعتباره مصدر الخبرة، السلوك والوظائف.² ويظهر شعور المراهق بتقدير ذاته برضاه عن نفسه والدفاع عنها وتعويدها على مواجهة مواقف الإحباط والفشل، وكذا في الثقة في قدرته على تحمل نتائج أفعاله، اتخاذه قراراته في الوقت المناسب، والجرأة والصراحة في حل مشاكله والابتعاد عن اتكاله في إنجاز أعماله والمثابرة في تحقيق أهدافه.

¹ حسن صالح الدهري: مرجع سابق، ص ص 55، 56، 57.

² مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص 75.

8-2- إقامة العلاقات والإبتعاد عن العزلة والإنطواء:

يتجلى ذلك في إقامة المراهق لعلاقات صادقة، ومشاركة زملائه في بعض الأنشطة والهوايات المفضلة والتودد لبعض منهم والاستماع إلى انشغالهم ومساعدتهم وزيارتهم وقبول دعوة من يراتح إليهم، لأن اتساع دائرة علاقاته الاجتماعية وتعدد أطرفها، يشعره بالراحة ويمده بالمساندة المعنوية لمواجهة ضغوطات العائلة والمجتمع ككل.

الشخص السوي هو الذي يحقق وجوده ككائن حي اجتماعي يعترف بحاجاته إلى أفراد مجتمعه وفي تعاونه معهم

واضطلاعه بدور اجتماعي من أجل تحقيق حياة أفضل له ومجتمعه.¹

8-3- الثبات الإنفعالي:

وهي أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق، التي تمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر وأناقة، ولا يستشار من الأحداث التافهة، ويتسم بالهدوء والرزانة، ويتحكم في انفعالاته المختلفة (الغضب، الخوف، الكراهية، الغيرة...)، وهذه السمة مكتسبة من خلال عملية التنشئة الاجتماعية.

كما تظهر هذه السمة أيضا في قدرة الفرد أو المراهق على تجاوز مواقف الإحباط والتحكم في ميولاته ورغباته المتعددة وانخفاض درجة تقلباته المزاجية والاستقرار النسبي لحدة انفعالاته، واستعمال العقل في تجسيد طموحاته.

8-4- العلاقات مع البيئة المحلية:

أين يظهر المراهق علاقات طبيعية مع أسرته، ويشعر بأن الأسرة تحبه وتقدره وتعامله حسنة، كما يشعر في كنفها بالأمن واحترام أفراد أسرته له، وهذه العلاقات تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق، توجيه سلوكه، كما يظهر الرغبة في قضاء وقت أطول داخل البيت والشعور باعتزازه بانتمائه العائلي.

كما يبدو أيضا من خلال علاقته بزملائه، حيث يندمج معهم ويساعدهم إذا احتاج أحدهم لمساعدته، ويسر مقابلتهم خارج الكلية ويهتم بمصالحهم الشخصية، وهو محبوب منهم، وقد يولونه في بعض الأحيان مركزا قياديا بينهم.² كما يتجنب المشاجرات معهم، وإبداء حيوية. مشاركة أصدقائه في الأنشطة الرياضية والفكرية، ومعاملتهم معاملة حسنة، والتقليل من التغيب

¹ صالح حسن الدهري: مرجع سابق، ص 107.

² صالح حسن الدهري: مرجع سابق، ص 53-55.

عن المدرسة والابتعاد عن الفوضى والتشويش والغش داخل القسم، التقليل من تحديه للمدرسين عند اختلافه معهم، المثابرة والتركيز والجدية في متابعة دراسته، حسن جواره مع الناس، وإقامته لعلاقات طيبة مع الزملاء.

8-5- النظر الواقعية للحياة:

كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعاش، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافضين كل شيء ولكن يشير إلى سوء التوافق أو اختلال في الصحة النفسية وفي المقابل نجد أشخاصا يقبلون على الحياة بسعادة ويشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.¹

9- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق:

سوء التوافق هو فشل الإنسان في تحقيق إنجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن ثم يعيش في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها حالة الانسجام وعدم التناغم، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب.²

ويظهر سوء التوافق الاجتماعي للفرد في عجزه عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه عن عقد الصلابة الاجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع الوالدين، الأخوة والزملاء وتلميذ المرحلة الثانوية وفي ضوء المتغيرات التي يمر بها في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي أو بالنسبة للمجتمع المدرسي، الذي يتميز بطابع خاص في المدرسة الثانوية فإن احتمال نشوب الصراعات داخل المدرسة وكذلك الانحرافات، قائمة ما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة، فمن المنتظر أن تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء داخلها أو في خارجها، بعضها قد يصل إلى مستوى الانحراف، كالعدوان والاعتداء والعنف، وتشكيل العصابات من الشلل المدرسية، وتخريب المدرسة وعدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا إضافة إلى السرقة، الهروب، الفشل أو التأخر الدراسي وغيرها من المظاهر سوء التوافق المدرسي.

من مظاهر سوء التوافق النفسي للمراهق شعوره بالتعب وعدم الراحة، التأزم من الناحية النفسية في أي جانب من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة حالات الإكتئاب أو القلق الشديد، أو مشاعر الذنب، والأفكار الوسواس المتسلطة أو توهم المرض أو عدم الإقبال على الحياة أو التحمس لها.³

¹ بن عبد الرحمان سيد علي: مرجع سابق، ص 85.

² مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص 82.

³ نصر الدين جابر: مرجع سابق، ص 54.

10- علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي:

من الحياة النفسية للطالب في جميع مراحل نموه وخصوصا في فترة المراهقة، تتسم بالقلق وقد تصل إلى مستوى الوسواس الأوهام، ولعلها السبب في تقبله وعدم استقراره، كما قد يتعرض في بعض الظروف لحالات من اليأس والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلاقه من إحباط، بسبب ضغوط المجتمع التي تحول دون تحقيق رغباته أمنيته، ويتبع ذلك عادة مشكلات عدم التوافق مع البيئة المدرسية، أو الجو المدرسي، وما يترتب عنه من فقدان الشعور بالأمن، وصعوبة التصرف في المواقف الجديدة، والإحساس بضعف المركز وصعوبة التعامل مع السلطة المدرسية بالتالي الفشل المدرسي.

وبوجه عام فان مشكلة التأخر، والغياب ترتبط ارتباطا وثيقا بمشكلة أخرى وهي الهروب من المدرسة، ويستخدم التلاميذ في ذلك أساليب متعددة تهدف جميعها إلى إنهاء اليوم المدرسي قبل مواعده، فقد يرجع الهروب إلى سوء معاملة أحد المدرسين، وشعور التلميذ بضغط انفعالي قوي إزاء حضور دروس هذا المدرس بالذات، قد يكون الهروب تخلصا من أعباء متابعة الدروس التي لا تجد معه أي لون من المتعة الشعورية، كما قد يرجع الهروب إلى تأثير بعض الرفاق المحرفين الذين يجد في الانطواء معهم تحت جماعة واحدة متنسقا لإشباع الدوافع التي لم يجد لها الإشباع أو التقدير الكافي في المدرسة أو البيت.¹

من هنا يتضح أن النجاح والفشل الدراسي للمراهق يتوقف على توافقه في البيئة المدرسية، وعليه يجب أن يكون جوا اجتماعيا صالحا بعيدا عن الاستبداد والإرهاب، وتركيز السلطة في يد واحدة، وأن تكون سياسة المدرسة مبنية على التوجه والإرشاد المقرونين بالحبوة والعاطفة وفهم نوازع المراهقين ودوافعهم، دون اللجوء إلى قمعها بالقوة والقسوة، بل بتحويلها إلى نشاطات بالرفق واللين والحكمة... الخ، ومن أجل مصلحة المراهق يمكن للمدرسة أن تستعين بيس بالأهل فحسب بل بذوي الخبرة جميعا، والتنسيق مع المؤسسات التي تعني بتمضية أوقات الفراغ المفيدة (كالأندية)، وأن تعمل جميعا ضمن إطار التعبئة العامة لحشد جميع نشاطات التي تخدم المراهقة، وتعمل على احتوائها وتوجيهها توجيهها سليما.

11- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق: لعل من المشاكل الهامة التي تواجه الطلاب وخاصة

الشباب شغل وقت الفراغ، ونقص وقت الفراغ وقت النشاط الذي يحقق للطالب رغباته ويشبع ميوله ويقابل احتياجاته،

¹ نصر الدين جابر: مرجع سابق، ص52.

لوقت الفراغ أهمية كبيرة إذا ما أحسن استغلاله في تنمية شخصية الطالب، حتى ينشأ بعيداً عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا ما لم يجد ما يشغل فراغه سوى التافه من الأمور.

ففي وقت الفراغ يكتشف الفرد نفسه، وينمي ملكاته الكامنة، كما أنه فرصة للتعبير عن الذات وللتنفيس عن التوتر، ولإشباع الكثير من الحوافز الدوافع التي يتعذر إشباعها في الحياة اليومية، فوقت الفراغ يمكن في الواقع أن يكون الوقت الذي تتغير فيه الشخصية، وبالتالي يصنع فيه الشخص من جديد.

وقد يعتقد البعض أن الترويح يتنافى مع التربية ا يختلف عنها، فإن الترويح يتصل بالنشاطات الجسمية المبهجة حين أن التربية تتصل بالنشاطات العقلية التي يراها الشباب أمراً باعثاً على السامة الملل، وفي الترويح يجد باب أوسع إمكانياته في مجال الحياة الاجتماعية العلاقات الإنسانية.¹

خلاصة:

نستخلص من خلال مناقشتنا لمحاور هذا الفصل أن مفهوم التوافق ببعديه النفسي والاجتماعي يشير إلى مدى قدرة الفرد على التوفيق والانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الأدائية، والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش. وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء عملية التوافق، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه، أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وعواطف، ومختلف الانفعالات التي تقوم بتوجيه سلوكه. والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة، وجماعة الأقران التي تؤثر على توافق الأفراد بشكل أو بآخر، من خلال الجماعات التي يندمج فيها والتي تتم في إطار من عمليات من التأثير والتأثر.

وكلما نجح الفرد في استخدام حيلة دفاعية لا شعورية بطريقة ناجحة (الكبت، أحلام، اليقظة..) وأعمال العقل للموازنة بين دوافعه الملحة على الإرضاء، وقدراته الحقيقية، ومعطيات واقعة الاجتماعي استطاع تخطي الكثير من العوائق المحيطة، ومن ثم استطاع الظفر بمستوى أفضل من مظاهر التوافق النفسي الاجتماعي التي تختلف من فرد إلى آخر، ومن مراهق إلى آخر، حسب اختلاف جنسية وإمكانياته الشخصية، ومدى توفير الشروط المساعدة والملائمة لتكيفه السليم.²

¹ مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص 85.

² بن عبد الرحمن سيدي علي: مرجع سابق، ص 89.

تمهيد:

تعتبر فترة المراهقة الجسر الرابط بين الطفولة والرشد، وهي من أهم مراحل النمو في حياة الفرد، كما إنما تعتبر مرحلة تتميز بخطورتها بالنسبة للفرد.

بحيث يتميز نمو الفرد بأنه عملية متسلسلة تمتد من الفترة الجنينية إلى مرحلة الكهولة والشيخوخة، وهذا ما يجعلنا نقر أن المراهقة من أهم مراحل هذا النمو، بحيث أنها لفتت اهتمام الكثير من الدارسين والباحثين لأهميتها وحساسيتها وإثرها على حياة الفرد، وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى تعريفها وذكر أهم محدداتها ومعالمها، وكذا علاقة المراهقة بأزمة الهوية والتي تشكل محور دراستنا بحكم أن الهوية هي مسألة ذات أهمية كبيرة عند المراهق، والتي ينتج عنها اثر سلبي في حالة عدم تحقيقها أو الوصول إليها.

1- مفهوم المراهقة

1-1- تعريف المراهقة لغة:

تعني كلمة مراهقة في اللغة الاقتراب والدنو من الحلم، بحيث يقال "رهق" بمعنى غشي أو لحق أودنا، وراهق بمعنى قارب، والمراهق هو الفتى الذي يدنو من الحلم واكتمال الرشد¹، وكلمة مراهقة تقابلها باللاتينية adolexence، وهي مشتقة من الفعل اللاتيني adolexere بمعنى التدرج نحو النضج الجسمي، العقلي، الانفعالي².

1-2- تعريف المراهقة اصطلاحاً:

المراهقة هي مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى الشباب حيث تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية ذهنية، ولا يوجد في الواقع تعريف واحد للمراهقة، حيث نجد تضارب للآراء حول تعريفها فنجد هناك من يرى أن فترة المراهقة هي فترة التحول الفيزيقي نحو

¹ - ARIOLLA, ADOLESCENT, la croissance la formation de la personnalité, Edition EST, 1975, P13.

² - ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، ط01 بيروت : دار الأفق الجديدة 1999، ص 31

النضج، وتقع بين مرحلة بداية البلوغ وبداية سن الرشد¹، والبعض الآخر يراها على أنها مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا، وذا خبرة محدودة ويقترّب من نهاية نموه البدني والعقلي².

يعرفها " راجح " علم إنما تلك المرحلة التي يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية، وقدرة الفرد على التناسل، وتنتهي بسن الرشد، وإشراف القوى العقلية المختلفة على إتمام النضج³.

2- مراحل المراهقة:

إن مرحلة المراهقة تنقسم إلى ثلاثة مراحل تتمثل في المراهقة المبكرة (11-14 سنة)، والمراهقة المتوسطة (14-18 سنة) والمراهقة المتأخرة (18-21 سنة)، وسيتم تفصيل كل مرحلة علم حدا في ما يلي:

2-1- المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة (11-14 سنة) :

يرى علماء النفس انه في هذه المرحلة من العمر يتضاءل السلوك أَلْطْفَلِ وذلك لخروج الطفل من مرحلة الطفولة والدخول في مرحلة المراهقة التي تبدأ معها المظاهر الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والدينية والأخلاقية الخاصة بالمراهق في الظهور، واهم مظاهر النمو فيها هو البلوغ الجنسي ونمو الأعضاء التناسلية.

2-2- المرحلة الثانية: المراهقة المتوسطة (14-18 سنة):

في هذه المرحلة يشعر المراهق بالنضج الجسمي، وبالاستقلال الذاتي نسبيا، كما تتضح له المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى، لذلك تراه يهتم اهتماما كبيرا بنموه الجسمي، كما تعتبر هذه الفترة، بكونها فترة توجيه مهني ودراسي، لان القدرات الخاصة تبدأ بالظهور بشكل واضح.

¹ - مُجَّد عاظم غيث، قاموس علم الاجتماع، (ب.ط)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية 1989، ص 18
² - سعدية مُجَّد على هادر، علم النفس والنمو، (ب.ط)، دار الكويت: دار البحوث العلمية 1998، ص 329
³ - سمير كامل احمد، سيكولوجية نمو الطفل، القاهرة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب 1987، ص 35.

2-3- المرحلة الثالثة: المراهقة المتأخرة (18-21 سنة):

في بعض المجتمعات تعتبر المراهقة المتأخرة بمرحلة الشباب يحكم أن هذه المرحلة يلتحق فيها المراهقون بالجامعة، ولكن ليس كل المراهقين، ومن ثم يتخذون القرار النهائي لحياتهم، والذي يتعلق بالحياة المهنية والزواج، كما نجد المراهق في هذه المرحلة قد يلتحق بمراكز التكوين أو يتجه مباشرة إلى الحياة العملية دون الالتحاق بالجامعة، وبعض المراهقين يختارون طريق الانحراف وعلى هذا الأساس تعتبر مرحلة خطيرة بالنسبة للفرد¹.

3-أنواع المراهقة: لقد قسم ميخائيل ميخاريوس المراهقة إلى أربعة أنواع:

3-1-المراهقة المكيفة:

تنقسم هذه المرحلة بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع القرارات الانفعالية والسلبية وتتميز فيها علاقة المراهق مع الآخرين بالحسن والتفتح².

3-2-المراهقة الانسحابية:

تنقسم هذه المرحلة بالميل إلى العزلة والانطواء والتردد والخجل والشعور بالنقص، وعدم التوافق الاجتماعي، وينصرف جانب كبير من تفكيره إلى نفسه، وحل مشاكله والى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية، كما يسرف في الاستغراق في أحلام اليقظة، وخيالات مرضية، يؤدي إلى محاولة مطابقة نفسه بأشخاص الروايات التي يقرأها.

وسميت بالانسحابية لأن الفرد ينسحب من مجتمع الرفاق حيث يفضل الانعزال والانفراد بنفسه، متأملاً بذلك لذاته ومشكلاته³

3-3-المراهقة العدوانية:

يكون المراهق ثائراً متمرداً على السلطة الأبوية وسلطة المجتمع الخارجي كما يميل إلى تأكيد ذاته، ويظهر السلوك العدواني أما بصفة مباشرة أو غير مباشرة فيرفض كل شيء.

¹ - عبد الرحمن الوائلي، زيان سعيد، النمو من الطفولة إلى المراهقة، (ب.ط)، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004، ص 49.

² - محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، (ب.ط)، جدة: دار الشروق، (ب، ت)، ص 155.

³ - محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، (ب.ط)، دار الثقافة، 1973، ص 141.

3-4-المراهقة المنحرفة:

تشكل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني، وتتميز بالانحلال الخلقي والانحيار النفسي، حيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع، ويدخلها في بعض الأحيان في عداد الجريمة أو المرض النفسي والعقلي.¹

4-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

إن مرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل الحياة بشيء هام، وهو التغيرات التي تطرأ على الفرد من الناحية الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والنفسية والاجتماعية والحركية.

4-1-النمو الجسيمي والفيزيولوجي:

يتميز النمو الجسيمي في السنوات الأولى من المراهقة بسرعة مذهلة، أو تعرف بعدم الانتظام والتناظر في النمو، وتدلل الدلائل إن الفتيان في المتوسط يكونون أطول من الفتيات ويحتفظون بهذا التوقف، كما تمثل هذه المرحلة في تغيرات فيزيولوجية تتمثل في نمو القلب وزيادة الضغط، ونمو الرئتان، واتساع الصدر عند الأولاد أكبر عند البنات، كما تكبر أجزاء الجهاز الهضمي، ويتضح ذلك في إقبال المراهق على الغذاء.

ويزداد نمو الألياف العصبية في المخ من ناحية الطول والسمك، أما الوصلات بين الألياف العصبية فتزداد ويرتبط هذا بنمو وتطور العمليات العقلية كالتفكير، التذكر، الانتباه.

وتكبر الغدد العرقية مما يجعلها تفرز كميات هائلة من العرق عند بذل أي جهد ولو كان بسيطاً، إلى جانب ذلك نجد أن الغدد الصماء لما تأثرها المباشر وغير المباشر علم الحياة الانفعالية للمراهق وأهمها الغدد النخامية التي تساهم في نمو العظام عند زيادة إفرازاتها، وكذا الغدد الدرقية التي تفرز هرمون الدرقية الذي يؤدي إلى إسراع جميع العمليات الكيميائية ويساعد علم نمو الفرد.²

كما تظهر في هذه المرحلة خصائص جنسية ثانوية، متمثلة في نمو الأعضاء التناسلية أي قناتي البويضات والرحم والمهبل، واتساع الحوض والردفين واستدارة الفخذين ونمو الصدر والثديين والغدد اللبنية وظهور الشعر الخفيف على الذراعين والساقين. أما البلوغ

¹ - مُجَّد التومي الشيباني، مرجع سابق، ص 142.

² - مُجَّد مصطفى زيدان، مرجع سبق ذكره، ص 155-156.

الجنسي عند الذكور فيحدث عندما تنشط الخصيتين وتفترزان الحيوانات المنوية والمهرمونات الجنسية، وتمتزج الحيوانات المنوية مع السائل المنوي الذي تفرزه البروسيتات.

ومع البلوغ نلاحظ عند الذكور نمو الأعضاء الجنسية بسرعة ونمو الشعر في العانة، وعلى الوجه أي على الشارب والذقن، وتحت الإبطن وعلى الجسم بصفة عامة وتغير الصوت ونمو الحنجرة.

4-2- النمو الحركي:

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة في النمو الحركي حيث يرى " كولين " أن حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز في الاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام.¹ أما " nahankrg " فيرى أن المراهقة فترة ارتباك حركي و اضطراب، و يمكن تلخيص مواطن هذا الاضطراب، و الارتباك الحركي بين 12 و 15 سنة كالتالي:

- الارتباك العام، أي انعدام التناسق والانسجام في الحركات

- اكتساب الرشاقة المكتسبة من قبل.

- ارتفاع كبير في الحركات الزائدة، المفرطة، خاصة في الجري و المشي.

- صعوبة بالغة في استخدام القوة أي نقص الجهد اللازم، وعدم قدرته على القوى العضلية.

- نقص في القدرة على التحكم الحركي، وإعاقة في اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.

- التعارض في السلوك الحركي العام.

أما في المرحلة ما بين 15 - 18 سنة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك الحركي والاضطراب، وتأخذ مختلف النواحي للمهارات الحركية في التحسن والرقى، لتصل إلى درجة عالية من الجودة، ويستطيع فيها الفتى والفتاة سرعة الاكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها، فبالإضافة إلى ذلك فان عامل قوة العضلات الذي يتميز به الفتى يساعده على ممارسة أنواع عديدة من الرياضة التي تتطلب المزيد من القوة العضلية، كما زيادة مرونة عضلات الفتاة تساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية

¹ - محمد حامد الافندي ، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية ، (ب.ط)، دار الهناء للطباعة والنشر - بدون تاريخ، ص 386.

كالجمباز وكرة الطائرة، والتمارين الفنية، بحيث تسهم عمليات التدريب الرياضي المنظمة في المستويات الرياضية العالية، كما تلعب عملية التركيز الواعية والإدارة القوية دورا هاما وفعالاً¹

أما بعد 18 سنة حتى 21 سنة، يصل الفرد إلى اكتمال الصفات البدنية كالقوة العضلية، المرونة والرشاقة، وبذلك يصل إلى المستوى الأعلى فأكثر.

4-3- النمو العقلي:

تتطور الحياة العقلية نحو التمايز، وتكسب حياة الفرد ألوأنا من الفعالية تساعد على إعداد نفسه للتكيف الصحيح، مع البيئة الثقافية والاجتماعية التي يعيش فيها، ولهذا تبدو مهمة مع العمليات الفكرية لدى المراهقين المتدربين، ويتضح هذا فيما يلي:

● **الذكاء:** هو محصلة النشاط العقلي كله، أو هو القدرة العقلية العامة التي تبني المستوى العام للفرد، كما عرفه " بيرت "

بأنه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثيره بالنواحي الجسدية، بل تأثيره بالنواحي الإدراكية.

وهذه المرحلة مرحلة وجب فيها استخدام اختيارات الذكاء، والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة، واكتشاف إمكانيات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لتضمن له بدء التعمق الدراسي، وبالأخص التوافق الدراسي الجيد.²

● **الانتباه:** تزداد مرحلة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو مداه، فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة

ومعقدة بسهولة، أي يبلور شعوره على كل شيء في مجاله الإدراكي³.

● **التفكير:** يتأثر المراهق بالبيئة، وهذا ما يحفز به إلى اللجوء إلى مختلف الطرق لحل مشاكله، ورغم انه يرتفع على التفكير

الحسي ويرتقي إلى مرتبة التفكير المجرد، إلا أن هذا الرقي يستخدم فيه الاستدلال بنوعيه الاستقرار والاستنتاج، وما يهم

المراهق أن تفكيره دائما مبني على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات.

● **التذكر:** تؤكد الأبحاث العديدة أن عملية التذكر تنمو في المراهقة، وتنمو معها قدرة المراهق على التعرف والاحتفاظ.

¹ - محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط 8، دار المعارف، 1992، ص 145.

² - فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، القاهرة: (ب.ط)، دار الفكر العربي، 1975، ص 283.

³ - محمد مصطفى زيدان، مرجع سبق ذكره، ص 157.

- **التخيل:** يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان، وله وظائف عدة، أن يحققها المراهق فهو أداة ترويجية كما انه مسرح لمطامع الغير المحققة، وهو يرتبط بالتفكير، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشاكل بالنسبة للمراهق، يعتبر وسيلة هامة لتحقيق الانفعالات.¹
- **الإدراك:** يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي لا تقوم على البرهنة والإقناع.

4-4- النمو الانفعالي(أ):

يشكل النمو الانفعالي في المراهقة جانبا أساسيا في عملية النمو الشاملة وتعتبر دراسة هامة جدا وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل لتحديد وتوجيه المسار الإنمائي لشخصيته ككل، والغوص إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من العواطف والأفكار.²

تنمو أعضاء التناسل وتتكاثر نموا واضحا في هذه الفترة وهذه الأعضاء يزيد وزنها في الفترة الواقعة بين 10 و20 سنة، كما تتميز بظهور الشعر في العانة وتحت الإبطن ونمو الثدي لدى البنات، ويحتمل ظاهرة بدء النمو الخاصة بالمبايض قبل تبرعم الصدر، وتميل الدورات الشهرية في بدايتها إلى أن تكون غير منتظمة، ولعل سبب ذلك أن الفتيات لا تصل إلى مرحلة الخصوبة الكاملة، كما يحدث في مرحلة المراهقة تغيرات في الصوت وتمثل تسع درجات أو نغمات منخفضة تضاف للصوت العادي لدى البنين، بينما تصل هذه الدرجات إلى ثلاثة فقط بالنسبة إلى الفتاة.³

غير أنه تجدر بنا أن نشير هنا إلى نمو الغدد الجنسية وما تؤدي إليه من ظهور الأعراض الثانوية لدى البنين والبنات لا يعني قدرة الفتاة أو الولد على الإنجاب.

¹ - محي الدين مختار، محاضرات علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، قسنطينة: 1998، ص166.

² - ميخائيل إبراهيم اسعد، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، (ب.ط)، بيروت، دار الأفاق الجديدة، ص 302

³ - إبراهيم تشقوق، سيكولوجية المراهقة، ط3، المكتبة الانجلو مصرية، 1989، ص 137.

حتما تستطيع الأعراض التناسلية عند كليهما القيام بوظيفتها ولكن لا تصل لأي مرحلة الإخصاب إلا بعد فترة حتى يتم اكتمال بقية أعضاء الجسم، ويتم التوازن بينها. 1

4-5- النمو الاجتماعي:

تتميز الحياة الاجتماعية في المراهقة بأنها المرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي يصل إليها المراهق في مرحلة الرشد.

التآلف: ويتضمن ما يلي:

- الميل إلى الجنس الآخر.
- الثقة وتأكيدات الذات.
- الخضوع إلى جماعة النظائر.
- البصيرة الاجتماعية.
- اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي.²

النفور: ويتمثل فيما يلي:

- التعصب: وذلك بتمسكه بآرائه ويتعصب لمعايير جماعة النظائر التي ينتسب إليها.
- السخرية: بمعنى يتطور إيمان المراهق بالمثل العليا البعيدة تطور يجعله يسخر من الحياة الواقعية بعدها عن المثل التي يؤمن بها.
- المنافسة: بمعنى تأكيد مكانته بمنافسة زملائه في ألعابهم وتحصيلهم ونشاطاتهم.
- التمرد: المراهق يريد التحرر من سيطرة الأسرة.³

وقد دلت بعض الدراسات الحديثة التي أجرتها لمعرفة اتجاهات المراهقين الاجتماعية على ما يلي:

¹ - سعد حلال، الطفولة والمراهقة، ط2، دار الفكر العربي، ص 235.

² - محي الدين مختار، محاضرات في علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1982، ص ص167، 168.

³ - محمد مصطفى زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، (ب.ط)، جدة: دار الشروق، ص 166.

- الرغبة في مساعدة الآخرين في المرحلة المتأخرة من المراهقة وبعد تكامل النضج العقلي، وازدياد استعداده للمشاركة الوجدانية بحيث ينظر إلى مشكلات المجتمع نظرة فاحصة ويتجه اتجاهها إنسانياً.
- يختار المراهق أصدقائه بنفسه ولما كان يصبر على اختيار أصدقائه دون توجيه الكبار، بحيث يرى المراهق في صديقه له القدرة على المساعدة، وإتاحة الفرصة للتحدث عن متاعبه ورغباته دون تكلف.
- الميل إلى الزعامة، بما أن أنواع الميول في مرحلة المراهقة مختلفة ومتعددة أدى ذلك إلى وجود أنواع مختلفة من الزعامات مثل: الزعامة الاجتماعية والذهنية والرياضية.¹

5-العوامل المؤثرة في المراهقة:

هناك عدة عوامل تؤثر في المراهقة ونذكر منها ما يلي:

5-1-الوراثة:

نشير في معناها العام إلى انتقال صفات معينة من جيل إلى جيل، وفي إطار هذا المعنى يسميها البعض النقل الثقافي بالوراثة الاجتماعية ويرون أن شخصية الإنسان هي نتاج وراثتين: الوراثة الاجتماعية والوراثة البيولوجية. والوراثة البيولوجية عبارة عن عملية الانتقال للجينات أو العوامل الوراثية عن طريق الخلايا الجنسية من الآباء إلى الأبناء.

5-2-العوامل البيولوجية:

لا شك في أن سلوك الفرد ونموه يتأثر تكوينه البيولوجي، فقد تبين في السنوات الأخيرة أهمية تأثير التفاعل الكيميائي في الجسم على السلوك، ولها علاقة كبيرة بالجينات التي تحدد وجود أو غياب إنزيم ويحدد طبيعته²، أي يتأثر بالتركيب الجسدي العام، وما يتصل به من صحة أو مرض ووفرة الغذاء³.

¹ - محي الدين مختار، مرجع سابق، ص 168.

² - انتصار يونس، السلوك الإنساني، (ب.ط)، مصر: المكتبة الجامعية، 2002، ص 53.

³ - محمد التومي الشيباني، مرجع سبق ذكره، ص 137.

5-3- البيئية:

يقصد بها كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد، ويشير إلى هذه العوامل أحيانا بأنها جميع المواقف أو المثيرات التي تستجيب لها الفرد، ويرى البعض أنها تشمل البيئة الداخلية والخارجية مثل العوامل الطبيعية كالحرارة والرطوبة، وأي مثيرات ضوئية أو صوتية، فشخصية الفرد تتكون تدريجيا في المحيط الاجتماعي الذي ينشأ فيها، لذلك تعتبر الأسرة أول بيئة اجتماعية تتلقى الطفل وهي تعتبر أهم وأول وسط في عملية التطبيع.¹

كما تتأثر المراهقة بالعوامل المتاحة، إذ تبدأ في المناطق الباردة من 15-16 سنة، وفي المناطق المعتدلة من 12-13 سنة، أما في المناطق المدارية والاستوائية فتبدأ من 9-12 سنة.²

5-4- النضج: يتميز بان يكون السلوك عاما في كل أفراد الجنس، إذ يحدث في الكائن الذي لم يصل إلى أي درجة من النضج تمكنه من تكوين واكتساب عادات ثابتة، أي يظهر السلوك عند الكائن دون سابق فرصة لأي خبرة أو معرفة أو رؤية عن طريق فرد آخر³، و يرى البعض انه لا يمكننا تعريف النضج إلا في ضوء التعلم لأنهما عمليتان تمثل كل منها ذلك التفاعل بين الفرد والبيئة.

5-5- التعلم: هو عملية أساسية في حياة الفرد، معظم أنواع النشاط البشري يتضمن عملية التعلم بعدة طرق، وكثيرا ما يرتبط السلوك بمثيرات خارجية تزيد قوة تعلمه، ففي مواقف الحياة الواقعية نجد أن الفرد يتعلم أنواع السلوك التي تتفق مع معايير الجماعة، وتتقبل الجماعة هذا السلوك الذي يزيد من قوته، والعلاقات الاجتماعية التي يتفاعل بداخلها الفرد وقد تساعد على تعلمه لسلوك غير سوي⁴.

¹ - انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 54.

² - مُجَّد التومي الشيباني، مرجع سبق ذكره، نفس الصفحة.

³ - انتصار يونس، مرجع سبق ذكره ص 55.

⁴ - انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 72.

5-6- الجنس : تصل البنات إلى مرحلة المراهقة قبل البنين سنة أو سنتين أو أقل، فقد أكدت الدراسات التي أجريت على عدة آلاف من البنين في الو. م. أنهم لا يبلغون سن 14 سنة ونصف في حين تصل البنات إليها في سن 13 سنة ونصف.

5-7-التغذية: تدل الأبحاث على أن التغذية والبيئة الصالحة تساعد في إسراع النضج، وبالعكس فإن التغذية البيئية والأمراض الشديدة تؤخر النضج عند المراهقين¹

6-مشاكل المراهقة:

إن مشكلات المراهقة من أهم المشكلات التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة، فاللوم يوجه إلى المجتمع نفسه أو المدرسة والهيئات الاجتماعية، والبيوت وكلا المنظمات التي لها علاقة بالصغار فكلما مسؤولية على حياة هؤلاء الصغار في الوقت الحالي، بحيث تتمثل هذه المشكلات فيما يلي:

6-1-المشكلات النفسية:

من المفروض أن هذه المشاكل قد تثير في نفسية المراهق وانطلاقاً من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطوع المراهق نحو التحرر والاستقلالية وثروته لتحقيق هذا التطوع بشتى الطرق والأساليب فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاليمها، وإحكام المجتمع وقيمه الخلقية والاجتماعية، بل أصبح يمحس الأمور ويناقشها، ويزنها بتفكيره وعقله، وعند ما يحس المراهق بان البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس بإحساسه الجديد، لهذا فهو يسعى دون قصد لأنه يؤكد بنفسه، بثروته، بتمرده، فإذا كانت كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدراته وموابعه، ولا تعامله كفرد مستقل ولا تشيع به حاجاته الأساسية على حين فهو يجب أن يحس بذاته وان يكون شيئاً يذكر، يعترفا به الكل، أي أن تكون له فقيمة داخل المجتمع.²

6-2-المشكلات الاجتماعية:

إن مشاكل المراهق الاجتماعية تنشأ من الاحتياجات السلوكية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع، والمدرسة كمصادر السلطة على المراهق.

¹ - سعدية علي بهادر، البرنامج التربوي النفسي لخبرة من أنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتطبيق، (ب.ط)، الكويت: دار البحوث العلمية، 1983، ص 836.

² - ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف، (ب.ط)، مصر : دار المعارف 1971، ص 161.

وعليه إن كل الأسرة والمدرسة والمجتمع يشكلون مصدر سلطة بالنسبة و للمراهق¹، وعلى هذا الأساس فان المراهق قد يواجه الثورة والنقد نحو المجتمع، ونحو العادات والتقاليد، والقيم الخلقية والدينية السائدة كما ينقد نواحي النقص، والعيوب الموجودة فيها، ويكون المراهق كفرد بانتماؤه إلى المجتمع وتفاعله معه يؤكد رغبته في التعبير عن ذاته وشخصيته وتحقق استغلاله وفرديته، وأننا نلاحظ مقاومة وثورة تمردا من المراهق إذا ما ضغطت أو أعيقت هذه الرغبات من طرف المدرسة أو المجتمع.²

6-3-المشكلات الأخلاقية والقيمية:

تشير المشكلات الأخلاقية والقيمية إلى أهمية الدين والأخلاق في حياة المراهق، وأي خروج عنه يعد مخالفة يرتكبها المراهق ويشعر بالذنب، لا يقتصر دور الدين على القيام بوظائف الضبط والتحكم في نزوات المراهق، وإنما يشبع حاجات نفسية أكثر عمقا في نفوس المراهقين، ومن أكثر المشكلات الأخلاقية والقيمية شيوعا لدى المراهق في هذا المجال ما يلي:

- ابتعاد المراهق عن الدين.
- الشعور بالندم لعدم المواظبة على الصلاة
- الحاجة إلى معرفة الكثير عن الأمور الدينية.
- الشعور بالاضطراب والتوتر بسبب القيام بأعمال لا يرضاها الله عز وجل.
- الخشية من عقاب الله.³

6-4-المشكلات الصحية:

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها الشباب في سن المراهقة هي السمنة، إذ يصاب المراهقين بالسمنة البسيطة المؤقتة، ولكن إذا كانت كبيرة يجب العمل على تنظيم الأكل، والعرض على طبيب أخصائي، فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة بالغدد، كما

¹ - ميخائيل خليل معوض، مرجع سبق ذكره، ص 162.

² - محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، (ب.ط)، لبنان : دار المعارف للطباعة والنشر، 1974، ص 220.

³ - سامي محمد ملحم، علم النفس النمو، ج 1 ، دار الفكر، 2004، ص 387.

يجب عرض المراهقين على انفراد مع طبيب للاستماع إلى متاعبهم، وهو في حد ذاته جوهر العلاج، لان للمراهق إحساس يخنقه، يجتم عليه التسليم بان أهله لا يفهمونه.¹

و من جهة أخرى هناك المراهق المريض الذي يظهر مرضه، ويحمل بذلك واجباته وأعماله، ويغيب عن المدرسة، كما انه لا يشارك في النشاط الاجتماعي والرياضي، وهناك أصحاب العاهات الجسمية الذين لا يستطيعون بذل الجهد في النشاطات، وقد يتعرضون للسخرة من بين أقرانهم، وقد يميل بهم الحال إلى العزلة والانسواء²

6-5-المشكلات الجنسية:

يعاني المراهق في هذه المرحلة من عدم معرفته حقيقة الجنس وطبيعة مشكلاته بحيث يلجا في كثير من الحالات للحصول على معلومات حول الجنس من أقرانه، أو رفقاء السوء، مما ينتج عن ذلك القلق والحيرة نظرا لتناقص المعلومات التي يمكن الحصول عليها، وتتمثل المشكلات الجنسية للمراهق فيما يلي:

- الحاجة إلى معرفة الأضرار الناجمة عن العادة السرية وكيفية التخلص منها.
- عدم القدرة على مناقشة الوالدين في المسائل الجنسية.
- التفكير في الحصول على زوجة مناسبة له.
- الشعور بالذنب لقيام المراهق بأفعال جنسية متكررة.³

6-6- مشكلة عدم الوضوح:

إن الغموض الذي يكتنف الكبار من آباء ومربين حول عدد من المفاهيم التي يسعى المراهق لتحقيقها، في هذه المرحلة مثل السلطة والحرية والنظام والطاعة والديمقراطية وغيرها، وعدم قدرة هؤلاء الكبار إيصالها إلى أبنائهم مما يحدث تشويشا واختلافا واضحا في وجهات نظر الطرفين، أي الكبار وأبنائهم.⁴

¹ - سامي مُجد ملحم، مرجع سبق ذكره، ص 387.

² - عبد الفتاح دويرار، سيكولوجية النمو والارتقاء، (ب.ط)، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، ص 238.

³ - سامي مُجد ملحم، علم النفس النمو، دورة حياة الإنسان، ط1، دار الفكر ، 2004، ص 383 .

⁴ - سامي مُجد ملحم ، مرجع سبق ذكره، 385.

6-7- مشكلة الاختيارات والقرارات:

على المراهق أن يتخذ قراراته التي تحدد مستقبله في الحياة، خاصة تلك القرارات التي تربط بتعليمه، أو اختيار مهنته، أو ما يتعلق بالزواج وتكوين الأسرة، وممارسة بعض الهوايات.¹

7- احتياجات المراهق:

إن المراهق بحكم المرحلة التي يمر بها، تنقصه عدة اختيارات والتي تتمثل فيما يلي:

7-1- الحاجة إلى المكانة:

إن حاجة المراهق إلى المكانة من أهم حاجاته فهو يريد أن يكون شخصا هاما وان تكون له مكانة في جماعته، وان يعترفوا به كشخص ذو قيمة، وهذه المكانة أهم عنده من مكانته عند أبويه ومعلميه، بحيث يفضل أن تكون له مكانة عند رفاقه أكثر من مكانته عند الآخرين أي الوالدين والمعلمين، لان المراهق حساس وحريص أن يعامل كأنه رجل وليس طفل.²

7-2- الحاجة إلى الانتماء:

تشبه هذه الحاجة الحياة الاجتماعية الطبيعية سواء كانت في المدرسة أو المنزل فوسيلة إرضاء هذه الحاجة أن يشعر التلميذ بأنه ليس قائما بمفرده، وإنما هو عضو في جماعة يشعر فيها بوجود علاقة طيبة بينه وبين غيره، ولذلك كان من أقصى العقوبات التي يمكن أن تقع للتلميذ هي أن يخرج المعلم من وسط زملائه ويعزلهم عن نشاطهم، فواجب المدرسة أن تتيح فرصة العمل الجماعي.³

7-3- الحاجة إلى الحب والقبول:

تتضمن الحاجة إلى الحب والمحبة والحاجة إلى القبول والتقبل الاجتماعي والحاجة إلى الأصدقاء والحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات.

7-4- الحاجة إلى الأمن:

يتمثل الأمن في الأمن الجسمي والصحة والحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة.

¹ - نفس المرجع ، ص 387.

² - فاخر عاقل، علم النفس التربوي، (ب.ط)، بيروت : دار العلم للملايين، 1976، ص 21.

³ - أبو الفتوح رضوان، المراهق في المدرسة والمجتمع، (ب.ط)، القاهرة: المكتبة الانجلو مصرية، 1973، ص 40.

7-5- الحاجة إلى تأكيد الذات:

تشمل تأكيد الذات في تعزيز الانتماء لجماعة الرفاق والحاجة إلى مراكز والقيم الاجتماعية والحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة والحاجة إلى المساواة مع رفاق السن أو الزملاء في المظهر واللباس والمصاريف.

7-6- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

تشمل الحاجة إلى التفكير وتوسيع الفكر، والحاجة إلى الخبرات الجديدة والحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي والحاجة إلى التعبير عن النفس.

7-7- الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية والحاجة إلى الاهتمام بالجنس الأخر، والحاجة إلى التوافق الجنسي، حيث يعتبر الجنس من أهم المشاكل التي تمثل خطورة على المراهق.¹

8-المراهق والعلاقات الاجتماعية:

إن المراهق له علاقات اجتماعية داخل الوسط العائلي والمجتمع والمدرسة.

8-1- علاقة المراهق بالأسرة:

إن السنوات الواقعة بين 12 - 16 هي من أصعب السنين من حيث العلاقات الشخصية في البيت، فالطفل يثور على المراقبة والتوجيه ويبدأ بإرادة تفكير نفسه، والتصرف كشخص حر مستقل². لان مسألة إقامة علاقة سليمة بين المراهق وأسرته حيزا مهما وبارزا بين المهامات الأساسية للمراهق، وذلك باعتباره فيما مضى على الاتكال على أهله، حيث تعطيه الأسرة أدوارا ثانوية فقط، ثم ينتقل إلى مرحلة تحتم على الاستقلالية حيث يحرك الأشياء بإرادته.

¹ - عبد الرحمان الوائي، زيدان سعيد، مرجع سبق ذكره، ص 63.

² - محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، ط1، دار المعارف للطباعة والنشر، 1974، ص 22.

على الآباء والمربين أن يفرقوا بين معاملة المراهق بعد البلوغ وبين معاملته وهو طفل صغير، حيث يفرضون عليه قيود، ولا يباليون بتحولاته وتطلعاته إلى الاستقلال والحرية، وهي المطالب التي تتطلبها هذه المرحلة¹

8-2- علاقة المراهق بالأصحاب:

ببلوغ سن المراهقة لا يبقى الجو الأسري محور التفاعل لدى المراهق كما كان في مرحلة الطفولة، بل يمتد هذا المجال إلى علاقات خارجية تتمثل أكثر في تكوين الأصدقاء وتصبح الصداقة التي كانت تتصف بالسطحية، تصبح تتصف بالتماسك والثبات والصداقة في المراهقة ليست فقط مظهر من مظاهر النمو الاجتماعي، بل هي مظهر من مظاهر زيادة الشعور بالذات، فهي تدل على رغبة المراهق في تدعيم موقفه إزاء الراشدين، وتحقيق تحرره من سلطة الكبار، كما أن جماعة الرفاق لها تأثير على سلوك المراهق أكثر من الأسرة والمدرسة.²

8-3- علاقة المراهق بالمدرسة:

للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم للمراهق عن ذاته، وعمن من هو سيكون في الغد، وتوفر المدرسة منذ عمر السادسة له فرضاً لاختبار قواه، واكتشافها واكتشاف قدراته وجوانب عجزه وقصوره، ففيها يتعرض الناشئ للفشل أو النجاح.³

حيث تشكل المدرسة حيناً معقداً أكثر من الأسرة، وتترك أثرها على اتجاهات الناشئة وعاداتهم وأرائهم، حيث نجد المراهق يتأثر تأثيراً قوياً بالخبرات المكتسبة التي يتعرض لها في المدرسة كما يتأثر بالعلاقات السائدة فيها. والمدرسة توفر للمراهق حياة الجماعة التي يصعب له أن يجدها في الأسرة لاختلاف نوع التفاعل وشكل العلاقات بداخلها، وهي بذلك تؤثر في تغيير اتجاهات المراهق حيث يوجد الجو الاجتماعي الذي يؤدي إلى تغير في التفكير والاتجاهات.⁴

¹ - - نُجْد رَفْعَت، مرجع سبق ذكره، ص 22.

² - انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 194

³ - ميخائيل إبراهيم سعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، ط 2، بيروت: دار الآفاق الجديدة، 1991، ص 392.

⁴ - انتصار يونس، مرجع سبق ذكره، ص 392.

9- خصائص ومميزات التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية:

تتميز هذه المرحلة في معدل النمو الجسماني، فيستعيد الفتى والفتاة تناسق شكل الجسم كما تظهر الفروق المميزة في جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة.

ويزداد نمو العضلات كالجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام حتى الاتزان الجسمي، ويصل الفتيان والفتيات إلى نضجه البدني الكامل تقريبا، إذ تأخذ ملامح الجسم والوجه صورتها الكاملة، وتصبح عضلات الفتيان قوية ومتينة، بالنسبة للفتاة تتميز بالطراوة والليونة، ويتحسن شكل القوام، ويزداد حجم القلب، ويكون الفتيان أطول وأثقل من الفتيات، وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية بالتحسن والرفي لتصل إلى درجة عالية من الجودة كما يرتقي مستوى التوافق العضلي والعصبي بدرجة كبيرة. وتعتبر هذه المرحلة دورة جديدة من النمو الحركي ويستطيع فيها الفتى والفتاة سرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها.

بالإضافة إلى ذلك عاملي زيادة قوة العضلات الذي يتميز بها الفتى في هذه المرحلة على إمكانية ممارسة أنواع عديدة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية.

كما أن زيادة مرونة عضلات الفتاة يساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجيمباز الرياضي والجيمباز الحديث وتساهم عملية التدريب المنظم في الدخول إلى المستويات الرياضية العالية، كما تلعب عمليات التركيز العالية والإدارة القوية دورا هاما في نجاح التعلم والتدريب وبلوغ درجة التفوق¹

10- أزمة الهوية عند المراهق:

يمثل تشكل الهوية عند المراهق من المسائل البالغة الأهمية، خاصة في هذه المرحلة، كما يشير اريكسون 1963 لان مرحلة المراهقة تصاحبها مجموعة من التغيرات لدى المراهق في جميع المجالات بحكم انه تشغله مسألة تحديد أهدافه وغاياته في

¹ - مُجد عوض بسبوي، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، ط2، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1992، ص 147.

الحياة، فإذا توصل إلى تحديدها، فقد توصل إلى حل ايجابي، ولكن إذا لم يتوصل إلى تحديدها ومعرفة طبيعتها فانه يتوصل إلى حل سلبي، مما يؤدي إلى اضطراب في الدور الذي تلعبه هذه الأهداف، بالإضافة إلى حدوث ما يسمى بتشتت الهوية.

10-1- تشكل الهوية:

إن تشكل الهوية على حسب ما بينها اريكسون 1963-1968 و الغامدي (تحت الطبع، تحت الأعداد)، إنما تمثل المحور الرئيسي في مسألة التغيير لدى الفرد، بحيث يصبح الفرد يطرح عدة تساؤلات تتمثل في (من أنا وما هو دوري في هذه الحياة؟ وإلى أين اتجه) بمعنى أن الهوية تتضمن مجموعة من العناصر تتمثل في:

أ- **الفردية:** وتعني إحساس الفرد بكيانه الخاص والمستقل به لوحده بحيث لا يشاركه فيه احد وهذا ما يؤدي به إلى تحقيق هويته.

ب- **تكامل الشخصية والتالف الداخلي:** وتعني إحساس الفرد بالوحدة والانسجام والتكامل الداخلي وهذا ما يجسد عدم الانقسام في الأنا، لان الانقسام ناتج عن تكوين مفهوم سلبي للهوية.

ج- **التماثل والاستقرارية:** ونعني به إحساس الفرد لان له قيمة في حياته، بمعنى أن يشعر بان حياته تسير وفقا لمبتغاة، وما يتلاءم مع شخصيته، وهذا لا يتحقق إلا بالشعور بالترابط بين ماضيه ومستقبله بما في ذلك حاضره.

د- **التماسك الاجتماعي:** ونعني به شعور الفرد بالقيم التي يتماسك بها المجتمع الذي يعيش فيه، بحيث تعتبر هذه القيم هي الأساس الذي يقوم عليه صلاح هذا المجتمع، وعليه إذا ما أحس الفرد بهذه القيم بما يرضي نفسه والآخرين فانه تتحقق له عملية مستقرة تتميز بما ذاته، وتتجسد من خلال ارتباط هذه الذات بالآخرين، وقبولها لقيم هذا المجتمع، وهذه العملية هي التي تعني بما التماسك الاجتماعي.

كما يشير "عدس = 2000 = 148" إلى أن طبيعة الهوية متمثلة في أبعاد داخلية وخارجية، بحيث تتمثل الأبعاد الداخلية في أحاسيس ومشاعر الفرد، وتتمثل الأبعاد الخارجية في مجموعة القيم والأفكار الخاصة به بما في ذلك مظهره الخارجي وأسلوبه في الحياة.¹

¹ . بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة، مرجع سابق، ص 27.

10-2- أزمة الهوية في المراهقة:

إذا تكلمنا عن موضوع الهوية فبطبيعة الحال يجب التطرق إلى موضوع الأنا، لان هوية الفرد هي هوية الأنا الخاصة به، بحيث تمثل لنا هوية الأنا كيانا متكاملًا في صورة تدريجية وهذا التكامل يمثل مجموعة من المعطيات التكوينية والحاجات اللبديية والقدرات المميزة، والتوجهات ذات الأهمية والدفاعات الفعالة والإعلاء الناجح، والأدوار المنسقة، وهذه المعطيات هي نتيجة لتفاعل متبادل لما هو موجود في المجتمع من إمكانيات فردية ونواحي تكنولوجية، وإيديولوجيات سياسية ودينية وعلى هذا الأساس فان هوية الأنا هي تربط بين سيكولوجية الفرد والمجتمع "موسي 2001 = 1"

كما يشير عدس "2000 = 148" إن طبيعة الهوية متمثلة في أبعاد داخلية وخارجية بحيث تتمثل الأبعاد الخارجية في مجموعة القيم والأفكار الخاصة بالفرد بما في ذلك مظهره الخارجي وأسلوبه في الحياة.

إن هوية الأنا تبين للفرد من يكون؟ بمعنى أنها تقوم بربط ماضيه مع مستقبله، وهذا يتدخل حاضره الذي يعتبر جزء من ماضيه، كما يشير ما ير موسي "2002 = 57" إلى انه كلما وجدت مسالة تتعلق بأزمة الهوية، فمن دون شك هذا ناتج عن اتفاق الفرد في تحديد مستقبله المهني والتعليمي، والذي يعتبر مركز اهتمام الفرد في كل الأوقات.

وهذا ما يجعل الفرد يشعر بالاغتراب، وعدم جدواه في الحياة، وانه لا يوجد له هدف حياته، مما يؤدي إلى وجود اضطراب في ذاته لان هذا الفرد يكتسب هوية سلبية لأنها تفتقر إلى حميمية العلاقات التي بين شخصيته والحب الناضج، أو بمعنى آخر أن اكتساب المراهق لهوية سلبية يخول له الإحساس بأنه ضائع في مجتمع لا يساعده على فهم ذاته، ولا في تحديد دوره في الحياة، مما يؤدي إلى عدم الإحساس بقيمته الاجتماعية مُجد "2000 = 59"

10-3- تشكل الهوية في مرحلة المراهقة:

يشير اريكسون "1963 - 1968"، الغامدي (تحت الطبع، تحت الأعداد) إلى إن مرحلة تشكل الهوية تتزامن مع مرحلة بداية نمو الأنا بحيث أن كل مرحلة من هذه المراحل تساهم في تشكل الهوية إلى أن يصل هذا التشكل إلى مرحلة التغير أين تظهر الأزمة الأساسية للنمو خلال مرحلة المراهقة، وهذه الأزمة متمثلة في درجة من القلق والاضطراب المختلط، وهذا ما يجعل المراهق يكافح

من اجل تحديد نفسه، ومعرفة الهدف من وجوده واكتشاف مجمل القيم والمعتقدات والأدوار والعلاقات التي يبني عليها شخصيته، بحيث يعطي له البناء قيمة في حياته الشخصية والاجتماعية.¹

كما يشير الغامدي إلى أن انتهاء أزمة الهوية على حساب رأي اريكسون لا يتم إلا عند انتهاء الاضطراب والإحساس بالذات بمعنى أن الفرد يشعر بتفرد ووحده واستمرارية ماضيه وحاضره ومستقبله، بالإضافة إلى قدرة الفرد على حل الصراع والتوفيق بين حاجاته الشخصية ومتطلباته الاجتماعية، مما يساعد الفرد على اختيار القيم والمبادئ وأدواره في المجتمع والتزامه بالمثل الاجتماعية بدلا من مواجهتها. ففي هذه المرحلة يكون الأنا قد اكتسبت فعالية جديدة متمثلة في الإحساس بالثبات وعدم الاضطراب.

كما يشير موسست وزملائه (عقل " 1998 = 439 ") إلى انه من اجل أن يكتسب المراهق الهوية يجب أن يتأثر بعوامل متعددة منها:

الاختلاف في الثقافات: إن الاختلاف في الثقافات عند المراهقين راجع إلى سهولة وسرعة اكتسابهم للهوية من ثقافة إلى أخرى، وهذا بطبيعة الحال بسبب تعدد الخيارات أمامهم وتعدد المجالات لإثبات الذات، وعدم محدودية الأدوار التي يلعبها المراهق.

العلاقات الوالدية: إن الوالدين بحكم علاقتهم مع أبناءهم فأنهم يكسبونهم مجموعة من القيم والتمثلات الاجتماعية، وهذا ما يؤثر عليهم في عملية اكتساب الهوية بشكل ايجابي، لكن في حالة وجود معاملة سيئة من طرفهم فانه يؤثر سلبا في عملية اكتساب الهوية، وبالتالي فان الأبناء المراهقين يعيشون نوعا من التهميش، وهذا ما نلاحظه في المراهقين المنعدي الأسر.²

الصدقات: إن طبيعة الصداقات تكون ممثلة في جماعة الرفاق والأقران، والعلاقة التي تجمعهم تعتبر من الأمور المهمة في الشعور بالهوية، بحيث نجد أن الصداقة تؤثر إما ايجابيا أو سلبيا في شخصية المراهق، وهذا عن طريق مناقشة الأصدقاء الأفكار فيما بينهم بالإضافة إلى الأمور الأخرى.

¹ . بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة، مرجع سابق، ص 29.

² . بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة، مرجع سابق، ص 30.

القدرات العقلية: تتمثل القدرات العقلية في القدرة على الإبداع والابتكار، والمساهمة في بناء المجتمع وعليه كل هذه القدرات تعتبر عاملاً مهماً في اكتساب أو بناء الهوية.

10-4-جوانب الهوية:

لقد قام مارشيا (1966-1988) وذلك بالاعتماد على أفكار اريكسون بتحديد مفهوم للهوية، ووضع مقياس لقياسها. وقد تبعه العديد من الباحثين أمثال ادمر (1989) بالإضافة إلى الباحثين العرب الغامدي (تحت الطبع)، وعبد الرحمن (1998) = 175) وعبد المعطي (1993 = 9) بالإضافة إلى تحديد جوانبها والتي تتمثل فيما يلي:

أ- الهوية الإيديولوجية: تتمثل الهوية الإيديولوجية في:

- الهوية المهنية: وتشير إلى معتقدات وخيارات الفرد في المجالات الدراسية والمهنية.

- الهوية الدينية: تشير إلى المعتقدات الفرد الدينية وما يترتب عليها من خيارات وممارسات دينية.

-الهوية السياسية: وتشير إلى معتقدات وخيارات الفرد السياسية.

- هوية فلسفة الحياة: وتشير إلى المعتقدات والأفكار والفلسفات التي يؤمن بها في الحياة والتي تحدد ممارسته تجاه أسلوب معيشته.

ب- هوية العلاقات الاجتماعية البيت الشخصية: تتمثل هذه الهوية في:

- هوية الصداقة.

- هوية الدور الجنسي.

- هوية العلاقة بالجنس الآخر.

- هوية أسلوب الاستمتاع بالحياة وأساليب الترويح.

10-5-رتب الهوية:

يشير مارشيا (1966-1988) في دراسته عن هوية الأنا، وهذا أثناء محاولته لاختبار صدق افتراضات اريكسون عن النمو النفسي الاجتماعي في المراهقة المتأخرة، والتي اعتمدها الكثير من الباحثين العرب أمثال عبد المعطي (1993 = 9) وعبد الرحمن (1998 = 275) والغامدي (تحت الطبع) والغامدي (تحت الأعداد) وأبو حطب وصادق (1992 = 380 - 381) بأنه توجد أربعة رتب أساسية للهوية ذات الطبيعة الديناميكية المتغيرة بحيث إن هذه الرتب تتحدد وفقا لظهور أو غياب متغيرين أساسيين يتمثلان في خبرة أو عدم خبرة الفرد لازمة الهوية، وثانيا التزام الفرد أو عدم التزامه بما يصل إليه من قرارات سواء تجسد هذا من خلال قراراته الحقيقية أو من خلال الصدفة، وعليه أن الفرد يمكن أن يقع احدي هذه الرتب الأربعة والتي تتمثل في:

10-5-1- تحقيق الهوية:

إن الأفراد الذين يقعون في هذه الرتبة وهؤلاء الأفراد تواجههم أزمة الهوية في أكثر من مجال في حياتهم ولكن رغم ذلك فأهم يتوصلون إلى قرار عن طريق اختيارهم، بالإضافة إلى التزامهم بهذا القرار وهذا ما يعني أنهم توصلوا إلى هوية سوية، بمعنى انه تم تحقيق الهوية لديهم وعليه هؤلاء الأفراد يتميزون بتوافق ذو درجة عالية بالإضافة إلى تقدير الذات والإنتاجية ومن جهة أخرى لا يعانون من القلق والاضطرابات النفسية والسلوكية لأنه يكون بدرجة قليلة.¹

10-5-2- تعليق الهوية:

إن الأفراد الذين يقعون في هذه الرتبة تكون خبرتهم آنية لازمة الهوية، وغير متوصلين لقرارات، ومن جهة أخرى فان الأفراد الذين يحققون هويتهم يمرون في إحدى مراحلهم بمرحلة تعليق الهوية، ولكن هذا بصفة مؤقتة، ووقوع الفرد في هذه الأزمة يعني استمرارية في الوقوع فيها، وبالتالي استمرارية في التغيير وعدم التزامه بهويته، بالإضافة إلى تغييره لأهدافه وعدم التزامه بها، وهذه الرتبة تمثل رتبة متقدمة مقارنة بالرتبتين التاليتين، ذلك أن الأفراد يظهرون اهتماما بالوصول إلى أهداف ثابتة وكتيجة لديناميكية الرتب فان احتمالات تحولهم إلى رتبة التحقيق تبقى قائمة مع التوجيه السليم.

¹ . بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة، مرجع سابق، ص 31.

10-5-3-انغلاق الهوية:

إن الأفراد الذين يقعون في هذه الرتبة يتميزون بعد خبرتهم اللازمة للهوية، وهذا راجع إلى وجود قوى خارجية عن إرادتهم توجه أهدافهم، مثل اختيار الآباء لنوع الدراسة أو العمل لأبنائهم، في الوقت الذي هم يفكرون فيه بدراسة أو عمل مخالف لمل اختياره الوالدين ولكن ليس باستطاعتهم رفض هذا الاختيار، ووجوب إبدائهم للرغبة والقبول به، وهذه الرتبة كثيرا ما تلقي الدعم من الوالدين لكن بالنسبة للأبناء فإننا نجدهم يعانون من ضعف في نمو الأنا، ودرجة عالية من القلق وهذا ما نلمسه في حالة فقدان مصدر الدعم.

10-5-4-تفكك الهوية:

إن هذه الرتبة تعتبر من أسوأ رتب الهوية لان الفرد يعاني فيها بدرجة كبيرة من حالة الضعف في نمو الأنا والمشكلات السلوكية والنفسية، وهؤلاء الأفراد يتميزون بعدم إخبارهم بوجود أزمة الهوية، وعدم اهتمامهم بها، بالإضافة إلى عدم التزامهم بالأدوار التي تفرضها عليهم الصدق، وهذا ما يفرقهم عن الأفراد الذين يقعون في رتبة انغلاق الهوية، وبالتالي عدم اهتمامهم بأهدافهم في المستقبل، لأنها لا تمثل لهم أكثر من ادوار فرضت عليهم، وفي الغالب قد يظهرون اضطرابات تختلف في حدتها، وقد تصل ببعضهم إلى العدوان والانحراف والجريمة.

خلاصة:

إن المراهقة هي مرحلة معقدة وجد خطيرة يمر بها الفرد فهي تلك المرحلة الأساسية الفاصلة بين الطفولة والرشد، وهي تشكل بما يسمى بداية حياة جديدة، وهذا بانتهائها، رغم انه من الصعب تحديد بداية ونهاية هذه المرحلة، وعليه يمكن القول أن اجتياز الفرد لهذه الفترة بشكل ايجابي يفتح له أبواب واسعة تجعله ناجحا في حياته، لكونه يصبح مهتم بجوانب المسؤولية، والتطلع بالمستقبل، ولكن عدم اجتياز هذه المرحلة بشكل ايجابي يشكل معوقات للفرد في حياته، وفي مختلف المجالات، الثقافية والاجتماعية والدينية والنفسية، لأنه في حالة نجاح المراهق في الخروج من مرحلة المراهقة يؤكد اكتسابه هوية يلتزم بها بكونها هوية سوية تساعد على مواصلة حياته لتحقيق أهدافه وطموحاته، والتي تشغل تفكير أي مراهق.

أن أي نظام يتبناه المجتمع لابد أن يكون نابع من الفلسفة القائمة ، أي من لب فكره وعقيدته ، وعملية التوافق النفسي الاجتماعي تتأثر بالعديد من العوامل ، ودراسة مدى ملائمة الإصلاحات التربوية الجديد في تحقيق التوافق الفرد ، تتداخل فيه العديد من العوامل الاجتماعية والثقافية وال نفسية ، هذه الأخيرة - العوامل التي لا تعمل بمعزل عن بعضها البعض ولا بشكل مستقل مما يجعل دراستنا أكثر تشعبا وتعمقا . ثم أن البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية و الثقافية تأثر بطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحدد الأسلوب الذي يحقق له التكيف والتوافق مع كل جانب من جوانب هذه البيئة وترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي ، أما البيئة الاجتماعية والثقافية فتظهر من خلال الجماعات التي يندمج فيها الشخص ، الأسرة ، المدرسة ، جماعة الرفاق والمؤسسات الثقافية والتربوية ولعل الأسرة هي هذه عات فهي التي تشرف على النمو الجسمي والنفسي والاجتماعي للفرد وتؤثر في تكوين شخصيته ووظيفيا وديناميكيا وتوجه سلوكه منذ طفولته المبكرة حيث تلعب العلاقات بينه وبين أبويه وإخوته دورا هاما في تكوين شخصيته وأسلوب حياته وتوافقته .

الاقتراحات والتوصيات : بناء على ما تم عرضه والتوصل إليه من خلال هذا البحث تبين أن الممارسة الرياضية ضرورية لخدمة الفرد ، وخاصة في المرحلة الثانوية التي عرف فيها الطلبة أوج التوتر ، وعدم الاستقرار التي يعرفها في سن المراهقة ، ولهذا كان من الضروري قيام بحوث تعنى بهذا الموضوع مسايرة التطور الذي يعرفه العلم ، والتجديدات التي تعرفها المنظومة الرياضية في بلادنا ، وذلك لمحاولة التقليل من الهوة التي تفصل بين كل ما هو نظري عن تطبيقه على نفس الأسس في أرضية الواقع ، ولا يمكن للمنظومة الرياضية أن تقوم على أسس متينة ما لم تنظر إلى الفرد كوحدة شخصية إن أهملت جانبا منها تداعت بأكملها ، وانحرفت عن المسار.

قائمة المراجع

1. عبد الكريم غريب وآخرون، معجم علوم التربية، مصطلحات البيداغوجيا والديداكتيكات، منشورات عالم التربية، ط3، الدار البيضاء، 2001.
2. مُجدّ عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، ط2، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1992.
3. إبراهيم تشقوق، سيكولوجية المراهقة، ط3، المكتبة الانجلو مصرية، 1989.
4. أبو الفتوح رضوان، المراهق في المدرسة والمجتمع، (ب.ط)، القاهرة: المكتبة الانجلو مصرية، 1973.
5. احمد عمر سليمان رويي . الأهداف التربوية. دار الفكر العربي. ط1. مصر. 1996.
6. انتصار يونس، السلوك الإنساني، (ب.ط)، مصر: المكتبة الجامعية، 2002.
7. سامي مُجدّ ملحم، علم النفس النمو، ج 1 ، دار الفكر، 2004.
8. سامي مُجدّ ملحم، علم النفس النمو، دورة حياة الإنسان، ط1، دار الفكر ، 2004.
9. سعد حلال، الطفولة والمراهقة، ط2، دار الفكر العربي.
10. سعديّة علي بھادر، البرنامج التربوي النفسي لخبرة من أنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتطبيق، (ب.ط)، الكويت: دار البحوث العلمية، 1983.
11. سعديّة مُجدّ علي هادر، علم النفس والنمو، (ب.ط)، دار الكويت: دار البحوث العلمية 1998.
12. سمير كامل احمد، سيكولوجية نمو الطفل ، القاهرة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب 1987.
13. عبد الرحمن الوافي، زيان سعيد، النمو من الطفولة إلى المراهقة، (ب.ط)، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004.
14. عبد الفتاح دويرار، سيكولوجية النمو والارتقاء، (ب.ط)، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع.
15. فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، القاهرة: (ب.ط)، دار الفكر العربي، 1975.
16. فاخر عاقل، علم النفس التربوي، (ب.ط)، بيروت : دار العلم للملايين، 1976.
17. مُجدّ التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، (ب.ط)، دار الثقافة، 1973.
18. مُجدّ حامد الافندي ، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية ، (ب.ط)، دار الهناء للطباعة والنشر – بدون تاريخ.
19. مُجدّ حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط 8، دار المعارف، 1992.
20. مُجدّ رفعت، المراهقة و سن البلوغ، (ب.ط)، لبنان : دار المعارف للطباعة والنشر، 1974.
21. مُجدّ رفعت، المراهقة و سن البلوغ، ط1، دار المعارف للطباعة والنشر، 1974.
22. مُجدّ عاطق غيث، قاموس علم الاجتماع، (ب.ط)، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية 1989 .
23. مُجدّ مصطفى زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، (ب.ط)، جدة: دار الشروق.
24. مُجدّ مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، (ب.ط)، جدة: دار الشروق، (ب، ت).
25. محي الدين مختار، محاضرات علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، قسنطينة: 1998.

26. محي الدين مختار، محاضرات في علم النفس الاجتماعي، (ب.ط)، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1982.
27. ميخائيل إبراهيم اسعد، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، (ب.ط)، بيروت، دار الآفاق الجديدة.
28. ميخائيل إبراهيم سعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، ط2، بيروت: دار الآفاق الجديدة، 1991.
29. ميخائيل اسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهقة، ط01 بيروت: دار الآفاق الجديدة 1999.
30. ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف، (ب.ط)، مصر: دار المعارف 1971.
31. إبراهيم أنيس وآخرون، معجم الوسيط، دار المعارف، ط1، القاهرة، 1972.
32. أمين نور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1998.
33. بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة.
34. عطية مُجّد هنا: اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والابتدائية، دار القلم، الكويت، بدون سنة.
35. كمال علوان الزبيدي، علم النفس الاجتماعي، الوراق للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2003.
36. مُجّد صالح الخروبي، المدخل إلى التدريب بالكفاءات، دار الهدى، ط1، الجزائر، 2002.
37. احمد شبشرب. علوم التربية. الدار التونسية للنشر. المؤسسة الوطنية للكتاب. بدون طبعة. بدون سنة. الجزائر.
38. أحمد عزة راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، ط1، الإسكندرية، سنة 1976
39. أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، ط10، الإسكندرية، سنة 1976.
40. أحمد عزة راجح: علم النفس الصناعي، الدار القومية، ط3، 1965.
41. احمد عمر سليمان رويي . الأهداف التربوية. دار الفكر العربي. ط1. مصر. 1999.
42. احمد فؤاد الاهواني. جون ديوي. فمن سلسلة نوابغ الفكر العربي. دار المعارف. ط2. القاهرة. 1968.
43. أسعد رزوق: موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، ط1، بيروت.
44. الدكتور مُجّد مُجّد الشحات. التربية الرياضية. العلم والإيمان للنشر والتوزيع. بدون طبعة. سنة 2008.
45. الميثاق الوطني للتربية والتكوين. ضمن سلسلة مراجع قانونية رقم 17، منشورات المركز المغربي للإعلام. ط2. 2003.
46. تركي رابح. أصول التربية والتعليم. ديوان المطبوعات الجامعية. ط1. 1989. ص17-20.
47. جمال مُجّد صقر: إتجاهات في التربية والتعليم، دار المعارف بمصر، ط1، القاهرة، سنة 1965،
48. جمعون نفيسة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، رسالة ماجستير في علوم التربية، سنة 2001.
49. حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتاب، ط1، القاهرة، 1978.
50. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط5، عالم الكتب، سنة 2001.
51. حروش دهب، مداخلات المنتدى حول الكفاءات والمعارف بالجزائر سنة 2001.
52. حسن صالح الدهري: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، سنة 1999،
53. حسن صالح الدهري: كاظم هاشم العبيدي: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، ط1، سنة 1999.
54. خير الدين هني، مقاربة التدريس بالفئات. الطبعة الأولى. بدون سنة.

- 55.ريتشارد ساك.تصنيف أنماط الإصلاحات التعليمية.ترجمة احمد النحاس في :مستقبل التربية مجلة دورية التربية،العدد1،مركز المطبوعات اليونسكو،القاهرة 1981.
- 56.سعد إبراهيم عبد الفتاح طعيمة.فلسفة التجديد ونماذجه في التعليم.دراسة في التعليم الثانوي العربي.رسالة دكتوراه غير منشورة.جامعة عين شمس القاهرة.1990.
- 57.سعد جلال: المرجع في علم النفس، دار المعارف بمصر، ط1، القاهرة،1971.
- 58.سعد جلال: في الصحة العقلية الأمراض النفسية والانحرافات السلوكية، دار المطبوعات الحديثة،مصر.
- 59.¹ صالح عبد العزيز. التربية وطرق التدريس.دار المعارف.ط1، مصر. 1986.
- 60.¹ صاموئيل ميغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية،القاهرة،سنة1974.
- 61.عبد العالي الجسماني: علم النفس والتعليم،دار العربية للعلوم،ط1،بيروت، سنة1994.
- 62.عبد الكريم غريب وآخرون. معجم علوم التربية. مصطلحات البيداغوجيا والديداكتيكات. منشورات عالم التربية. ط3. الدار البيضاء. 2001.
- 63.عبد الناصر بن تومي، مذكرة لنيل شهادة ماجستير، النشاط البدني الرياضي، دراسة تحليلية لعملية التقويم في البكالوريا الرياضية في ظل المقاربة بالكفاءات، 2007، 2008.
- 64.عميرة عبد الرحمان.منهج القران الكريم في تربية الأجيال. شركة مكتبة عكاظ.ط1. 1981.
- 65.فادية عمر الجولاني. علم الاجتماع التربوي . مكتبة الإشعاع. ط1. مصر. 1997.
- 66.فايز علي الحاج: الصحة النفسية، المكتب الإسلامي، ط1، بيروت، سنة 1984.
- 67.فريد عادل، لماذا إصلاح المناهج وكيف؟مداخل المتدنى حول الكفاءات والمعارف بتاريخ 29 أكتوبر 2001.
- 68.قانون 76-81المورخ في 23/10/1976المتعلق بقانون التربية البدنية والرياضية.
- 69.كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، بدون نشر، ط2، سنة1976.
- 70.كمال دسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2، سنة1976.
- 71.لجان مراجعة المناهج التربوية المغربية للتعليم الابتدائي والثانوي والتأهيلي:مراجعة المناهج التربوية،الكتاب الأبيض،المغرب 2001.
- 72.لخضر زروق "تقنيات الفعل التربوي ومقاربة الكفاءات"، مطبعة دار هومة، ط1. الجزائر، بدون سنة نشر.
- 73.مُجد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1990، ص37
- 74.مُجد الصالح خوري، المدخل إلى التدريس بالكفاءات، دار الهدى، ط1. الجزائر. بدون سنة، ص19
- 75.مُجد بوبكري. في إصلاح نظام التربية والتكوين. في عالم التربية مجلة فصلية العدد14 الجديدة (المغرب). 2004.
- 76.مُجد سيد أبو النيل: علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، ج1، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، سنة1984.
- 77.مُجد منير مرسي:الإصلاح والتجديد التربوي في العصر الحديث:عالم الكتب.القاهرة.1996.
- 78.مديرية التكوين والتوجيه. المديرية الفرعية للتكوين.دروس التربية وعلم النفس.الجزائر. 1973.
- 79.مزيان الحاج أحمد قاسم، التدريس بواسطة الكفاءات، المركز الوطني للوثائق التربوية، الجزائر، 2002.
- 80.مصطفى فهمي: دراسات في سيكولوجية التكيف، ط1، القاهرة، سنة1987.