

جامعة ابن خلدون-تيارت
University Ibn Khaldoun of Tiaret



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences
قسم علم النفس والفلسفة والأورطوفونيا
and Speech Therapy ، Philosophy ، Department of Psychology

مذكرة مكملّة لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د.
تخصص علم النفس العيادي

العنوان:

إستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات

دراسة عيادية لثلاث حالات بالمركز المتخصص في إعادة التربية بنات -تيارت-

إشراف:
د. قاضي مراد

إعداد:
▪ فدل صليحة
▪ قادم صارة

لجنة المناقشة

الصفة	الرتبة	الأستاذ (ة)
رئيسا	أستاذ محاضر - أ-	قندوز محمد
مشرفا ومقررا	أستاذ محاضر - ب-	قاضي مراد
مناقشا	أستاذ محاضر - ب-	قمرأوي إيمان

الموسم الجامعي: 2024 / 2025

ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات بالمركز المتخصص في إعادة التربية بنات بتيارت، قد تكونت حالات الدراسة من 03 مراهقات جانحات، تبلغ الحالة الأولى 15 سنة، والثانية 14 سنة والثالثة 15 سنة، تم الإعتماد على المنهج العيادي بأسلوب دراسة حالة وتمثلت أدوات الدراسة في المقابلة العيادية، الملاحظة السلوكية، مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط واستمارة بالمقابلة لجمع المعلومات الخاصة بالمراهقات الجانحات، حيث أسفرت النتائج إلى: تستخدم المراهقات الجانحات استراتيجيات مواجهة الضغوط متنوعة كاستراتيجية المركزة على حل المشكل واستراتيجية التجنب وكذلك استراتيجية الإنفعال.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات المواجهة؛ الضغوط النفسية؛ المراهقة؛ الجنوح.

Abstract

This study aims to discover the stress coping strategies of delinquent adolescent girls at the specialized rehabilitation center for girls in Tiaret, the study sample consists of 03 delinquent adolescent girls, the first case is 15 years old, the second case is 14 years old and the third case is 15 years old, the clinical approach was adopted in a case study method, the study tools are clinical interview, behavior observation, stress coping strategy scale and interview form to collect information about delinquent adolescent girls, the results reveal that : Adolescent female offenders use a variety of stress coping strategies such as problem-focused coping, avoidance and emotional coping.

Keywords: Coping strategies; Psychological stress; Adolescence; Delinquency.

Résumé :

Cette étude vise à découvrir les stratégies d'adaptation au stress des adolescentes délinquantes au centre de rééducation spécialisé pour filles à Tiaret, l'échantillon de l'étude est composé de 03 adolescentes délinquantes, le premier cas est âgé de 15 ans, le deuxième cas est âgé de 14 ans et le troisième cas est âgé de 15 ans, l'approche clinique a été adoptée dans une méthode d'étude de cas, les outils de l'étude sont l'entretien clinique, l'observation du comportement, l'échelle de stratégie d'adaptation au stress et le formulaire d'entretien pour collecter des informations sur les adolescentes délinquantes, les résultats révèlent que : Les adolescentes délinquantes utilisent une variété de stratégies d'adaptation au stress telles que les stratégies d'adaptation axées sur le problème, l'évitement et les stratégies d'adaptation émotionnelles.

Mots-clés : Stratégies d'adaptation ; Stress psychologique ; Adolescence ; Délinquance.

شكر وعرفان

الحمد لله مجيب الدعاء ، كاشف الضر والبلاء ، لا يرد سائلا ولا يخييب راجيا ، فهو أهل الفضل والثناء ، نعمه على نعمه العظيمة التي لا تحصى ونشكره في السر والنجوى أن من علينا بإكمال هذا البحث.

وامتثالاً لأمر الحبيب عليه أفضل الصلاة والسلام "من لا يشكر الناس لا يشكر الله" نتوجه بجزيل الشكر والعرفان إلى الأساتذة الكرام أساتذة علم النفس الذين كانوا معنا طوال مشوارنا الدراسي في جامعة ابن خلدون تيارت - كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية - كما نتقدم بالشكر والإمتنان للدكتور الفاضل "قاضي مراد" لقبوله الإشراف على هذه الدراسة، والذي لم يبخل علينا بالنصح والتوجيه طيلة إجراء البحث متمنين له المزيد من النجاح والتوفيق زادك الله علما على علم.

كما لا ننسى الشكر الكبير لكل العاملين في المركز المتخصص في إحادة التربية بنات - على معاشي تيارت - الذين سملوا لنا الظروف للقيام بدراستنا الميدانية وعلى رأسهم الأختانية " نجاة " والأخ المربي المتخصص "رضوان".

وفي الأخير نشكر كل من مد يد العون والمساعدة وأسدى لنا نصحا أو توجيهما أو ارشادا ، ونختص بالذكر الأخ أسامة، سفيان، عبدالرزاق، إبراهيم، عبدالرحمان وسيد علي. نرجو من الله أن يوفقهم جميعا لما يحبه ويرضاه ، وأن يسير لهم سبل الخير و الفلاح في الدنيا والآخرة وأن يجزيهم عنا خير الجزاء.

"وما توفيقنا إلا بالله"





إهداء

أهدي ثمرة هذا النجاح إلى:

من لا يمكن للكلمات أن توفي حقها.

"والدائي"

إلى الشمعة التي احترقت لتضيئ لي دروب الحياة، إلى مصدر الحنان، ومنبع

الأمان، إلى من تحت قدميها نزال الجنان

"أمي الغالية"

إلى من زرع حب العلم في قلبي وكان سنداً لي في حياتي، إلى من رسم دروب نجاحي

"أبي الغالي"

إلى أخواتي اللواتي كن نصراً للعطاء دوماً.

إلى أخواني اللذان كانوا الخير والسند والحب كله. "عليو عبدالقادر"

إلى صديقاتي التي جمعتني بهم الحياة، اللواتي قاسمنني لحظاتهم .

رعاهم الله ووفقهم.

إلى كل من كان لهم أثر على حياتي

إلى كل من أحبهم قلبي ونسبهم قلبي.

صليحة



إهداء

إلى من كانت دعوتها سر كل النجاح
إلى من سهرت لأجلي، وتحملت تعبى وكانت دائما الملجأ والسند
إلى " أمي الحبيبة " لا كلمات توفيك حقك، ولكن هذا الإنجاز هو عربون وفاء وحبه لك
إلى " أبي الغالي " الذي علمني أن لأشياء مستحيل بالإرادة والعمل
إلى أخي وأختي أنتم النبرس الجميل في حياتي أشارككم هذا النجاح لأنه ثمرة حركم
وتشجيعكم
إلى صديقاتي وأصدقائي رفقاء الدرب الذين كانوا نورا في أوقات المظلمة شكرا
لوجودكم الصادق
إلى أستاذي " قاضي مراد " الذي لم يكن فقط مشرفا بل كان مصدر إلهام وداعما
حقيقيا في كل خطوة
إلى كل من آمن بي وساندني بكلمة، أو إبتسامة، أو دعوة من القلب لكم جميعا أهدي
هذا العمل.

فهرس المحتويات

شكر وعرفان

إهداء

ملخص الدراسة

مقدمة: أ.

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

- 1- الإشكالية..... 4
- 2- الفرضيات: 5
- 3- أسباب اختيار الموضوع: 5
- 4- أهمية الدراسة: 6
- 5- أهداف الدراسة: 6
- 6- التعاريف الإجرائية: 6
- 7- الدراسات السابقة: 7
- 8- التعقيب على الدراسات السابقة: 11

الفصل الثاني : إستراتيجية مواجهة الضغوط

- تمهيد: 14
- أولاً: الضغوط النفسية: 15
- 1- تطور مفهوم الضغوط النفسية: 15
- 2- أنواع الضغوط النفسية: 17
- 3- تصنيف الضغوط النفسية ومصادرها: 19
- 4- نظريات تفسير الضغوط النفسية: 20
- 5- أعراض الضغط النفسي: 26
- 6- الآثار المترتبة عن الضغوط النفسية: 30
- ثانياً: استراتيجيات المواجهة: 33
- 1- التطور التاريخي لمفهوم استراتيجيات المواجهة..... 33
- 2- تعريف استراتيجيات المواجهة : 34
- 3- النماذج والنظريات المفسرة لاستراتيجيات المواجهة: 36

42	4- تصنيف استراتيجيات المواجهة:
48	5- العوامل المؤثرة في عملية المواجهة:
51	6- طرق قياس إستراتيجيات المواجهة:
53	خلاصة:

الفصل الثالث : المراقبة الجانحة

59	تمهيد:
	أولاً: المراقبة
56	1- تعريف المراقبة:
57	2- مراحل المراقبة:
58	3- خصائص المراقبة:
62	4- النظريات المفسرة للمراقبة:
66	5- أشكال المراقبة:
67	6- مشكلات المراقبة:
	ثانياً: الجنوح
71	1- تعريف الجنوح:
73	2- النظريات المفسرة للجنوح :
75	3- أشكال الجنوح :
76	4-العوامل المؤدية للجنوح:
80	5- جنوح المراقبة:
81	6- التكفل النفسي بالجانحين:
84	خلاصة:

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

86	تمهيد:
86	1- الدراسة الإستطلاعية:
86	2- الدراسة الأساسية:
86	3- منهج الدراسة:
86	4- عينة الدراسة الأساسية:

87	5- خصائص العينة الأساسية :
87	6- الحدود الزمانية والمكانية للدراسة الأساسية:
90	7- أدوات الدراسة الأساسية:
90	8- صعوبات الدراسة:
97	خلاصة:

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

94	تمهيد
94	1- عرض الحالات ونتائج مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط :
95	2- تقديم الحالة:
96	3- ملخص المقابلات:
104	5- التحليل العام للحالات:
104	ثانيا: مناقشة نتائج الدراسة
104	1- مناقشة الفرضية العامة:
105	2- مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:
106	3- مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:
107	4- مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:
108	إستنتاج عام:
110	خاتمة:
111	التوصيات والإقتراحات:
113	قائمة المراجع:

الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	جدول يوضح التعقيب على الدراسات السابقة	10
2	جدول يوضح أهم الضغوط حسب نظرية موراي	24
3	جدول يوضح بعض تصنيفات المواجهة	49
4	جدول يوضح البيانات الشخصية للحالات	91
5	جدول يوضح مجالات تصحيح أبعاد مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط	95
6	الجدول يوضح نتائج تطبيق مقياس إستراتيجية المواجهة على الحالة الأولى	103
7	الجدول يوضح نتائج تطبيق مقياس استراتيجيات المواجهة على الحالة الثانية	107
8	الجدول رقم يوضح نتائج تطبيق مقياس استراتيجيات المواجهة على الحالة الثالثة	110

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين مراحل متلازمة التكيف العام لسيلي	27
02	مخطط يبين مخطط العلاقة بين الضغط النفسي والإتزان الحيوي عند كانون وسيلي	28
03	مخطط يوضح بعض الآثار السيكوسوماتية حسب ستورا	35

مقدمة

مقدمة:

يتعرض الفرد يوميا لأحداث ضاغطة ومهددة لراحته النفسية والجسمية والتي قد تكون داخلية أو خارجية، بحيث يجد الفرد نفسه مجبرا على التعامل معها ومن ثم يلجأ إلى إختيار أسلوب معين لمقاومتها فالحديث عن الضغوط يستلزم الكلام عن أساليب المواجهة والتكيف معها، لأن فهم طبيعة الضغوط وآثارها يفرض أساليب التغلب عليها، كما أن لإستراتيجيات المواجهة تأثيرا على الإستجابة الفيزيولوجية والنفسية للضغط فهذه الأساليب تعبر عن الكيفية التي يفكر بها الفرد عن إستجاباته للأحداث المسببة للتوتر.

وباعتبار المراهقة مرحلة تغير فسيولوجي وتطور نفسي وإجتماعي قد تحتوي على العديد من الضغوط المتولدة عن التحولات الجسمية والمتطلبات النفسية والإجتماعية، التي يجابهها أحيانا ويتجنبها أحيانا أخرى وفقا لقدراته والإمكانات المعرفية وتفعيله الإستراتيجية المناسبة والفعالة من أجل التوافق والتكيف مع هذه الضغوط، وعدم إختيار إستراتيجية مناسبة لحل المشاكل والوضعية الضاغطة والمهركة قد ينجر عنها العديد من المشكلات السلوكية والإنحرافات لدى المراهق التي تؤثر على الفرد بحد ذاته وعلى المجتمع كالجنوح مثلا، الذي يعتبر ظاهرة إجتماعية متفشية في كل أقطار العالم والتي جعلت كل الإتجاهات والتخصصات تبحث عن العوامل والأسباب الكامنة وراء هذا الأخير، بغية تفسيرها ووضعها في الإطار المحدد لها، وتقترن ظاهرة الجنوح بمرحلة المراهقة نتيجة التغيرات التي تطرأ في هذه المرحلة و صعوبة تجاوزها تؤدي إلى الإنحراف والجنوح في أغلب الأحيان.

ومن هنا نستدل بمدى أهمية الموضوع المستمدة من فعالية إستراتيجية مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات، فقد ارتأينا للبحث في هذه المتغيرات التي تضم كل من المراهقة والجنوح وإستراتيجية مواجهة الضغوط بهدف الكشف عن الأسلوب الذي تتبناه المراهقات الجانحات في مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة، وللوقوف على محطات الدراسة بصورة أكثر تفصيلا وللوقوف على محطات الدراسة أكثر تفصيلا، فإنه يتعين استعراض خطتنا بدقة، حيث قسمنا الدراسة إلى خمس فصول :

أولا: الجانب النظري شمل 03 فصول :

الفصل التمهيدي: الذي احتوى على إشكالية البحث، أهدافها، أهميتها التعاريف ومفاهيم البحث إجرائيا، بالإضافة إلى الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

أما الفصل الثاني: فقد خصص لإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية على حدا، واستراتيجيات المواجهة على حدا.

أما الفصل الثالث: فقد خصص للمراهمقات الجانحات كذلك تطرقنا للمراهقة أولا ثم الجنوح.

ثانيا: الجانب التطبيقي شمل:

الفصل الرابع: الذي تطرقنا فيه إلى الإجراءات المنهجية للدراسة .

الفصل الخامس: فقد تم فيه تقديم حالات البحث وعرض النتائج ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والتراث النظري.

وختمت الدراسة ببيان بمدى تحقيق أهدافها وفعاليتها، كوننا نؤمن أن تكون منطلقا لعدة بحوث

وإجراءات ميدانية تضمنتها التوصيات والإقتراحات.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1. الإشكالية
2. الفرضيات
3. أسباب إختيار الموضوع
4. أهمية الدراسة
5. أهداف الدراسة
6. التعاريف الإجرائية
7. الدراسات السابقة
8. التعقيب على الدراسات السابقة.

1- الإشكالية

الحياة محطات من الفرح والألم، ففي كل لحظة نخبر شعورا جديدا قد يكون سعيدا كنجاح مميز أو صداقة جميلة ، أو الحصول على وظيفة لائقة ، وقد تحملنا الأقدار إلى حيث لا نريد وتجبرنا على مواجهة مشاعر وضغوط لم نتخيل أننا سنعيشها يوما ما ، فقد نفقد عزيزا أو نفارق حبيباً أو نجبر على مغادرة وطن أو ربما نتعرض لكارثة مالية أو مشكلة عاطفية التي قد تؤثرنا وتجعلنا نعيش في معاناة والوقوع فريسة للأمراض النفسية وعرضة للإنهيار العصبي ،فمنذ اللحظة التي خطا فيها الإنسان أول خطواته عانى من الضغوط والأزمات ،حيث واجه متطلبات الحياة الكثيرة والمتنوعة، حيث يعتبرهانس سيللي **Hans sely** أول من جاء بمفهوم الضغط النفسي وعرفه بأنه استجابة الجسم غير المحددة لأي متطلبات تسبب ضرراً له. فالأحداث التي يمر بها الشخص قد تحدث تأثيراً إيجابياً أو سلبياً ،ويحدث ذلك تبعاً لردود أفعال الشخص اتجاه تلك الضغوط، لذلك علينا استخدام أساليب واستراتيجيات المواجهة المناسبة للتكيف، لما تعود به من فائدة في التخفيف من حدة الضغوط وتداعياتها على الجانب النفسي والجسمي، فهي حسب ولمان **wolman** أنها عبارة عن مجموعة من الوسائل التي تسير التكيف مع البيئة ومواقفها والضاغطة، و ذلك لغرض تحقيق هدف أو بعض الأهداف، وتكون إستراتيجية المواجهة فاعلة إذا سمحت للفرد بالتغلب والسيطرة على الوضعية الضاغطة أو التخفيف من آثارها على راحته النفسية والجسدية، حتى يتمكن الفرد من حل المشكلة والتحكم فيها وتعديل انفعالاته السلبية اتجاه المواقف الضاغطة.(الحياني،2022: 19)

وباعتبار المراهقة مرحلة من مراحل التطور المتوترة، فإن أنظار الباحثين في مجال الصحة النفسية تركزت حول الكشف عن الطريقة التي يلجأ المراهقون إليها لمواجهة مشاكلهم اليومية التي قد تكون متوافقة مع الموقف أو عكس ذلك ،وهذا ما أظهرته دراسة **والي وداد،(2014-2015)** المعنونة باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين الجانحين ذكور وإناث. حيث ينجر عنها العديد من المشاكل النفسية والإجتماعية عند هذه الفئة، الذين يعانون سوء التكيف وعدم التوافق وعدم فعالية الأسلوب المستخدم في حل المشاكل، وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة **الحياني،1995** بوجود علاقة بين عدم التكيف الإجتماعي وانحراف الأحداث.

ولهذا يجب تفعيل استراتيجيات مناسبة لمواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات والمنعكسة في مجموع السلوكيات وردود الأفعال المتبناة في مختلف المواقف الحياتية الضاغطة التي يتعرضون لها يوميا والمطالبون بالإستجابة والتفاعل مع قصد التحكم والسيطرة عليها وقد تختلف أساليب المواجهة من فرد لآخر فمنها من يركز على حل المشكل، ومنها من يركز على الإنفعال، ومنها من يركز على التجنب، ما يجعل الفرد مطالب باكتساب الطريقة والكيفية الملائمة في حل مشاكله اليومية، وانطلاقا مما سبق ذكره سنحاول تسليط الضوء على أهم إستراتيجيات مواجهة الضغوط المستخدمة من قبل المراهقات الجانحات معتمدين على الإشكال الرئيسي التالي :

ما هي إستراتيجيات مواجهة الضغوط المستخدمة عند المراهقات الجانحات بالمركز المتخصص في إعادة التربية بنات -تيارت-؟

التساؤلات الجزئية:

- هل تستخدم المراهقة الجانحة إستراتيجية الإنفعال في مواجهة الضغوط ؟
- هل تستخدم المراهقة الجانحة إستراتيجية التجنب في مواجهة الضغوط ؟
- هل تستخدم المراهقة الجانحة الإستراتيجية المركزة على حل المشكل في مواجهة الضغوط ؟

2- الفرضيات:

الفرضية العامة:

- تستخدم المراهقة الجانحة استراتيجية مواجهة الضغوط.

الفرضيات الجزئية:

- تستخدم المراهقة الجانحة إستراتيجية المركزة على حل مشكل في مواجهة الضغوط.
- تستخدم المراهقة الجانحة إستراتيجية المركزة على التجنب في مواجهة الضغوط.
- تستخدم المراهقة الجانحة إستراتيجية المركزة على الإنفعال في مواجهة الضغوط.

3- أسباب اختيار الموضوع:

من بين الأسباب الكامنة وراء إختيار هذه الدراسة كموضوع للبحث ما يلي:

أسباب ذاتية:

- الميل الذاتي لهذا نوع من المواضيع.
- الرغبة في التعامل مع فئة المراهقات.

أسباب موضوعية:

- الرغبة في الكشف عن أهم الأساليب التي تعتمد عليها المراهقات الجانحات في مواجهة الضغوط.
- إثراء المكتبة بالمراجع.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في أهمية متغيرها "استراتيجيات مواجهة الضغوط" وأهمية العينة المستهدفة "المراهقات الجانحات"، فالمراهقات يتعرضون للعديد من المشاكل النفسية التي قد تؤرقهم وتجعلهم يعيشون في معاناة وضغوط نفسية وتؤثر على حياتهم، ومنها تكمن وتبرز قيمة وأهمية الإستراتيجيات مواجهة الضغوط المستخدمة من طرف المراهقات الجانحات .

5- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

- الكشف عن مدى استخدام المراهقات الجانحات إستراتيجيات مواجهة الضغوط.
- معرفة الإستراتيجية الأكثر استخداما لدى المراهقات الجانحات في مواجهة الضغوط.
- مدى استخدام إستراتيجية الإنفعال في مواجهة الضغوط لدى المراهقة الجانحة.
- مدى استخدام إستراتيجية التجنب في مواجهة الضغوط لدى المراهقة الجانحة.
- مدى استخدام الإستراتيجية المركزة على حل المشكل في مواجهة الضغوط لدى المراهقة الجانحة.

6- التعاريف الإجرائية:

- إستراتيجية مواجهة الضغوط: هي الدرجة التي تتحصل عليها المراهقة الجانحة من خلال تطبيق مقياس إستراتيجية المواجهة.
- المراهقة الجانحة: يقصد بالمراهقة الجانحة إجرائيا الأشخاص الذين تمتد أعمارهم من 13 إلى 18 سنة وقاموا بارتكاب جريمة سواء كانت جنحة أم جناية.

7- الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات التراث العلمي البناء لأي بحث، باعتبارها مصدرا يمد الباحث بالأسس العلمية والعملية لأي دراسة لاحقة من خلال الرجوع إلى الجانب النظري و التطبيقي لها، وفيما يلي التعرف على بعض الدراسات التي تناولت استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين الجانحين .

7-1: الدراسات المحلية:

- دراسة شهاب ليلي وصالح فاطمة، 2022-2023، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى

المكفوفين - الإتحاد الوطني للمكفوفين تيارت -

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المكفوفين، حيث اعتمدت على المنهج العادي (دراسة حالة) والإعتماد على المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس لازاروس وفولكمان على أربع حالات وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : يستخدم المكفوفين المواجهة بالدرجة الأولى بنسب متفاوتة، يستخدم المكفوفين الهروب كإستراتيجية لمواجهة الضغط بالدرجة الثالثة والدعم والمساندة بالدرجة الثانية والإنفعال بالدرجة الأخيرة.

- دراسة حمزة مزياني، 2023، إدراك الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة عند الأحداث الجانحين

-نزلاء مؤسسات إعادة التربية تيزي وزو-

هدفت الدراسة إلى الكشف عن إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية عند الأحداث الجانحين، تم والإعتماد على المنهج الوصفي، وتم استخدام إستبيان إستراتيجيات المواجهة لفولكمان و لازاروس وكذلك إستبيان الضغط النفسي لليفنستين، تكونت عينة الدراسة من 32 حدث جانح، إنتهتنتائج الدراسة إلى التأكيد على وجود علاقة إرتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين درجة إدراك الضغط النفسي واستخدام كل من إستراتيجية التصدي وإستراتيجية إعادة التقدير الإيجابي في حين وجد أن هناك علاقة إرتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين درجة إدراك الضغط النفسي واستخدام إستراتيجية اتخاذ المسافة، أما الإستراتيجيات الأخرى فلم تكن العلاقة دالة.

- دراسة هارون بن نصر وعلي قويدري، 2024، المراهق الجانح والانحرافات الجنسية -بمركز إعادة التربية جيجل-

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن بعض الانحرافات الجنسية المختلفة المتواجدة عند المراهقين الجانحين، اعتمدت على المنهج الإكلينيكي، كما استعملت شبكة الملاحظة الإكلينيكية والمقابلة الإكلينيكية النصف توجيهية كأدوات الدراسة، عينة البحث شملت 05 مراهقين، واكتفوا بالتطرق لحالة واحدة فقط، وقد بينت النتائج المتحصل عليها أن الحالة يعاني من انحراف جنسي أساسي واضح متمثل في السادية وانحراف جنسي مقنع هو ميولات جنسية للأطفال.

7-2: الدراسات العربية:

- دراسة نبيلة أحمد أبو حبيب، 2010، الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء لدى محافظات غزة .

هدفت الدراسة إلى التعرف على إستراتيجيات مواجهة الضغط النفسية الأكثر شيوعاً لدى أبناء الشهداء، اعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، كما استعانت بمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط ومقياس الضغوط النفسية كأدوات للقياس، حيث شملت عينة البحث 632 طالباً وطالبة (313 طالباً و 319 طالبة) من الصفوف الثلاثة في المدارس الثانوية، وقد بينت النتائج المتحصل عليها على وجود ضغوط دراسية ، أسرية، إجتماعية، إقتصادية، انفعالية، سياسية لدى أفراد العينة تؤدي بهم إلى استخدام أساليب مواجهة سلبية كالشروع العقلي والتركيز، الإنفعال، الإنكار، السخرية، الانسحاب وطلب الدعم العاطفي والإجتماعي، وأن كلما زادت الضغوط قلّ استخدام أساليب المواجهة الإيجابية الفعّالة، وأن الطالبات أكثر تأثراً بالضغوط النفسية من الطلاب.

- دراسة الضيدان الحميدي، 2015، بعنوان أساليب المواجهة وعلاقتها بالتفكير الإنتحاري لدى طلاب الجامعة السعودية.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والتفكير الإنتحاري لدى طلاب الجامعة وأيضاً إمكانية التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط في ضوء التفكير الإنتحاري، اعتمد الباحث على المنهج الوصفي في شقيها الإرتباطي والمقارن ،لعينة قوامها 400 طالب من طلاب علم النفس

تمثلت أدوات الدراسة في مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية ومقياس الأفكار الإنتحارية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والتفكير الإنتحاري أيضا يمكن التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط النفسية في ضوء التفكير الإنتحاري لدى طلاب الجامعة.

-دراسة دعاء فاروق هاشم، صارة حمدي التيلوي ، 2021، أساليب المعاملة الوالدية المنبئة بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المراهقين المتمترين والضحايا - مصر -

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية كما يدركه المراهقون وسلوك التتمر وسلوك ضحايا التتمر وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى المتمترين والضحايا تكونت العينة من 1162 طالب (127 طالب متمتر، 177 طالب ضحية تتمر، 38 من الطلاب ضحايا المتمترين، 820 عينة محايدة) تم اختيارها بطريقة عشوائية من ست مدارس، تم تطبيق مقياس التتمر، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية.

7-3: الدراسات الأجنبية:

-دراسة (RAYMOND ;ADAME ;1991) بعنوان اغتراب سبب لجنوح الأحداث .

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الإغتراب لدى الأحداث الجانحين و الأحداث غير الجانحين، و تأثير أبعاد الإغتراب على جنوح الأحداث ، و إستخدمت الدراسة المنهج التجريبي عن طريق عينة تجريبية مكونة من (157) حدثا مسجوناً ، و عينة ضابطة مكونة من (1318) حدثا خارج السجن و أظهرت نتائج الدراسة أن مستويات الإغتراب لدى عينة الأحداث الجانحين تفوق مستوياته لدى الأحداث غير جانحين تفوق مستوياته لدى الأحداث غير الجانحين ، و تبين وجود إرتفاع في مستوى الإغتراب لدى الأحداث الجانحين في بعدي العزلة و اللامعيارية .

-دراسة كينج (1991).

هدفت الدراسة إلى استكشاف أحداث الحياة والضغوط والعلاقة بين الشخصية، واستراتيجيات المواجهة، وأساليب التكيف لدى 760 من الذكور والإناث في المرحلة الجامعية وخلصت الدراسة على أن استراتيجية التخطيط لحل المشكلة وتحمل المسؤولية هما أكثر الطرق الأساليب استخداما وقلة استخدام أسلوب الهروب

والتجنب، وكان الذكور أكثر ميلا لاستخدام التخطيط وحل المشكلة وتحمل المسؤولية أما الإناث أكثر ميلا لاستخدام البحث الاجتماعي والهروب والتجنب .

دراسة النبال وآخرون (1997):

تهدف الدراسة الى الكشف عن استراتيجيات المواجهة وعلاقتها ببعض الإضطرابات الإنفعالية لدى طلبة جامعة قطر ، وتكونت العينة من 224 طالباً وطالبة، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين أساليب التوجه الإنفعالي والتوجه نحو التجنب والإضطرابات الإنفعالية ولم تسفر الدراسة عن وجود فروق في استخدام الإستراتيجيات باختلاف الجنس والسن والحالة الإجتماعية والتخصص.

8- الجدول رقم (01) يوضح التعقيب على الدراسات السابقة:

الدراسة	المنهج	أداة القياس	العينة	النتائج
شهيب ليلي وصالح فاطمة (2022- 2023)	المنهج العيادي (دراسة حالة)	مقياس لازاروس وفولكمان -المقابلة العيادية النصف موجهة	أربع حالات	- يستخدم المكفوفين المواجهة بالدرجة الأولى بنسب متفاوتة - يستخدم المكفوفين الهروب بالدرجة الثالثة. والدعم والمساندة بالدرجة الثانية والإنفعال بالدرجة الأخيرة
هارون بن ناصر وعلي قويدري (2024)	المنهج الإكلينيكي	شبكة الملاحظة الملاحظة الإكلينيكية المقابلة العيادية	05 مرافقين تم التطرق لحالة واحدة فقط	الحالة يعاني من انحراف جنسي أساسي واضح متمثل في السادية وميولات جنسية للأطفال
حمزة مزياني (2023)	المنهج الوصفي	إستبيان المواجهة لفولكمان ولازاروس إستبيان الضغط النفسي لليفنستاتين	32 حدث جانح	وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجة إدراك الضغط النفسي واستخدام كل من إستراتيجية التصدي وإعادة التقدير الإيجابي.
نبيلة أحمد أبو حبيب (2010)	المنهج الوصفي التحليلي	مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط مقياس الضغوط النفسية	632 طالبا وطالبة	وجود ضغوط دراسية، أسرية، إجتماعية، إقتصادية، إنفعالية، سياسية لدى أفراد العينة تؤدي بهم إلى استخدام أساليب مواجهة سلبية
الضيدان الحميدي محمد (2015)	المنهج الوصفي (الارتباطي والمقارن)	مقياس أساليب مواجهة الضغوط مقياس الأفكار الإنتحارية	400 طالب	وجود علاقة دالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والتفكير الإنتحاري
دعاء فاروق هاشم وصارة حمدي التيلوي	المنهج الوصفي	مقياس التتمر مقياس أساليب المعاملة	1162 طالب	وجود علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وبين سلوك التتمر وسلوك ضحايا التتمر وبين أساليب مواجهة الضغوط النفسية

(2021)	(الارتباطي والمقارن)	الوالدية مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية		
دراسة RAYMOND ADAME (1991)	المنهج التجريبي		157 حدثا مسجونا	مستويات الإغتراب لدى عينة الأحداث الجانحين تفوق مستوياته لدى الأحداث غير جانحين تفوق مستوياته لدى الأحداث غير الجانحين ،و تبين وجود إرتفاع في مستوى الإغتراب لدى الأحداث الجانحين في بعدي العزلة و اللامعيارية
دراسة كينج (1991)	وصفي (تحليلي)		760 من الذكور والإناث	استراتيجية التخطيط لحل المشكلة وتحمل المسؤولية هما أكثر الطرق الأساليب استخداما وقلة استخدام أسلوب الهروب والتجنب، وكان الذكور أكثر ميلا لاستخدام التخطيط وحل المشكلة وتحمل المسؤولية أما الإناث أكثر ميلا لاستخدام البحث الاجتماعي والهروب والتجنب.
دراسة النبال وآخرون (1997)	وصفي (ارتباطي)	مقياس إستراتيجيات المواجهة ومقياس الإضطرابات الإنفعالية	224 طالباً وطالبة	وجود علاقة إيجابية بين أساليب التوجه الانفعالي والتوجه نحو التجنب والاضطرابات الانفعالية ولم تسفر الدراسة عن وجود فروق في استخدام الاستراتيجيات باختلاف الجنس والسن والحالة الاجتماعية والتخصص.
الدراسة الحالية	المنهج العيادي (دراسة حالة)	المقابلة العيادية الملاحظة العيادية مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط	03 حالات	تستخدم المراهقات الجانحات إستراتيجيات مواجهة الضغوط متنوعة كالإستراتيجية المركزة على حل المشكل واستراتيجية التجنب وكذلك استراتيجية الإنفعال.

الفصل الثاني:

استراتيجيات مواجهة الضغوط

تمهيد

أولاً: الضغوط النفسية

1. تطور مفهوم الضغوط النفسية
2. أنواع الضغوط النفسية
3. مصادر الضغوط النفسية
4. نظريات تفسير الضغوط النفسية
5. أعراض الضغوط النفسية
6. الآثار المترتبة عن الضغوط النفسية عند المراهقات

ثانياً: استراتيجيات المواجهة

1. التطور التاريخي لمفهوم استراتيجيات المواجهة
2. تعريف إستراتيجية المواجهة
3. تصنيف استراتيجيات المواجهة
4. النماذج والنظريات المفسرة لاستراتيجيات المواجهة
5. تصنيف استراتيجيات المواجهة
6. العوامل المؤثرة في عملية المواجهة
7. طرق قياس إستراتيجيات المواجهة

خلاصة

تمهيد:

من منا في حياته لم يواجه مشكلات وضغوط مختلفة سواءاً في الأسرة ، المدرسة ، العمل أو الحياة بصفة عامة؟ إن الحياة الحديثة فرضت علينا العديد من التغيرات الاجتماعية الإقتصادية والتكنولوجية، والتي تترتب عليها العديد من التفاعلات الاجتماعية التي أدت إلى زيادة ما يواجهه الفرد من ضغوط في الحياة والتي تتطلب من الإنسان ضرورة التعايش والتأقلم معها ، وضمن هذا الفصل محاولة الإحاطة أكثر بمفهوم الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة من خلال التطرق إلى عناصر مختلفة تصب في هذا المضمون.

أولاً: الضغوط النفسية

1- تطور مفهوم الضغوط النفسية:

الضغط مصطلح شاع استخدامه في علم النفس والطب النفسي، حيث تم استعارته من الدراسات الفيزيائية و الهندسية ، حينها كان يشير إلى الإجهاد أو القوة، والضغط كلمة إنجليزية (**stress**) استعملت منذ عام (1956) من طرف هانز سيللي (**H.sely**)، وذلك للإشارة إلى حالة النفس البشرية عندما تواجه تهديداً أو خطراً يجعلها في حالة عدم التوازن ، وتوجد عوامل عدة تجعل العضوية في حالة عدم توازن حيث قد تكون ذات أصل فيزيائي مادي مثل (صدمة ، برودة) ، كيميائية (تسمم) أو نفسية (انفعالات)، وهذا ما يطلق عليه مصطلح الحدث الضاغط.(الحياني، 2022: 32)

وفي علم النفس الضغط هو المطلب أو المهمة الملقاة على عاتق الفرد والتي تحتاج إلى التوافق أو التكيف معها، ويرى البعض أن الضغوط هي الحالة الناتجة عن عدم التوازن بين مطالب الموقف وقدرة الفرد في الإستجابة لهذا الموقف، وأحيانا تكون بعض الضغوط صحية وضرورية لأنها تجعل الفرد يقظاً ومنتهباً وتدريبه على مواجهة مثل تلك المواقف في المستقبل وهي التي يطلق عليها هانز سيللي وكل المهتمين بدراسة الضغوط النفسية " الضغوط المفيدة **Eu stress** "، أما إذا كانت هذه الضغوط مركزة وطويلة المدى تكون في هذه الحالة مرهقة وتؤثر في الحالة المزاجية و الجسمية للفرد وتعيق ممارسة خبراته الجيدة في الحياة وتعيق إمكانات الفرد في التوافق معه. (الطواب، 2008: 89-90)

هو الحمل الذي يقع على كاهل الكائن الحي **Organisme** وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتكيف أو يتوافق مع التغيير الذي يواجهه. بما أن التغيير هو إحدى الحقائق الثابتة في الحياة فإنه يمكن القول بأن التعرض للضغوط بدوره جزء من المعيشة اليومية للفرد.(عسر، 2012: 25)

يعتبر **سبيلبرجر** أن الضغط النفسي الناتج عن ضاغط معين يسبب حالة القلق كما أنه يميز بين مفهوم الضغط **Stress** ومفهوم التهديد **Threat**، فكلاهما مفهومان مختلفين فكلمة ضغوط تشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي يترتب عليها ضيق وتهديد نفسي قد يصل إلى درجة معينة من الخطر على الفرد، بينما تشير كلمة تهديد إلى تفسير وتحليل ظرف وموقف معين على أنه خطير ومخيف ومرعب.

أما **موراي** فالضغط عنده يمثل المؤثرات الأساسية للسلوك وهذه المؤثرات توجد في بيئة الفرد فبعضها مادي يرتبط بالموضوعات والآخر بشري يرتبط بالأشخاص، وهي محكومة بعدة عوامل إقتصادية إجتماعية وأسرية. (النواسية، 2016: 20-21)

أما **لازاروس (Lazarus 1976)**: يرى أن الضغط يظهر عند حاجة شخص ما تفوق وسائله الكيفية، ويميز العناصر الضاغطة الطبيعية (ظروف المحيط مثل البرد أو الحرارة الشديدين)، والعناصر الضاغطة للنفس الإجتماعية (مثل الظروف الاجتماعية والنفسية التي يمكن أن تضر الأنا).

فيما يخص **لازاروس وفولكمان (Lazarus and Folkman 1984)**: يعرفان الضغط كسيرورة تحتوي على مضغوطات والتوترات الفردية ويضيفان بعدا هاما ألا وهو علاقة الشخص بالمحيط.

ويرى **ستيرز وبلاك (Black and steers 1994)**: أن الضغوط هي رد فعل بدني وانفعالي تجاه المواقف التهديدية في البيئة، وهذا التعريف يشير إلى أنه كلما كان هناك نقص في قدرات وإمكانات الأفراد للتوافق مع متطلبات بيئتهم، فإنهم يشعرون بالضغط ويكونون غير قادرين على الإستجابة مع المثيرات البيئية. (بروزون، 2016: 102-103)

وفي هذا الإطار أكد **ريس Rees** على أن الضغوط تشمل المثيرات في البيئة الداخلية أو الخارجية بهذه الدرجة من الشدة و الدوام، بما يتقل القدرة التكيفية للكائن الحي إلى حده الأقصى، والتي في ظروف معينه يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك أو عدم التوافق أو الإختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض ويقدر استمرار الضغوط بقدر ما يتبعها من استجابات جسمية ونفسية وصحية.

أما **هينكل Hinkle** فيرى "أن الضغوط عبارة عن التوترات أو الأحمال الثقيلة التي تلقى على كاهل الفرد، ويؤكد على أن الضغوط أو الخبرات الضاغطة يمكن معرفتها من خلال مجالين رئيسيين هما:

- الأول : من خلال محرك للإستجابة وهو سبب الضغط.

- الثاني: من خلال المستقبل أو الإستجابة وتأثيرها.

ومع ذلك يمكن القول بأن هناك عامل مشتركا في تعريفات العديد من المهتمين والباحثين ،هو الحمل الذي يقع على كاهل الكائن الحي **Organism**، وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتكيف أو يتوافق مع

التغيير الذي يواجهه، وبما أن التغيير هو إحدى الحقائق الثابتة في الحياة فإنه يمكن القول بأن التعرض للضغوط بدوره جزء من المعاشة اليومية للفرد. (الضريبي، 2010: 678-679).

2- أنواع الضغوط النفسية:

أشارت المصادر المختلفة إلى وجود أنواع من الضغوط وهما الضغوط الداخلية والخارجية:

أ- الضغوط الداخلية: تشمل:

- ✓ خيارات نمط الحياة: توفير غير كافي وجدول أعمال.
- ✓ الحوار الذاتي السيئ: التفكير المتشائم والتعقد الذاتي والتخيل المفرط.
- ✓ الإشتراكات العقلية: هي التوقعات غير الواقعية وأخذ الأمور بطريقة شخصية والتفكير في الحصول على كل شيء.
- ✓ سمات الشخصية المضغوطة: النزاع إلى مرئية العمال ومدمن العمل.
- ✓ تتمثل في الأمراض العضوية التي تحدث للفرد و التغيرات الفيزيولوجية التي يتعرض لها ،وتتسبب في إعاقة نحو الوصول إلى الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها ،إما بشكل دائم أو مؤقت كإعاقات الجسمية واضطرابات الغدد وغيرها.(الغامدي، 2016: 07).

✓ الضغوط الخارجية:

- ✓ البيئة المادية: الضجيج ،الأضواء الساقطة ،الحرارة والأماكن الضيقة.
- ✓ التفاعل الاجتماعي: الخشونة أو العدوانية من جانب الآخرين.
- ✓ القواعد ،الأنظمة ،القوانين ،الروتين ،الحكومة والمواعيد.
- ✓ أحداث الحياة الرئيسية: موت قريب، فقدان عمل ، الترقية أو طفل جديد.
- ✓ المشاحنات اليومية لإستبدال وضع المفاتيح في غير موضعها والتعطيل الميكانيكي.
- وأيضا تنوع أشكال الضغوط النفسية بحيث تشكل مناحي الحياة التي يعيشها الإنسان والتي يمكن وضعها ضمن الأنواع التالية:

✓ ضغوط العمل: هو إرهاق العمل.

- ✓ الضغوط الاقتصادية: هو الدور الأعظم في تشتت جهد الإنسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير خاصة في الأزمات المالية.
- ✓ الضغوط الاجتماعية: هي معايير المجتمع التي تفرض على الفرد إلزام العمل بها.
- ✓ الضغوط الأسرية: وهي تتشكل بعوامل تربوية، ضغط شديد على رب الأسرة وتأثيرها على التنشئة الأسرية، فمعظم الأسر يحكمها سلوك تربوي متعلم ينتج عنه الإلتزام.
- ✓ الضغوط الدراسية: هو تعرض طالب في مختلف المراحل الدراسية إلى ضغط شديد في حالة عدم الإستجابة للوائح المدرسية.
- ✓ الضغوط العاطفية : بكل نواحيها النفسية والإنفعالية فهي تمهل للشر وواحدة من مستلزمات الوجود الإنساني، فالعاطفة لدى الإنسان غريزة أوجدها الله عند البشر دون باقي المخلوقات.
(شهيب، صالح، 2022 - 2023 : 15 - 16).

الضغوط الإيجابية والسلبية:

- ب- الضغوط الإيجابية: وهي الضغوط السارة مثل السباقات الرياضية الإنتاجية ، وفي هذه الحالة تكون الضغوط تحت السيطرة.
- ت- الضغوط السلبية: وهي الضغوط الضارة وتكون دائما خارج نطاق السيطرة وقد تؤدي إلى اضطرابات في جهاز المناعة، ويصبح مفتاح الصحة النفسية في هذه الحالة هو أن يتدرب الفرد على كيفية تحويل الثاني من الضغوط إلى النوع الأول أي تحويل الضغوط السلبية إلى ضغوط إيجابية سارة.
(السيد، 2021: 219).

ث- الضغط النفسي الحالي : إنه الضغط الناتج عن موقف معين مثل مناقشة مذكرة تخرج، دخول مسابقة، الوقوف أمام لجنة.... ، يتميز هذا النوع من الضغوط بأنه آني يزول بزوال الموقف، كما أنه دافع جيد للنجاح في الدراسة أو العمل ومختلف النشاطات ، فهو فعال متى تم التحكم والسيطرة على أعراضه، أما إذا زاد عن حده وصعب التحكم فيه فإنه يكون سبباً في الفشل والإنهيار.

ج- الضغط النفسي المزمن : يحدث نتيجة أحداث منهكة يتعرض لها الفرد تتراكم مع الزمن على شكل سلسلة من الضغوط تتجذر آثارها في نفسية الفرد كظاهرة مرضية تجعله في النهاية عاجز عن مواجهتها أو

فعل أي شيء إزاءها، مما يدفع به إلى الإستلام لتأثيراتها الخطيرة ما يجعل أعراضها تظهر مرفقة بإضطرابات نفسية أخرى كالوسواس القهري.

كما يتميز هذا النوع من الضغوط النفسية بأنه يؤثر على مجمل حياة الفرد مما يعيقه عن أداء دوره الاجتماعي في الأسرة والعمل. (بن مصودي، 2014:50).

3- تصنيف الضغوط النفسية ومصادرها:

نتيجة الدراسات المختلفة والنتائج التي توصلت لها، ظهرت نماذج وتصنيفات عدة للضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد، وفيما يلي عرض لأهم تلك التصنيفات:

3-1- تصنيف موراي (Murray 1975): يرى موراي أن هناك أنواع ثلاثة من الضغوط التي يتعرض لها الفرد ويحددها كالآتي:

أ- الضغوط الناجمة من التوترات الإعتيادي (Ordinary tensons stresses): ويراد بها الضغوط الناجمة عن المشكلات اليومية ومن جراء عدم قدرة الفرد على إشباع حاجته وهي ضغوط غير حادة وينتج عنها إستجابات طفيفة .

ب- الضغوط النمائية (Developmnt stresses): وتشمل على الضغوط الناجمة عن تغيرات النمائية التي تتطلب تغيير مؤقتا في العادات وفي الأسلوب.

ج- ضغوط أزمات الحياة (Lifecriss stresses): وتشتمل على ضغوط المرض الشديد أو فقدان شخص عزيز وتكون قوية وتستمر لمدة طويلة.

2.3. تصنيف لازاروس وكوهين (Lazarus - Cohen 1977): صنف لازاروس وكوهين الضغوط التي يتعرض لها الفرد إلى نوعين أساسيين هما :

أ- الضغوط الخارجية (البيئية) (enviro Mental stresses) : وتشتمل على الأحداث البسيطة التي تحدث كل يوم وكذلك تشتمل على أحداث الحياة القوية .

ب- الضغوط الداخلية (الشخصية):(intrnal personale stresses): وتتضمن الضغوط الناجمة عن التوجيه الإدراكي نحو العالم الخارجي .

3-تصنيف مورس وفورست (Furst,Morse1979): وقد صنف الضغوط إلى:

أ- **الضغوط الإجتماعية social stresses**: وهذه الضغوط يصعب تجنبها لأنها نتيجة تعامل الفرد مع البيئة الإجتماعية وتسبب حرجا نفسيا وتشتمل على ظروف العمل أو فقدان شخص وكذلك تكرار الأحداث غير السارة.

ب- **الضغوط النفسية psychological stresses**: وتشتمل على الضغوط الناجمة على المواقف التي تترك آثاراً مباشرة من التوتر الشديد نتيجة الإحباط.(الحياني، 2022: 33-35)

4- نظريات تفسير الضغوط النفسية:

تعددت النظريات التي فسرت الضغوط النفسية، طبقاً لإختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فيزيولوجية أو نفسية أو إجتماعية، هذه النظريات اختلفت فيما بينها بناءً على مسلمات كل منها. فيما يلي سنعرض بعضها:

أولاً: نظرية التحليل النفسي: لقد ميّز علماء النفس التحليليون وعلى رأسهم فرويد الضغوط النفسية التي سببها الصراعات اللاشعورية داخل الفرد خاصة لدى أولئك الذين يعانون من المشكلات والإهتمامات الجنسية والعدوانية والعديد من الرغبات ، فقد ذكر علماء مدرسة التحليل النفسي أن الضغوط التي يعاني منها الفرد في كل موقف أو سلوك هي تعبير عن صراع ما بين نزاعات ورغبات متعارضة أو متباينة سواءً بين الفرد والمحيط الخارجي أم داخل الفرد نفسه، فعندما تصطدم النزاعات الغريزية التي يمثلها (الأنا الأعلى) فإن هذه التفاعلات تؤدي إلى ظهور الآليات الدفاعية.

- وطبقاً للنظرية النفسية التحليلية فإن معظم الأفراد لديهم صراعات لا شعورية وهذه الصراعات تكون لدى البعض أكثر حدة وعدداً، فهؤلاء الناس يرون ظروف وأحداث حياتهم مسببات للضغوط النفسية وأن أساليب مواجهة هذه الضغوط يكون عن طريق الكبت الذي اعتبره فرويد ميكانيكية الدفاع اتجاه الضغوط فالذكريات المؤلمة والمشاعر التي يرافقها الخجل والشعور تكبت في اللاشعور .وكبت المشاعر والرغبات يتم في الطفولة المبكرة يتم في مرحلة الطفولة يرافق ذلك الشعور بالذنب، مما يؤدي إلى معاناة الفرد من آثار الضغوط النفسية و إصابته لاحقاً ببعض الإضطرابات النفسية وبعض الأمراض مثل السرطان وأمراض القلب وغيرها ، كما يرى علماء النفس التحليليون أن الضغوط النفسية الناتجة عن أي موقف أو سلوك هي بمثابة تعبير عن الصراع بين الهو الذي يمثل الرغبات والمشاعر الغريزية التي تضبط وتُحرم غالباً من المحيط

الخارجي للفرد، وبين الأنا الأعلى الذي يمثل الرقابة النفسية الداخلية أو ما يطلق عليه الضمير فالتفاعلات والصراعات هذه تؤدي إلى ظهور الآليات الدفاعية عند الفرد.

- ويؤكد يونغ على أن الضغط النفسي كمسبب للأمراض والإضطرابات النفسية أنه ناتج عن الطاقة التي تولد مع الإنسان بالفطرة وهذه الطاقة تنتج عن سلوكيات فطرية وتطورها خبرات الطفولة مما يكون شخصية الفرد المستقبلية وسلوكه المتوقع ، وإذا ما واجه الإنسان أنواع من الصراعات النفسية الداخلية نتيجة ضغوط حياتية مختلفة وتغيير السلوك المتوقع حدوثه وهو ما يسمى بالمرض النفسي الناتج عن الضغوط الذي يحتاج إلى علاج نفسي وطبي.

ثانيا: النظرية السلوكية:

لقد فسر السلوكيون أن الضغوط النفسية تنطلق من عملية التعلم التي من خلالها يتم معالجة معلومات المواقف الخطرة التي يتعرض لها الفرد والمثيرة للضغط ، وتكون هذه المثيرات مرتبطة شرطيا مع مثيرات حيادية أثناء الأزمات أو مرتبطة بخبرة سابقة ، حيث يصنفها الفرد على أنها مخيفة ومقلقة . ويرى السلوكيون كذلك أن التفاعلات المتبادلة لدى الإنسان وواقعه أو مع البيئة الفيزيائية والاجتماعية التي يعيش فيها يعتبر متنبأ للسلوك قبل وقوعه ، ورأوا أن تكيف سلوك الفرد حسب متطلبات الموقف المحدد يكون بصورة ذات معنى ومغزى، وأن جسم الإنسان ليس سلبيا بل هو فعال يسعى لأن يتكيف ، ولا تفسر تفاعلات الجسم وحدها بل أن جسم الإنسان ومحيطه الاجتماعي يفسران معًا ما يعانيه الفرد من اضطرابات.

وحسب السلوكيون فإن النتائج النفسية والسلوكية التي تحدثها الضغوط تحدث من السلوك ومدى تأثيره على نمط سلوك الفرد المعتاد ، والضغط في نظرهم يؤدي إلى القلق ولكنه يكون أحيانا ناجحا وعمليا لأنه يؤدي بالإنسان إلى اتخاذ قرارات حاسمة ويقوي إرادته التي تمكنه من مواجهة الفشل أو النجاح في المستقبل. كما أن الضغط النفسي يفيد الإنسان في أنه يعلمه أسلوب حل المشكلات منذ الصغر ويهيئ شخصيته لتكون فاعلة ومواجهة لما قد يواجه مستقبلا من أحداث. ويرون أيضا أنه لن يتمكن أحد من تفسير سلوك الفرد الخاطئ إلا بعد معرفة الضغوط النفسية الواقعة عليه ، وبالتالي يسهل تعديله والتخلص من مسببات هذا السلوك .(النوايسية، 18:2016- 19-20).

ثالثاً: النظرية المعرفية:

يعتبر إتجاه المدرسة المعرفية أحد الإتجاهات الرئيسية في تفسير الضغط النفسي، إذ تتميز النظرية المعرفية **Cognitive Theory** على أهمية التفكير في التعامل مع الضغط النفسي، وتستند المدرسة المعرفية في تفسير الإستجابة للضغط النفسي إلى الفكرة التي تنادي بأن المعنى الخاص لموقف ما هو الذي يحدد الإستجابة الإنفعالية اتجاهه، فطبيعة الإستجابة الإنفعالية تتوقف على مدى إدراك الذات .

وحيث أن الإنفعالات عبارة عن نواتج لمفاهيم وأفكار حول الذات ومحيطها، فإن هناك إمكانية لضبط هذه العوامل التي تحدث اضطراب إنفعالي. ويشير نموذج **جلاس سنجر (Glass and singer 1981)** أن أي موقف مثير للضغط النفسي يتطلب من الفرد إدراك الأحداث المثيرة ومستوى شدتها واستمرارها.

رابعاً: نظرية العوامل الاجتماعية:

أما نظرية العوامل الاجتماعية (**Social factors of stress**) في تفسيرها للضغط النفسي فتري أن علاقة الفرد في بيئته الاجتماعية قد تشعره بالاغتراب، وهذا يؤدي بدوره إلى الشعور بالخسارة والعزلة وعدم الوضوح واللامعنى مما يشكل ضغط نفسي عليه، وبذلك فإن البيئة الاجتماعية تؤثر مباشرة في الخبرة الشخصية وينتج عن هذا التفاعل ما بين الفرد والبيئة مشكلات تكون سببا في حدوث الضغط النفسي. (الغريز، أبو أسعد، 2008: 59).

خامساً: نظرية موراي (Murray 1938):

مفهوم الضغوط من خلال هذه النظرية يمثل المحددات المؤثرة أو الجوهرية للسلوك في البيئة، وأن الضغط في أبسط معانيه يمثل صفة أو خاصية لموضوع بيئي تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين. كما أن الضغوط ترتبط بالموضوعات البيئية التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجاته ويوضح موراي أن سلوك الفرد غالبا ما يرتبط ارتباطا وثيقا بضغوط (بيتا)، ولكنه من المهم برغم ذلك اكتشاف المواقف التي تتسع فيها الشقة بين ضغوط (بيتا) التي يستجيب لها الفرد ، وبين ضغوط (ألفا) الموجودة بالفعل وقد وضع موراي تصنيفات مختلفة للضغوط من أجل أغراض معينة .

ويميز موراي بين نوعين من الضغوط بحيث يشير إلى ضغوط بيتا (**Beta press**) باعتبارها تمثل دلالة الموضوعات البيئية كما يدركها الفرد ويفسرها ، وكذلك يشير إلى ضغوط ألفا (**Alpha press**) باعتبارها

تمثل خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع . وقدم موري قائمة بأهم الضغوط التي تواجه الفرد وهي حسب الجدول الآتي :

جدول رقم (02) يوضح أهم الضغوط حسب نظرية موري

1- ضغوط نقص التأييد الأسري	7- ضغط ولادة إخوان
2- ضغط الأخطار والكوارث الطبيعية	8- ضغط العدوان
3- ضغط النقص والضياح	9- ضغط السيطرة والقسر والمنع
4- ضغط الإحتجار والموضوعات الكابحة	10- ضغط العطف على الآخر والتسامح
5- ضغط النبذ وعدم الإهتمام والإحتقار	11- ضغط العطف من الآخر وطلب الرفق
6- ضغط الخصوم والأقران المتنافسين	12- ضغط الإنقياد والمدح والتقدير

وهكذا طبقا لنظرية موري تكون الحاجات النفسية قوى دافعة لكنها لا تعمل بمفردها، وإنما تتضافر مع القوى البيئية في ديناميكية من أجل انبثاق السلوك الإنساني ، فالعوز الذي ينشأ عن وجود الحاجة يهدد كيان الفرد ويهز استقراره و اتزانه يزيد من التوتر والإلحاح لديه من أجل الإشباع، ويظل الإنسان يكدح ويناضل في بيئته، ويبحث عن مسيرات تسير له الإشباع وتحقق له اللذة، فيتواجه مع الأشخاص أو الموضوعات والوضعيات والقوى البيئية والنماذج الإجتماعية وهذه إما تيسر أو تعوق الإشباع ، وفي حالة أن تكون هذه القوى ميسرة وقادرة على الإشباع تخفض التوتر ويستعيد الإنسان اتزانه ونظامه ، أما في حالة أن تعوق إشباع الحاجات المثارة يكون الضغط. (أيبو، 2019:99-101)

سادسا: نظرية هانز سيللي:

يعتبر سيللي من أشهر الباحثين الذين ارتبطت أسمائهم بموضوع الضغوط ،وقد أكد سيللي على أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط ، يميزه الشخص ويضعه على أساس استجابة البيئة الضاغطة، وأن هناك أنماط معينة من الإستجابات يمكن الإستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، وتعتبر الإستجابة ضغطاً ، ويعتبر سيللي أن أعراض الإستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة.

ويرى سيلبي أن الضغوط تتكون من مجموعة ردود الفعل التي أطلق عليها عرض التكيف العام فالجسم عادة يقابل التحدي للبيئة ويتكيف مع الضغوط، ووفقا لسيلبي فإن عرض التكيف العام يتكون من ثلاث مراحل : (حرث، 2019، 2020: 63-64).

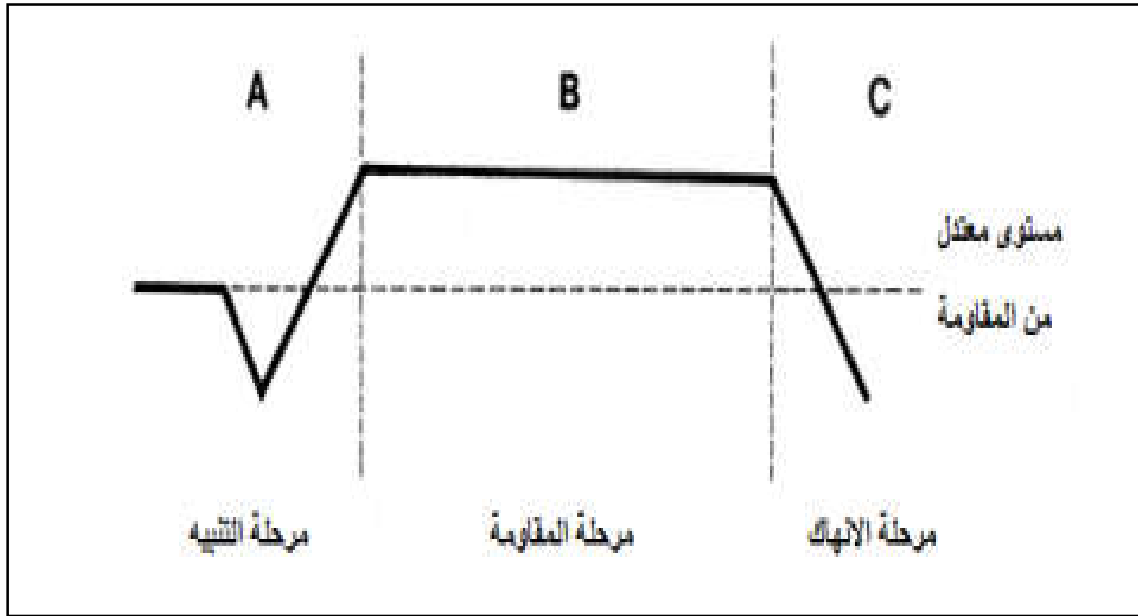
- **مرحلة الإنذار Alarm stage:** كما تعرف أيضا بمرحلة الصدمة- الصدمة المضادة، فمرحلة الصدمة هي مرحلة سريعة تترجم استجابات الفرد لتهديد مدرك فيقوم الجهاز العصبي الودي والغدة الإدرينالية تعبئة أجهزة دفاع الجسم وتتميز بمجموعة من الأعراض (إفراز الوجه، إفراز العرق، الأحماض المعدية، ارتفاع نسبة السكر في الدم وانخفاض درجة العضلات...الخ)، تستمر من عدة دقائق حتى 14 ساعة وإن لم تكن مميتة تليها فترة الصدمة المضادة وفيها يواجه الجسم دفاعاته فتتضخم الغدتان الكظرية والصُّعترية وتعكس أغلب علامات فترة الصدمة حيث تزداد الحرارة وضغط الدم ويتهيا الجسم للمواجهة وإذا استمر المثير يدخل الجسم في المرحلة الموالية.

- **مرحلة المقاومة Resistance stage:** أو مرحلة التكيف وتستمر حتى 48 ساعة بعد التعرض لتهديد حيث تختفي علامات المرحلة الأولى ، وفي هذه المرحلة يهيئ الإنسان نفسه لمواجهة مصدر الضغط فيزداد نشاط الغدة النخامية "Pitutary gland" والهيپوتيلاموس وقشرة الكظر، وتكون أعضاء الجسم في حالة تيقظ فيزداد مستوى النشاط الأيضي "Metabolism" ويسترجع الجسم وزنه العادي كما يزداد معدل نبضات القلب ومعدل التنفس ويكبر إنتاج الطاقة التي تمكن من المقاومة أو الفرار.

وتعتبر هذه المرحلة مهمة في نشأة أعراض التكيف أو ما يسمى بالأعراض السيكوسوماتية ويحدث ذلك خاصة عندما تحجز قدرة الإنسان على مواجهة المواقف عن طريق رد فعل تكيفي كاف 24، وبالتالي يصل الفرد إلى نقطة يعجز فيها عن الإستمرار في المقاومة إذ تصبح طاقته التكيفية منهكة وهنا تأتي المرحلة الثالثة.

- **مرحلة الإنهاك Exhaustion stage:** يظهر خلالها ما أسماه سيلبي أمراض التكيف (السيكوسوماتية)، التي تتجم عن استنفاد العضوية طاقتها في المقاومة وذلك نتيجة التدفق غير العادي للهرمونات، فقصص الحفاظ على التوازن الداخلي يبدأ الجسم في إفراز هرمونات أخرى (الأندروفين- الكورتيزول- الدوبامين -السيروتونين- الهرمونات الجنسية) إضافة إلى زيادة عملية الهدم على المدى الطويل

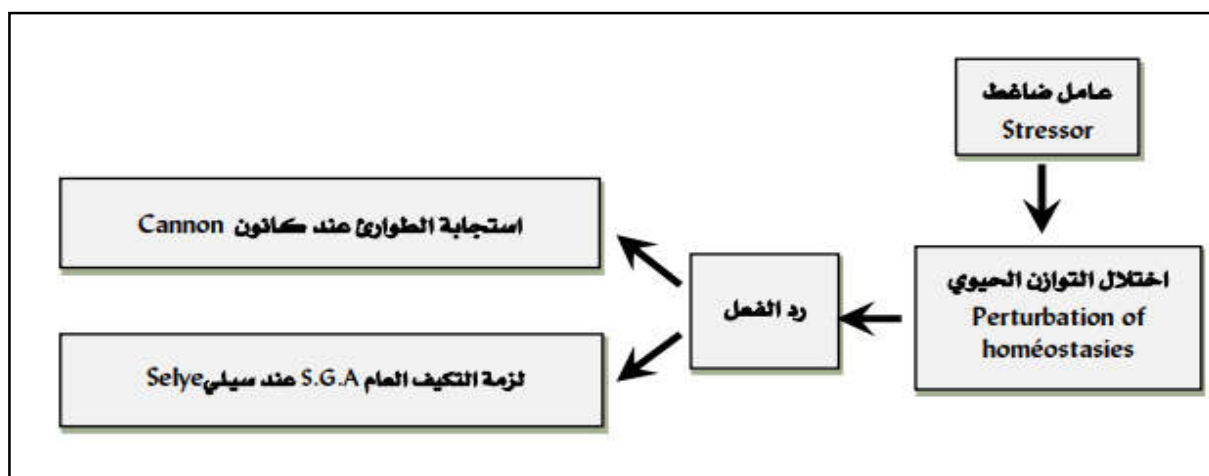
تتجاوز القدرة على التحمل وتتناقص احتياطات الطاقة اللازمة لمواجهة الموقف مما يجعل الجسم حساساً للغاية لاعتداءات خارجية مع حدوث اضطرابات وظيفية في البداية ومن ثم عضوية تتمثل في قصور البنكرياس والغدد الجنسية والغدد الدرقية مع نقص السكر في الدم ونقص المناعة ،وعند هذه النقطة يصبح من الصعب على الكائن التكيف مع العوامل الضاغطة والإحتفاظ بقدرته الدفاعية.



شكل رقم (01) يبين مراحل متلازمة التكيف العام لسيلي.

(ساعد، 2019، 2018: 56-57)

يؤكد سيلي أنه عبر هذه المراحل الثلاثة فإن لزمة التكيف العام ترتبط ارتباطاً مباشراً بنشاط **Corticosurrema** نخاع الكظر ، وإن اضطرابات التكيف ما هي إلا فشل في مقاومة العامل الضاغط مهما كان نوعه، وبذلك فإن نموذج سيلي للضغط يقدم قبل كل شيء تصوراً لسيروية عملية التنبيه واليقظة عند وجود التهديد وقد يصبح الأمر باثولوجيا في حالة التأهب المستمر ، ويميز سيلي بين نوعين من التأثير أولهما الضغط الإيجابي **Eu stress** والثاني هو الضغط السلبي **Distress** وأن انهيار الطاقات الدفاعية للعضوية إنما يكون عبر الضغط المستمر الذي قد يتسبب في المرض (اضطرابات التكيف).



شكل رقم (02) يبين مخطط العلاقة بين الضغط النفسي والإتزان الحيوي عند كانون وسيلي

إن التأثير المهم لنموذج سيلي في حقل الضغط ما زال ملموساً حتى الوقت الحاضر ويعود ذلك إلى أنه قدم نظرية عامة حول ما يصدر من ردود أفعال إزاء التعرض لمدى واسع التنوع للأحداث الضاغطة عبر الزمن، فهو يزودنا بطريقة في التفكير حول التفاعل بين العوامل الفيزيولوجية والبيئية ، ومن جهة ثانية فهو يفترض وجود علاقة فيزيولوجية آلية تربط الضغط بالمرض، وبالتحديد الإنهاك والإستنزاف المستمر طويل الأمد لإمكانات الفرد.(ساعد، 2018 - 2019: 57)

5- أعراض الضغط النفسي:

تسبب شدة الضغوط وتعرض المتكرر لها ظهور كثير من التأثيرات السلبية على شخصية الفرد ، فلا شك أن الفرد عندما يكون واقعاً تحت الضغط يكون مختلفاً من الناحية الفيسيولوجية والمعرفية والإنفعالية والسلوكية عنه في الحالات العادية، فالشخص الواقع تحت الضغط يعاني كثيراً من الإختلالات والآثار السلبية في مختلف جوانب الشخصية.

ومما لا شك فيه أن الأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد يكون لها تأثيراتها السلبية على الصحة النفسية والجسمية للفرد وعلى نمو شخصيته ، إلا أن هذه التأثيرات السلبية التي تتجم عن الضغوط تختلف من فرد لآخر باختلاف الأحداث الضاغطة ، وباختلاف الأفراد أنفسهم وباختلاف المجالات التي تظهر فيه.

5-1- الأعراض الفسيولوجية (الجسدية):

- ✓ العرق الزائد، التوتر العالي، الصداع بأنواعه (نصفي، دوري، توتري).
- ✓ ألم في العضلات وخاصة في الرقبة والأكتاف.
- ✓ تطبيق الفكين أو اصطكاك الأسنان.
- ✓ الإمساك - آلام الظهر وخاصة في الجزء السفلي منه.
- ✓ الإسهال أو المغص.
- ✓ التهاب الجلد/ طفح جلدي .
- ✓ عسر الهضم /القرحة .
- ✓ التعب أو فقدان الطاقة.
- ✓ زيادة التعرض للحوادث التي تؤدي إلى إصابات جسمية .
- كما أن الأحداث والظروف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد تحدث تغييرات في وظائف لأعضاء وإفرازات الغدد وفي الجهاز العصبي، وتتمثل هذه الأعراض في:
- ✓ إفراز كمية كبيرة من الأدرينالين في الدم مما يؤدي إلى سرعة ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم والتنفس وزيادة نسبة السكر في الدم واضطراب الأوعية الدموية.
- ✓ ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم، مما يؤدي إلى تصلب الشرايين والأزمات القلبية.
- ✓ زيادة عملية التمثيل الغذائي في الجسم مما يؤدي إلى الإنهاك .
- ✓ الشعور بالغثيان والرغبة .
- ✓ جفاف الفم واتساع حدقة العين وارتعاش الأطراف. (داود، 2011-2012: 80)

5-2- الأعراض الانفعالية والنفسية: وقد صنفها براهام 1994 Braham إلى الأعراض التالية:

- ✓ كسرة الإنفعال.
- ✓ العصبية.
- ✓ الإكتئاب .
- ✓ تقلب المزاج.

- ✓ العدوانية .
- ✓ سرعة البكاء والشعور بالإحترق النفسي. (سعداوي، 2010-2009: 60)
- ✓ القلق - الحزن - الأسى.
- ✓ سوء التأويل (أي تفسير الأشياء على أساس أنها مؤثرات وخطط تحاك ضده).
- ✓ تبدل الإحساس.
- ✓ عدم الإتيان الإنفعالي.
- ✓ الأرق.
- ✓ اضطراب النوم.
- ✓ الشعور بالدوخة.
- ✓ الشعور بعدم التركيز.
- ✓ الإحساس بالفراغ (الأخطر أن يشعر الشخص بأنه يعاني من الفراغ فراغ في الداخل فراغ في الخارج وأن العالم كله في فراغ).
- ✓ نوبات من البكاء حادة وعنيفة و مجهولة الأسباب.
- ✓ ضحك بلا سبب.
- ✓ نقص في الرغبة الجنسية.
- ✓ فقدان الدافعية.
- ✓ عدم الإحساس بالذات وقيمه.
- ✓ سرعة الإستثارة. (حسن غانم، 2009: 37-38)

5-3- الأعراض السلوكية:

يتغير سلوك البشر عند الشعور بالضغط النفسي من شخص إلى آخر في شكل كبير. غالبا ما يرفض البعض البقاء وحيداً ويلجأ إلى العائلة والأصدقاء للحصول على الدعم المناسب، في حين ينزوي البعض الآخر ويصبح لا مبالياً وكأنه فقد الإهتمام بالآخرين فيرفض دعوات الآخرين معتقداً أن هذه الدعوات لن تسبب له إلا المزيد من المشاكل .

علاوةً على ذلك ترى هؤلاء الأشخاص يبحثون دوماً عن الأمان وقد يفقدون القدرة على اتخاذ القرار حتى أن الذهاب إلى سوبر ماركت لشراء علبة من الشاي قد يتطلب منهم تفكيراً عميقاً وتحضيراً طويلاً وكأنهم يخططون للذهاب إلى قمة إفرست، فيغيرون رأيهم مراراً وتكراراً وقد يناقشون الأمر لوهلة مع الآخرين طالبين رأيهم ليجدوا هذا الرأي غير مجدي بعد دقائق معدودة.

أكثر من ذلك، لا تستغرب أن تلاحظ الدمعة تتغرغر في عينيهم، ويصبحون صعبى المراس وتكثر شكاويهم، ولا يتوقعون في الغالب أن يتفهم الآخرون وضعهم.

وعند الشعور بالضغط النفسي تتغير عادات الإنسان الجنسية، فيفقد رغبته الجنسية أو يميل أكثر إلى الجنس العرضي أو الجنس البديل، ومن اعتاد أن يكون لينّ الطباع دمثاً تراه بات حاد الطباع كلاماً وفعلاً. وليس من المستغرب أن يتحول بعض الأشخاص من الهدوء إلى القسوة والإلحاح فيؤكدون مراراً وتكراراً من الأفعال وأزرار التشغيل أو ينظفون الفرن عند الثالثة صباحاً علماً أنهم ما كانوا ليتذكروا أمر هذا الفرن إلا مرة كل عام.

في الواقع يعزى هذا النوع من الأفعال إلى مجهود يقوم به الشخص لإضفاء بعض النظام والثبات على حياته المتبعثرة المتوترة، ومن الملاحظ أن هؤلاء الأشخاص يميلون إلى إنكار هذه التغيرات السلوكية التي تبدو واضحة بالنسبة للمحيطين به. (ويلكسون، 2013: 25-26)

5-4- الأعراض العقلية:

بالنسبة للعلامات العقلية على الضغوط نجد أن هنالك مفردات كثيرة تظهر في معظم القوائم مثل عدم الصبر والإندفاع والإستثارة والإحباط والملل والشعور بالتجاهل والعجز والبكاء والقلق وفقدان الشهية وفرط تناول الطعام والعزوف عن الجنس وعدم القدرة على التركيز ومحاولة عمل أشياء كثيرة في آن واحد كما أن هنالك علامات أخرى مثل انخفاض القدرة على الإبداع وصعوبة اتخاذ القرار وارتكاب أخطاء ساذجة وهي علامات أقل وروداً.

جدير بالذكر أن قائمة العلامات العقلية تكون أطول غالباً من مثيلتها الخاصة بالعلامات الجسمية ونحن نكون أكثر إدراكاً بشعورنا الانفعالي مقارنة بالعلامات الجسمية التي تصاحب تلك الإنفعالات هو يؤكد حاجتنا للإهتمام أكثر بملاحظة الجسم والإقتناع بأن ما يحدث في العقل يمكن أن يؤثر في الجسم. (لوكر، جريجسون، 2014: 77)

5-5- الأعراض الاجتماعية:

- ✓ -عدم الرغبة في مخالطة الآخرين.
- ✓ العزلة.
- ✓ الشعور بالوحدة حتى وأن تواجد داخل الآخرين.
- ✓ ظهور اتجاهات سلبية اتجاه الآخرين.
- ✓ نقص في الإنتاج.
- ✓ استهداف للحوادث.
- ✓ كثرة المشاجرات مع الآخرين.
- ✓ قطع العلاقات حتى وإن كانت وثيقة بالآخرين.
- ✓ الإيمان إلى درجة اليقين بأن الآخر هو الجحيم.
- ✓ الإمتعاض.
- ✓ الأسف على كل شيء موجود (الناس لم تعد هي ناس زمان ولا الزمان هو الزمان وعايضنا نرجع زي زمان قول للزمان ارجع يا زمان).
- ✓ الدخول في مشاكل مع أفراد أسرته.
- ✓ الدخول في مشاكل مع زملائه في العمل.(حسن غانم،2009: 23)
- ✓ 6- الآثار المترتبة عن الضغوط النفسية:
- ✓ يذكر "فونتانا" 1993 ثلاثة مجالات للآثار الناتجة عن الضغوط وهي:
- ✓ 6-1- الآثار المعرفية: تشمل:
- ✓ نقص مدى الإنتباه والتركيز: حيث يجد العقل صعوبة في أن يضل في حالة التركيز و تضعف قوة الملاحظة.
- ✓ زيادة اضطراب القدرة العقلية: حيث يفقد الفرد نسبيا ضبط التفكير وما يفكر فيه أو يقال.
- ✓ تدهور الذاكرة قصيرة وطويلة المدى: حيث يتناقص مدى الذاكرة ويقل استدعاء والتعرف حتى على ما هو مألوف.

✓ صعوبة التنبؤ بسرعة الإستجابة: تقل سرعة الإستجابة كما أن محاوله تعويض قد تؤدي إلى قرارات متسعة.

✓ زيادة معدل الأخطاء : نتيجة لما تقدم تزداد الأخطاء في المهام المعرفية والمعالجات وتصبح القرارات مشكوكا فيها.

✓ تدهور قوات تنظيم وتخطيط طويلة الأمد : حيث يصبح غير قادر على تقييم الظروف الراهنة أو التنبؤ بالتبعات المستقبلية.

✓ زيادة الإضطرابات الفكرية والوهم: حيث يصبح الواقع أقل كفاءة وتقل عناصر النقد والموضوعية وتصبح أنماطاً مضطربة وغير عقلانية وغير منطقية.(بخوش، 2018، 2019: 133-134)

6-2- الآثار الإنفعالية: وتتمثل بردود فعل الفرد واستجابته على مستوى مشاعره وعواطفه، ويعتبر القلق من أكثر ردود الفعل الشائعة للضغوط النفسية والذي يتمثل في الخوف من حدوث شيء ما غير سار وكذلك فإن الضغوط الشديدة تؤدي بالفرط إلى الإكتئاب النفسي، وتسيطر عليه الإنفعالات السلبية كالشعور بالذنب والأرق. (السميران، المساعد، 2014: 26)

وقد أورد عدد من الباحثين مظاهر متعددة للإضطرابات الإنفعالية التي يعاني منها الفرد تحت الضغط الحاد منها ما يلي:

✓ زيادة التوتر: إذ تقل القدرة على الإسترخاء العضلي ومن ثم يحدث القلق.

✓ زيادة معدل الوسوس القهرية: فينزع الفرد إلى الشكوى التحليلية بجانب الإضطرابات الواقعي، ويختفي الإحساس بالصحة والسعادة وتسود السلوكيات القهرية مثل التأكد من الإغلاق، الغسيل غير الضروري.... الخ، وما إلى ذلك من اتخاذات قهرية.

✓ التغير في سمات الشخصية: فيتحول الأفراد الذين يتسمون بالدقة والحرص إلى أناس مهملين وغير مبالين أو غير مكترئين والتسلط بعد أن كانوا متسامحين .

✓ زيادة المشكلات الشخصية: زيادة معدل القلق ويصبح الفرد أكثر حساسية وعدوانية إلى العنف.

✓ زيادة القيود الإنفعالية والأخلاقية: ويظهر في زيادة النوبات الإنفعالية وتقل القدرة على التحكم في السلوك والإندفاعات غير المرغوب ويصبح الفرد أكثر جموداً.

- ✓ ظهور الإكتئاب والإحساس بالعجز: إذ تتخفف بشدة حيوية الفرد ويزداد لديه الإحساس بالعجز اتجاه تأثيره في الأحداث أو المشاعر المرتبطة بها.
- ✓ انخفاض الإحساس بتأكيد الذات بشكل حاد: فينمو الإحساس بانعدام الكفاءة أو الشعور بعدم القيمة.
- ✓ التهيجية: التهيج المفرط أو غير السوي، سرعة الإنفعال، العصبية، انفجار الغضب، الصراخ وكثرة البكاء.

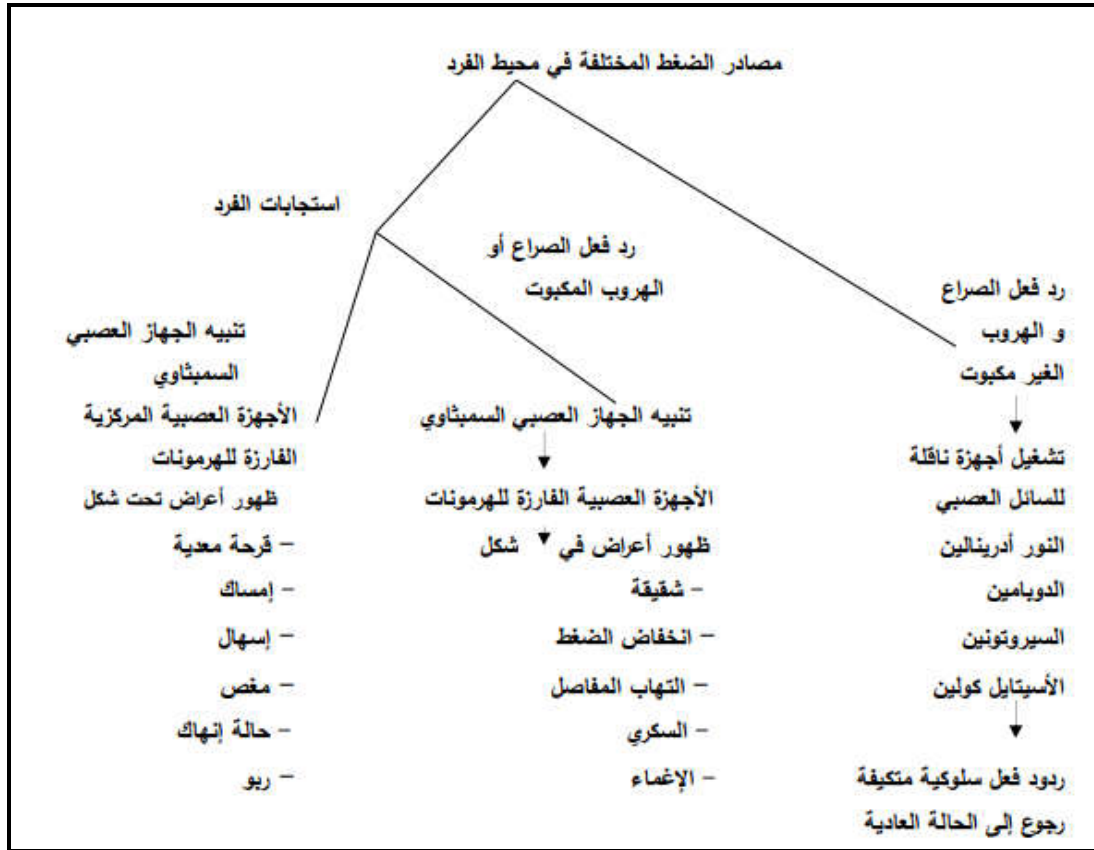
- ✓ الخوف ، نوبات الهلع ، الذعر وانعدام القيمة.
- ✓ الشعور بالذنب، التشاؤمية المتزايدة، الشعور باليأس ، فقدان الأمل وفقدان الثقة بالنفس.
- ✓ الحركات العصبية ، الارتعاش ، التكشيرة البادية على الوجه.
- ✓ الأرق الليلي وعدم القدرة على النوم.
- ✓ فقدان الشهية أو الإفراط في تناول الطعام.
- ✓ الإحساس بالإحباط ، تكرار السلوكيات النمطية مما يؤدي إلى الإحساس بعدم لا توافق وهزيمة الذات الشعور بالاستنزاف الانفعالي أو الاحتراق النفسي.
- ✓ الشكوى من مشكلات جسمية غير واقعية، وتوهم المرض ، الإحساس بالوهن ، التعب المتواصل اليقظة والوعي فيما يتعلق بوظائف الأعضاء. (عبد المعطي، 2006: 84، 85)

الآثار الفسيولوجية:

- تؤثر الضغوط على بناء الفرد الفسيولوجي مما يؤدي إلى ظهور ما يلي:
- ✓ اضطرابات الدورة الدموية وأمراض القلب.
- ✓ زيادة إفراز الغدة الدرقية مما يؤدي إلى زيادة تفاعلات الجسم وزيادة استنفاد الطاقة وإذا استمر هذا الضغط لمدة طويلة يحدث إجهاد ونقص بالوزن وأخيرا انهيار جسمي .
- ✓ زيادة إفراز الكولسترول من الكبد يعطي طاقة للجسم ، وإذا استمر لفترة طويلة يحدث تصلب الشرايين وأمراض ونوبات قلبية.
- ✓ امتناع الجهاز الهضمي وتحول الدم من المعدة والأمعاء إلى الرئتين ، وإذا طالت فترة امتناع الجهاز الهضمي يحدث اضطرابات هضمية بالمعدة.
- ✓ تفاعلات جلدية حيث يصبح لون الجلد شاحباً.
- يشير Fawet1980 إلى أن الضغط يوضح في الطب العام حدوث الأمراض النفسية وفي هذا يقول سيلبي: " نفهم اليوم أن الكثير من الأمراض الشائعة ناتجة عن سوء التكيف مع الضغط

أكثر مما هي ناتجة عن حوادث سببها الجراثيم والفيروسات أو مواد مضرّة أو أي عامل خارجي" وفي هذا إشارة إلى الأمراض السيكوسوماتية .

ويمكن أن يوضح بعض الإضطرابات السيكوسوماتية من خلال مخطط ستورا stora حول رد فعل العضوية للحالات الإنفعالية.



مخطط رقم(3) يوضح بعض الآثار السيكوسوماتية حسب ستورا.

صنّدي، 2011، 2012: 44-45)

ثانيا: استراتيجيات المواجهة:

1- التطور التاريخي لمفهوم استراتيجيات المواجهة

يعتبر مصطلح المواجهة وليد ميكانيزمات الدفاع، طوّر من طرف التحليل النفسي مع بواذر القرن التاسع عشر، فاستخدم في مجالات عدة كالبيولوجيا وعلم النفس الحيواني، وبرّز بصفة خاصة في نظرية النشوء والإرتقاء لداروين.

ظهر مفهوم الدفاع **décence** في أواخر القرن التاسع عشر بالتزامن مع تطور مفاهيم التحليل النفسي وعلم النفس الديناميكي، حيث أقرّ فرويد بوجود عدة ميكانيزمات يستخدمها الفرد من أجل تغيير الواقع كتبديل أو إنكار حقائق غير مرغوبة ومن ثم ارتبط مفهوم الدفاع بمفهوم الكبت فأصبح يستخدم هذا الأخير ليشير إلى كفاح الأنا ضد الأفكار والمثيرات التي يجد الفرد صعوبة في التأقلم معها، وفي سنوات الستينات والسبعينات خلصت الدراسات المهمة بمكانيزمات الدفاع إلى استخدام مفهوم المواجهة ليشير إلى ميكانيزمات الدفاع الأكثر تكيفاً كالإعلاء والتسامي، وبعد ذلك في سنة 1979 حُضي هذا المصطلح بدراسة أعمق من طرف **جروير Greer** من خلال الأبحاث التي قام بها هو ومعاونيه فاستخلص أن هناك تفاعل بين ميكانيزمات الدفاع الكلاسيكية والمواجهة ، ومن ثم أصبح مستقلاً عن آليات الدفاع لوجود عدة نقاط اختلاف من بينها:

- أن آليات الدفاع اللاشعورية مرتبطة بصراع نفسي داخلي وبأحداث قديمة في حياة الفرد تشوه غالبا الحقيقة، هدفها هو خفض شدة التوتر، بينما أساليب المواجهة فهي شعورية تختلف من موقف لأخر موجهة نحو الواقع الداخلي والخارجي هدفها التكيف وخفض التوتر من أجل التحكم في الوضعية الضاغطة.
- أما عن المواجهة والتكيف فهما على صلة ، ذلك لأن المواجهة أخذت كينونتها من نظرية التكيف والإرتقاء، فامتلاك الفرد لمجموعة من ردود الأفعال الفطرية والمكتسبة الهادفة إلى حفظ البقاء (هجوم/هروب) تتطوي على ميكانيزمات التكيف، مما جعل الكثيرين يعتبرون أن المواجهة والضغط هما عنصران ينتميان ضمناً إلى سيرورة التكيف المستخدمة لمواجهة صعوبات الحياة ، ولكن استنتاج لازاروس وفولكمان 1984 أكد على مدى اختلاف المفهومين، إذُ اعتبر أن مفهوم التكيف واسع يشمل علوماً مختلفة كعلم النفس والبيولوجيا وكذا ردود أفعال العضويات الحية في تجاوبها مع ظروف البيئة، على عكس المواجهة فهو مفهوم محدد يشير إلى مختلف استجابات التوافق ويحصر منها كل ردود الأفعال الناتجة عن إدراك الفرد لخطر معين. (والي، 2014، 2015: 22-23)

2- تعريف استراتيجيات المواجهة :

اختلفت التعاريف وتعددت ، حتى التسميات من الناحية اللغوية فترجمت من اللغة الانجليزية Coping أو to cop إلى الفرنسية بعدة مصطلحات (processur de maitrise, stratégies de

(coping, processeur d'ajustement, processeur de faire face) والتي اعتمدت في الأدبيات منذ 1999.

وقد اعتمد بعض العلماء ترجمة حرفية للمصطلح إلى اللغة العربية "كوبينغ" وهناك من يستعمل استراتيجيات التكيف، التصرف، التعامل، المواجهة، الكفاح، التصدي، المقاومة، أو التعايش مع استراتيجيات التوافق أو التأقلم، وهناك من يسميها ميكانيزمات الدفاع وهناك من يسميها إدارة الضغط النفسي أو تسيير الضغط النفسي.

نلاحظ رغم اختلاف تسميات إلا أن المعنى واحد، ولكن تعدد الاتجاهات والخلفيات النظرية للباحثين جعل التعاريف تتعدد، وسنحاول رصد بعض التعاريف لإستراتيجيات المواجهة. (حرش، ربيعي، 2022: 86)

- يعرف "راي" وآخرون (Ray and al 1982) المواجهة على أنها: استراتيجيات تشير إلى الطريقة المستعملة للتوافق مع الوضعيات الصعبة، ويتضمن هذا المفهوم من جهة تواجد مشكل حقيقي أو خيالي من جهة أخرى الإستجابة لهذا الحدث الضاغط.

- فمفهوم المواجهة برز في العصر الحديث، وظهر لأول مرة في كتاب (Psological stress and coping process (Folkman and Lazarus 1966)، والذي يدل على مجموع الإستجابات والإستراتيجيات المختبرة من الفرد لمواجهة الوضعيات الضاغطة. (كوسة، تيغيت، 2024: 548)

- تعد إستراتيجيات المواجهة مجموع الجهود والأنماط المعتادة لطريقة التعامل مع المشكلات والمشقة لخفض مستوى الضغط أو التخلص منه للحفاظ على الصحة النفسية والجسدية.

- ويعرف كرون 1978 Krohne هذه الاستراتيجيات بالجهود السلوكية و المعرفية التي تهدف الى السيطرة على المطالب الداخلية والخارجية التي يخلقها الموقف الضاغط وتخفيض تلك المطالب وتحملها كما هي. (جعفر، بهاز، 2023: 277)

- يعرفها لازاروس وفولكمان 1984 Lazarus and Folkman بأنها مجموعة الجهود المعرفية والسلوكية الموجهة لضبط وتقليل أو تحمل متطلبات الداخلية أو الخارجية التي تهدد أو تتجاوز موارد الفرد.

- تعتبر استراتيجيات المواجهة الطريقة المميزة التي يتعامل من خلالها الفرد مع متطلبات بيئته المادية والإجتماعية، كما أنها تعبر عن الأسلوب الذي يتبناه الفرد لمواجهة مضايقات الحياة ومصادر القلق فيها.

- يعرفها شوبل Schwbel بأنها إستراتيجية تساعد الفرد في الحصول على التوازن في الحياة اليومية الضاغطة.
- يعرفها سبيلبرجر Spelperger أنها عملية وظيفتها خفض أبعاد المنبه الذي يدركه الفرد على أنه مهدد له.
- يعرفها نيومان Newman1981 هي المجهود المبذول من قبل الفرد لإزالة التوتر وخلق طرق جديدة للمواجهة مع المواقف الجديدة في كل مرحلة من مراحل الحياة. (حرش، ربيعي، 2022: 86)
- في حين يرى ستيتو Setptoe1991 بأنها الإستجابات المعطاة من قبل الفرد عند مواجهته للمواقف الضاغطة وبإمكانها أن تكون هذه الأخيرة ذات طبيعة معرفية بحثية أو عاطفية (من ذلك مثلاً: تحويل موقف خطير في المخيلة إلى فرصة انتفاع شخصي) أو تبني لأشكال سلوكية جريئة (كالمواجهة المباشرة للمشكل أو اللجوء إلى التجنب الخ....).
- كما أضاف كل من "فينتار" و"بولهان" Paulhan and Quintard 1994 تعريفاً كالتالي: هي مجموع السياقات التي يصفها الفرد بينه وبين الوضعيات المدركة كمهددة للتحكم أو التخفيض من آثار على حالته النفسية والجسدية.
- ويؤكد "فريري" وآخرون Ferreri 2002 أنه يمكن اعتبارها الطريقة التي يفكر بها الفرد ويسلكها لإيجاد حلول للجوانب السلبية لموقف ضاغط ما (بوعيشة، سعادوي، 2013: 319)
- بعد استعراض هذه التعاريف المختلفة نلاحظ أنه على الرغم من استخدام الباحثين لمفهوم المواجهة بمعاني ومتعددة (سياقات، سيرورات، استجابات، استراتيجيات، مجهودات) ، إلا أن جميع الباحثين يؤكدون على أن الغرض والهدف من المواجهة هو خفض الإنفعالات الناتجة عن الضغط النفسي وآثاره السلبية على الحالة النفسية والجسدية.

3- النماذج والنظريات المفسرة لاستراتيجيات المواجهة:

هناك العديد من النظريات والنماذج التي تعني بمفهوم المواجهة من حيث الدور الذي يسهم به كسلوك في التخفيض أو التقليل من التوتر والقلق الناتج عن مصادر الضغط التي نواجهها في حياتنا، ولكن

إطار أو نظرية رؤية للمفهوم قد تختلف في نواحي، وقد تتشابه في نواحي أخرى مع غيرها من النظريات ومن أهم النظريات أو النماذج الأكثر شيوعاً في تناول مفهوم المواجهة ما يلي:

3-1- النموذج الطبيعي: يعد هذا النموذج متأثراً بنظرية النشوء والتطور والإرتقاء لداروين 1959

التي تدور حول مبدأ الصراع من أجل البقاء، فالكائنات التي تبقى هي التي تكون قادرة على التلائم في مواجهة التغيرات البيئية الطبيعية وهو ما عبّر عنه داروين بالإنّخاب الطبيعي أو البقاء للأصلح. وحسب هذا النموذج فالمواجهة تقتصر على الإستجابات السلوكية الفطرية أو المكتسبة لمواجهة أي تهديد حيوي.

وتعتبر المواجهة حسب هذا النموذج على أنها إستراتيجية تكيفية يعتمدها الفرد لمواجهة مختلف التهديدات التي تأتي من العالم الخارجي، أو للدفاع ضد الإنفعالات الداخلية كآلية التجنب أو الهروب الناجمة عن الخوف أو آلية المواجهة أو الهجوم الناجمة عن الغضب.

وقد أشار كانون (Cannon. 1932) إلى مفهوم إستجابة المواجهة أو الهروب التي قد يسلكها الكائن الحي حيال تعرضه للمواقف المهددة في البيئة وهي الإستجابات السلوكية التي يقوم بها الفرد لخفض الإستثارة الفيزيولوجية والتي من خلالها ينخفض تأثير المثيرات الضاغطة مثلاً هروب الخروف من الذئب. إن هذا الأسلوب يكون ملائم للعديد من المواقف التي يتعرض لها الفرد لأنه لا يجد العنصر الإنفعالي أو المعرفي في الإستجابة للمواقف أي أن الفرد يلجأ الى نوعين من الميكانيزمات التكيفية:

-ميكانيزم الهروب التجنب في حالة الخوف والفرع.

-ميكانيزم الهجوم في حالة الغضب.

ومنه ندرك أن ردة فعل الكائن اتجاه المواقف المهددة يقود الجسم للإستجابة إما بالمواجهة أو البحث

عن إستراتيجية إنسحاب ملائمة، ذلك لأن العضوية جبلت على هذا الشكل. (ريحاني، 2018 - 2019: 91-92)

3-1- النظرية التحليلية: ترجع الأصول النظرية لمفهوم المواجهة في علم النفس الى أفكار فرويد

حول الشخصية الإنسانية والآليات الدفاعية والتي قدمها فرويد (1920-1936) وتلاميذه ولكن قبل عرض هذه الآليات الدفاعية وإبراز معالمها ودورها المشابه لمفهوم المواجهة في معالجة الصراعات والضغوط، نجد أنه من الضروري تقديم عرض موجز لنظرية فرويد في الشخصية لفهم مصدر الصراعات والضغوط التي يواجهها الفرد وكيفية معالجته لها.

قسم فرويد (1933) الشخصية الإنسانية إلى ثلاث بنيات وهي:

- البنية الأولى : الهو

تختص بنية الهو بكل ما هو موروث وغريزي، ويعد الهو أساس الشخصية ومصدر الطاقة لهذا النظام حيث تسعى هذه الغرائز الناتجة عن مصادر حيوية وجسمية للإشباع من خلال مصدر خارجي وذلك لتقليل التوتر الناتج عنها.

وينتج التوتر وعدم الراحة مع زيادة هذه الطاقة الناتجة عن تنبيه داخلي، والتي لا يستطيع الهو تحمله وبالتالي يبحث الهو عن خفض الفوري لهذا التوتر دون اهتمام بقيم المجتمع ومعايره، ويسمى هذا الميل نحو الإشباع الفوري بمبدأ اللذة، ويقسم فرويد هذه الغرائز إلى الغريزة الجنسية، غريزة الموت وغريزة العدوان ومع محاولات الهو للإشباع الفوري يتطور وينشأ الأنا.

- البنية الثانية: الأنا

يعتبر الأنا الوصلة المباشرة مع العالم الخارجي ويسعى الأنا لتحقيق التوازن بين العالم الخارجي بمعايره وضوابطه وبين عالم الهو الغريزي برغباته واندفاعاته، وهذه المهمة من وجهة نظر فرويد من أصعب المهام ويتحكم في وظائف الأنا بمبدأ الواقعية والذي يعمل على إشباع وتفريغ التوتر الناشئ عن الغرائز في ضوء ظروف بيئية، إجتماعية وأخلاقية مناسبة.

- البنية الثالثة: الأنا الأعلى

يعد الأنا الأعلى بمثابة القاضي والحاكم على صحة الأشياء من خطئها، فهو يسعى إلى المثالية والمعايير والأخلاق التي تصبح فيما بعد جزءا من العالم الداخلي للفرد أثناء تطور الشخصية، فبينما يطلب الهو المتعة الفورية يختبر الأنا الواقع، ويطلب الأنا الأعلى الكمال، من هنا ينشأ الصراع الناتج عن التفاعل المستمر والصدمات المتتالية بين هذه المكونات الثلاثة وتسمى هذه التفاعلات بمصطلح الديناميات.

من خلال سعي الهو إلى الإشباع الفوري لرغباته العاكسة لطبيعة الإنسان، تؤدي هذه الرغبات الموروثة إلى تصادم بين الفرد والبيئة، حيث لا تسمح البيئة بمعاييرها وأخلاقها بهذا الإشباع، وبالتالي لا يرضى الأنا و الأنا الأعلى وينتج هذا الصراع القلق.

ولأن القلق يسبب الألم، فإن الفرد يسعى إلى تقليل هذا الألم بأسرع ما يمكن لذا يلجأ لإستخدام ما يسمى بالآليات الدفاعية التي تعمل كوسيلة لإخفاء هذه الصراعات المؤلمة. وقد حدّد فرويد إستخدام هذه الآليات الدفاعية في مواجهة ومعالجة مصادر الضغوط الداخلية، وهي الصراعات الجنسية والعدائية بينما إتجه نظر أدلر (1930) ليقصر استخدام هذه الآليات الدفاعية في مواجهة مصادر الضغوط الخارجية والتهديدات البيئية، ثم قدمت آنا فرويد (1936) Anna Freud رؤية تجمع بين التوجهين معاً، حيث أشارت إلى أن الآليات الدفاعية تستخدم في مواجهة كل من المهددات الداخلية والمهددات الخارجية.

هذا عن القلق الناجم عن الصراعات المثيرة للضغط النفسي من منظور نظرية فرويد في الشخصية، أما عن الآليات الدفاعية التي يقدمها الأنا لتحقيق التوافق بين الهو والأنا الأعلى فهي تتمثل فيما يلي:

➤ **الكبت:** ويقصد بالكبت في نظرية فرويد في الشخصية بأنه نمط خاص من الإنكار ويعرفه "وايت"(1964White) بأنه نسيان أو طرح الذكريات المؤلمة أو المهددة من الشعور، ويحدث الطرح في مواجهة الدوافع الغريزية التي تقابل بمعارضة إجتماعية وأخلاقية فيسعى الكبت إلى كف الدوافع المهددة من خلال ردها إلى اللاشعور.

➤ **الإنكار:** استخدم فرويد الإنكار ليصف الآلية التي يرفض بها الفرد إدراك الواقع ، بالإضافة إلى أن هذه الآلية تحدث عندما لا يستطيع الفرد الهروب أو مواجهة مصدر التهديد. خاصة عندما يكون مصدر الألم مؤلماً بدرجة كبيرة فأفضل خيار له هو إنكار هذا الألم.

➤ **الإسقاط:** من خلال آلية الإسقاط يحاول الفرد الذي تسيطر عليه مشاعر القلق غير محتملة إلى كبت أو كف هذا القلق من خلال عزوه إلى فرد آخر فعلى سبيل المثال يحول الفرد مشاعر الغضب إلى فرد آخر مما يؤدي إلى تقليل التوتر لديه.

➤ **التثبيت:** من خلال آلية التثبيت يثبت الفرد على مرحلة من مراحل التطور بسبب أن المرحلة التالية محملة بالتوتر والقلق، ويحدث التثبيت لدى الطفل لكي يحمي نفسه من القلق بسبب تعلمه الإستقلال والإعتماد على نفسه في المرحلة القادمة.

➤ **التسامي:** يعد الحال الطبيعي للصراعات الناتجة عن غرائز الهو يقصد بالتسامي تحويل أو إبدال الطاقة من موضوعها، والذي يكون غالبا جنسي إلى موضع آخر يكون مقبولا إجتماعيا، فالطفل المهدد بالإستمناء ربما يحول هذه الطاقة الجنسية إلى شكل إجتماعي مقبول كالسباحة أو ركوب الخيل.

➤ **التبرير:** يعد التبرير شكلا آخر من أشكال الآليات الدفاعية، وهو محاولة تبرير المشاعر من خلال إعطاء تبريرات وأعذار، فالشخص الذي لا يطيق تصرفات زوجته، قد يرجع هذا الضيق إلى ضغط العمل وليس بسبب تصرفات زوجته.

- وبالإضافة إلى هذه الآليات الدفاعية، هناك آليات أخرى متعددة، مثل آلية العزل وهي الفصل والتخلي عن الموقف، وآلية التكوين العكسي وهي إبدال القلق الناتج عن دوافع الهو بشيء مضاد لهذا القلق، ويكون مقبولا إجتماعيا ، وغيرهم من الآليات الدفاعية.

- ولكن بعد عرض هذه الآليات الدفاعية، وتوضيح دورها في تقليل التوتر الناشئ عن مصادر الضغط، يثار تساؤل مهم وهو إلى مدى تعد هذه الآليات الدفاعية ممثلة لمفهوم المواجهة؟.

- لعله يتضح من خلال العرض السابق نوع من الإتساق بين هذه الآليات الدفاعية كما قدمها "فرويد" وتلاميذه ومفهوم المواجهة، حيث يستخدم كلاهما لمواجهة ومعالجة الظروف والمهددات سواء الداخلية أو الخارجية بهدف تخفيف أو تقليل أو إخفاء التوتر والقلق الناتج عن هذه الضغوط والمهددات.

- وعلى الرغم من هذا الإتساق فهناك بعض الخصائص التي تميز بين المفهومين في استراتيجيات المواجهة تتميز بالمرونة، الواقعية، المنطقية والسماح بالتعبير عنه والإختيار والإتجاه نحو المستقبل والوعي به.

- أما الآليات الدفاعية فهي على العكس من ذلك، تتسم بالتصلب، وتشويه الواقع والمنطق، كما تتسم بالجبرية، والإتجاه نحو الماضي واللاوعي بها أي أن الفرد لا يكون مدركا وواعيا بها عند حدوثها.

- من هنا يتضح أنه على الرغم من أن تلك الآليات الدفاعية تستخدم لتقليل التوتر والقلق، فهي ليست مكافئة تماما لمفهوم المواجهة. (واكلي، 2013: 168- 165)

3-3- النموذج التفاعلي للآزاروس وفولكمان: جاء النموذج التفاعلي للآزاروس وفولكمان كرد على

النموذج التحليلي واعتبر هذا النموذج قاعدة إنطلق منها، مركزين بالبحث في الخصائص الفردية بعلاقتها مع

الوضعيات الضاغطة، وتسمى أيضا بنظرية تعاملات التقييمية من أجل مواجهة الضغوط يتم تقييم الحدث الضاغط سواء كان خارجيا أو داخليا وفق مرحلتين:

- الأولى تشير إلى أن الموقف هو خطير أم لا وفي حالة التهديد والخطر ينتقل إلى المرحلة الثانية بحيث تكون للفرد القدرة على المواجهة باستعمال إستراتيجيات حل المشكل أو إستراتيجيات الإنفعال، وبالتالي غياب الضغط. أما إذا لم تكن للفرد القدرة على استعمال هذه الاستراتيجيات فإنه لن يتمكن من مواجهة الضغط، فيصبح الفرد في خطر بسبب تهديد وبقاء الضغط.

- إن طريقة إدراك موقف الضغط والحلول الممكنة تحدد جزءا كبيرا من إستجابات الفرد للضغط وقد طور على لازاروس وفولكمان (1966-1975) نموذجا يظهر فيه أهمية عملية التقييم الذي يجري فيه الفرد عندما يواجه موقفا ضاغطا.

- فحسب هذا النموذج تم عملية المواجهة بمراحل معرفية مختلفة كما جاء عن (لازاروس وفولكمان 1984 - روزنمان وسيلجمان 1984 - دوبيين 1998 - يخلف 2001) وأهمها ما يلي:

1- **مرحلة الحدث الضاغط:** يواجه الإنسان في حياته اليومية مواقف وأحداث ضاغطة تستدعي الكثير من الجهد لمواجهتها والتغلب عليها، وقد تنطوي على هذه المواقف والأحداث صعوبات صحية إذا تم استعمال استراتيجيات معرفية سلوكية غير فعالة لمواجهتها.

2- **مرحلة التقييم:** المواجهة هي عملية مستدامة ومتغيرة حيث لا يمكن إختزالها إلى ظاهرة خطية من نوع مثير، إستجابة فهي تكون من مجهودات معرفية، وسلوكية باستمرار وتتحدد بناءً على تقييم الموضوع (الفرد) بعلاقته مع محيطه (بيئته).

- التقييم هو عملية إدراكية مستمرة يقوم من خلالها الفرد بتقييم الوضعية الضاغطة (التقييم الأولي) ومصادره للتعامل مع هذه الضغوط ومواجهتها و(التقييم الثانوي) وكل تعديل للعلاقة بين الفرد وبيئته قد يؤدي إلى إعادة تقييم الوضع ومصادر الفرد المتاحة.

- فعليه فإن إستراتيجية المواجهة مرتبطة بالتقييم الذي يقوم به الفرد للحدث ومطابقة الحيل لكي يستجيب.

2-1- التقييم الأولي: هو تقييم الوضعية الموفرة حيث يتساءل عن طبيعة ومعنى الموقف وما هو تأثيره عليه، طريقته في تقييم الوضع تعتمد على معارفه وانفعالاته الخاصة، نفس الحدث يمكن تقييمه من قبل أشخاص بطرق مختلفة فيقيمه البعض على أنه فقدان (عاطفي، مادي، وجسدي) ويكون مصحوب بالحزن العار أو الغضب ويمكن أن يقيم أن على أنه تهديد (خسارة محتملة) ويكون مصحوب بالحصر (القلق) والخوف ويمكن إعتباره هذا الأخير تحديا ويكون مصحوب بالإثارة، والفخر، والسعادة .

2-2- التقييم الثانوي: الفرد إزاء هذا الوضع يتساءل ماذا بإمكانه فعله لمواجهة هذه الوضعية أو التعامل معها؟ بأي مصدر وأي إستجابة يوظف؟ وما مدى فعالية هذه المحاولات؟.

- يمكن النظر في العديد منها ومقارنتها واختيارها (البحث عن معلومة وضع مخطط عمل، التعبير عن الإنفعالات، طلب مساعدة أو نصيحة، تجنب المشكل، الترويج عن النفس، التقليل من الوضعية).
- من حيث المبدأ، يفكر الفرد في وجود مصادر كافية للسيطرة على الوضعية يستخدم إستراتيجيات في حال عدم القدرة على السيطرة على الوضعية يحاول فرض تعديل نفسه فيدعمها بشكل فض للسيطرة على الوضعية.

- وتحدث عملية التقييم هذه كما يرى بيك (1976) بصورة تلقائية وآلية ودائمة وسريعة، حتى أن الفرد لا يشعر بها أحيانا أي أنها عملية أوتوماتيكية تظهر على شكل عادة بعد فترة من الممارسة الحياتية.
3- مرحلة المواجهة: في هذه المرحلة يلجأ الفرد إلى استعمال الإستراتيجيات معرفية أو سلوكية لمواجهة الموقف الضاغط .

4- مرحلة نتائج المواجهة: هنا يتحدد مدى تأثير إستراتيجيات المواجهة على كل من النشاط الإنفعالي والمعرفي، والفيزيولوجي، والسلوكي وتتوقف إستجابة الفرد التوافقية للموقف الضاغط على مدى نجاحه في استعمال إستراتيجيات مناسبة للتغلب عليه. (مزياني، 2022-2023: 116 - 119)

4- تصنيف استراتيجيات المواجهة:

إهتمت عدة دراسات بإستراتيجية المواجهة وتمثلت منهجيتها بتطبيق مقابلات واستبيانات بهدف حصر مختلف الطرق التي من خلالها يستجيب أفراد لمختلف المواقف الحياتية بما فيها العائلية والإجتماعية والمهنية وسنعرض لاحقا أهم هذه التصنيفات:

4-1-1 تصنيف لازروس وفولكمان (Lazarous and Folkman): حسب المقاربات النظرية

ومفهوم المواجهة المتفق عليه، هناك العديد من التصنيفات الممكنة للمواجهة، يوجد العديد من الأنماط المذكورة في الأدبيات انبعثت من مسار إتجاهات نظرية مختلفة.

سوف نعرض إتجاهين سائدين في التصنيف والذي تقترح من خلاله إستجابات المواجهة:

- التصنيف الأول هو الذي اعتمده Lazarous and Folkman (1978) و Paulhan (1994)

واللذان يميزان بين الإستراتيجية التي تركز على حل المشكل والإستراتيجية التي تركز على الإنفعالات.

4-1-1-1 المواجهة التي تركز على المشكل:

- تشير إلى إستراتيجية تحمل في خصائصها جهد من أجل تخفيض أو تسيير المشكل الذي يكون وراء الضغط المدرك أو مع الموقف الضاغط مباشرة.

- يقوم هذا الأسلوب من المواجهة على جمع المعلومات ووضع خطة للإستجابة وفق متطلبات المشكل، لتغيير حقيقة الوضع المدرك على أنه ضاغط بغرض إيقافه أو التحرر منه.

- تسعى المواجهة التي تركز على حل المشكل إلى تغيير الموقف مباشرة بغرض تعديل أو إستبعاد مصدر الضغط وكذلك التعامل مع الآثار الملموسة للمشكلة، لذلك فهي مجهودات تهدف لإزالة الحدث المهدد أو تقليص تأثيراته، كما أن هذا النوع من الإستراتيجية موجه نحو تحديد المشكل وإيجاد حلول بديلة ودراسة فعالة وعواقب هذه الحلول الجديدة، تم إختيار واحدة منها تعمل مباشرة على تغيير المشكلة.

- وقد استخدم Lazarus (1966) مصطلح التقييم المعرفي للإشارة إلى النمط الذي يفسر فيه الناس الأحداث أو المواقف الضاغطة، ومن أساليب التقييم المعرفي الإنتباه الإنتقائي للمظاهر الإيجابية للموقف إعادة تحديد وتعريف الأحداث بنمط أو أسلوب غير مهدد، ويمكن أن تكون التقييمات المعرفية ذات تأثير قليل في مواجهة أحداث الحياة القاسية.

4-1-2 المواجهة التي تركز على الإنفعال:

تشير هذه المواجهة إلى الأفكار والأفعال التي تهدف إلى تقليص الأثر الإنفعالي للضغط، وتعتمد المواجهة في هذه الحالة على الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم انفعاله عن طريق ضبط أو تعديل الأهمية

العاطفية للأحداث الضاغطة، أي التنظيم الإنفعالي المركز على التعامل مع الخوف، الغضب أو الشعور بالذنب وتتضمن المواجهة التي تركز على الإنفعال مواجهة سلوكية و إنفعالية ومواجهة معرفية إنفعالية.

- ويمكن أن تأخذ الجهود الموجهة نحو ضبط الإستجابات الإنفعالية التي تولدها الوضعية الضاغطة عدة أشكال، إذ تؤثر مختلف نشاطات هذه المواجهة على الإنفعال بطرق مختلفة، فأول نشاط ممكن يتمثل في تغيير درجة الإنتباه ، التجنب، أو التهرب، أو تمنى زوال مصدر الضيق والإنزعاج، فهي تعمل على تغيير إتجاه الإنتباه من مصدر الضغط محدثة بذلك راحة مؤقتة، ويظهر أن لهذه الميكانيزمات التوافقية أثر مؤقت وأقل فاعلية، أما الطريقة الأخرى التي من خلالها تؤثر المواجهة على الحالة الإنفعالية هو توظيف نشاط معرفي الذي يغير ويبدل المعنى الذاتي للتجربة مثل إعادة تقييم الوضعية، وتضخيم للحدث، أو إعادة التقييم الإيجابي الذي يتضمن تحويل التهديد إلى تحدي، ويظهر أن مثل هذه النشاطات فعالة لتخفيف وتقليل المستوى الإنفعالي.

إذ تهدف هذه المواجهة إلى ضبط المشاعر والإنفعالات التي تثيرها الوضعية الضاغطة، مع الإحتفاظ بحالة من الإتزان الوجداني أي التعامل مع الإنفعالات الناتجة عن مصادر الضغوط وتقبل الفرد لمشاعره وعادة ما يكون هذا النوع من المواجهة مفيد في المواقف التي تتجاوز قدرة الفرد على ضبطها والتحكم فيها ومن ثمة لا يمكن تغييرها من خلال أساليب مناسبة لحل المشكلة.

رغم الإختلاف الشاسع بين الباحثين في تصنيف المواجهة إلى أن أغلبهم يرى أن تصنيف لازاروس للمواجهة يحتل المكان الأكبر في معظم الدراسات (المواجهة التي تركز على المشكل والمواجهة التي تركز على الإنفعال) مع العلم أن هذين البعدين يخدمان من حيث المبدأ، النظام الذي يتوافق مع المميزات العامة الإستجابات الناتجة عن مواجهة الضغط، والتي تمثل مظاهر مكملة مستقلة Orthogonouse، لعمليات المواجهة كما يرى (Compas and all، 2001). (كربال، 2009-2010: 27-29)

وهناك محاولات أخرى اقترحت إعتداد تصنيف آخر يضم ثلاث أبعاد أساسية:

➤ **المواجهة المركزة على المشكلة:** تحتوي على إستراتيجيات تحليل المشكلة، ومعالجة الأولويات والبدائل المقترحة.

➤ **المواجهة المركزة على الإنفعال:** وتتمثل في الجهود والنشاطات المتجهة نحو الإنفعال مثل التوبيخ الذاتي، القلق، الغضب و الحيرة.....

➤ **التجنب:** وتنتج فيه مجموع الإستراتيجيات المستعملة نحو المشكلة أو الإنفعال (الشخص/المهمة) وتسعى خاصة وراء الإتصال الإجتماعي أو النشاطات التعويضية الأخرى مثل التسلية، مشاهدة فيلم، التكلم مع صديق، الإسترخاء والتأمل. (كربال، 2009-2010: 31)

4-2-2- تصنيف المواجهة حسب هدفها: بغض النظر عن وظيفة المواجهة الداخلية كمعدل إنفعالي فهي أول وقبل كل شيء وسيلة لمواجهة مشكل محدد والقيام بحله إن أمكن، لذا يمكن تصنيف المواجهة حسب ما تهدف إليه الإستراتيجيات في مواجهة الحدث الضاغط وتوجه الشخص ونشاطه، فإما أن يواجه الشخص مباشرة وبوضوح المشكل وهنا نتكلم عن المواجهة النشطة أو أن يتجنب المشكل ويبحث عن تقليل الضغط والمشاعر السلبية، وهنا نشير إلى المواجهة المتجنبة.

4-2-1- المواجهة النشطة: عرفها (1995 Folkman and Bourgeois) كفعل يرمي إلى تغيير العلاقة الموجودة بين الشخص ومحيطه عن طريق بذل مجهود سلوكي نشط يتمثل في مواجهة المشكل حتى يتمكن من حله.

4-2-2- المواجهة السلبية: تتمثل في عدم القيام بعمل أي شيء بوضوح فانعدام النشاط في مواجهة الحدث الضاغط يرتبط عادة بالحالة الإنفعالية السلبية مثل الإكتئاب، وسلوك الإنكار، وهنا يتم الخلط بين المواجهة المركزة على الإنفعال والمواجهة السلبية.

4-2-3- المواجهة المتجنبة: وتتمثل في تغيير الإنتباه عن مصدر الضغط تعد هذه الإستراتيجية الأكثر استعمالا وتترجم عن طريق القيام بالرياضة، الإسترخاء، واللجوء إلى الترفيه... إلخ. فالفرد يظن أن هذه النشاطات ستقضي على الضغط الإنفعالي، وبالتالي يتولد لديه الشعور بالراحة وقد تؤدي المواجهة المتجنبة إلى أنواع من النشاطات السلبية كالإدمان على (التدخين، الكحول، الأدوية) قصد الهروب من الضغط الإنفعالي، فالتجنب سيكون عبارة عن تحية الإشارات المرتبطة بالخطر.

- يمكن تصنيف المواجهة الفعالة و/ أو المتجنبة حسب الطرق المستعملة للمواجهة، فالشخص يستعمل إستراتيجية سلوكية أو معرفية، حيث إقترح Moos (1999) أربعة أصناف أساسية في المواجهة الفعالة والمتجنبة مع وجود أنماط تحتية مشتركة.

- **المواجهة الفعالة / المعرفية:** هذا الصنف يضم التحليل المنطقي كإيجاد طرق مختلفة لحل المشكلة وكذا إعادة التأطير الإيجابي (التفكير إلى أي حد يمكن أن يكون أحسن من الآخرين الذين يعانون من مشاكل أكبر).

- **المواجهة الفعالة/ السلوكية:** نجد هنا البحث عن الدعم (التكلم مع صديق) والقيام بفعل لحل المشكلة (وضع مخطط وإتباعه).

- **المواجهة المتجنبة/ المعرفية:** في هذا الصنف يمكن أن نميز التجنب المعرفي (نسيان المشكلة تماما)، والتقبل الموضوعي (تقبل المشكلة وفقدان الأمل في استرجاع السعادة).

- **المواجهة المتجنبة/السلوكية:** هذا الصنف يشمل البحث عن نشاطات أخرى والتفريغ الإنفعالي (الصراخ لتفريغ الإحباط).

4-2-4- المواجهة اليقظة Coping Vigilant: تركز هذه المواجهة انتباه الفرد على المشكلة قصد التحكم فيه ويضم إستراتيجيات عديدة مثل البحث عن المعلومات الإضافية ووضع حلول لحل المشكلة فاليقظة ستقود الفرد إلى عدم التحلي بسلوكات سلبية عندما يشتد التركيز على المشكلة بصورة وسواسية دون الوصول لحل فعال، ويفسر krohne (1999) ذلك بأن المواجهة اليقظة يمكننا وصفها بإستراتيجيات علاج المعلومات التي تعطينا توجيهات حول الخطر وبالتالي تمكننا من المواجهة.

- ويتم عادة الخلط بين المواجهة المركزة على المشكلة والمواجهة النشطة أو الفعالة فالخلط الذي يقع بينهما ضروري لحل المشكلة مباشرة، لكنه قد يساعد الفرد لإيجاد حل بصرف النظر بصفة مؤقتة عن المشكلة ومنه نستنتج أن المواجهة المركزة على المشكلة قد تؤدي إلى الفشل كنتيجة دون أن يكون هناك حل للمشكلة وكذا الأمر للمواجهة المركزة على الإنفعال التي قد تستدعي حدوث تغيرات داخلية تؤدي إلى إعادة بناء جديد للمشكلة أو التعبير عن نشاط مهم لكن داخلي بالنسبة للفرد ولا يمكن ملاحظته.

(صويلح، 2017 -2018: 75-77)

جدول رقم (03) يوضح بعض تصنيفات المواجهة

العلماء	التصنيف
ميدنيك وزملاؤه Mednik and al 1975	- إستجابات موجهة نحو المشكل. - إستجابات موجهة نحو الدفاع . - إستجابات عصابية وذهانية .
موريس 1982 Morris	- مواجهة مباشرة . - مواجهة دفاعية.
ماثني وزملاؤه 1986 Matheny and al	- مواجهة وقائية. - مواجهة قتالية.
أندلر وبكر 1990 Endler and parker	- مواجهة موجهة مركزة على المشكل . - مواجهة موجهة مركزة على الإنفعال . - مواجهة التجنب.
مارتن وزملاؤه 1992 Marten and al	- استراتيجيات المواجهة الإنفعالية . - استراتيجيات المواجهة المعرفية .
كوسكي ، كرك وكوسكي Koeske ، Kirk and Koeske 1993	- مواجهة بالتحكم. - مواجهة بالتجنب.
كوهين 1994 Cohen	- التفكير العقلاني - التخيل. - حل المشكلة - الفكاهاة . - اللجوء للدين - الإنكار .
زيمباردو ، فيبر Zimbardo and veiber 1997	- مواجهة موجهة نحو المشكلة . - مواجهة موجهة نحو الإنفعال .
جيناكوس 2002 Ginakos	- مواجهة بالتحكم. - مواجهة بالهروب.

(بن زروال ، 2010: 151- 152)

5- العوامل المؤثرة في عملية المواجهة:

إن الطريقة التي يواجه بها الفرد أحداث الحياة تتأثر بمتغيرات وسيطة مختلفة ولكي نفهم العملية التي من خلالها يقوم الفرد بمحاولات لمواجهة المواقف الضاغطة في بيئته فمن المهم أن نفهم المتغيرات الوسيطة التي تؤثر في تحديد سلوكيات المواجهة.

➤ يشير (Weithington and Kessler 1991): إلى " أن الأفراد يختلفون في استخدام استراتيجيات المواجهة وأن هناك عوامل عديدة تؤثر في اختيارها حيث تتضمن عوامل تتعلق بخصائص شخصية الفرد وعوامل أخرى موقفية ونوعية تتعلق بالموقف ذاته وتسهم إلى حد بعيد في تحديد إستراتيجيات المواجهة ".

➤ حسب (Folkman and Lazaruss 1988): المواجهة تتأثر بالخصائص الشخصية السابقة (الموارد الشخصية) وبالمتغيرات البيئية، أما الخصائص الشخصية أو كما يسميها البعض المتغيرات الشخصية فتتمثل في:

➤ **المعتقدات:** مثل المعتقدات الدينية أو اعتقاد الفرد بقدرته الشخصية في السيطرة على الأحداث وهو ما أطلق عليه (Rutter) " الضبط الداخلي"، حيث يعتبر مركز الضبط مؤشر قوي على سلوك المواجهة فالضبط الداخلي يرتبط باستراتيجيات المواجهة الفعالة اتجاه الموقف الذي يمكن السيطرة عليه واتجاه الإضطرابات النفسية الضعيفة الناتجة عن الضغوطات بالإضافة إلى سمات الشخصية الأخرى كالصلابة النفسية ونمط الشخصية والعزو السببي والعجز المكتسب.

➤ **القدرة على التحمل:** أو الميل المستقر للفرد لمقاومة المتطلبات الخارجية، والذي يوافق التحكم الذاتي في الأحداث الضاغطة التي تحدث في الحياة. إذ أن المواجهة الناجحة تتطلب اعتقاد الفرد أن لديها القدرة على التحكم في الأحداث الضاغطة وأنه يستطيع مواجهتها بشكل ملائم ذلك لأن فعالية الذات المرتفعة تساهم في الرغبة في مواجهة التحديات.

➤ **سمة القلق:** أو عنصر مستقر للشخصية أي أنه هناك ميل عام لإدراك المواقف الضاغطة على أنها تشكل تهديداً.

➤ أما بالنسبة للمتغيرات السياقية "Contextuel" (نوع الضغوطات، المدة) فهي تتعلق بـ:

➤ **خصائص الموقف:** طبيعة الخطر، شدته ومدته وبهذا فإن إستراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المشكلة هي التي ستكون الأكثر استخداماً إذا تم تقييم الموقف على أنه قابل للتغيير أو للتطور في حين سيغلب استخدام الإستراتيجيات المتمركزة على الحد من التوتر الإنفعالي إذا تم تقييم الموقف على أنه لا يمكن تغييره أو السيطرة عليه.

➤ **الموارد الإجتماعية أو شبكة دعم الفرد:** إن حصول الفرد على المساندة الإجتماعية في المواقف الصعبة سيكون له دور المعدل "Modératur" في مواجهة الأحداث المجهدة.

➤ هذه العوامل البيئية لها تأثير كبير على تقييم الفرد لقدراته على الضبط، وهو ما يوجه إختيار استراتيجيات المواجهة للتعامل مع الموقف، لهذا السبب المواجهة هي عملية متغيرة مؤقتاً، ولذلك فمن الصعب أن نتظر إليها على أنها سمة مستقرة للشخصية. (لراري، 2014 - 2015: 47-49).

➤ **البحوث الحديثة في مجال المواجهة** أشارت إلى أن العمليات الإيجابية مثل المواءمة والمرونة وزيادة مفهوم الذات ترتبط بزيادة مهارات المواجهة المنتجة وكذلك أساليب وإستراتيجيات المواجهة المستخدمة ومنها العوامل التالية:

➤ **المواءمة والمرونة:** إن زيادة مهارات المواجهة الوظيفية يمكن أن تساعد في تقوية وتعزيز المرونة والكفاءة الإنفعالية، الإجتماعية وال نفسية، كما أنها تزود الفرد بالقدرة على التوافق أو المواءمة عندما يتعرض للضغوط أو المواقف السلبية، وأن الأفراد يستطيعون التحكم في تصرفاتهم وتساعدهم على تغييرها بشكل إيجابي، إن امتلاك المعرفة الإيجابية والبحث عن الأشياء يتناسب مع تغيرات أكثر من حالة الثبات، وتتكامل مع المواجهة الفاعلة ويصبح الشخص مرناً ولديه القدرة على المواجهة، وإنه من المهم للإفراد الاهتمام بإستراتيجية المواجهة الحالية وتقييم مدى تأثيرها وفعاليتها، فإذا كان الأفراد لديهم القدرة على رؤية الإخفاق أو الفشل في سلوكياتهم وردود أفعالهم نحو الضغوط، وما يجعلهم يطورون ردوداً لأفعالهم نحوها. وإنهم بذلك يعملون على تطوير المرونة والتوافق، وبالتالي يصبح لديهم القدرة على التعامل بفاعلية مع الضغوط وتطوير الجوانب النفسية والمصادر البيئية وإدارة المهارات الداخلية والسلوكيات، والكفاءات في مواجهة ما يتعرضون له من ضغوط، هؤلاء الأفراد يكون لديهم القدرة على مواجهة المخاطر المرتفعة في كثير من المواقف.

➤ **تقدير الذات ومفهوم الذات:** يرتبط مفهوم الذات بشكل إيجابي بالمواجهة الفاعلة اتجاه الضغوط مفهوم الذات يشير إلى كيفية إدراك الأفراد لقدرتهم وأنفسهم بشكل عام وبما يشمل مدركاتهم الاجتماعية الجسمية، الإنفعالية والقدرات الأكاديمية، ولو أن الأفراد لديهم مشاعر جيدة نحو أنفسهم، فإن الضغوط ينظرون إليها على أنها تحدي أكثر من كونها مشكلة، وهؤلاء لديهم قدرة على التحكم في حياتهم وقدرة جيدة على تحمل الضغوط، وفي المقابل فإن المشاعر المنخفضة لمفهوم الذات أو تقدير الذات يمكن أن تؤدي إلى زيادة مشاعر القلق والأفكار السلبية التي تؤدي إلى ضعف سلوكيات المواجهة، والتي تدعم أو تزيد الأفكار السلبية.

إن المواجهة ترتبط بتقدير الذات بمعنى كيف يشعر الأفراد اتجاه أنفسهم (ماهي مشاعر الأفراد حول أنفسهم) والتي ترتبط بشكل جيد بما يستخدمه الفرد غالبا بتغيرات داخلية مع مصطلح مفهوم الذات، وقد وجد سليفج كرينك Sleiffge – krenke (1990) أن هؤلاء الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع يكون نشيطين في استخدامهم لأساليب المواجهة بشكل عام، مما يدل على ارتفاع مفهوم الذات لديهم، وفي المقابل الأفراد الذين يميلون إلى تجنب المشكلات يعطون أوصاف سلبية حول أنفسهم ونقص الثقة بالنفس، أما ذوي تقدير الذات المرتفع فإنهم يظهرون ارتباطا باستراتيجيات المواجهة والتي تشير إلى استخدام إستراتيجية حل المشكلات والبحث عن البدائل، والأفراد الذين لديهم تقدير ذات منخفض يميلون لاستخدام إستراتيجيات المواجهة المرتكزة على الإنفعال.

وبشكل أكثر تحديدا فإن المراهقين ذوي تقدير الذات المنخفض يميلون بشكل كبير إلى استخدام إستراتيجيات المواجهة مثل التعبير عن الإنفعالات، تجنب الضغوط، الإسترخاء، وفي المقابل فإن الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع يلجؤون إلى استخدام استراتيجيات نشطة مثل: حل المشكلات، الأشخاص الذين يتمتعون بالثقة بالنفس كثيرا ما يتعاملون مباشرة مع المشكلة لأنهم يشعرون بالكفاءة والقدرة على حلها وبشكل عام فإن البحوث بينت أن تقدير الذات يرتبط بقوة استجابات المواجهة الفاعلة وعلى العموم فإن الدلائل ونتائج البحوث في هذا المجال أشارت إلى أن مهارات المواجهة الفاعلة وزيادة مفهوم الذات وتقدير الذات يرتبطان ببعضهما البعض.

➤ **مستوى النمو:** Développement level ترى إلينا كارتير Alina Carter (2010) أن مرحلة المراهقة تمثل مرحلة هامة في حياة الفرد لما يرتبط بها من تطور لمهارات المواجهة، كما ينمي المراهقين الجوانب المعرفية وكيفية التعامل مع الضغوط والتفكير في تغيير إستراتيجيتهم في المواجهة، كما أنه تم تسليط الضوء على عمر الخامسة عشر (15) عام، نظرا لارتباط المراهقين بأنشطة مواجهة أكثر فاعلية وتوظيف لعدد من الإستراتيجيات على نطاق واسع في إطار العلاقة لإدراك الضغوط . فإن سيفيج و كرنك Seiffge krenke and al، 2009 وجدوا أن المراهقين قد قرروا مستويات مرتفعة من الضغوط حتى عمر خمسة عشر عام بعد ذلك تنخفض الضغوط إلى المستوى المتوسط وهذا مرتبط بالتطورات النمائية للمواجهة وهؤلاء المراهقين يستخدمون المواجهة الداخلية والمواجهة النشطة Active and internal coping من خلال مقياس المواجهة عبر المواقف إعداد سيفيج و كرنك 1995، وفي المقابل قرر بعض المراهقين استخدام إستراتيجية الإنسحاب والتي تزداد خلال المراهقة المبكرة .

➤ **الخلفيات الثقافية:** توصلت دراسة منى عبد الله (2002) إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى 0.05) بين عينة من المشاركين ذات الأصول الحضرية وتلك ذات الأصول الريفية في استخدامهما لاستراتيجيات المواجهة لصالح عينة الريف في استخدامهم لاستراتيجيات لوم الذات، الإنعزال التنفيس الإنفعالي، والدعابة ولصالح عينة الحضر في استخدامهم لإستراتيجيات: التركيز على الحل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، إعادة التغيير الإيجابي. (الغبور، 2015: 42-47).

6- طرق قياس إستراتيجيات المواجهة:

يستخدم العلماء عدد من الإختبارات والمقاييس التي تستهدف قياس السلوكيات والمعارف التي يقوم بها الأفراد للتعامل مع المواقف الضاغطة التي يتعرض لها في البيئة، وتعتبر إختبارات الورقة والقلم هي أكثر الطرق والأدوات شيوعا لقياس إستراتيجية المواجهة للأحداث والمواقف الضاغطة، ومع ذلك هناك بعض البحوث التي تستخدم المقابلات كأدلة هامة في قياس إستراتيجيات المواجهة، وذلك بهدف جمع المعلومات اللازمة عن المفحوصين والتعرف من خلالها على أحداث المواقف الضاغطة التي تواجههم والوقوف على نوعية إستراتيجيات وأساليب المواجهة التي يستخدمونها في التغلب على الأحداث الضاغطة التي يتعرضون لها، ومن أبرز المقاييس التي استخدمت في قياس إستراتيجية المواجهة منها: (حرث، 2019- 2020: 93)

6-1- إستبيان أساليب المواجهة للازاروس وفولكمان "Wayse of coping checklist wcc"

حيث احتوى على 68 فقرة موزعة على ثمانية أبعاد وهي: حل المشكلة، روح المقاومة، التقييم الإيجابي، الإكتساب الشخصي، الهروب، التجنب، البحث عن المساعدة الاجتماعية والتحكم في الذات.

➤ وفي سنة 1989 عمل كل من كارفر وسيشر Carver et scheier على إعداد مقياس قائمة المواجهة متعدد الأبعاد multi dimensionsal coping الذي يتكون من 53 مفردة موزعة على ثلاثة عشر بعد لقياس إستجابة الأفراد للمواقف الضاغطة، زيادة على ذلك قائمة المواجهة للمواقف الضاغطة التي أعدت من طرف أندلر وباركر سنة 1990 التي ركزت على ثلاث أنماط للمواجهة وهي: استراتيجية التعامل مع المشكلة، إستراتيجية التعامل المركزة على الإنفعال، إستراتيجية التعامل المركزة على التجنب بالإضافة إلى مقياس الأبعاد الوظيفية للمواجهة Functional dimensions of coping من إعداد كوكس وفيرجسون سنة 1997، وكذا مقياس قائمة المصادر coping rexeurces من إعداد همرألن سوزان مارتيج Hammer et Martig 1993 المتكون من 60 عبارة موزعة على خمس مصادر للمواجهة، منها المعرفية الاجتماعية، الإنفعالية، الروحية والجسمية.

ضف إلى ذلك قائمة مصادر مواجهة الضغوط Coping resources inventory for stress

من إعداد ماثني Matheny وآخرون سنة 1987.

➤ ناهيك عن وجود مقاييس أخرى حاولت الكشف عن استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها المراهقين عند تعرضهم للمواقف الضاغطة مثل: مقياس بترسون Paterson وماكبين Maccubin الذي أعد سنة 1983، يحتوي على 54 بند موزع على ثمانية محاور وهي كالتالي: النشاطات المدرسية، المشاعر السلبية المزاج، الإستهلاك، الشبكة الاجتماعية السلبية، العائلة، الإلتزام، ومقياس سيفيج كرينج Seifje Krenke الذي أعد سنة 1989 إذ سلط من خلاله الضوء على أساليب المواجهة التي يستخدمها المراهقين في مواجهة الضغوط النمو، موزعة على ثلاث محاور: الإستراتيجيات النشطة، التراجع والإنسحاب، الرفض.

(والي، 2014- 2015: 136)

خلاصة:

نستخلص مما سبق ذكره أن الضغوط التي يتعرض لها الإنسان في شتى مراحل نموه إنما هي مرآة عاكسة لمدى فعالية الذات في تجسيد الحل الملائم للوضعية الضاغطة ، وفي ضبط مجموع المتغيرات الخارجية من خلال تبني إستراتيجيات المواجهة البناءة والفعّالة، سواءً المركزة على حل المشكل أو الإنفعال أو التجنب. وهذا له علاقة بمجموع المحددات الشخصية والتأويلات والتفسيرات المخزنة المتعلقة بالموقف أو الحدث الضاغط ، وكذا المعطيات الإجتماعية والثقافية ذات الأثر البالغ على الشخص في تحديد ردود أفعاله في مختلف مراحل النمو خاصة المراهقة، التي تعتبر أكثر فترة ضاغطة نظرا لوجود متغيرات نفسية وإجتماعية سريعة تجعل أساليب مواجهتها تختلف من مراهق لآخر.

الفصل الثالث:

المراهقة الجانحة

تمهيد

أولاً: المراهقة

- 1- تعريف المراهقة
- 2- مراحل المراهقة
- 3- خصائص المراهقة
- 4- النظريات المفسرة للمراهقة
- 5- أشكال المراهقة
- 6- مشكلات المراهقة

ثانياً: الجنوح

- 1- تعريف الجنوح
- 2- النظريات المفسرة للجنوح
- 3- أشكال الجنوح
- 4- العوامل المؤدية للجنوح
- 5- جنوح المراهقة
- 6- التكفل النفسي بالجانحين

خلاصة

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من أكثر مراحل النمو تعقيدًا، لما يصاحبها من إعادة بناء عاطفي وفكري للشخصية الذي بدوره يساهم في عملية التفرد المرتكزة في الأساس على الناحية الفيزيولوجية، السيكولوجية والسوسيولوجية للشخص، حيث أن بداية المراهقة تكتسي طابع التغيير البيولوجي الذي يحدث عند كلا الجنسين وهذا ما يعرف بالبلوغ، أما نهايتها مقرونة بمدى تحقيق الأهداف الإجتماعية، ليتوسطها في ذلك سيرورة نمو نفسية تنقل المراهق من الإعتمادية والإتكالية في مرحلة الطفولة إلى تحقيق الإستقلالية الذاتية وإنفصال وتمايز من الرشد فتغيرات هذه الفترة وصعوبة تجاوزها قد تنعكس سلبيًا على حياة المراهق الذي يقود في أغلب الأحيان إلى الجنوح الذي يعبر المراهق بواسطته عن عدم القدرة على التكيف الإجتماعي الظاهر من خلال سلوكات مضطربة كالإعتداء، السرقة والإدمان....إلخ، وضمن هذا الفصل سنحاول توسيع أكثر بمفهوم المراهقة والجنوح من خلال التطرق إلى عناصر مختلفة تصب في هذا المضمون.

1- تعريف المراهقة:

- اشتق مصطلح المراهقة في اللغة الإنجليزية adolexence من فعل adolesers في اللغة اللاتينية.
- **المراهقة لغة** : معناها النمو أي قولنا راهق الفتى و راهقت الفتاة بمعنى نميا نمواً متكاملًا.
- ولقد عرفها **جيرزلد**: تعريفاً وظيفياً حينما وصفها بأنها إمتداد في السنوات التي يقطعها البنون و البنات متجاوزين الطفولة إلى مرحلة الرشد، حيث يتصفون بالنضج العقلي ،النضج الإنفعالي ، الإجتماعي والجسمي.
- أما **هوروكس Harocks (1962)**: فعرفها بأنها الفترة التي يكسر فيها المراهق الطفولة يخرج إلى العالم الخارجي ويبدأ في التفاعل معه والاندماج في هذا العالم.(بن زيان،2014:94)
- ومن جهة **لوهال " Le hall** "يرى أنها بحث عن الإستقلالية الإقتصادية والاندماج في المجتمع الذي لا تتوسطه العائلة، وبهذا تظهر المراهقة كمرحلة إنتقالية حاسمة تسعى إلى تحقيق الإستقلالية النفسية والتحرر من التبعية الطفلية ، الأمر الذي يؤدي إلى حدوث تغيرات على المستوى الشخصي لا سيما في علاقته الجدلية بين الأنا والآخرين.(قاسي،2021: 192)
- في حين يعرفها **أوزيل Ausbel**: هي سيرورة الإدماج النفسي للبلوغ **PUBRTY** ، إذ تظهر معالمها بالبلوغ الجنسي الذي يصاحبه تغير نفسي هام يميزها عن باقي المراحل الأخرى .
- يقول الدكتور **مصطفى فهمي** ما يلي: أن كلمة المراهقة **Adolexence** معناها التدرج في النضج البدني والجنسي والعقلي والإنفعالي، وهنا يتضح الفرق بين المراهقة وكلمة البلوغ **Pubertè** المقتصرة على ناحية من نواحي النمو وهي الناحية الجنسية ، ويعرف البلوغ بأنه نضوج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من فترة الطفولة إلى فترة الإنسان الراشد.
- يقول **خليل معرض** : في معرض حديثه عن المراهقة أنها مشتقة من الفعل اللاتيني ويفرق بينها وبين البلوغ بناءً على اختلاف الكلمتين في اللغة اللاتينية: البلوغ يقتصر على النمو الفيزيولوجي و الجنسي، وهو مرحلة تسبق المراهقة وفيها تتضج الغدد التناسلية ، ويصبح الفرد قادراً على التنازل والمحافظة على نوعه.
- (زغينة،2007: 209)
- **كستمبرغ "Kestemberg" (1980)**: المراهقة هي إعادة التنظيم النفسي مهدتها الجنسية الطفلية على المدى الطويل ومختلف الإستثمارات المعقدة التي حدثت في الطفولة وكذلك في مرحلة الكمون.
- (بوزار،2017: 333)

➤ يرى دوبيس "م" أن المراهقة تعتبر عادةً مجموعة من التحولات الجسمية والنفسية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد.(شرادي، 2011: 235-236)

➤ عرفها ستانلي هول "Stanlly Hall" بكونها تشبه الرجل البدائي الذي وجد نفسه فجأة أمام عالم متحضر وهذا ما خلق عنده صراعاً بين ماضيه المتوحش وحاضره المتمدن.(زاوي، 2012: 43)

➤ يعني مصطلح المراهقة كما يستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من الطفولة مرحلة الإعداد لمرحلة المراهقة إلى مرحلة الرشد والنضج.(زهران، 1986:289)

ويشاع عن فترة المراهقة أنها فترة من القلق والإضطراب تمتد قبل البلوغ حتى العشرين من العمر وهي فترة حتمية يمر بها كل إنسان.(العفاوي، 2022: 180)

من خلال هذه المفاهيم نجد أن العلماء أجمعوا على أن المراهقة فترة تمتد بين مرحلة الطفولة والرشد حيث تطرأ عليها عدة تغيرات وتحولات إنفعالية، جسمية و جنسية.

2- مراحل المراهقة:

اختلف الباحثون والعلماء في تحديد المراحل الزمنية للمراهقة ولكن الشيء المؤكد عمومًا هو أن هذه الفترة تبدأ ما بين فترة البلوغ الجنسي وإكمال النضج الجسدي ، وعليه قسمها الباحثون إلى مراحل أساسية بناءً على بعض خصائص ومميزات النمو فيما يلي :

2-1: ما قبل المراهقة: قال ويليام وتنبرغ : نهاية مرحلة الطفولة تتحدد غالباً بفترة من النمو المتسارع في الجسم والتصرفات غريبة الأطوار والرغبة في البقاء مع مجموعة من نفس الجنس أول علامة نفسية تظهر في سن التسع إلى عشر سنوات وتنتهي المرحلة عندما يصل الذكر أو الفتاة إلى مرحلة من النمو الجسدي مهتماً فيها بالبقاء مع الجنس الآخر (Watterberg,1973).

2-2: مرحلة المراهقة المبكرة: يصل فيها المراهق لإستقرار نوعي من التغيرات البيولوجية و كذلك يستقل متخلصاً من القيود المحيطة بذاته.(غباري،أبو شعيرة،2015:225)

2-3: مرحلة المراهقة المتوسطة: من 15 إلى 17 سنة وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية، تمتاز بالشعور بالهدوء و الإتجاه إلى تقبل الحياة بكل ما فيها من اختلافات أو عدم الوضوح والقدرة على التوافق، كما يتميز المراهق هنا بطاقة هائلة وقدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين ، ولكن هذه العلاقات

تستمر لفترات طويلة ومن سمات هذه المرحلة: الشعور بالمسؤولية الاجتماعية ، الميل إلى مساعدة الآخرين الإهتمام بالجنس الآخر على شكل ميول ، إقامة علاقات مع الآخرين ووضوح الإتجاهات والميول لدى المراهقين. (قاسي، 2021: 155)

2-4: مرحلة المراهقة المتأخرة:

وتمتد من سن السابعة عشر إلى الحادية والعشرون ويطلق عليها ما بعد البلوغ ، حيث يمكن للفرد أداء وظائفه الجنسية بشكل كامل وتكتمل الوظائف العضوية وتنضج الأعضاء التناسلية وقد لا يتمكن المراهق من إشباع ميوله الجنسي بطرق طبيعية مباشرة عن طريق الزواج فيلجأ إلى العادة السرية، وقد يُفِرط في ممارستها فتعكس عليه على شكل مشاعر الذنب وتنتهي هذه المرحلة بابتداء سن الرشد. (بوظيان، 2010: 146)

3- خصائص المراهقة:

تنتاب المراهق أثناء انتقاله من الطفولة إلى عالم النضج والرجولة مجموعة من التحولات تتمثل في التحولات البيولوجية ، الفيسيولوجية ، التحولات النفسية ، التحولات الجنسية ، التحولات العقلية ، التحولات الانفعالية والتحولات الاجتماعية.

3-1: الخصائص الجسمية: أهم خاصية تبدو على الجسم المراهق هي زيادة حجم الجسم و الزيادة في الطول بشكل ملفت للإنتباه ويتبع هذه الزيادة نمو الشعر في أماكن متعددة في الجسم، كما يتغير صوته و تبدو النواهد عند الفتيات وتبدأ العادة الشهرية للحيض وتصبح مألوفة.

قد يسبب التحول الجسمي للمراهقين والمراهقات بعض المشاكل ويثير قلقهم كخشونة الصوت والنفافة أو السمنة للبنين أو البنات. (حدة، 2018: 371)

3-2: الخصائص العقلية: قسم جون بياجي التطور المعرفي والذهني والذكائي لدى الإنسان إلى أربع مراحل أساسية تبدأ من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة وقد حددها في:

-المرحلة الحسية الحركية: (من فترة الميلاد إلى سنتين)، ومرحلة ما قبل العمليات الحسية (من سنتين إلى سبع سنوات)، ومرحلة العمليات المشخصة (من سبعة إلى إثني عشر سنة)، ومرحلة العمليات الصورية (من إثني عشر سنة فما فوق)، وتتميز مرحلة المراهقة عند بياجي بخاصية التجريد والميل نحو العمليات المنطقية والإبتعاد عن الفكر الحسي الملموس ويعني هذا أن الذكاء المنطقي والرياضي عند المراهق ينتقل من مرحلة العمليات المشخصة نحو البناء الصوري أو المنطقي، أو من الطابع الحسي نحو الطابع الرمزي المجرد ، ويعود

هذا إلى السيرة الطبيعية للنمو الذهني والمعرفي الذي يتماثل بنيويا مع النمو البيولوجي وتطور المحيط والبيئة وبتعبير آخر يتطور الذكاء عند المراهق بإستخدام الرموز والذكاء المنطقي و إيجاد الحلول المناسبة التي يطردها المحيط الخارجي.

- أضف إلى ذلك أن الطفل في هذه المرحلة يكتسب آليات الإستدلال والبرهنة والإفتراض والإستقراء والإستنباط، ويحل الوضعيات الرياضية والمنطقية المعقدة ويميل إلى التفكير الفلسفي والنسقي ما يجعله في توازن تام مع الطبيعة أو البيئة. (حدة، 2018: 373-374)

3-3: الخصائص الإنفعالية:

تكثر إنفعالات المراهق وتتنوع كما تختلف استجاباته للمثيرات نوعا عن استجاباته في المراحل السابقة وفيما يلي بعض مظاهر النمو الانفعالي:

- يتحول إنفعال المراهق من الإنفعال الموحد أو البسيط (الموقف الواحد) إلى الإنفعال المركب أو المعقد (الموقف قد يشير أكثر من إنفعال).

- إنفعالات الطفولة مثيراتها مادية محسوسة بينما تكون في المراهقة مادية ومعنوية أو مادية معنوية في آن واحد.

- انفعالات الطفولة محدودة بينما إنفعالات المراهقة كثيرة ومتشعبة وحادة ولا سيما في بداية المرحلة فتلاحظ عدم الإتزان الإنفعالي والثورة لأبسط الأمور والعجز عن التحكم فيها مثل الصراخ أو البكاء.

- يبرز انفعال حب الذات كأهم إنفعال لهذه المرحلة فهو يعتني بذاته البدنية والتحلي بالصفات التي تجذب انتباه الآخرين. (الشيباني، 2000: 205-206)

إن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن إنفعالات الطفل وكذلك الشاب، ويشمل هذا الاختلاف النواحي الآتية:

- تمتاز الفترة الأولى من مرحلة المراهقة بأنها فترة إنفعالات عنيفة ، إذ نجد المراهق في هذه السنوات يثور لأسباب شأنه في ذلك شأن الأطفال الصغار.

- تتميز انفعالات المراهق بميزة أخرى وهي التقلب (**inconsistency**) وعدم الثبات، حيث نجده ينتقل من إنفعال إلى إنفعال آخر في مدى قصير فقد يحدث مثلاً أن يكون المراهق في حالة بين الزهو والكبرياء والفرح ثم تتحول هذه الانفعالات فجأة إلى حالة أخرى تدل على الضغوط واليأس.
- وهناك ميزة ثالثة تتصل بانفعالات المراهق في أوائل مرحلة المراهقة وهي أنه إذا أثير أو غضب لا يستطيع التحكم على المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية، (يصرخ و يعض و يرفس ويدفع الأشياء ويلقي بأطباق الطعام وكوبات الماء على الأرض....الخ)، ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فإنه يقوم بحركات لا تدل على الإلتزان الإنفعالي، حيث تجده أثناء حالة سروره (يشد رباط الرقبة في حركات هستيرية أو يقف على ساق واحدة، أو يجذب أذن من أمامه أو يقوم ببعض اللزمات (**Tics**) التي تدل على حركات عصبية.
- يتعرض المراهق في بعض الظروف لحالات من اليأس والقنوط والحزن و الآلام النفسية نتيجة لما يلاقيه من إحباط (**Frustration**) بسبب تقاليد المجتمع التي تحول بينه وبين تحقيق أمانيه وينشأ عن هذا الإحباط إنفعالات متضاربة وعواطف جامدة تدفعه في بعض الأحيان إلى التفكير في الإنتحار.
- تتميز هذه المرحلة في الوقت ذاته بتكوين بعض العواطف الشخصية عواطف نحو الذات تأخذ المظاهر الآتية: الإعتناء بالنفس، العناية بالملبس وبطريقة الكلام، يبدأ المراهق يشعر بأنه لم يعد بعد الطفل الذي يطيع دون أن يكون له حق إبداء الرأي. (فهمي، 1954: 203-204)

3-4: الخصائص الإجتماعية:

تتميز العلاقات الإجتماعية في مرحلة المراهقة بأنها أكثر تمايزاً وأكثر اتساعاً وشمولاً عنه في مرحلة الطفولة فينمو الفرد وتزداد وتتسع آفاق علاقاته الإجتماعية لتتابع مراحل النمو فتستمر عملية التطبيع والتنشئة الإجتماعية، وبدخول المراهق للمدرسة تزداد مجالات النشاط الإجتماعي لديه ويتنوع الإتصال الشخصي بالمدرسين والرفاق الذين يتفاعل معهم على مدى أكثر تنوعاً وشمولاً ، وياتساع دائرة العلاقات الإجتماعية والتفاعل يتخلص المراهق من بعض جوانب الأنانية التي تطبع سلوكه في سن الطفولة، فأثناء تفاعله تتأكد لديه مظاهر الثقة بالنفس وتأكيد الذات ومحاولة إشعار الآخرين بأهميته كفرد له كيان مستقل ، ولذا نجد ميل المراهق بالعناية بمظهره فنجد كذلك يتحدث عن قدراته. وفي هذه المرحلة كذلك يثور المراهق ويتمرد على سلطة الأسرة والمدرسة ويميل بطبيعته للإندماج مع الشلة والإمتثال لآرائها، فيستبدل إخلاصه لأهله بإخلاصه لزملائه وشلته

فعن طريق جماعة الرفاق التي يجدها متنفساً له ومخففاً لعوامل كبتة وإحباطه والذي يتولد للمراهقين الشعور بالولاء والإحترام لهذه الجماعة ورغبةً في الإستحواذ على إرضائها وشعوره باتفاقه مع جماعته ووحدته معها تجعله يشعر بأنه ليس وحيداً في أزمته التي يمر بها. (زعرور، 2017: 225)

يتصف النمو الإجتماعي في المراهقة بمظاهر رئيسية وخصائص أساسية تميزه إلى حد ما عن مرحلتي الطفولة والرشد، تبدو هذه المظاهر في تآلف الفرد مع الأفراد الآخرين أو في نفوره منهم وعزوفه عنهم. أ- **التآلف:** من خلال التطور الإجتماعي للمراهق تتضح مظاهر مختلفة للتآلف تبدو في ميله إلى الجنس الآخر وفي ثقته بنفسه وتأكيد له ذاته وفي خضوعه لجماعة الأقران وفي عمق بصيرته الإجتماعية، واتساع ميدان تفاعله الإجتماعي.

➤ الميل إلى الجنس الآخر.

➤ الثقة وتأكيد الذات.

➤ الخضوع لجماعة الأقران.

➤ البصيرة الإجتماعية .

➤ اتساع دائرة التفاعل الإجتماعي.

ب- **النفور:** تهدف مظاهر النفور في جوهره إلى إقامة الحدود بين شخصية المراهق وبين بعض الأفراد والجماعات التي كان وما زال ينتمي إليها ويتفاعل معها ليدعم ذاته وشخصيته وتتلخص أهم هذه المظاهر في:

➤ التمرد.

➤ السخرية.

➤ التعصب.

➤ المنافسة. (قصبيات، 2000: 107-108)

3-5: النمو الجنسي:

تعد المراهقة فترة التغيرات سريعة ومتميزة، فالتغيرات الفسيولوجية والعضوية تعم كل أجزاء الجسم نتيجة الإفرازات الهرمونية المرتبطة بالنضج التي تتعلق إلى حد كبير بالنمو الجنسي وتكتمل بنضج التكوينات والعمليات اللازمة للإخصاب والحمل وتكوين الجنين وإفراز اللبن، وتتحدد فترة المراهقة عادةً ببدء ظهور

علامات النضج الجنسي إلى جانب النمو الجسمي، النفسي والاجتماعي وتنتهي عند قيام الفرد بتولي أدوار الكبار وتقبلهم له واعترافهم بنضجه، فمعرفة خصائص مرحلة المراهقة وتميزها تدفعنا إلى النظر والتعامل مع المراهق بطريقة مختلفة عن الأطفال وكذلك الكبار. (الشيباني، 2000: 207)

4- النظريات المفسرة للمراهقة:

لقد تعددت النظريات المفسرة لأهم مظاهر النمو في مرحلة المراهقة ومن بينها:

4-1- نظرية ستانلي هول (Stanley Hall. 1924-1844): يعتبر ستانلي هول أول من قدم نظرية

حول المراهقة في كتابه الذي نشره عام 1904، استمد مبادئها من نظرية داروين حول النشوء والارتقاء فطبق تلك الآراء العلمية البيولوجية في دراسته حول المراهقة.

وبصورة عامة نستطيع أن نقول بأن ستانلي هول كان يقف في الواقع موقفًا وسطًا فهو يقع بين أولئك الكتاب أصحاب القصص الخيالية والتأملات الفلسفية الذين قد برزوا في القرون الماضية وبين أصحاب الدراسات العلمية والإختبارات الموضوعية المحكمة الذين قد برزوا في مطلع هذا القرن، فلقد تأثر بنظرية التطور التي برزت للعيان في القرن التاسع عشر كما قد سعى جاهدا لكي ينتقل إلى الدراسات التربوية "الدقة العلمية التي تميزت بها العلوم الطبيعية". اعتبر هول أن المراهقة هي فترة ميلاد جديدة تتسم بخصائص وصفات تختلف عن مرحلة الطفولة بحيث يبدو المراهق من خلالها شخصًا مختلفًا نتيجة ما يلحقه من تغيرات سريعة في نموه.

يصف هول المراهقة على أنها "آخر موجة كبيرة للنمو الإنساني تلقي بالطفل عاجزًا على شواطئ عالم الرجال أو عالم النساء وكأنه مولود من جديد، والمراهقة بالنسبة لهول كما هي بالنسبة لروسو لابد أن تكون هي هدف الانتقال من مرحلة إنسانية أعلى ومن الواضح أن هول في مؤلفه يعتبر أن المراهقة تستحق البحث أكثر مما يستحقه أي موضوع علمي، وأن نتائج بحث كهذا يمكن تطبيقها شموليا على كافة دوائر الوجود الاجتماعي، وهذا يدل على أنه كان على دراية بأهمية مرحلة المراهقة في حياة الفرد".

ومثلما أعلن روسو من أن الولادة الثانية للمراهقة تبلغ ذروتها في ولادة الفضيلة بحيث يقول جاك روسو في كتابه **Emile ou de L'éducation (Rousseau, 1762)** "إيميل أو التربية" عام 1762 "يتجاوز البلوغ إطار الحدث الفيزيولوجي ومن ثم ليست المراهقة مجرد مرحلة إنتقالية عابرة للوصول إلى الرشد بل يتجاوز هذا المفهوم ما هو بيولوجي إلى ما هو اجتماعي، أو أكثر من هذا فالمراهقة بمثابة ولادة ثانية فإن هول يقول

"المراهقة ولادة جديدة لأن خلا إنسانيا أعلى وأكثر تعقيدا تولد الان ، وكما استنتج روسو أيضا يخلص هول أن تطور المراهقة هو الذي يمكنه ترقية الفرد إلى مستوى أعلى في العلاقات الأخلاقية"، بحيث يذهب ستانلي هول إلى أن الطفل الصغير حتى السنة الرابعة عشر تقريبا يعيش أو يختار طورًا بدائيًا يجعله قريبًا من الحيوان كنوع وفي هذا الطور تتمتع المهارات حس حركية الضرورية لحفظ الذات بأهمية بالغة، ويصور هول فترة المراهقة بنفس الطريقة، حيث يرى فيها مرحلة إنتقال بين الطفولة والرشد تتناظر وتتماثل مع فترة الإضطرابات التي مرّ بها الإنسان قبل أن يعمل على أن يرتقي بنفسه من حياة الهمجية إلى صور وأشكال المجتمعات الأكثر تحظيرا.

وكان من المعتقد لدى هول أن التناوبات أو التعاقبات المميز للمزاج والسلوك التي يعيشها الفرد في فترة المراهقة إنما هي تعكس إعادة أو تكرار للأطوار الأكثر بدائية وتلك الأكثر تقدما التي مرّ بها الجنس البشري في نموه وتطوره كنوع ، فهو يعتبر أن كل فرد في تطوره يعيد مراحل تطور الإنسانية فهو يعيش من جديد في أثناء نموه مراحل نمو الجنس البشري ، ويميز هول المراهقة بخصائص أبرزها:

- أنها مرحلة الأزمات والإضطرابات وسن العواصف.
- أنها مرحلة الإفراط في المثالية وانتشار عبادة الأبطال والتعلق بالأهداف.
- أنها مرحلة الثورة على القديم والتقاليد البالية.
- أنها مرحلة الإنفعالات الحادة والعواطف والحب والميل إلى الجنس الآخر والصدقة
- أنها مرحلة الشك والنقد الذاتي والأحاسيس المفرطة.
- أنها مرحلة انحلال الروابط بين عوامل الأنا المختلفة التي تشكل تماسكها.

- يعتقد هول بأن المراهقة فترة عصيان وتمرد ومرحلة عواطف وتوتر، حيث تتميز هذه المرحلة بالتغيير وعدم الإستقرار ولا يصل الفرد إلى النضج إلا في نهايتها، ويشير مفهوم العاصفة والتوتر إلى أن المراهقة هي مشاكل مشحونة بالصراع والتقلب المزاجي، فهول يرى أن تفكير المراهق ومشاعره وأفعاله تتذبذب بين الغرور والتواضع و بين الفضيلة والإغراء والسعادة والحزن وتمتد هذه المرحلة بالنسبة إليه من سن 12 سنة إلى 24 من العمر، فاجتماع هذه التناقضات هو من خاصية هذه المرحلة التي يطلق عليها اسم الولادة الثانية وفي آخر هذه المرحلة يعيد الفرد بداية الحضارة أي بداية النضج والتوازن و العقلانية. (قدوسي، 2020: 124- 125)

4-2- نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد "Freud" أن المراهقة هي أزمة نشاط كبير للتوترات والصراعات في المرحلة الأوديبية، إذ أن النضج الفيزيولوجي الذي له علاقة بظهور السمات يخلق شروطاً جديدة لضبط الدوافع بحيث تزداد شحنة القلق المتعلقة بالجنسية ، إذ يستطيع المراهق أن يرى من جديد ظهور استيهامات في شكل آخر، آتية من طفولته الأولى فتحدث عنده أزمة تتمثل في الصورة الأبوية التي تؤدي به إلى البحث عن الهوية في الأنا المثالي فالعدوانية التي يشعر بها المراهق نحو والديه تمثل أهمية كبيرة مما كانت عليه في سن الطفولة ورفض الوالدين في واقع الأمر رفض للنزوات التي يحملها المراهق اتجاهها، فتكمن ثورته في حاجته إلى الإستقلال من سيطرة أبوية من الناحية الإنفعالية ، وحسب مدرسة التحليل النفسي تنقسم المراهقة إلى خمسة مراحل:

- ما قبل المراهقة: حل تدريجي لتثبيت الأنا.
- المراهقة الأولى: محاولة الإمتثال إلى أدوار نشيطة مطابقة للنشاط الجنسي.
- المراهقة بمعناها الصحيح: التحرر من الإمتثال للآباء والبحث عن الصورة والهوية الجديدة للجنس الآخر.

- المراهقة: يتم فيها توسيع الأنا ومحاولة تحقيق الهوية.

- ما بعد المراهقة: تشمل تنظيم حقل الدوافع بهيكل الأنا. (غني، 2019: 27)

وتؤكد دراسات التحليل النفسي أن عدة تغيرات تحدث على مستوى الأبعاد الثلاث المكونة للشخصية خلال فترة المراهقة نتيجة البلوغ ، فالهو الذي كانت تسيطر عليه رغبات البداية فقط أضيفت إليه في طور البلوغ دوافع و رغبات التناسل والتكاثر بعد أن كانت هذه الرغبات والدوافع كاملة و هناك تغير يطرأ على جانب الأنا الأعلى في مرحلة المراهقة ، وتغير ملابس بالأساس الجانب العاطفي الوظيفي إذ بحلول البلوغ تهتز أسس الأنا الأعلى نتيجة التغيرات التي تحدث في علاقة المراهق بوالديه وخاصة مع الوالد الذي يتفق معه في الجنس وذلك بإحساسه بالرغبة في الإستقلال الشخصي، ومنه يتحول من طفل هادئ مطيع إلى مراهق مشاكس إن لم نقل محارب ومصارع لأقرب الناس إليه وهم الأبوين، ويواكب هذا الوضع في الغالب إتساع العلاقات الإجتماعية للمراهق التي تتجاوز الأسرة لتشمل جماعات أخرى مما يسبب في نقل وتوزيع عواطف طارئة ذاتية بعيدا عن

أسرته ، إذ أن هذا الصراع يعتبر ظاهرة طبيعية في نظر التحليل النفسي بين المراهق وأبويه. وقد يمر المراهق بأزمة البحث لتحقيق الهوية ورفض الذات الطفيلية محاولة منه للنمو والنضج الفكري.(قاسي،2021: 164)

4-3- الاتجاه الأنثروبولوجي: يركز هذا الاتجاه على المحددات الاجتماعية والثقافية في تفسير المراهقة فسلوك المراهق يختلف من مجتمع إلى آخر وذلك وفقا للثقافة السائدة في تلك المجتمعات ويرى كونجر وآخرون 1977 أننا بحاجة إلى النظر إلى العلاقات الأسرية المتغيرة و الأدوار الوالدية الحديثة، والتغيير الاجتماعي السريع بصورة أكثر دقة وموضوعية لأن ذلك يساعد على فهم أكثر للمراهق وسلوكه في علاقته مع الآخرين مما يؤدي إلى حل كثير من الغموض والألغاز التي تكثف في فترة المراهقة.(بوطيان،2010 : 148. 149)

4-4: النظرية المعرفية (جون بياجى): إن بياجى لا ينكر بأن دخول الطفل مرحلة البلوغ ونضج الغريزة الجنسية يؤدي إلى اضطرابات في التوازن العام، غير أن هذه الحالة مؤقتة وهذا الإضطراب يعطي طابعا عاطفيا خاصا لهذه المرحلة على امتداد تطورها النفسي لكن المهم عند بياجى خلال هذه المرحلة هو التفكير والعاطفة الذي اتخذ منها عاملين أساسيين في تحليل ودراسة المراهقة لكونهما المؤثران الرئيسيان فيها :

➤ العامل الأول: يتعلق بالتفكير

إذ في هذه المرحلة يبني المراهق انسقة فكرية ونظريات في حين أن الطفل لا يبنيتها إنها تتواجد لديه بكيفية لا شعورية أي بشكل حسي بحسب ما يطرح عليه في الواقع المعيشي، وهذا يعكس ما يحدث للمراهق الذي يصبح لديه إهتمام بمشاكل وقضايا غير راهنة وليس لها علاقة بالوقائع المعيشية في الحاضر ويكون هذا النمط من التفكير إستمرارية لنمط سائد مسبق، فالإنتقال يتم بشكل تدريجي و لا يحدث هذا الانقلاب المفاجئ إلا حوالي السنة 12، حيث يتميز التفكير بانسلاخه من الواقع، وبه ينتقل الطفل من التفكير العيني أو الحسي إلى التفكير الشكلي أو الإفتراضي الإستنباطي. إن العمليات الذهنية الشكلية تأتي في مرحلة المراهقة لنمو التفكير بقدرة وقوة جديدة تحرره من الارتباط بالواقع، ومن المميزات القلبية لمرحلة المراهقة الأنانية، حيث يظهر إيمان المراهق بقدرته وقوته العقلية التي يجب لمختلف الأشياء أن تخضع لها.

➤ العامل الثاني : يتعلق الجانب العاطفي

كنتيجة لتكوين العمليات الشكلية وانتهاء ببناء التفكير، فإن الحياة العاطفية للمراهق تتعزز وتتأكد بما حققته شخصيته عن طريق الاندماج مع مجتمع الراشدين، أي شخص مرتبط بالدور الذي يلعبه المجتمع.

هذه هي أهم ملامح علم النفس المعرفي كما يمثلها بياجى لفتره المراهقة وهي صورة تحاول أن تظهر أكثر المظهر العقلي المعرفي. (قاسى، 2021: 163)

5- أشكال المراهقة:

لكل فرد نمط خاص من المراهقة وذلك حسب الظروف الجسمية والإجتماعية والنفسية والمادية وحسب الإستعدادات الطبيعية في المراهقة تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في كنفها المراهق فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر، كما تختلف في المجتمع الريفي عنها المدني، وتختلف المجتمع المتسلط الذي يفرض كثيرا من القيود والأغلال على نشاط الفرد، فالمراهقة ليست مستقلة بذاتها إستقلالاً تاماً وإنما هي تتأثر بما يمر به الفرد من خبرات في المراحل السابقة، خصوصاً أن مرحلة النمو هي عملية مستمرة متصلة فالنمو الجنسي في مرحلة المراهقة ليس من شأنه أن يؤدي بضرورة إلى أزمة المراهقة، فمثلاً في المجتمعات البدائية يرحبون بظهور النضج الجنسي، وبمجرد ظهوره يقام حفل تقليد يترك فوراً، أما في المجتمعات الحضارية فقد أشارت الأبحاث على أن المراهقة قد تتخذ أنماطاً وأشكالاً مختلفة حسب الظروف الإجتماعية والثقافية التي يعيش فيها المراهق ومن بين هذه الأنماط:

5-1- المراهقة السوية أو المتكيفة: تمر فترة المراهقة السوية هادئة نسبياً من المشكلات والصعوبات تميل إلى الإستقرار العاطفي وتخلو من التوترات والإنفعالات الحادة، وغالباً ما تكون علاقة المراهقين مع الآخرين طبيعية حيث يميلون فيها إلى الاعتدال مبتعدين عن الإنفعالات والإتجاهات السلبية، وهذا النمط من المراهقة ينحو للإعتدال في كل النواحي ونحو الإشباع المتزن والمتكامل، ومن العوامل المؤثرة في هذا النمط من المراهقة المعاملة الوالدية المعقولة وإتاحة قدر من الحرية وتفهم حاجاته وإحساسه بالتقدير من طرف الأسرة وتوفير جو الإختلاط بالجنس الآخر في حدود الأخلاق والدين وحرية التصرف في الأمور الخاصة والإستقلال النسبي عن الأسرة وعدم تدخلها المفرط في شؤونها الخاصة وتوفير جو الثقة والصرامة.

5-2- المراهقة المنطوية أو الإنسحابية: في هذا النمط يميل المراهق إلى الإنطواء والإنعزال والسلبية والإكتئاب والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التفوق الإجتماعي، فكثير ما نجد المراهقين في هذا النمط ينسحبون من المجتمع والأسرة ويميلون للوحدة فنجدهم يتأملون أنفسهم ومشاكلهم كما تتتابهم هواجس كثيرة والتفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة، ونقد النظم الإجتماعية والثورة على الوالدين ومحاولة النجاح في

الدراسة والإستغراق في أحلام اليقظة والإسراف في الجنسية الذاتية والإتجاه نحو النزعة الدينية المتطرفة بحثاً عن الراحة النفسية والخلص من مشاعر الذنب، وهذا النوع من المراهقة ينتج عن التربية الخاطئة واضطراب الجو الأسري والمغالطات في اتجاهات الأسرة ونقص إشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجنس العاطفي وقصور التوجيه المناسب. (زعرور، 2017: 216، 227)

5-3- المراهقة العدوانية المتمردة: سماتها الثورة ضد رموز السلطة والانحراف الجنسي والميل للأذى والعناد والتأثر السريع بأبطال الروايات والأفلام ، الشعور بالظلم والقلق والإستغراق في أحلام اليقظة ونقص الحس الأخلاقي والإجتماعي. هذا النوع من المراهقة تعود أسبابه إلى التربية الضاغطة المتسلطة أو المتنادية في ضعفها ورخاوتها مما يعيق تكوين الضمير الأخلاقي والكوابح الداخلية.

5-4- المراهقة المنحرفة الجانحة: سماتها الإنحلال الأخلاقي والجنوح المضاد للمجتمع والانتماء لأسرة مفككة أو منحلة أخلاقياً أو متشددة، هذه المراهقة من بين أسبابها مرور الحدث بخبرات شاذة وصدمات عاطفية عنيفة وقصور الرقابة الأسرية أو تخاذلها. (قوادي، مبداني، 2021: 433)

6- مشكلات المراهقة:

مرحلة المراهقة مرحلة صعبة طويلة نسبياً يحبها عادة الكثير من المشكلات ما يرجع منها إلى طبيعة المرحلة ذاتها، وما استحدثته في نفوس المراهقين من تغيرات يشعرون بها، ولا يجدون منفذاً لإشبعها أو لتحقيقها أو إلى ما يلقونه من المجتمع الخارجي من عدم فهم وتقدير واختلاف في وجهات النظر... إلى غير ذلك من العوامل والأسباب.

6-1- المشكلات النفسية: تلعب الحالة النفسية دوراً كبيراً في زيادة الدافعية والطموح لدى الإنسان حيث يعتبرها علماء النفس محركاً أو مصدر كل سلوك سواء كان سلبياً أو إيجابياً حسب نوع الحالة النفسية، وتتجلى بعض مظاهر المشكلات النفسية في الإنطواء والقلق بسبب المشكلات الإجتماعية المحيطة والوحدة في شعور يصيب الإنسان نتيجة عدم احتكاكه مع الآخرين وعدم القدرة على التكيف والاندماج معهم مما قد يسبب بعض الأمراض النفسية من أهمها الإكتئاب والإنطواء على النفس. (زرارة، 2005: 278)

وكثيراً ما تكون مشكلات المراهقة النفسية لها أسباب عامة تكمن في الإضطرابات الحيوية والفيسيولوجية في مراحل النمو فقد تكون في الحمل والولادة والبلوغ الجنسي، أو تكمن في الوراثة أو اضطرابات البنية والتكوين وقد

ترجع إلى عوامل عضوية مثل الأمراض والتشوهات، وتلعب الأسباب النفسية دورا هاما في ذلك مثل الصراع الإحباط، الحرمان، العدوان والإعتماد الزائد على حيل الدفاع النفسي والخبرات السيئة والعادات غير الصحيحة وتؤثر اضطرابات التنشئة الاجتماعية في حالة المراهقة النفسية وقد تمتد الأعراض العامة للمشكلات النفسية فتشمل الأعراض العضوية واضطرابات الإدراك مثل الهلوسة، الخداع، اضطرابات التفكير، اضطرابات الإنفعال العاطفة و الوجدان، مثل القلق، الإكتئاب، التوتر الزائد، الذعر، التبدل، اللامبالاة، التناقض الوجداني، نقص الثبات الإنفعالي، مشاعر الذنب الشاذة واضطرابات الحركة، مثل النشاط الزائد، اضطرابات الوعي، تشوش الشعور، الذهول، الهذيان، السرحان والاضطرابات العصبية مثل التشنج، الصرع والشلل.

(زعرور، 2017: 229)

6-2- المشكلات الأسرية والاجتماعية:

حين يتعرض المراهق للمشكلات السابقة فإن الأسرة تعمل على مساعدته لتخطي الوضع وفي أحيان أخرى قد لا تكون الأسرة واعية بهذا الدور أو إنها غير قادرة على تقديم المساعدة، إذ يعمل للمراهق كي يبرهن على أنه قد أصبح راشدا قادرا على الإستقلالية وأنه لم يعد بحاجة إلى مساعدة الآخرين فكل مساعدة منهم وخصوصا من الأهل يعتبرها تدخلا في شؤونه الخاصة فيصبح الأهل خاصة حقيقي أمام مأزق حقيقي إذ كيف يمكن مساعدة أبنائهم إذا كانت المساعدة غير مقبولة؟ وكيف يمكن التواصل معهم إذا كانت كل إنفاته منهم تعتبر إهانة. (جديدي، زبيدي، 2017: 306)

وقد يمتلك المراهقين أبوان عصيبا مما يؤثر سلبا على العلاقة بين الأبوين فيما بينهم وبين الآباء والأطفال حيث يفسد التنشئة الاجتماعية السليمة ويخلق حالة من عدم الثقة، وكذلك وجود آباء ذوي سلوك سيء يجعل الأبناء يقلدون هذا السلوك وبالتالي تقديم نماذج سيئة للمجتمع. (البابلي، ب س: 13، 14)

6-3- المشكلات الدراسية والتحصيلية:

إن الطفل في الوسط المدرسي يتعرض إلى جملة من المشكلات التربوية و النفسية والتي قد تكون عائقا في تحصيله الدراسي، ومن هذا المنطلق يسعى علم النفس جاهدا من خلال تتبع هذه المشكلات والكشف المبكر عنها وتحديد أسبابها ووصف العلاج الضروري لها حتى يتسنى لأبنائها تحصيل دراسيا ناجحا ونمو نفسيا جيدا يمكنهم أن يكونوا أفرادا فاعلين في مجتمعهم قادرين على تحمل مسؤولياتهم اتجاه وطنهم وأمتهم.

إن المرحلة المتوسطة والتي تعتبر حلقة وصل هامة في حياة التلميذ بين مرحلة الطفولة بما تزخر به من مثل وقيم وتصورات جميلة عن الواقع الاجتماعي، ومرحلة البلوغ والنضج العقلي للفرد وإدراكه لواقعه الاجتماعي بكل تناقضاته مضافا إليه النمو الفسيولوجي والتغيرات المرافقة له خاصة الجنسية منها، ففي هذه المرحلة التي تعتبر مرحلة للتدفق الغريزي الجامح للذات التي ترفض كل عوامل المنع والكبح سواء كانت عوامل داخلية أم خارجية، مما يولد لدى هذه الفئة ردود أفعال متفاوتة الأثر حسب المؤثرات التي يتعرض لها المراهق والتلميذ، في هذه المرحلة هو في أمس الحاجة لتقديم يد المساعدة لتجاوز تداعيات هذه المرحلة والوصول إلى حالة التوازن النفسي والاجتماعي وذلك بفهم الحالة التي يكون عليها فهما صحيحا، رغبة في تقديم المساعدة اللازمة في الوقت المناسب أكثر من حاجته للردع ومحاولة تغيير سلوكياته بوسائل عنيفة ماديا أو معنويا، يقع على الأستاذ جانب كبير في هذه العملية بتدخلاته لضبط ردود الأفعال وتوجيه هذه الطاقة الكامنة في مصارف إيجابية بالتصدي لحالة التمرد بوعي أكبر للمتغيرات الحاصلة من جيل آخر دون إغفال الجوانب الأخرى، كالأسرة والمحيط الاجتماعي ذات الأثر البالغ في تكوين الشاب وتوجيهه الوجهة الصحيحة بعيدا عن مثالب العنف وأتونه، ومن أهم المشكلات التي تواجه المربي في هذه المرحلة والتي قد يقف الأستاذ عاجزا أمامها في هذه السن الحرجة والمرتبطة بمرحلة المراهقة، حيث يكون التلميذ شديد الحساسية لكل أشكال التدخل من طرف الأساتذة وفي نفس الوقت يعاني من تأخراً دراسياً نابعاً من مراحل سابقة، كما يمكن أن يواجه الأساتذة في هذه المرحلة حالة من الجنوح نحو العنف وردود الأفعال من طرف التلاميذ، كما يمكن أن يكون النفور الدراسي ومنه التسرب من المدرسة. (هياق، 2017: 107)

4-6- المشكلة الجنسية: الجنس له أهميته من غير شك في حياة المراهقين بل إن البعض إذ تكلم عن الشباب ربط كلامه بالغالب بالناحية الجنسية، ومنهم من لا يقتصر هذا الاهتمام على المراهقين وحدهم، وإنما يمتد ذلك إلى كافة مراحل حياة الإنسان، ويربط أغلب مشكلاتهم في هذه المراحل جميعها كذلك بهذه الناحية يعطيه فرويد كثير من التصرفات الشاذة، وفي الواقع إن لهذا العامل أثر في سلوكنا وتصرفاتنا، ونجده في أحوال عديدة وراء كثير من صور حياتنا النفسية.

- وإذا كان الكبار يجدون طرق إشباعهم ميسرة عن طريق الزواج وهو الوضع الشرعي والاجتماعي المقبول لإشباع هذا الدافع، إلا أن الصعوبات والعقبات الخاصة به كثيرة أمام الشباب وهي صعوبات لا ترجع إلى الرغبة

في إشباع هذا الدافع الطبيعي فحسب، بل أيضا إلى فهمه ومعرفة كل ما يتصل به، مجموعة الصعاب هذه والعقبات وما يرتبط بها من طرق الإشباع غير السليمة هي ما نطلق عليه عادة إسم المشكلة الجنسية.

وإذا كانت المشكلة الجنسية مشكلة عالمية يعاني منها شباب العالم أجمع، إلا أن هناك من العوامل ما يجعل لهذه المشكلة أهمية خاصة بالنسبة لشبابنا، نذكر من هذه العوامل أن الفتى والفتاة يصلان إلى تمام نضجهما الجنس وبلوغهما عندنا بصفة عامة في وقت مبكر نسبيا عن الشعوب الأخرى ، وهي الحقيقة التي سبق أن أشرنا إليها وإلى تأثيراتها، وهذا معناه أن الميول الجنسية تظهر في وقت مبكر والطريق السليم الذي نوافق عليه لإشباع هذه الميول هو الزواج ، وهو ما لا يستطيعه الشاب خلال فترة المراهقة، وحتى بعدها السنوات قد تطول لأسباب كثيرة منها عدم قدرته على الإستقلال الإقتصادي في هذه السن المبكرة ورغبته في إتمام تعليمه عادة، أو انتظاره حتى يجمع المهر المناسب، أو انتظار الزوج أو الزوجة المناسبة... إلى غير ذلك من الأسباب الإقتصادية والإجتماعية ومن ثم يجد المراهق نفسه ما لم يوجه إلى طرق إعلاء الدافع الجنسي عن طريق الاندماج في نشاطات ثقافية ، رياضية، إجتماعية، فنية... أو نحو ذلك من أوجه النشاط يشغل بها وقت فراغه، وتقلل بالتالي من ضغط هذا الدافع عليه يجد نفسه إمام أحد طريقين: فإما إن يلجأ إلى طرق الإشباع الجنسي غير السليمة أو أن تطول به فترة الضغط ، وكلا الأمرين له ضرر بالنسبة لصحة المراهق النفسية.

ومن الأسباب النفسية الأخرى ذات الأثر في حدة المشكلة، نوع التربية التي نعود عليها أطفالنا وشبابنا فأغلب الآباء ينظرون إلى الكلام في الموضوعات الجنسية نظرة تحريم، بل منذ الصغر نترك للطفل حريته الكاملة في مناقشة كل ما يتصل بأمور حياته، إلا إذا اتصل الأمر بهذا الموضوع فهنا الزجر والحزم في الوقت الذين يعملون فيه حق العلم أن الدين نفسه لم يترك صغيرة أو كبيرة من شؤون الجنس إلا ودرسها وناقشها بالتفصيل.(محمود، 1981: 77، 80)

ثانيا: الجنوح

تعريف الجنوح:

هنالك بعض الصعوبة في تحديد هذا المفهوم فالجنوح يتصل بشكل أو آخر بمفهوم الجريمة، ويظهر أن إيجاد تعريف شامل لمفهوم الجنوح مازال يتعذر تحقيقه وذلك لارتباطه بقضايا علمية واسعة يشارك فيها رجال القانون إلى جانب الأحداث بأرضية علماء النفس والإجتماع ، الخبراء الاجتماعيين ، أطباء النفس والعقل وغير هؤلاء من المفاهيم القانونية التي أبرزها الفقه الجنائي للتعامل مع الفئة الذين يرتكبون أفعالا مخالفة للقانون و هناك مجموعة من التعريفات المتعلقة بهذا الموضوع نذكر منها:

➤ **لغويا:** تعني كلمة الجنوح الميل إلى الإثم وفي مفهوم آخر تعني التخلي عن الواجب، أو ارتكاب خطأ لا يعني بالضرورة ارتكاب جريمة والجناح هو الشخص الذي يرتكب سلوك مضاد للمجتمع وليس شرطاً أن يكون هذا السلوك جريمة.

➤ في حين يشير جنوح الأحداث إصطلاحاً إلى الأحداث الذين يجب حضورهم أمام محكمة الأحداث عند قيام بأعمال إجرامية لا تتفق مع السلوك السوي لذا يجب معاقبتهم شرعا من قبل محكمة الأحداث.

(مرداس، 2022: 03)

➤ **التعريف القانوني للجنوح:** لم تهتم التشريعات الجنائية في الأصل بتعريف الجنوح في نص قانون صريح بل تركت شأن ذلك لفقهاء القانون الذين أخذوا بمعيار الجريمة والسن كأساس لإعتبار الشخص الحدث جانحا، وعليه فإن مفهوم الجنوح وارتكاب فعل مجرم يعاقب عليه القانون، يقوم به شخص من فئة الأحداث، فيعتبر حينئذ حدثا جانحا ويحتاج بذلك للرعاية والحماية القانونية، وهذا ما نصت عليه **المادة 02** من قانون حماية الطفل عندما أشارت للطفل الجانح بقولها: الطفل الجانح هو الطفل الذي يرتكب فعلا مجرما والذي لا يقل عمره عن عشر 10 سنوات، وتكون العبرة بتحديد سنه بيوم إرتكاب الجريمة. (بن الشيخ، 2017: 645)

➤ **إجتماعيا:** إعتد علماء الإجتماع في تعريفهم للسلوك الجارح على أنهم مجموعة الأفعال التي تنتهك معيارا إجتماعيا معينا لوجود دافع معين أو لوجود مجموعة من العوامل أو الضغوط التي يخضع لها الفاعل.

➤ **وحسب موسوعة العلوم الإجتماعية:** وهو بالتحديد خطأ أو فعل خاطئ أو فشل في الإلتزام لا يميز بين النشاط القانوني وغير القانوني، ولا يشير إلى السلوك الخاطئ في أي مجموعة عمرية.

وقد ذهب علماء الاجتماع أمثال دور دوركايم **Durkheim** دور إلى أن الجنوح ظاهرة إجتماعية عادية نظرا لوجوده في كل المجتمعات وفي كل العصور، ويعتبر جزءا من ثقافة الجماعة التي ينتمي إليها الحدث وبالتالي فإن دراسته يجب أن تتم بالطريقة الإجتماعية، فعلماء الإجتماع اهتموا بدراسة السلوك الجانح كظاهرة إجتماعية خاضعة لقوانين حركة المجتمع من أجل فهمه ومن ثم دراسة بنية المجتمع ومؤسساته وكذا البواعث الإجتماعية المؤدية إلى إرتكابه فهو موقف اجتماعي يتعرض فيه صغير السن لعامل أو أكثر من العوامل ذات القوة السببية مما يؤدي إلى سلوك غير متوافق.

وبالتالي فإن الجنوح هو موقف اجتماعي غير توافقي يتعرض له الأطفال والمراهقين دون سن معين.

(بومرزاق وآخرون، 2021: 82، 83)

➤ **نفسيا:** تركز الدراسات النفسية في تحليل الجروح على الجانح كفرد قائم بذاته وتحاول التوصيل من خلال دراسة شخصيته وتكوينها وطبيعة القوى الفاعلة فيها إلى إكتشاف الأسباب النفسية التي دفعت به إلى الجنوح. ويعرف الجنوح حسب **D.Houzel/Ph.Maget** كالتالي: الجنوح مفهوم نسبية ذو خصائص قانونية وإجتماعية وأخلاقيات تتغير بتغير الزمن والمكان، فحسب القانون الجنوح إرتكاب الجرح والجرائم التي توجب العقاب القانوني الذي تتفاوت أحكامه من دولة لأخرى، حيث أن المقاربات النفسية استخلصت أن نفسية الجانح تتطوي على شخصية ذات أنا أعلى متزمنا ناتج عن بيئة تربية قاسية أو متأرجحة الناتج عن بيئة أسرية غير منسجمة أو ضعيفة ناتج عن بيئة أسرية منحلة، بهذا الصدد تقول **A.Freud** يمكن العامل الإمبراضي للجنوح في اضطراب النمو العاطفي للفرد عندما يفقد موضوعات الحب والتعلق ، حينها يتعذر عليه إقامة علاقات مع الموضوعات ويضطرب نموه الليبيدي الذي يثبت بالمراحل البدائية، أما الميولات العدوانية تفقد سندها الليبيدي فتصبح مضادة للمجتمع.(اوشوخ، 2012: 143، 144)

يمثل الجنوح عرضا لاضطراب وظائف التكيف النفسي والإجتماعي لدى المراهق وهو ما يظهر على المستوى العلائقي، يكون ذلك من خلال سلوكيات عنيفة أو عدائية ضد الآخر، حيث أن السلوك الجانح يعبر عن حوار عنيف سواءً عنف جسدي أو مادي بحثاً عن إعتراف بالقيمة ذو أهمية من الطرف الآخر.

(يامنة، محند، 2018: 96)

2- النظريات المفسرة للجنوح :

لفهم مختلف التوجهات المفسرة لظاهرة الجنوح كان لابد من الرجوع أولاً إلى النظريات الأساسية في علم النفس والتي شكلت المحاولات الأولى لتفسير ظاهرة الجنوح كظاهرة إجتماعية، ورغم أن هذا المفهوم لم يكن ذو أهمية خاصة ضمن هذه النظريات إلا أنه برز في عديد الكتابات والأبحاث بشكل أو بآخر، وفيما يلي سنتطرق إلى بعض النظريات أهمها:

2-1- النظرية التحليلية:

يعتبر السلوك الإجرامي حسب التحليل النفسي نتيجة إما لفشل الأنا في تهذيب النفس وإما إنعدام وجود الضمير أو عجزه عن السمو بالنزعات والميول الفطرية إلى مرتبة الإشباع المشروع أخلاقياً وقانونياً، فالجانح يعاني من حاجة ملحة للعقاب لكي يتخلص من مشاعر الذنب التي تنشأ من المشاعر اللاشعورية المدمرة للمرحلة الأوديبية أثناء الطفولة، فالجرائم ترتكب من أجل العقاب الذي يجعل المجرم قادراً على التخلص من مشاعر الذنب التي عانى منها فترات طويلة، وكذا إخفاق المجرم في ترويض غرائزه الأولية، فالجنوح ليس إلا تعبيراً مباشراً عن دوافع غريزية كاملة أو هي تعبير رمزي عن رغبات مكبوتة.

ويرى **يونج young** والمذكور من طرف معتوق " أن الجنوح يحدث عندما تكون استجابة الفرد غير معقولة لأفكار وخيالات ناتجة عن اللاشعور ونتيجة الخوف من سيطرة محتويات اللاشعور غير المعقولة " التي لا زالت باقية في الحياة البدائية، وعند ظهور المادة غير المعقولة من اللاشعور الجمعي، فإن هذا يعد تهديداً لوجوده ويؤدي بالتالي إلى إستثارة مشاعر القلق أو الخوف من نفسه. (بيلي إردوشن و آخرون، 2018: 168)

2-2- النظرية السلوكية:

أما أصحاب المدرسة السلوكية فقدّموا عدة تفسيرات للجنوح يصب أغلبها في كون الجنوح نتاجاً للبيئة المحيطة بالفرد، وقد ركزت المدرسة السلوكية على الأثر الذي تؤديه البيئة في تكوين سلوك الإنسان، فيعتبر أن سلوك الإنسان ما هو إلا ردود أفعال معقدة على مثيرات خارجية معقدة، فالبيئة التي ينشأ فيها الفرد هي التي تكون شخصيته سواءً في الإتجاه السوي أو غير السوي، وترى النظرية أن الشخصية الإنسانية والسلوك الإنساني بشكل عام سلوك متعلم من خلال عمليات تفاعل مع الآخرين.

أما نظرية ماسلو في الحاجات فتري أن من أهم عوامل الجنوح عند الأحداث الشعور بالحرمان الذي ينتج عن وجود عائق بالبيئة يحول دون إشباع الحاجات الأساسية للجانح، ومن النظريات السلوكية التي تساعد في تعلم السلوك نظرية الإشراف الإجرائي، وترى النظرية أن سلوك الفرد في الجنوح محكوم بنتائجه بمعنى أن تكرار سلوك ما عند أحد الأفراد محكوم بما يحصل عليه جراء قيامه بهذا السلوك، فإن حصل على تعزيز فإنه يميل إلى تكرار هذا السلوك والعكس في حال عقابه نتيجة قيامه بالسلوك، وبالتالي فإن العقوبة الموقعة على شخص ما يجب أن تتناسب مع شدة خطئه أو جريمته التي ارتكبها، كي تضمن عدم تكراره لهذا السلوك، ومن الأساليب الشائعة في تعلم السلوك الجانح أسلوب النمذجة. (حسن عبد الله، 2010: 28)

2-3- النظرية البيولوجية :

يرى أصحاب هذه النظرية أن العامل الفيزيقي هو العامل الأساسي في الجنوح، فهم يرون أن هناك خصائص جسمية وسمات شخصية وجينات وراثية معينة تميز المنحرفين، فهم في رأيهم يتميزون بقصر القامة وجاه ضيق، أذان كبيرة، أيدي طويلة، كثافة شعر أجسامهم. ويرى البعض منهم أن معظم المنحرفين يعانون من مرض الديسلوكسيا وهو صعوبة القراءة كما تجدر الإشارة هناك إلى أن كثيرا من هؤلاء الأطفال قد يتمتعون بمستوى طبيعي من الذكاء، بل قد يكون في غاية الذكاء ولكن يحتاجون إلى طريقة خاصة في التعليم وهذا يعني أن وجود نسبة من المجرمين الذين يعانون من هذا المرض لا يرجع إلى هذا المرض بقدر ما يرجع إلى الضغوط النفسية والاجتماعية التي يعاني منها الطفل المريض بهذا المرض.

ويعتبر لومبروزو رائد هذا الإتجاه حيث يرى أن المجرم يتميز بتركيب جسدي واضح يرجع في تكوينه إلى المراحل الدنيا من مراحل تطور الجنس البشري، وهذا يؤدي إلى تكوين شخصية إجرامية فطرية أي أن صاحب هذه الشخصية يكون مجرما بالولادة. كما يفسر لومبروزو الجريمة على أنها إستعداد بهيمي موروث يدفع الفرد إلى ارتكاب الجريمة بحتمية بيولوجية لا تقاوم، وتقف الظروف الاجتماعية والبيئية الجيدة التي يعيش فيها المجرم المطبوع عاجزا عن أي تعديل حتمية السلوك الإجرامي وارتكاب الجرائم.

يمكن استنتاج مما سبق ذكره أن النظرية البيولوجية في تفسير الجنوح ركزت على عامل الوراثة ووراثة الجينات التي تنقل السلوك الجانح.

ركزت على صفات وخصائص جسمية يتم من خلالها تحديد طبيعة سلوك الفرد والتنبؤ بمكانية وقوعه في الجنوح.

تحدث عن مرض الديسليكسيا الذي يؤثر على القدرات القرائية لدى الفرد، وبالتالي يشكل له اضطرابات نفسية نتيجة لعدم القدرة على التمييز بين الحروف والشعور بالدونية والاضطراب النفسي والقيام بالفوضى كوسيلة تعويضية بالمدرسة لجلب الإنتباه.

وعلى الرغم من أنها كانت أول بادرة فتحت الباب أمام تفسير الجريمة والجنوح إلا أنها تعتبر نظرية قديمة بالإضافة إلى إهمالها تأثير وفعالية العوامل الأخرى في تكوين سلوك الفرد الجانح الذي يحدث نتيجة العوامل أو الظروف ك وفاة أحد الوالدين أو الفقر والصحة الضعيفة أو إدمان الأب على المخدرات أو انشغال الأم في عمل خارجي يحدث تفكك أسري. (غراب، 2022: 14)

2-4- النظرية المعرفية: يرى أليس أن الجنوح يعود إلى الأفكار اللاعقلانية التي يتبناها الفرد ويسلك من خلالها، بينما يرى بيك أن التشوهات المعرفية التي يحملها المراهقون التي تؤدي إلى حالات إكتئابية المسؤولة عن سلوكيات الجانحين ومن الصعب تحديد العوامل كلها التي تؤدي إلى جنوح الأحداث. (عشيشي، 2016: 75)

2-5- نظرية الذات: يرى أصحاب هذه النظرية بأن الجنوح يتحقق في حالة جهل الفرد بخبراته الحقيقية وإنكارها وبصيغة أخرى في حالة عدم التوافق النفسي، أي عندما يكون مفهوم الفرد عن ذاته غير متفق مع الخبرات الحسية لديه أو لا تكون متشابهة مع مفهومه عن الذات أو مع عدم إدراكه لذاته إدراكاً سليماً.

إضافة إلى ذلك يكون الفرد معرضاً للقلق والإحباط الذي يؤدي به إلى الانحراف في حالة إدراك القيم المرتبطة بالخبرات المنعكسة أو المأخوذة من الآخرين بصورة منحرفة وتكوين صورة عن الذات غير مطابقة للحقيقة والواقع واختيار الفرد أساليب السلوك التي لا تتفق مع مفهومه عن ذاته، الأمر الذي يؤدي به إلى عدم فهم الآخرين، وبالتالي يؤدي به إلى عدم تقبلهم تواجده في حالة عدم التوافق النفسي، عندما يكون مفهوم الفرد غير متفق مع كل خبرات الحسية لديه. (رايس، 2018، 2019: 114)

3- أشكال الجنوح : توجد عدة أشكال للجنوح من بينها:

3-1- الجانح بالصدفة: قد يمل هذا النوع إلى الإجرام بدافع الظهور وتقليد الآخرين ومن يقوم بهذه الأفعال

هم الأشخاص الذين لا يدركون عواقب أفعالهم.

3-2- الجانح بالعاطفة: يرجع الدافع إلى إرتكاب هذا النوع من الإجرام إلى أسباب عاطفية كالحب الغضب، الحقد، الغيرة والدفاع عن الشرف.

3-3- الجانح المتخلف عقليا: حيث وجد أن (05 %) من الجانحين لديهم مستوى منخفض من الذكاء والذي ربما يكون سببا في السلوك الجانح، حيث لا يعرف الجانح المتخلف عقليا الصواب من الخطأ ولا يستطيع تقييم خطورة أفعاله.

3-4- الجانح الذهاني: حيث يرتبط السلوك الجانح في عدد محدود من الحالات حوالي (3%) بالإستجابة الذهانية، حيث يتطلب ذلك في الغالب نمطاً من الانسحاب الإجتماعي والإنفعالي الذي يتكون لدى الفرد بعد إحباط طويل والذي يخرج بعد ذلك في صورة انفجار مدمر من السلوك العنيف وهنا يكون الفعل الجانح نتيجة لاضطراب شخصية الفرد أكثر من كونه إتجاه مضاد للمجتمع.

3-5- الجانح العصابي: والذي يوجد لدى حوالي من (10-15%) من الجانحين حيث يكون مرتبطا بصورة مباشرة بالاضطرابات النفسية العصابية، وهنا يأخذ الفعل الجانح صورة القهر مثل سرقة الأشياء التي لا يحتاجها الفرد بالفعل أو إشعال الحرائق.

3-6- الجانح السيكوباتي: حيث يشترك الغالبية العظمى من الجانحين في سمات نمطية تميز الشخصية المضادة للمجتمع، حيث يتسمون بالإندفاعية، التمرد، العناد والرفض، وليس لديهم شعور بالذنب وغير قادرين على إقامة علاقات قوية أو الإحتفاظ بها وغير قادرين على الإستفادة من الخبرة بطريقة بناءة .

3-7- الجانح الذي ينتمي إلى ثقافة فرعية: وهنا ينتمي الجانح إلى جماعة فرعية لا تتسق قيامها مع قيام المجتمع الكلي، حيث إنما يعده المجتمع فعلا إجراميا قد تعده الجماعات الفرعية عادات وتقاليد، ونتيجة لذلك تشجع الجماعة الفرعية على التورط في سلوك جانح وتمدحه عندما يقوم به بنجاح.

(البهنساوي، العجمي، 2023: 201-202)

4-العوامل المؤدية للجنوح: الجنوح مشكلة خطيرة تمثل تهديداً كبيراً ومنتامياً في المجتمع، حيث يؤثر على استقراره وخططه التنموية وبنائه الأسري وقد تعددت وجهات النظر والآراء في تفسير عوامل وأسباب الجنوح ومن بين هذه العوامل ما يلي:

4-1- العوامل الذاتية:

أ- الجانب العضوي: يتمثل في العوامل الوراثية التي يفطر عليها الأفراد ناقصي النمو ضعيفي الحجم الذين لا يستطيعون الدفاع عن أنفسهم أو يكونوا موضعاً للسخرية من زملائهم فضلاً عن حرمانهم من الفرص الرياضية والمهنية لذلك يحاولون التعويض عن نقصهم بسلوك الجانح المضاد للمجتمع، وكذلك الأشخاص ضخام الحجم الذين يتصفون بالبدانة المفرطة خاصة عند الفتيات فهي تؤدي إلى سلوك عدواني، حيث توصل الباحثون إلى أن وجود تلك العوامل العضوية غالباً ما تؤدي إلى النقص ومحاولة التعويض لتخفيف الشعور بالنقص والإحساس بالقوة، ومن أساليب التعويض السلبية إخفاء النقص وراء ظلم الآخرين أو وراء شعار المرض لإستدراك العطف أو الإنتقام من الأهل والمجتمع أو الإنضمام إلى عصابة من ذوي العاهات أو الفاشلين في أي مجال دراسي أو مهني حتى لا يشعر بالغبية أو يتعرض للوم فيكتلون كلهم ضد المجتمع الذي أذاهم أو عايرهم على عاهاتهم وغالباً ما تقودهم مثل هذه المسالك التعويضية إلى ارتكاب الجريمة أو الجناح أو التشرد أو التسول .

- وقد ظهرت في إطار هذا التوجه دراسات علمية تناولت موضوع الهرمونات ومدى علاقتها بالجريمة، حيث وجد العالمان ماكس شلاب، و إدوارد سميث في كتابهما "علم الإجرام الجديد" أن ثلث المجرمين بوجه عام يعانون من اضطرابات في إفراز غددهم الصماء والعوامل ترجع لأمراض عقلية عضوية لها تأثير كبير أيضاً على الانحراف، مثل الانحراف الذي يحدث تحت تأثير المواد المخدرة الكحولية التي تجعل الشخص في حالة لا يستطيع معها التحكم في تصرفاته وأعماله، وعلى الرغم من اختلاف العلماء إزاء الظاهرة الكحولية (alkoholien) سواء اعتبرها البعض عصاب أو ذهان، والبعض الآخر يعتبرها شذوذاً جنسياً لا شعورياً أو أنها مظهراً لمركب عقدة أوديب، أو نشاط جنسي يقوم به المدمن الكحولي لإشباع حاجة جنسية شديدة، ومن ناحية أخرى فقط تتصل الكحولية بجرائم معينة بعلاقة مباشرة كجرائم التشرد، القتل، الإغتصاب والإعتداء وهذا ما يشير إلى علاقة الكحولية بالسلوك المنحرف .

وقد تؤثر أيضاً إصابات الرأس والتهابات أغشية المخ على الحالة العصبية والنفسية للمريض بها، وتعتبر الحمى الشوكية المخية من أخطر الإصابات التي تهم الباحث في علم الإجرام، إذ تصحبها تغيرات في شخصية المريض، وبصفة خاصة عدم قدرته على التحكم في دوافعه وتصرفاته وقلة الإحتمال لقيود النظام وسرعة

الإنفعال واللامبالاة والميل إلى العنف، وبصفة عامة تدفع إصابات الرأس والتهابات أغشية مخ المريض بها إلى ارتكاب جرائم إعتداء على الأشخاص و الأموال والبلاغ الكاذب والجرائم متعلقة بالآداب العامة .

ب- الجانب العقلي:

يتمثل هذا الجانب في النقص العقلي الذي يظهر كالغباء ولقد اختلف العلماء حول تحديد العلاقة بين النقص العقلي والانحراف، ففي القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين كان الإعتقاد السائد لدى الباحثين أن هناك علاقة وثيقة بين نقص الذكاء والسلوك الإجرامي، لكن هذا الإعتقاد لم يعد له محل في الوقت الحاضر، فلا نجد بين الباحثين من يسلم بوجود صلة حتمية بين الضعف العقلي والسلوك الإجرامي، والواقع إن ضعف التكوين لا يقوى بمفرده على تفسير إجرام بعض ضعاف العقول بل قد لا يكون إجرامهم يرجع في الأساس إلى انخفاض مستواهم من الذكاء.

- وقد يترتب عن الضعف العقلي أو يرتبط به من الظروف والعوامل ما يدفع الضعيف إلى ارتكاب الجريمة وتكون ليست وليدة نقص الذكاء وإنما وليدة اقتران تلك الظروف والعوامل بنقص الذكاء ولم يمكن الشخص من التكيف معها فانزلق إلى طريق الجريمة.(شعبي، 2017: 3- 5)

ج- الجانب النفسي:

مثل شخصية الحدث وحالته الإنفعالية وميوله ورغباته ودرجة إشباع الحدث لحاجاته النفسية مثلا لحاجته للأمن والأمان، الحاجة إلى الحب، إلى التفوق والطموح والنجاح.(عوين، غراب، 2017: 161)

7- 2- العوامل الاجتماعية:

أ- العوامل البيئية الداخلية (الأسرة): ويمكن تلخيص دور الأسرة في جنوح صغار السن على الوجه التالي :

➤ إشغال الوالدين بالعمل: يؤدي إلى إختلال بناء الأسرة خاصة إذا بلغ الخلاف بين الزوجين درجة معينة فقد يؤدي إلى انفصال الزوجين عن بعضهما وهو ما ينعكس سلبا على الحدث.

➤ تفكك الأسرة: وهو انفصام الروابط الأسرية وانقطاعها بسبب الهجر أو الطلاق أو الصراع بين الزوجين في الأسرة، ونظرا للدور التي تقوم به هذه الأخيرة في توجيه سلوك الحدث فقد كان هناك إهتماما كبيرا من طرف الباحثين بشأن أثر التفكك الأسري على جنوح الأحداث.

➤ أسلوب التربية: يؤثر أسلوب المعاملة التربوية من قبل الوالدين اتجاه الحدث على سلوكه وردود أفعاله فالأب والأم يمكن أن يكونا مصدرًا للأمان والثقة والعطف من جهة أو يمكن أن يكون مصدرًا لخيبة الأمل والكبت من جهة ثانية، كما التفريق في المعاملة ولا عدل داخل الأسرة يمكن أن يكون سببًا للضعينة في نفوس الصغار ومثل هذا الشعور يمكن أن يؤدي بالحدث إلى الانحراف والجروح انتقاما مما يواجهه في الأسرة.

➤ ثقافة الأسرة: يقصد بها الثقافة التي يكتسبها الفرد من الأسرة خلال حياته اليومية ثم ثقافة المجتمع والبيئة التي يعيش فيها، هذه الثقافة تطبعه بطابع خاص بها يميز جماعته من غيرها من الجماعات كما يميز شخصه من غيره من الأشخاص فهو يكتسب منها أنواع السلوك والعادات والمعاملات التي يمكن أن ترفع أو تقلل من احتمال اصطدامه بالنظم والقواعد الإجتماعية الموضوعة في المجتمع أو تساعد على الانسجام والتكيف مع النظام الإجتماعي والإمتثال له والتوافق معه. (بوليئة، 2018: 186-187)

ب- العوامل البيئية الخارجية (المدرسة، جماعة الأصدقاء، وسائل الإعلام) وتتمثل فيما يلي:

1- المدرسة: المدرسة مهمة في تكوين الطفل وحياته، فنجاح الأطفال أو فشلهم يتوقف على إمكانياتهم الذهنية وعلى نوع المعاملة التي يتلقونها في المدرسة سواء من المعلمين أو من زملاء الدراسة، لكن إذا كان الجو الدراسي غير ملائم فإن هذا قد يؤدي إلى الانحراف وارتكاب بعض الجرائم ومن بين هذه الأسباب.

➤ الفشل في الدراسة: الفشل في الدراسة يرجع إلى عدة أسباب منها القصور الذهني عند البعض، أو عدم الرغبة بالعلم أو عدم الانسجام من البرامج الدراسية عند البعض الآخر فكل هذه الأمور تؤثر على شخصية الحدث وقد تدفعه إلى الهروب من المدرسة أو إلى الخداع والسرقة أو إبداء ردود فعل مضادة للمجتمع نتيجة الشعور بالنقص والقصور عن بقية زملائه.

فالفشل في الدراسة ينعكس عن الحالة النفسية للطفل وهذا ما يدفعه إلى إطلاق العنان للنزاعات الفردية والإعتداء والعنف بقصد التعويض عن عدم التوفيق الذي يسود حياته المدرسية.

➤ النظام الصارم داخل الأسرة: تعتبر المدرسة أول سلطة للطفل خارج نطاق أسرته وعليه أن يتقبل هذه السلطة ويتكيف معها لأن عدم تكيفي مع نمّي لديه خيبة الأمل، وهنا على المدرسة أن تفرض حداً أدنى من القواعد والنظم التي تساعد على أداء دورها، حيث إذا فرضت أسلوباً صارماً لا يتفق والحد الطبيعي للأمور يؤدي ذلك إلى نفور الأطفال وهروبهم منها، وبالتالي تكون عاملاً مساعداً لإنحراف الأحداث.

➤ دور المعلم في تنشئة الحدث: الدور الذي تلعبه المدرسة في التنشئة الاجتماعية يعتمد إلى حد كبير على شخصية المعلم الذي يمثل بالنسبة للطفل السلطة الواجب طاعتها ويعتبر المثل الأعلى للطفل، وقد ثبت أنه من الأمور التي قد تسبب جنوح الأحداث أو تهيئة الظروف للجريمة، عجز المعلمين عن فهم طبيعة الطفل .

➤ الرفاق أو الصحبة السيئة: تعتبر جماعة الرفاق من أشد الجماعات تأثيراً على شخصية الحدث وتكوين الأنماط السلوكية عند الطفل، فمنها ما يكون متسق مع السياق العام للمجتمع، ومنها ما تكون منحرفة عنه ويؤثر الأصحاب بعضهم بأساليب عديدة، حيث تشجعه الرفق على بعض المغريات منها التدخين والسهر خارج المنزل وغيرها من المغريات. (تشعبت، 2017: 190 - 191)

➤ وسائل الإعلام: قد تسم وسائل الإعلام خاصة التلفزيون في شيوخ ظاهرة العنف عند الأطفال أو في تميمتها وتطويرها، حيث أنه ينمي عند الطفل شهية العنف أو يضاعف من قوة العنف الكامنة في طبيعة الإسم كما يتعلم الأطفال والشباب سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بعض الأساليب المناسبة لظهور العنف، كما يساعد على تعذيب الإحساس بالخطا وبالتالي يظهر العنف عند النشء كظاهرة مألوفة وكأنها طابع العصر الذي نعيشه. (طرشون، 2020: 113)

8- جنوح المراقبة:

يعبر الجنوح عن مرحلة غير مريحة والتي تميز مرحلة المراقبة وخاصة الصعوبات التي يجدها المراقب في مرحلة الخروج من الطفولة عن طريق الإحباطات المرتبطة بمخاوف الحياة الجديدة، وما يمكن ملاحظته في المدارس أن نسبة الجنوح تكون عالية عند المتدربين الذين يكون لهم تحصيل دراسي ضعيف، فالجنوح هو طريقة لفرض ذاته وتأكيداها، فالعنف في المدارس يعبر عن خوف وانعدام الأمن الذي يشعر به الفرد وكل هذا يؤدي إلى الرعب الذي يترتب عنه سلوكيات خطيرة.

يوضح ستانلي هول Stanley Hall أن طبيعة المراقب تتأرجح بين النقيض والنقيض من الحالات وهي تتابع سريع ومتلاحق فقد يبدو فرحاً متفائلاً في يوم وحزين ومتشائم في اليوم التالي، وهذه هي أزمة المراقبة التي تتجم عنها عدة اضطرابات نفسية قد تقوده إلى سلوكيات جانحة إن لم يجد الرعاية والتوجيه الحسن، وأغلب السلوكيات الجانحة المنتشرة في هذه المرحلة تتمثل في الهروب من المنزل عند الإناث والسرقة عند الذكور فقد بينت آنا فرويد Anna Freud عند تحليلها للمراقبة على أنها تظهر فيها بعض السلوكيات التهجيرية، مما

يسبب للمراهق عدم الهدوء والإستقرار أما عبد العليم الجسماني فيرى أن الجنوح والمراهقة يسيران جنباً إلى جنب.

ومن بين أهم العوامل التي تجعل المراهق أكثر عرضة للإنسياق نحو الجنوح أنه أكثر الناس تقبلاً لعوامل الإيحاء والإغراء، بينما الطفل لا يزال تفكيره يعتمد على تذكر والديه في كل شيء، أما بالنسبة للراشد فلا يمكنه الإغراء والإنزواء نحو الجنوح لأنه يزن الأمور بعقل واعي ومنطق معقول، كما أن المراهق غالباً ما يكون الجنوح لديه كرد فعل لمكبوتاته المتفاقمة منذ فترة الطفولة فالجنوح يصبح هنا لديه دافعية يعبر ويعوض من خلالها عن صراعاته النفسية. (غاني، 2018-2019: 34-35)

6- التكفل النفسي بالجانحين:

إن التكفل النفسي بالجانح لا ينبغي أن يبدأ فقط كما يتصور البعض عند وضعه في مؤسسة لإعادة التربية بل أن ذلك ينبغي أي أن يكون منذ بدء التحقيق معه وأثناء محاكمته في "محكمة الأحداث" وفي المؤسسة التربوية إن وضع فيها، فإن الإهتمام في مثل هذه الحالات لا ينبغي أن ينصب على إحترام الإجراءات القضائية فقط بل ينبغي أيضاً تبني روح القانون إلى جانب مراعاة نص القانون.

إن التكفل النفسي والتربوي في مؤسسات إعادة التربية ينبغي أن يتخذ عدة أشكال من أهمها:

- التكفل العلاجي وخاصة في الحالات التي تظهر فيها اضطرابات الشخصية أو الإضطرابات العلائقية (علاج فردي، علاج أسري، علاج جماعي).
- التأهيل التربوي القائم على التدريب والتكوين المهني.
- الجمع بين الإجراء الأول والثاني.
- متابعة ملف الجانح وسلوكه أثناء التكفل به داخل المؤسسة وخارجها بل وحتى بعد خروجه من المؤسسة لإعادة إدماجه في المجتمع بنجاح.

ولتحقيق هذا التكفل ينبغي أن تتوفر الإمكانيات الضرورية لذلك و خاصة في مجال إعداد المربين والنفسانيين المختصين في هذا المجال، هذا النوع من التكوين وخاصة في الجانب النفسي يكاد يكون منعدماً ببلادنا، هذا بالإضافة إلى ضرورة إعداد إطارات للمساعدة الإجتماعية لمتابعة الأحداث قبل وبعد خروجهم من مؤسسات إعادة التربية ولمساعدتهم في تحقيق الاندماج الإجتماعي وخاصة بالنسبة للإناث من الأحداث اللاتي

يعانين مشكلات عويصة في عملية الاندماج الاجتماعي وتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي مع المحيط .

(عشوي، ب. س: 112)

6-1- العلاج النفسي:

يهدف العلاج النفسي للأحداث الجانحين إلى تصحيح سلوك الجانح وعلاج الشخصية والسمات المرتبطة بالجانح وتتلخص أهم الإجراءات فيما يلي:

- إتباع الطرق العلاجية المناسبة لكل حالة من حالات جناح الأحداث وتوفير الفرصة للحدث الجانح للتعبير عن مشاعره وعواطفه إتجاه نفسه وإتجاه الآخرين.

- تحسين مفهوم الذات وتقدير الذات وإتاحة الفرصة للتنفيس عن انفعالاته ودوافعه المكبوتة.

- العلاج السلوكي لتوجيه سلوك الحدث الجانح إلى السلوك البناء، بعيداً عن سلوك الهدام باستخدام أسلوب الثواب والعقاب وذلك السلوك المطلوب وعقاب السلوك المرفوض.

- الإرشاد النفسي العلاجي والتربوي والمهني نحو السلوك الفعّال والمقبول اجتماعياً، وحل مشكلات الأحداث وتدريبهم وتأهلهم مهنيًا.

- إشباع حاجات الفرد بقدر المستطاع وتعليمه، وإشباع حاجته في إطار المعايير المرضية دينياً واجتماعياً.

- تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي ومساعدة الطفل في فهم نفسه و تنمية قدرته على حل مشكلاته بنفسه.

6-2- العلاج البيئي الاجتماعي:

ومن الإجراءات العلاجية البيئية والاجتماعية ما يلي:

- التعاون والإشتراك المباشر من قبل الوالدين وأولياء الأمور والمربين في تصحيح السلوك.

- تعليم القيم الدينية والقيم الخلقية وتحمل المسؤولية الاجتماعية.

- التخفيف من حدة تطبيق النظم الصارمة والقاسية في الأسرة والمدرسة.

- توفير المناخ الأسري المناسب المليء بالحب، العطف، الحنان، الود والرعاية السليمة.

- تحسين مهارات التواصل مع الأسرة والأقارب والأصدقاء.

- الإستفادة من موارد البيئة في ترشيد وقت الفراغ وفي الترفيه.

- حسن التعامل مع ضغوط الرفاق.

هذا ويتم إيداع الأحداث الجناحين في مؤسسة الأحداث حيث يقومون برعايتهم وتوجيههم وتأهيلهم تربوياً نفسياً، اجتماعياً ومهنياً متخصصون يستخدمون الوسائل والأساليب العلاجية السليمة ويستخدمون السجلات الخاصة بالأحداث والتي توفر المعلومات الخاصة بالأحداث وبيئة كل حدث على حدا.

(إجلال، 2003: 1995)

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه سابقا يتضح لنا أن مرحلة المراهقة هي فترة نمو هدفها الانتقال من عدم النضج إلى مرحلة النضج وتحقيق الإستقلالية المنبعثة من جراء التحول في الوضع البيولوجي للفرد، أي البلوغ الذي يستثير معه جملة من التغيرات النفسية الدينامية والإجتماعية مما يجعلها من أكثر مراحل النمو تعقيداً حيث أن خروج المراهق عن قوانين الضبط الإجتماعي ومعارضته لها إنما هو سلوك يعكس الصراع النفسي والعلائقي الذي يعيق تكيفه مع الجماعة، وهذا راجع لأسباب مختلفة قد تكون نفسية، عضوية، إجتماعية، إقتصادية وثقافية تقوده إلى الجنوح و ارتكاب الجرائم ما ينجر عنها سلوكات لاواعية مؤذية موجهة نحو الذات والآخر.

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. الدراسة الإستطلاعية
2. الدراسة الأساسية
3. منهج الدراسة الأساسية
4. عينة الدراسة الأساسية
5. خصائص العينة الأساسية
6. الحدود الزمانية والمكانية للدراسة الأساسية
7. أدوات الدراسة الأساسية
8. صعوبات الدراسة

خلاصة

تمهيد:

لإحداث التكامل في أي دراسة ميدانية ، لا بد من المزاوجة بين جانبيين الجانب النظري والجانب التطبيقي وبعد الإنتهاء من عرض الإطار النظري لهذه الدراسة سوف يتم التطرق للدراسة الميدانية التي احتوت في بدايتها على الدراسة الإستطلاعية.

1- الدراسة الإستطلاعية:

تعد الدراسة الإستطلاعية خطوة منهجية في غاية الأهمية والتي يبنى عليها الباحث انطباعاته وتصوراته حول دراسته وميدان تطبيقها.

1-1- إجراءات الدراسة الإستطلاعية:

من خلال التبرص الذي أجريناه بالمركز المتخصص في اعادة التربية بنات بتيارت والمسمى علي معاشي، في يومي 11 و 12 مارس 2025، سمحت هذه الفترة استطلاع المحيط والتعرف على الصعوبات واختيار بعض حالات البحث التي تتناسب مع الموضوع و التي تكونت من 03 حالات من العينة الكلية المتمثلة في 08 حالات.

1-2- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- الوقوف على بعض الأخطاء والهفوات التي قد تؤثر على مصداقية وموضوعية الدراسة.
- تعديل استمارة جمع المعلومات الخاصة بالمراهقات الجانحات .
- اكتساب خبرة التطبيق .
- التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

2- الدراسة الأساسية:

بعد الإنتهاء من الدراسة الإستطلاعية والوقوف على أهم النقاط التي ينبغي مراعاتها، باشرنا بإجراء الدراسة الأساسية من خلال تطبيق أدوات البحث المتمثلة في إستمارة جمع البيانات ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط.

3- منهج الدراسة:

لقد تم الإعتماد في هذه الدراسة على المنهج العيادي بأسلوب دراسة حالة .

4- عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 03 مراهقات جانحات تم إختيارهن بطريقة قصدية ، حيث تم تحديد هذه الفئة بناءً على أنهن قد ارتكبن جنحة أو جناية أو في حالة خطر.

5- خصائص العينة الأساسية :

جدول رقم (3) يوضح البيانات الشخصية للحالات

الخصائص الحالات	الإسم	العمر	مكان الإقامة	نوع الجنحة	المستوى التعليمي	مدة الإقامة في المركز
الحالة 1	و - ب	15 سنة	النعماء	جنحة (السرقة)، المساس بحرمة الحياة الخاصة بالأشخاص وتكوين جماعة أشرار .	سنة رابعة متوسط	8 أشهر
الحالة 2	ج - ع	14 سنة	شلف	حالة خطر (الهروب)	سنة خامسة إبتدائي	6 أشهر
الحالة 3	ف - ح	15 سنة	بشار	حالة خطر (الهروب)	سنة رابعة متوسط	شهرين

6- الحدود الزمانية والمكانية للدراسة الأساسية:

6-1- الحدود المكانية: تمت الدراسة في المركز المتخصص في إعادة التربية بنات علي معاشي بتيارت هو مؤسسة حكومية ذات طابع إداري يتمتع بالشخصية المعنوية أي له إسم مقر وأهلية للتقاضي وميزانية يتصرف بموجبه لتسديد نفقات المستخدمين وتسيير المصالح .

تم إنشاؤه بموجب المرسوم رقم 100/76 المؤرخ في 1974/05/25 المعدل والمتمم بالمرسوم رقم 261/87 المؤرخ في 1987/12/01 المتضمن إحداث وتوسيع قائمة المراكز المتخصصة في رعاية الطفولة والمراهقة، متخصص في استقبال القاصرات دون سن 18 طبقا لأحكام المادة 444 لإستقبال 80 قاصر يتكفل بهن على مدار 24/24 وعلى طول أيام السنة .

يقع المركز في ولاية تيارت تقدر مساحته الإجمالية 8000 م، يحتوي على وسائل مادية وبشرية :

- الوسائل المادية :

- المديرية : يحتوي المركز على 05 بنايات :

- البناية الأولى :

- المراقد .
- قاعة الرياضة .
- النادي.
- قاعة التمرير.
- مكتب محاسب المادة.
- مكتب وكبل المحاسب .
- البناية الثانية : متكونة من طابقين وتضم 04 أقسام .
- قسم الملاحظة .
- قسم محو الأمية.
- مصلحة المستخدمين .
- مصلحة المقتصدة.

- بناية من طابق واحد تحمل شكل باللاتينية تضم :

- مكتب المديرية .
- الأمانة.
- المكتب البيداغوجي.
- الحمام .
- ورشة الحلاقة.
- ورشة الخياطة .
- ورشة فن الطبخ.
- البناية الثالثة : متكونة من طابق واحد تحتوي على مسكنين وظيفيين .
- مسكن المديرية .
- مسكن المقتصد .
- البناية الرابعة:
- المطبخ .
- مطعم .
- مخزن رقم 01.

- مخزن رقم 02.
- البناية الخامسة :
- المرقد رقم : 02.01
- قاعة الرياضة.
- البياضة .
- مكتب التمريض .
- مكتب المحاسبة .
- النادي.
- الأقسام التعليمية يوجد بالمركز 06 أقسام :
- قسم الملاحظة .
- قسم محو الأمية.
- قسم تعليم الإعلام الآلي .
- قسم فن الطبخ .
- قسم التكوين المتخصص في تعليم الحلاقة النسوية .
- قسم التكوين المتخصص في الخياطة والطرز .
- الموارد البشرية:
- يشرف على تقديم الخدمات مجموعة من العمال وموظفي الإدارة و مؤطرين.
- المديرية : معينة من طرف الوزارة الوطنية .
- المقتصد : 01
- المتصرف: 02
- نفساني عيادي درجة أولى : 02
- مساعد إجتماعي رئيسي: 01
- مربي متخصص رئيسي : 06
- ممرض للصحة العمومية : 01
- أعوان الوقاية والأمن مستوى اول : 02
- الفئة المتكفل بها :
- الجنح ، حالات الخطر.

6-3- الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة الأساسية في الفترة الممتدة ما بين 06 أبريل 2025 إلى غاية 21 أبريل 2025 .

7- أدوات الدراسة الأساسية:

لدراسة أي ظاهرة لابد من أداة قياس مناسبة لتحقيق الأهداف المراد الوصول إليها وفي الدراسة الحالية إستخدمنا الأدوات التالية:

7-1- الملاحظة العيادية : والتي من خلالها تم جمع بعض المعلومات والمعطيات وملاحظة سلوك اللحالة وردود أفعالها .

7-2- المقابلة العيادية : تم الإعتماد في هذه الدراسة على المقابلة العيادية نصف الموجهة، نسعى من خلالها للتعرف على الحالة أو حقيقة أو موقف معين عن طريق مجموعة من الأسئلة من أجل تحقيق أهداف الدراسة .

7-3- إستمارة بالمقابلة لجمع المعلومات الخاصة بالمراهقات الجانحات :

تم إعداد هذه الإستمارة من طرف الباحثة **والي و داد**، وتم إضافة تعديل بعض الأسئلة حسب عينة الدراسة من طرف الباحثين ، والهدف من هذه الإستمارة ضبط المتغيرات الخاصة بأفراد العينة حيث تحتوي على مايلي :

- **المحور الأول :** شمل البيانات الأولية .
- **المحور الثاني :** المستوى التعليمي .
- **المحور الثالث :** الحالة الإجتماعية .
- **المحور الرابع :** الحالة الإقتصادية .
- **المحور الخامس :** أسئلة لاستكشاف الحلول .

7-4- مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط :

لقد تم الإعتماد في الدراسة الحالية على مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط **للأزاروس وفلوكممان** و الذي عدلته الباحثين **حمداش ليندة و دلولي نجاة** ، حيث يتكون من 60 بند مقسم على ثلاث أبعاد التي تعبر على الإستراتيجيات المستخدمة في مواجهة الضغوط والتي حددت من طرف الباحثين **والأستاذ المؤطر** (بعد حل المشكل، بعد التجنب وبعد الإنفعال) .

تصحيح مقياس مواجهة الضغوط :

يحتوي المقياس على أربع بدائل : إطلاقاً، إلى حد ما، كثيراً، كثيراً جداً، تعطى علامة لكل بند من البنود حسب المستجيب ، فإن إختار "إطلاقاً" حصل على (0)، و إن إختار إجابة "إلى حد ما" تحصل على علامة (1)، وإن إختار إجابة "كثيراً" تحصل على علامة (2)، وأخيراً إن أجاب "كثير جداً" تحصل على علامة (3).

• الأبعاد:

- 1- حل المشكل: (5,6,7,9,14,17,26,28,30,32,34,39,42,45,46,48,49,56,2,1)
- 2- التجنب: (4,11,13,16,21,24,31,33,40,41,43,47,50,51,54,55,57,58,59)
- 3- الإنفعال: (3,8,9,10,15,18,19,20,22,23,25,27,29,35,36,38,44,52,53,60)

جدول رقم (4) يوضح مجالات تصحيح أبعاد مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط المتعلقة بالبعد

المجال	المدى
20-0	منخفض
40-20	متوسط
60-40	مرتفع

المجالات المتعلقة بالمقياس ككل:

المجال	المدى
60-0	منخفض
120-60	متوسط
180-120	مرتفع

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أ- الصدق: تم حساب الصدق بطريقة صدق الإتساق الداخلي، وهو ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية، حي أشارت البيانات إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha=0$ (حيث تراوحت بين 0.8/0.54) وهذا ما يؤكد مدى تجانس وقوة الإتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

ب- **الثبات:** تم التأكيد من ثبات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط بطريقة معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي، حيث أشارت البيانات إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط بلغت على التوالي (0.73، 0.79) بينما بلغ معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (0.82) وهذا كمؤشر دال على ثبات المقياس ، وهذا يعني أن مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط يتمتع بمعامل ثبات قوي، مما يجعله صالحاً للتطبيق في الدراسة.

8- صعوبات الدراسة:

تمثلت صعوبات الدراسة فيما يلي:

- المؤسسة التي أجرينا فيها الدراسة هي مؤسسة تحافظ على خصوصية معلوماتها ومعلومات الأشخاص المتواجدين فيها لهذا وجدنا صعوبة في إفتكاك المعلومات وتقصيها من أجل إتمام الدراسة على أكمل وجه.

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة، حيث اعتمدنا على المنهج العيادي بأسلوب دراسة حالة لأنه الأنسب لهذه الدراسة وكذا مختلف الأدوات المستعملة وحدود كل من الدراسة الإستطلاعية والأساسية، وكذلك التطرق لأهم الصعوبات التي واجهتنا أثناء إنجاز هذه الدراسة.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

أولاً: عرض نتائج الدراسة

ثانياً: مناقشة الفرضيات

- 1- مناقشة الفرضية العامة
- 2- مناقشة الفرضية الجزئية الأولى
- 3- مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
- 4- مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة

استنتاج عام

تمهيد:

بعدما تم التطرق في الفصل السابق إلى أهم الأسس المنهجية المعتمدة في الدراسة الميدانية، سوف يتم عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتوصل إليها للكشف عن أساليب المواجهة المستخدمة لدى المراهقات الجانحات.

1- عرض الحالات ونتائج مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط :

الحالة رقم "1"

❖ البيانات الأولية للحالة:

الإسم: و.ب

السن: 15 سنة.

المستوى الدراسي: الرابعة متوسط.

عدد الإخوة: لا يوجد.

الرتبة بين الإخوة: الوحيدة عند والديها

مكان الإقامة: النعامة.

المستوى الإقتصادي: ضعيف.

الأب: على قيد الحياة. المهنة: بطل.

الأم: على قيد الحياة. المهنة: عاملة نظافة.

السوابق المرضية: ضعف النظر.

سبب دخول المركز: جنحة (السرقه/المساس بحرمة الحياة الخاصة للأشخاص/تكوين جماعة أشرار).

❖ البيانات السيمائية العامة للحالة:

أ- البنية المورفولوجية:

الملامح: حادة وثابتة .

القامة: طويلة.

الوزن: متوسط.

اللباس: نظيف متناسق.

الإيماءات: تحريك الرجلين واليدين بكثرة.

طريقة الجلوس: غير عادية .

ب-النشاط العقلي والفكري:

اللغة: طريقة هادئة، كلام كثير، فترات صمت.

الذاكرة : قوية.

النشاط الحركي: عادي.

الإنتماء: جيد.

الإتصال: جيد.

المزاج: معتدل.

❖ تاريخ ومكان إجراء المقابلات:

رقم المقابلة	تاريخ المقابلة	المدة	مكان إجرائها	الهدف منها
01	14-04-2025	40 د	المركز المتخصص في إعادة التربية "بنات" علي معاشي (مكتب الأخصائية النفسية)	التعرف على الحالة وجمع المعلومات مع كسب الثقة.
02	16-04-2025	45 د		كشف وضعية المعاناة المعاشة ومعرفة الحالة الإجتماعية والاقتصادية
03	20-04-2025	40 د		تطبيق مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية
04	21-04-2025	45 د		إنهاء المقابلات وتقديم نصائح وإرشادات

2- تقديم الحالة الأولى:

الحالة (و، ب)، أنثى تبلغ من العمر 15 سنة، من ولاية النعامة، هي الطفلة الوحيدة في الأسرة، تعاني من ظروف أسرية معقدة، حيث أن والديها مطلقان منذ صغرها ولا تعرف أبيها، قد توقفت عن الدراسة في السنة الثالثة متوسط وتحاول حاليا متابعة تعليمها عن بعد، رغم معاناتها من ضعف النظر، تم إحالتها إلى المركز المتخصص في إعادة التربية بنات بولاية تيارت، بعد تورطها مع أمها في قضية سطو على منزل والمساس

بحرمة الحياة الخاصة للأشخاص وتكوين جماعة أشرار، حيث تقبع الأم حاليا في السجن بولاية النعامة، في حين المستوى المعيشي للأسرة جد متدني.

3- ملخص المقابلات:

الحالة (و، ب)، هي ضحية ظروف إجتماعية واقتصادية، حيث أن والدتها مطلقة منذ سنوات وأعادت الزواج، لم يتجاوز مستواها التعليمي الخامسة ابتدائي كانت تعمل عاملة نظافة بدار الثقافة تعرضت للإهمال والتشرد وعاشت لمدة طويلة بدار الشباب بالنعامة بسبب عدم حصولها على سكن إجتماعي يأويها رفقة ابنتها هذه الطفلة التي كانت متميزة ونجيبة في دراستها وتحصل على معدلات جيدة خلال مسيرتها الدراسية، إلا أن الظروف الإجتماعية وسلوكات أمها السيئة والمنحرفة التي كانت تدفع ابنتها لممارسة السرقة والسطو معها أدى بها إلى محاولة إنتحار في سن الثانية عشر (12 سنة)، والإختلاط برفقاء السوء والانحراف وما زاد الطين بلة توقيف والدتها وإيداعها بالمؤسسة العقابية بولاية النعامة، بعد إلقاء القبض عليهم بتهمة السطو على منزل واشتراك ابنتها معها، والتحقّت الحالة "و" بأمر من السيد قاضي الأحداث بالمركز المتخصص في إعادة التربية بنات بتيارت لحماية من التشرد والانحراف وذلك في جوان 2024 ، حيث تقبع أمها في السجن رفقة زوجها الثالث حاليا.

واجهت الحالة صعوبات كبيرة في التأقلم مع الحياة في المركز حيث حاولت الهروب مرتين المرة الأولى غابت لمدة شهر قبل أن تعود طوعا، والثانية هربت صباحا وعادت في المساء لعدم وجود مأوى، كما أقدمت على إيذاء نفسها بجرح يدها باستخدام دبوس حجاب ، حيث تم التواصل مع خالتها من طرف الأخصائية النفسانية للتكفل بها فرفضت بشكل قاطع معربة عن عجزها السابق عن السيطرة على سلوكياتها المنحرفة وغير الاعتيادية.

تبدي الحالة تعلقا شديدا بأمها، حيث قالت: "ماما هي نص قوتي نتمنى نشوفها يا لو كان غير دقيقة تطلب عينيا نعطيهم لها، لو كان يخبروني بين الموت وتعيش ماما نخير الموت"، كما عبرت عن رغبتها الملحة في الخروج من المركز والانضمام إلى صفوف الجيش، مع رفضها لأي شكل من أشكال الدعم الخارجي حسب قولها: "ما نحتاج حتى عبد في حياتي حابة نوقف روعي بروحي"، كما أظهرت الأخصائية النفسانية أن لديها رغبة جامحة في الزواج من شخص تقدم لخطبتها وتنتظر الخروج من المركز لإتمام الزواج.

4- نتائج تطبيق مقياس إستراتيجية المواجهة الحالة الأولى:

الجدول (5): يوضح نتائج تطبيق مقياس إستراتيجية المواجهة على الحالة الأولى

المجال	النسبة	الدرجة	البعد
متوسط (20-40)	31.63%	31	حل المشكل
متوسط (20-40)	38.78%	38	التجنب
متوسط (20-40)	29.59%	29	الإنفعال
متوسط (60-120)	100%	98	إستراتيجية المواجهة

- يتبين من خلال الجدول أن أعلى درجة لوحظت في إستراتيجية التجنب بقيمة 53 نقطة، تليها بعد ذلك إستراتيجية حل المشكل بمجموع 49 نقطة، ثم إستراتيجية الإنفعال بمجموع 47 نقطة، وعليه فإن الإستراتيجية التي تتبناها الحالة الأولى هي إستراتيجية المواجهة المتمركزة على التجنب.

الحالة رقم "02"

❖ البيانات الأولية للحالة :

الإسم: ج، ع

السن: 14 سنة.

المستوى الدراسي: الخامسة ابتدائي.

عدد الإخوة: 4 (2 ذكور، 2 إناث).

الرتبة بين الإخوة: الوسطى.

مكان الإقامة: شلف.

المستوى الإقتصادي: متدني.

الأب: مجهول .

الأم: متوفية.

السوابق المرضية: التبول لاإرادي.

سبب دخول المركز: حالة خطر (الهروب من المنزل).

❖ البيانات السيمائية العامة للحالة:

أ-البنية المورفولوجية:

الملامح: هادئة .

القامة: طويلة.

الوزن: ضعيفة.

اللباس: نظيف ،عادي.

الإيماءات: قضم الأظافر ، تحريك اليدين بكثرة.

طريقة الجلوس: غير عادية .

ب-النشاط العقلي والفكري:

اللغة: سليمة.

الذاكرة : قوية.

النشاط الحركي: بطئ الحركة.

الإنتباه: جيد.

الإتصال: سيع التواصل

المزاج: معتدل

❖ تاريخ ومكان إجراء المقابلات:

الهدف منها	مكان إجرائها	المدة	تاريخ المقابلة	رقم المقابلة
التعرف على الحالة وجمع المعلومات مع كسب الثقة	المركز المتخصص في إعادة التربية "بنات" علي معاشي بتيارت -مكتب الأخصائية النفسية-	30 د	2025-04-14	01
معرفة الحالة الإقتصادية والإجتماعية وكشف وضعية المعاناة المعاشة.		45 د	2025-04-16	02
تطبيق مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط.		35 د	2025-04-20	03

04	2025-04-21	30 د	إنهاء المقابلات وتقديم نصائح وإرشادات.
----	------------	------	--

تقديم الحالة الثانية:

الحالة (ج، ع) أنثى تبلغ من العمر 14 سنة، من ولاية شلف ، لها 05 اخوة وهي الوسطى ، يبلغ عدد أفراد عائلتها سبعة ، الأب مجهول والأم متوفية، مسجونة في المركز المتخصص في إعادة التربية بنات لولاية تيارت ليس لديها أي سوابق عدلية، تم إيداعها بالمركز بسبب عدم وجود سكن يأويها وحمايتها من التشرد والخطر، متوقفة عن الدراسة في السنة الخامسة ابتدائي، في حين المستوى المعيشي للأسرة جد متدني.

ملخص المقابلات:

الحالة (ج، ع)، هي فتاة مجهولة النسب لأنها ثمرة علاقة غير شرعية ربطت الأم مع الأب، عاشت الحالة في أسرة ذات مستوى معيشي ضعيف جدا، مستقرة في عائلة مكونة من الأم و 2 إخوة يكبرانها سنا وأختان يصغرانها سنا وزوج الأم، إذ كانت تسعى هذه الأخيرة (الأم) جاهدة من أجل توفير حاجات أبنائها المادية من خلال اشتغالها كعاملة نظافة، كانت الأسرة بدون مأوى يأويهم، عاشوا لمدة طويلة في الشارع وتعرضوا للإهمال والتشرد، إلا أن تبرع أحد المحسنين بمنزل لهم بعد ظهورهم في برنامج تلفزيوني.

عاشت الحالة مع أمها وإخوتها، تزوجت الأم لاحقا من رجل يبلغ من العمر 30 سنة أصغر منها سنا، كان مروجاً ومتعاطياً للمخدرات ،مارس ضدهم العنف الجسدي واللفظي بكل أشكاله حسب قول الحالة "كان يضربني ويضرب خوتي ويطردنا برا ويقولنا الكلام" بالإضافة إلى تصرفات مخلة بالحياء أمامهم، ولم تتحمل الأم الوضع فأنتهت حياتها بتناول جرعة زائدة من المخدرات عام 2022، بعد وفاتها ازدادت وحشية زوج الأم حيث كان يطردهم إلى الشارع للتسول وطلب المال وإحضاره له قائلة: "كان يحاوزني ويقولني روجي جيبيلي الدراهم دبيري راسك كي منجيبش يضربني"، تعرضت للضرب حتى بسلاسل الدراجات لعدم إحضارها للمال، أعاد زوج الأم الزواج مرة أخرى وطردها هي وإخوتها من المنزل، تكفل خاله بأختها الصغرى وأخوها الأكبر، وانتقلت هي وأخوها الذي يكبرها بسنة عند خالتها، رفضت الحالة البقاء عندها وهربت، عاشت بعدها في حالة تشرد حتى وجدها أعوان الدرك الوطني وأحضروها إلى المركز لحمايتها من الخطر والإنحراف.

توقفت عن الدراسة في السنة الخامسة إبتدائي بسبب الظروف القاسية التي عاشتها تحت رعاية زوج أمها الذي لم يوفر لها البيئة في المناسبة للإستمرار في التعلم هي وإخوتها، كما صرّحت الحالة بأنها تأقلمت جيدا داخل المركز معبرة عن ارتياحها مقارنة بحياتها السابقة في الشارع قائلة "المركز أحسن من برا بألف مرة" كما تظهر الحالة تعلقا عاطفيا كبيرا بأخيها الأكبر وأختها الصغرى نبغي خويا الكبير نموت عليه نحس غير هو اللي يفهمني ويحوس علي ختي الصغيرة ثاني والباقي ما علباليش بيهم، كما أوضحت أنها لا تملك أي أهداف أو هوايات تحب أن تمارسها، تتميز أيضا بتسامحها الكبير واحترامها للمربين والقائمين على الرعاية داخل المركز، مما يعكس رغبتها في الحفاظ على علاقة ايجابية مع المحيطين بها.

نتائج تطبيق مقياس استراتيجيات المواجهة:

الجدول رقم (6) يوضح نتائج تطبيق مقياس استراتيجية المواجهة على الحالة الثانية

البعد	الدرجة	النسبة	المجال
حل المشكل	32	33.33%	متوسط (20-60)
التجنب	37	38.54%	متوسط (20-60)
الإنفعال	27	28.13%	متوسط (20-60)
استراتيجية المواجهة	96	100%	متوسط (60-120)

نلاحظ من خلال عرض نتائج مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط على الحالة الثانية (ج، ع) أنها تعتمد في مواجهة الضغوط النفسية على إستراتيجيات متفاوتة من حيث النسب، حيث ظهر أول أسلوب وهو التجنب بدرجة 37%، أما الأسلوب الثاني هو حل المشكل ب 32%، ثم يليها أسلوب الإنفعال ب 27% درجة. وعليه فإن الإستراتيجية التي تتبناها الحالة الثانية هي إستراتيجية المواجهة المتمركزة حول التجنب.

الحالة رقم "03"

❖ البيانات الأولية للحالة :

الإسم: ف، ح.

السن: 15 سنة.

المستوى الدراسي: الرابعة متوسط.

عدد الإخوة: أربعة(4).

الرتبة بين الإخوة: الثانية.

مكان الإقامة: بشار.

المستوى الإقتصادي: متدني.

الأب: على قيد الحياة المهنة: بطل.

الأم: على قيد الحياة المهنة: مائكة بالبيت.

السوابق المرضية: لا توجد.

سبب دخول المركز: حالة خطر (الهروب).

❖ البيانات السيميائية العامة للحالة:

أ- البنية المورفولوجية:

الملامح: هادئة .

القامة: طويلة.

الوزن: متوسط.

اللباس: نظيف، متناسق.

الإيماءات: تحرك اليدين والرجلين بكثرة .

طريقة الجلوس: عادية .

ب- النشاط العقلي والفكري:

اللغة: سليمة.

الذاكرة : قوية.

النشاط الحركي: كثيرة الحركة.

الإنتماء: جيد.

الإتصال: جيد

المزاج: قلق، خوف

❖ تاريخ ومكان إجراء المقابلات:

رقم المقابلة	تاريخ المقابلة	المدة	مكان إجرائها	الهدف منها
--------------	----------------	-------	--------------	------------

التعرف على الحالة وجمع المعلومات مع كسب الثقة	المركز	30 د	2025-04-14	01
معرفة الحالة الاقتصادية والإجتماعية وكشف وضعية المعاناة المعاشية.	المتخصص في إعادة التربية "بنات" علي معاشي بتيارت	45 د	2025-04-16	02
تطبيق مقياس إستراتيجية مواجهة الضغوط.	-مكتب الأخصائية النفسية-	35 د	2025-04-20	03
إنهاء المقابلات وتقديم نصائح وإرشادات.		30 د	2025-04-21	04

تقديم الحالة:

الحالة (ف،ح)، أنثى تبلغ من العمر 15 سنة، تتحدر من ولاية بشار، تعيش في أسرة تتكون من ستة أفراد، حيث تحتل المرتبة الثانية بين إخوتها الأربعة، الوالدين على قيد الحياة، لكن الأسرة تعاني من ظروف معيشية صعبة، متوقفة عن الدراسة في السنة الثالثة متوسط وتحاول حاليا متابعة تعليمها عن بعد، تم إحالتها إلى المركز المتخصص في إعادة التربية بنات بتيارت بسبب هروبها المتكرر من المنزل وعدم قدرة الأم في السيطرة عليها وعلى تصرفاتها العدوانية.

ملخص المقابلات :

الحالة (ف،ح)، تبلغ من العمر 15 سنة، تتحدر من ولاية بشار، تعيش في أسرة تتكون من ستة أفراد، تحتل الثانية بين إخوتها، الوالدان على قيد الحياة، الأسرة تعاني من ظروف إقتصادية صعبة، إذ أن الأب عاطل عن العمل، مما يجعل الأم المصدر الوحيد للدخل، رغم أن عملها غير تقليدي وغير مقبول إجتماعيا حيث تمارس الشعوذة.

الحالة حاليا في المركز المتخصص إعادة التربية بنات بولاية تيات بسبب هروبها المتكرر من المنزل و سلوكياتها العدوانية التي لم تستطع الأم السيطرة والتحكم فيها فجاءت بها إلى المركز . تعاني الفتاة من اضطرابات واضحة في علاقاتها العائلية والإجتماعية،علاقتها مع والديها توصف بأنها متدهورة، خاصة مع والدتها،التي تعتبرها شخصية متسلطة تتحكم بالعائلة بشكل قهري حسب قولها " ما كانت تتحكم في با

وبزاف واعة "وتشير الفتاة إلى أن الرئيسي لهروبها من المنزل هو هذا التسلط، إلى جانب شعورها بالإهمال وانعدام الحنان والدعم الأسري " الحاجة لي خلاتني نكره الدار ونهرب شحال من مرة هي تصرفات ما وقسوتها عليا".

أما في المحيط المدرسي فقد عانت من صعوبات سلوكية وإجتماعية تمثلت في علاقاتها متوترة مع الزملاء وبعض الأساتذة، حيث تم طردها من المدرسة بسبب إعتدائها الجسدي على أستاذ بضربه بكرسي وهو سلوك يعكس حجم الغضب والقلق التي تعاني منه.

الفتاة حاليا تتابع دراستها عن بعد في السنة الرابعة من التعليم المتوسط وعلى الرغم من الظروف المعقدة التي تعيشها، إلا أنها تظهر طموحا كبيرا ورغبة قوية في تحسين وضعها وتحقيق إستقلالها، حيث أبدت رغبتها الكبيرة في الخروج من المركز الذي تقيم فيه حاليا قائلة " أول حاجة لازم نخرج من السونتر فما تنحل مشكلتي"، فهي ترى في ذلك خطوة نحو الحرية وتحقيق الذات، كما تبدي إهتماما خاصا كما عبرت عن شغفها بهذا المجال، حسب قولها " نبغي نخرج كوافاز ونحب الماكياج أما القرابة علبالي متوصلنيش " معتبرة إياه وسيلة لتحقيق الإنتقال المالي والاندماج في المجتمع بشكل إيجابي.

أظهرت الحالة عدم تأقلمها وتكيفها داخل المركز بسبب التحديات الأولية التي تواجهها مثل صعوبة الاندماج مع الزملاء والتأقلم مع النظام الجديد حسب قولها " علاقتي في سونتر عادية مع الشيرات، مزلت شوية موالفتش " تتلقى الحالة متابعة مستمرة من الأخصائيين لتجاوز المخاوف وللتعبير عن إحتياجاتها ومشاركة مشاعرها .

نتائج تطبيق مقياس استراتيجيات المواجهة:

الجدول رقم (7) يوضح نتائج تطبيق مقياس استراتيجية المواجهة على الحالة الثالثة

المجال	النسبة	الدرجة	البعد
متوسط (20-40)	27.96%	26	حل المشكل
متوسط (20-40)	39.78%	37	التجنب
متوسط (20-40)	32.26%	30	الإنفعال
متوسط (60-120)	100%	93	إستراتيجية المواجهة

نلاحظ من خلال عرض نتائج مقياس إستراتيجيات مواجهة الضغوط على الحالة الثالثة، أنها تعتمد في مواجهة الضغوط النفسية على إستراتيجيات متفاوتة من حيث النسب، حيث ظهر أول أسلوب هو التجنب بنسبة

39.78%، أما الأسلوب الثاني هو الإنفعال بنسبة 32.26%، ثم يليها أسلوب حل المشكل بنسبة 27.96%، وعليه فإن الإستراتيجية التي تتبناها الحالة الثالثة هي إستراتيجية المواجهة المرتكزة على التجنب.

5- التحليل العام للحالات:

من خلال تحليل الحالات المتعلقة باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات يتضح أن هذه الفئة تعتمد على مجموعة متنوعة من الإستراتيجيات، تتراوح ما بين الفعالة وغير الفعالة، حيث تميل المراهقات الجانحات إلى استخدام أسلوب التجنب بالدرجة الأولى، وذلك كآلية مؤقتة لحماية الذات، مع أن هذه الإستراتيجية قد توفر راحة قصيرة المدى إلا أنها غالباً ما تؤدي إلى تراكم الضغوط وتعقيد المشكلات على المدى الطويل، وذلك راجع إلى البيئة الأسرية والاجتماعية الضاغطة، أين لا تجد الفتاة دعماً أسرياً ولا اجتماعياً، ولا تشعر بالأمان في التعبير عن مشاعرها ومشاكلها واحتياجاتها فإنها تفضل كبتها وتجنبها. وفي كثير من الحالات لا تكون للفتاة المعرفة الكافية بأساليب المواجهة الإيجابية فتستخدم التجنب باعتباره الخيار الوحيد المتاح لها، ولا يمكن إغفال أثر انخفاض الثقة بالنفس و شعور الفتاة بالخوف من الفشل والعقاب وعدم الكفاءة فتختار الإنسحاب بدلاً من التفاعل مع الموقف.

ورغم اعتماد المراهقات بشكل واضح على استراتيجية التجنب في مواجهة الضغوط إلا أن هذا لا يلغي استخدامهن لاستراتيجيات أخرى بشكل متزامن أو متداخل مثل الإستجابة الإنفعالية أو محاولة حل المشكلات، ففي بعض الأحيان تلجأ الفتاة بداية إلى التجنب كآلية دفاعية مؤقتة ثم تتبعها بإستجابة انفعالية عند تصاعد التوتر أو قد تحاول لاحقاً التعامل مع الألم أو الضغط ومجابهته.

ثانياً: مناقشة نتائج الدراسة

1- مناقشة الفرضية العامة:

والتي تنص على " تستخدم المراهقات الجانحات استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية "

- دلت النتائج المتحصل عليها من خلال المقابلات العيادية وتقريغ درجات مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية إلى إثبات هذه الفرضية مع الحالات الثلاثة بدرجات ونسب متفاوتة.

- تعد استراتيجية التجنب من بين أكثر أساليب المواجهة استخداماً من طرف المراهقات الجانحات بالمركز المتخصص في إعادة التربية بنات بتيارت، تليها استراتيجية حل المشكل كثاني أسلوب في التكيف مع المواقف الضاغطة، لتلجأ بعدها هذه الفئة إلى استخدام استراتيجية الإنفعال وهذا متوافق مع دراسة حمزة مزياني، 2023، التي هدفت إلى الكشف عن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية عند الأحداث الجانحين نزلأ إعادة التربية بتيارتي وزو والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائياً بين درجة إدراك الضغط النفسي

واستخدام استراتيجية المواجهة، وكذلك دراسة نبيلة أحمد أبو حبيب، 2021، التي توصلت إلى أنه كلما زادت الضغوط قل استخدام أساليب المواجهة الإيجابية الفعالة.

2- مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن المراهقة الجانحة تستخدم استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية المرتكزة على حل المشكل.

أشارت النتائج المتحصل عليها، من خلال المقابلات العيادية وتفرغ درجات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، إلى تباين في دعم هذه الفرضية بين الحالات الثلاثة.

فقد استخدمت الحالة الأولى والثانية استراتيجية حل المشكل في المرتبة الثانية بعد استراتيجية التجنب. قد يعكس هذا الاستخدام (وإن كان ثانوياً) رغبة لديهما في التعامل مع الوضعيات الضاغطة والتحكم فيها، من خلال بذل جهود معرفية وعملية فكرية تهدف إلى فهم أسباب المشكلة والبحث عن سبل لمعالجتها. يرتبط هذا الجانب بالتقييم المعرفي الذي تحدث عنه لازاروس (Lazarus, 1966)، والذي يشمل طريقة تفسير الأفراد للأحداث والمواقف الضاغطة، وقد يتضمن ذلك التركيز على جوانب معينة من الموقف أو البحث عن حلول له، حتى لو لم تكن هذه الإستراتيجية هي الأكثر استخداماً لديهما مقارنة بالتجنب.

في المقابل استخدمت الحالة الثالثة استراتيجية حل المشكل في المرتبة الثالثة بعد استراتيجية التجنب واستراتيجية المواجهة الانفعالية. تشير هذه النتيجة إلى ضعف واضح في استخدام هذه الاستراتيجية لدى الحالة، مما يعكس صعوبة في مواجهة المشكلات التي تواجهها بشكل فعال. تجسد هذا الضعف في إطلاق العنان للمشاعر السلبية (كالضيق، القلق، الغضب) وعدم القدرة على التحكم فيها، و اللجوء إلى أنماط استجابة أقل تكيفية مثل العزلة والنوم المفرط، بالإضافة إلى ظهور سلوكيات عدوانية تجاه الآخرين وسوء العلاقة مع الأسرة. هذه الصعوبات في تنظيم الذات وإدارة الانفعالات حالت دون قدرتها على تبني أساليب أكثر فعالية في حل المشكلات.

إن جملة الضغوط التي تعرضت لها الحالة الثالثة بما في ذلك (متطلبات فترة المراهقة، الصعوبة في التحكم بالانفعالات، الطرد من الدراسة، تسلط الأم، غياب دور الأب، واضطراب النسق الأسري بشكل عام)، هي ظروف ساهمت في زيادة حدة التفاعل الانفعالي لديها وقللت من قدرتها على التكيف ومواجهة المشكلات بأساليب بناءة. يدعم هذا السياق نتائج دراسات تشير إلى العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والبيئة الأسرية وبين استخدام المراهقين لاستراتيجيات مواجهة الضغوط، كما أشارت دراسة دعاء فاروق هاشم وسارة حمدي التيلوي (2021)، و وفقاً لتصنيف لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 1978) وبولجر

(Bolger, 1994) فإن استراتيجية مواجهة الضغوط المرتكزة على حل المشكل تقوم على جمع المعلومات، وضع خطة للاستجابة تتناسب مع متطلبات المشكل، والسعي لتغيير الوضع المدرك على أنه ضاغط بهدف وقفه أو التحرر منه. يوجه هذا النوع من الاستراتيجية نحو تحديد طبيعة المشكل، توليد حلول بديلة، وتقييم فعالية وعواقب هذه الحلول. يتضح من خلال حالة رقم 3 أن هذه العمليات العقلية والسلوكية المرتبطة بحل المشكل لم تكن سائدة أو فعالة لديها مقارنة بالاستجابات القائمة على التجنب أو الانفعال غير المنظم.

3- مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

والتي تنص على: "تستخدم المراقبة الجانحة استراتيجية التجنب في مواجهة الضغوط النفسية". أظهرت النتائج المتحصل عليها من خلال المقابلات العيادية وتقريغ درجات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية دعم هذه الفرضية، حيث لوحظ استخدام هذه الاستراتيجية بشكل بارز لدى معظم الحالات المدروسة، وينسب متفاوتة. يشير هذا إلى وجود رغبة قوية لدى فئة المراهقات الجانحات في الهروب من الضغوط وتجنب مواجهتها باستخدام أساليب مختلفة. إن اعتمادهم المتزايد على أسلوب التجنب يعكس من جهة شدة التأثير بالضغوط الحياتية، ومن جهة أخرى الفشل في مجابعتها بفعالية.

يُعد لجوء الحالات إلى سلوكيات مثل النوم المفرط، مشاهدة التلفاز، السخرية، أو الضحك كاستجابة للمواقف الضاغطة دليلاً على اعتمادهم بشكل أساسي على آليات وميكانيزمات تجنبية تهدف إلى حمايتهم من التوتر والضغط المباشر. هذا السلوك يوحي بوجود معاناة نفسية داخلية لدى هؤلاء المراهقات. تحدث آلية التجنب عادةً عندما لا يستطيع الفرد مواجهة مصدر التهديد، خاصة إذا كان مصدر الألم شديداً ومؤلماً بدرجة كبيرة. في مثل هذه الحالات، قد يكون الخيار الأفضل للفرد هو إنكار أو تجنب هذا الألم واللجوء إلى نشاطات تعويضية مثل التسلية، التحدث مع صديق، مشاهدة التلفاز، أو حتى الانخراط في نشاطات سلبية مثل التدخين، تناول الكحول، أو تعاطي الأدوية. يتوافق هذا مع ما أشار إليه **كانون (Cannon, 1932)** في نظريته حول الاستجابة للطوارئ (**Fight or Flight response**)، والتي قد يُشار إليها بشكل مبسط كـ "النموذج الطبيعي" للاستجابة للتهديد، حيث يبين أن الكائن الحي يتخذ استراتيجيات للمواجهة أو الهروب عند تعرضه لمواقف مهددة في البيئة. هذه الاستجابات السلوكية تهدف إلى خفض الإثارة الفسيولوجية وتقليل تأثير المثيرات الضاغطة، كما في مثال هروب الخروف من الذئب. على الرغم من أن كانون ركز على الاستجابات الفسيولوجية، إلا أن المبدأ الأساسي للاستجابة للتهديد إما بالمواجهة (الهجوم) أو الانسحاب (الهروب/التجنب) ينطبق أيضاً على مستوى الاستجابات النفسية والسلوكية لمواجهة الضغوط.

وبناءً عليه ندرك أن رد فعل الكائن الحي تجاه المواقف المهددة يقود الجسم للاستجابة إما بالمواجهة أو باستراتيجية انسحاب (تجنب) ملائمة، وذلك لأن العضوية مهيأة بيولوجياً لهذا النوع من الاستجابات للبقاء. تدعم

دراسات أخرى هذا الطرح في سياق المراهقة ، فقد توصل **سفينج وكرونك (Svejing & Kronk, 1995)**، من خلال مقياس المواجهة، إلى أن المراهقين يميلون بشكل أكبر إلى استخدام استراتيجية الانسحاب (التجنب)، وأن هذه الاستراتيجية تزداد شيوعاً خلال مرحلة المراهقة المبكرة.

4- مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي تنص على "تستخدم المراهقة الجانحة استراتيجية الإنفعال في مواجهة الضغوط النفسية" دلت النتائج المتحصل عليها من خلال المقابلات العيادية وتفرغ درجات مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية إلى اثبات هذه الفرضية مع الحالات الثلاثة بنسب متفاوتة. حيث استخدمتها الحالة الأولى (و. ب)، والحالة الثانية (ج. ع) بالدرجة الثانية بعد استراتيجية التجنب واستراتيجية حل المشكل وهذا ما يعكس الجهود المبذولة نحو ضبط الإنفعالات التي تولدها الوضعية الضاغطة وقدرة التحكم فيها.

أما الحالة الثالثة (ف. ح) استخدمتها بالدرجة الثانية بعد استراتيجية التجنب، يدل ذلك على الإستجابات الإنفعالية الناتجة عن الموقف الضاغطة، والسلوكات التي تظهر على الحالة من (غضب، قلق، توتر، التعدي على الأشخاص) تعتبر هذه السلوكات والإنفعالات الحادة وغير المضبوطة الدافع وراء القيام بالعديد من المخالفات سواءً ضد الأشخاص أو الممتلكات وهذا راجع إلى الضغوط النفسية والإجتماعية الناتجة عن التغيرات الداخلية والخارجية التي تثيرها فترة المراهقة، وعدم قدرة المراهقة وبالأخص الجانحة على مجابته وحلها بطرق أكثر تكيفية.

فحسب تصنيف **لازاروس وفولكمان** لاستراتيجية المواجهة، فهو يشير إلى أن المواجهة التي تركز على الإنفعال ماهي إلا أفعال وأفكار تهدف إلى تقليص الأثر الإنفعالي للضغط، وتعتمد المواجهة في هذه الحالة على الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم انفعاله عن طريق ضبط وتعديل الأهمية العاطفية للأحداث الضاغطة، أي التنظيم الإنفعالي المركز على التعامل مع الخوف، الغضب، والشعور بالذنب. إذ تهدف إلى ضبط المشاعر والإنفعالات والإحتفاظ بحالة من الإتزان الوجداني وتقبل الفرد لمشاعره. كما توصل **سليفج كرنيك (1990)** أن المراهقين ذوي تقدير الذات المنخفض يميلون بشكل كبير إلى استخدام استراتيجيات المواجهة المركزة على الإنفعال وتجنب الضغوط ، فتبني المراهقات الجانحات استراتيجية الإنفعال كأسلوب معتمد في مواجهة الضغوط يدفعهم إلى تبني سلوكات عدوانية، التي تعتبر مؤشر لميل الشخص إلى السلوك الإجرامي والتعبير عن حدة القلق والضغط وعدم القدرة على ضبط الذات.

- إستنتاج عام:

نستج من خلال هذا البحث الذي قمنا به والمتمثل في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات بالمركز المتخصص في إعادة التربية -بنات- بتيارت، أن هذه الفئة يعتمدن على أساليب مواجهة مختلفة ومتزامنة فيما بينها في مجابهتهم للضغوط ، و لاحظنا أن الحالات يستخدمن الإستراتيجية المركزة على التجنب بدرجة أكبر ولكن استعمالهم لهذه الإستراتيجية لا يلغي اللجوء إلى استراتيجية حل المشكل و الإنفعال.

خاتمة

خاتمة:

في ختام هذه الدراسة البحثية، يمكن القول أنها كانت ثمرة جهد متواصل وعمل دؤوب في موضوع استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات لمحاولة فهم التحديات النفسية والإجتماعية التي تواجه هذه الفئة، وكيفية تعاملهن مع الضغوط التي قد تدفعهن نحو السلوك المنحرف. حيث توصلنا إلى مجموعة من النتائج التي تظهر أن المراهقات الجانحات يعتمدن على استراتيجيات متنوعة ومتزامنة فيما بينها في مواجهة الضغوط منها ما هو تكيفي كحل المشكل وما هو غير تكيفي كالتجنب والإنفعال.

وعلى الرغم من الصعوبات التي واجهتنا مثل حساسية وقوانين المركز الصارمة إلا أن هذه التحديات زادت من قيمته العلمية والعملية ونأمل أن تكون هذه الدراسة قد أسهمت في تسليط الضوء على قضية مهمة في مجال علم النفس وأن تكون خطوة نحو تطوير برامج ارشادية وعلاجية فعالة لهذه الفئة.

التوصيات والإقتراحات:

- على ضوء ماتم دراسته والنتائج التي أسفرت عنها يمكن تقديم مجموعة من التوصيات التي تتجسد فيما يلي:
- الإهتمام والتكفل بالحالة النفسية للمراهقات الجانحات من قبل الأخصائيين النفسيين.
- تكثيف برامج التكفل النفسي.
- إشراك أسر المراهقات والعمل معهم لتعزيز بيئة منزلية داعمة ومتفهمة يمكن أن يكون له تأثير كبير.
- الفصل بين حالات الخطر وأصحاب الجنج.

الإقتراحات:

- القيمة العلمية لأي دراسة تتمثل في النتائج التي تتوصل إليها، حيث يبني كل بحث جديد على ما انتهت إليه الأبحاث السابقة، ومن هذا المنطلق يمكن اقتراح مجموعة من الدراسات المستقبلية التي تتطور من خلالها المعرفة، سواءً عبر تعميق النتائج الحالية أو توسيع نطاقها ومن المواضيع المقترحة مايلي:
- دور العوامل الاجتماعية والإقتصادية في انخراط المراهقات في سلوكات منحرفة.
- الصحة النفسية والإضطرابات السلوكية وعلاقتها بالجنوح.
- وصمة العار والتحديات الاجتماعية بعد الإفراج (بعد قضاء فترة العقوبة).
- دور الأسرة في دمج المراهقات الجانحات.
- علاقة الضغوط بظاهرة هروب المراهقات من البيت.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1- الكتب

- إبراهيم وجيه محمود. (1981). المراهقة خصائصها ومشكلاتها. دار المعارف للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- إجلال محمد. (2003). الأمراض النفسية الاجتماعية. (ط1). كلية الدراسات الإنسانية جامعة الأزهر. كلية الكتب النشر والتوزيع.
- أحمد نايل الغرير، وأحمد عبد اللطيف أبو أسعد. (2009). التعامل مع الضغوط النفسية. (ط1). دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ثامر حسين علي الساميران عبد الكريم عبد الله المساعيد. (2014). سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها. ط1. دار مكتبة الحامد للنشر والتوزيع. عمان.
- حسن مصطفى عبد المعطي. (2006). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- زهران حامد عبد السلام. (1986). علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة). دار المعارف للنشر والتوزيع، القاهرة.
- سيد محمود الطواب. (2008). الصحة النفسية والارشاد النفسي. مركز الاسكندرية للكتاب. مصر.
- شرادي نادية. (2011). التكيف المدرسي للطفل والمراهق على ضوء تنظيم العقلي. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر.
- الشيباني بدر إبراهيم. (2000). سيكولوجية النمو: تطور النمو من الإخصاب حتى المراهقة. (ط1). دار الوراق للنشر والتوزيع، الكويت.
- صبري بردان علي الحياي، وأيوب جمال الحياي. (2022). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافع المعرفي لدى الطلبة الجامعيين. (ط1). دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان.

- علي عسكر. (2012). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها (الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق). دار الكتاب الحديث. الكويت.
- غباري طاهر أحمد، وأبو شعير خالد محمد. (2015). سيكولوجيا النمو الإنساني بين الطفولة والمراهقة. (ط1). دار الإعمار العلمي للنشر والتوزيع.
- غراب رحمة. (2022). الجنوح. جامعة الشهيد حمه لخضر. الوادي.
- غريغ ويلنكسون. (2013). الضغط النفسي تر: زينب منعم. ط1. دار المؤلف للنشر والتوزيع. الرياض.
- فاطمة عبد الرحيم النوايسية. (2016). الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة. ط1. دار المناهج للنشر والتوزيع. عمان. الأردن.
- فهمي مصطفى. (1954). سيكولوجية الطفولة والمراهقة. (ط2). دار مصر للطباعة.
- لوكر تيري، وجريجسون أولجا. (2014). سيكولوجية إدارة الضغوط: (الفنيات، البرامج، التطبيقات) ترجمة هشام محمد سلامة وحمدى أحمد عبد العزيز، (ط1). دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
- نايف علي أيبو. (2019). الضغوط النفسية. دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- هاشم عبد السلام، وقصبيات سعاد. (2007). علم النفس النمو: الطفولة والمراهقة. (ط1).

2-المجلات العلمية

- إكردوشن زاهية بعلي، وحدو ياسمينه آية، ومولود رشيد. (2018). "تناول عيادي إسقاطي للمراهق الجانح". مجلة العلوم النفسية والتربوية، (2)6، جامعة ورقلة.
- أوشينخ نورا. (2012). "أثر صدمة مشهد قتل الأب على ظهور الجروح عند المراهق". مجلة العلوم الإنسانية، (38)، جامعة قسنطينة 2.

- البابلي علا نجاح، وحسن خضير. (ب.س). "مشكلات مرحلة المراهقة كما تعكسها الدراما العربية". مجلة بحوث كلية الآداب، جامعة المنصورة.
- بروزوان حسية. (2016). "فعالية استراتيجيات المواجهة في تسيير الضغط النفسي". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 26، جامعة الجزائر.
- بن الشيخ نور الدين. (2017). "جنوح الأحداث: العوامل وسبل الوقاية". مجلة البحث للدراسات الأكاديمية، (10)10، جامعة باتنة.
- بن زروال فتحة. (2010). "الإجهاد على مستوى المنظمة: المصادر والتأثيرات واستراتيجيات المواجهة". مجلة دراسات نفسية وتربوية، (4)، جامعة أم البواقي.
- بن زيان سعيد. (2014). "المراهقة بين المفهوم والتفسير". مجلة التربية والصحة النفسية (2)8، جامعة الجزائر 2.
- بن مصمودي علي. (2014). "الضغط النفسي واستراتيجية مواجهته". مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، (2)2، جامعة معسكر.
- البهنساوي أحمد كمال، ومترك جابر، والعجمي ظافر محمد هادي. (2023). "المساندة الاجتماعية وأساليب مواجهة الضغوط لدى أحداث الجانحين وغير الجانحين بدولة الكويت". مجلة الإرشاد النفسي، (3)75، جامعة أسيوط.
- بوزار يوسف. (2017). "السلوكيات العدوانية لدى المراهقين الجانحين المتواجدين في مراكز إعادة التربية". مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، (12)5.
- بوطيان زينب. (2010). "مشكلات المراهقة". مجلة التربية والصحة النفسية، (2)4، جامعة الجزائر 2.
- بوعيشة نورة. (2013). استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية والنفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي بالأقسام النهائية. الملتقى الدولي الثاني حول ظاهرة المعاناة في العمل بين التلاميذ السيكولوجي والسوسيولوجي. سعادوي مريم.
- بولبينة جمال. (2018). "أساليب التربية الأسرية وجنوح الأحداث". مجلة آفاق للعلوم (10)، جامعة الجلفة.

- بومرزاق مروة وآخرون. (2021). "جنوح الأحداث: مقاربات مفاهيمية للظاهرة وعلاقتها بالمراهقة". مجلة ضياء للبحوث النفسية والتربوية، (2)1، جامعة سكيكدة.
- تشعبت ياسمين. (2017). "التكفل النفسي بجنوح الأحداث". مجلة روافد للبحوث والدراسات، (2).
- جديدي عبد الغني. (2017). إشكاليات المعاناة النفسية للمراهق المتمدرس. مجلة المرشد. المجلد (7). العدد 01. جامعة الجزائر 2.
- جعفر صباح، وبهاز عائشة. (2023). "استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى أساتذة التعليم الابتدائي بمدينة بسكرة في ظل جائحة كورونا". دفاتر المخبر، (18)1، جامعة بسكرة.
- حدة عمران. (2018). "المراهقة: خصائص وحاجات". مجلة سوسيولوجيا، (1)2، جامعة الجلفة.
- حرش كريم، ورعي محمد. (2022). "استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى رجال الإعلام الرياضي خلال كورونا". مجلة الرسالة للدراسات الإعلامية، (1)، جامعة غليزان.
- زعرور حنان. (2017). "انحرافات الفتاة في مرحلة المراهقة". مجلة تاريخ العلوم، (7)، جامعة البليدة 2.
- زغينة عمر. (2007). "المراهقة من منظور الإسلام وعلم النفس". مجلة العلوم الإنسانية، 28(ب)، جامعة باتنة.
- سعيد بن زيان. (2014). "المراهقة بين المفهوم والتفسير". مجلة التربية والصحة النفسية، 8(2)، جامعة الجزائر 2.
- سماعيل يامنة؛ محند سمير. (2018). الصحة النفسية والجنوح لدى المراهق. مجلة الفتح للدراسات النفسية. (2)1. جامعة المسيلة.
- شعبي محمد. (2017). علاقة المراهقة بجنوح الأحداث. دراسات في التنمية والمجتمع. (04) 2. جامعة زيان عاشور. الجلفة.
- الضريبي عبد الله. (2010). "أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات". مجلة جامعة دمشق، (4)26.

- طرشون هناء. (2020). "العوامل الاجتماعية المؤدية إلى تنامي ظاهرة جنوح الأحداث". مجلة التميز الفكري للعلوم الاجتماعية والإنسانية، (4)، جامعة عنابة.
- عشوي مصطفى. (1991). الجنوح في ضوء علم النفس. مجلة حوليات. (6)2. جامعة الجزائر.
- عشيبي نوري. (2016). "إدراك ظاهرة جنوح الأحداث وقاية من الجريمة". مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، (0)، جامعة المسيلة.
- عوين بلقاسم، وغراب رحمة. (2017). "جنوح الأحداث". مجلة قبس للدراسات الإنسانية والاجتماعية، (2)1.
- العيفاي فريدة. (2022). "المشكلات الأسرية وانحراف الحدث المراهق داخل المؤسسة الأسرية". مجلة الأسرة والمجتمع، (1)10.
- الغامدي غرم الله بن عبد الرزاق. (2016). "الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي". مجلة جامعة شقراء، (4)7.
- قاسي سليمة. (2021). "مرحلة المراهقة: المفهوم، الخصائص، الحاجات، والمشكلات". مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية، (2)5.
- قندوسي السعدية. (2021). "المراهقة: نظرياتها وخصائصها". مجلة التمكين الاجتماعي، (2)5، جامعة الأغواط.
- قوادي بلقاسم زينب، وكبداني خديجة. (2021). "اختلال الاتصال وجنوح المراهقة: مقارنة نسقية أسرية". مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، (1)6، جامعة وهران 2.
- كوسة خلود، وتغليت صلاح الدين. (2024). "استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية عند المرأة المعنفة". مجلة دراسات، (2)12.
- مرداس سميرة. (2022). "جنوح الأحداث: دراسة نفسية اجتماعية". مجلة آفاق الاجتماع، (2)12، جامعة المدية.
- هياق إبراهيم. (2017). "مشكلات المراهقة في الوسط المدرسي في ظل تكنولوجيا الإعلام والاتصال". مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، (2)، جامعة بسكرة.

3-الأطروحات والرسائل العلمية

- داود راضية. (2011-2012). الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى المعاق حركياً [رسالة ماجستير]. جامعة فرحات عباس، سطيف.
- رحيس إبراهيم. (2018-2019). دور العلاج النفسي الجماعي في تعديل السلوك العدواني لدى الأحداث الجانحين [أطروحة دكتوراه]. جامعة وهران 2.
- ريحاني الزهرة. (2018-2019). مصادر الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها [أطروحة دكتوراه]. جامعة بسكرة.
- زارقة فيروز. (2005). الأسرة وعلاقتها بانحراف الحدث المراهق [أطروحة دكتوراه] جامعة قسنطينة.
- ساعد شفيق. (2018-2019). مصدر الضبط الصحي واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرضى المصابين بأمراض سيكوسوماتية [أطروحة دكتوراه]. جامعة بسكرة.
- سعداوي مريم. (2009-2010). علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي [رسالة ماجستير]. جامعة بوزريعة.
- سيف محمد حسن عبد الله. (2010). بعض العوامل المساهمة في جنوح الأحداث كما يدركها الجانحون والعاملون معهم في دولة الإمارات [رسالة ماجستير]. جامعة نزوى، سلطنة عمان.
- شهاب ليلي، وصالح فاطمة. (2021). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المكفوفين [رسالة ماجستير]. جامعة الجزائر.
- صندلي ريمة. (2012). الضغوط النفسية واستراتيجيات المواجهة المستعملة لدى المراهق محاول الانتحار [رسالة ماجستير]. جامعة سطيف.
- صويلح فريدة. (2017-2018). الإرجاعية وعلاقتها بالاكنتاب لدى العسكريين [أطروحة دكتوراه]. جامعة الجزائر.
- علي حراث. (2019-2020). الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة ماستر [أطروحة دكتوراه]. جامعة الأغواط.

- الغبور عبير محمد جمعة. (2015). فاعلية استراتيجية في خفض مستوى الاكتئاب لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم [رسالة ماجستير]. معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة.
- كاربيل مختار. (2010). استراتيجية المواجهة لدى المساجين وعلاقتها بظهور الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية [رسالة ماجستير]. جامعة بوزريعة.
- لرامي فهمية. (2014-2015). دور المساندة الاجتماعية في تعزيز بعض المتغيرات النفسية والمعرفية عند المرأة المصابة بالعقم [رسالة ماجستير]. جامعة الجزائر 2.
- مزياني عائشة. (2023). مستوى الصحة النفسية واستراتيجية مواجهة الضغوط المهنية لدى الأخصائيين العياديين الممارسين [أطروحة دكتوراه]. جامعة تيزي وزو.
- مغزى بخوش أميمة. (2019). استراتيجية مواجهة الزوجة العاملة لمواقف الحياة الضاغطة [أطروحة دكتوراه]. جامعة بسكرة.
- واكلي بديعة. (2013). استراتيجيات المواجهة لدى المكتئبين [أطروحة دكتوراه]. جامعة سطيف 2.
- والي وداد. (2015). استراتيجية مواجهة الضغوط لدى المراهقين ذكورا وإناث [رسالة ماجستير]. جامعة وهران 2.

الملاحق

الملحق رقم (01) إستمارة بالمقابلة

استمارة بالمقابلة

المحور الأول: البيانات الشخصية

1. الاسم:
 2. السن:
 3. مكان الإقامة: داخل الولاية ☐ خارج الولاية ☐
 4. عدد أفراد الأسرة:
 5. عدد الإخوة: ذكور ☐ إناث ☐
 6. الأب: قيد ☐ متوفي ☐ السن ☐
 7. الأم: قيد الحياة ☐ متوفية ☐ السن ☐
 8. هل الجريمة: جنحة ☐ جناية ☐
 9. هل قمت بارتكاب الجريمة: نعم ☐ لا ☐
- إذا كانت الإجابة بنعم ما هي الجريمة التي ارتكبتها؟
-

10. هل قمت بارتكاب الجريمة: بمفردك ☐ مع مجموعة ☐
11. كم هي عدد المرات التي دخلت فيها الى مركز اعادة التربية؟
12. كم كان عمرك حين ارتكبت أول جريمة؟
13. ماهي الجرائم السابقة؟
14. قبل دخولك الى المركز هل كنت مدمن على:

التبغ ☐ المخدرات ☐ الكحول ☐ الأقراص المهلوسة ☐

المحور الثاني: المستوى التعليمي.

15. المستوى الدراسي: أمي ☐ ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي ☐
16. هل توقفت عن الدراسة قبل دخولك الى المركز؟ نعم ☐ لا ☐

17. ماهي الأسباب التي دفعتك إلى ترك الدراسة؟

طرد ☐ عدم الرغبة ☐ رسوب ☐

18. كم كان عمرك حين تركت المدرسة؟

19. كيف كانت علاقتك بزملائك؟ جيدة ☐ متوسطة ☐ سيئة ☐ عادية ☐

20. كيف كانت معاملة مدرسيك لك؟

جيدة ☐ عادية ☐ حسنة ☐ عدم الاكتراث ☐

المحور الثالث: الحالة الاجتماعية.

21. هل والديك مطلقيين؟ نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الاجابة بنعم مع من كنت تعيش؟

الأب ☐ الأم ☐ أحد الأقارب ☐ شخص آخر ☐

22. كيف كانت معاملة والداك لك ؟ قاسية ☐ حسنة ☐ إهمال ☐

23. هل فكرت يوما في الهروب من المنزل؟ نعم ☐

24. إذا كانت الإجابة بنعم فهل كان السبب؟ خلافات أسرية ☐ معاملة والدية ☐

المحور الرابع: الحالة الاقتصادية.

25. هل الأب يعمل ؟ نعم ☐ لا ☐

26. هل الأم تعمل؟ نعم ☐ لا ☐

27. هل الدخل المادي كافي تسديد حاجاتكم المادية؟ نعم ☐ لا ☐

28. هل مارست بعض المهن ذات الدخل المادي؟ نعم ☐ لا ☐

29. هل كنت تساعد أسرتك بحاجاتهم المادية؟ نعم ☐ لا ☐

أسئلة لاستكشاف الحلول:

30. ما الذي تعتقدن أنه يمكن أن يساعدك على الحسين وضعك ؟

.....

31. هل لديك أهداف أو أحلام ترغبين في تحقيقها؟

.....

32. ماهي الخطوات التي تعتقد أن ستساعدك على تجنب الوقوع في المشاكل مرة أخرى؟

.....

33. ماهي نقاط قوتك التي تعتقد أنها يمكن أن تساعدك لتخطي هذه المرحلة؟

.....

34. هل هناك أنشطة أو هوايات تشعرين أنها تساعدك على التعبير عن نفسك بشكل إيجابي؟

.....

35. كيف يمكن للآخرين دعمك بشكل أفضل؟

.....

الملحق رقم (02) مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط:

تعليمية المقياس:

في إطار القيام بدراسة ميدانية حول : إستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقات الجانحات . نطلب منكم المساهمة في اثراء هذه الدراسة من خلال مشاركتك في الإجابة على أسئلة هذا المقياس، كما نرجو منك أن تجيب على كل العبارات بوضع علامة داخل الخانة المناسبة التي تمثل ما تقوم به عندما تواجهك مشكلة معينة. وفي الأخير تأكد أن المعلومات ستوظف لأغراض علمية بحثه وتحظى بقدر عال من السرية

الاسم:

السن:

الرقم	العبارات	إطلاقا	إلى حد ما	كثيرا	كثيرا جدا
1	أحاول أن أطور شخصيتي بسبب هذه التجربة				
2	أنتقل إلى أنشطة أخرى لأشغل تفكيري				
3	أنزعج ولا أستطيع التحكم بانفعالاتي				
4	أحاول أن آخذ نصيحة من شخص آخر حول ما يجب فعله				
5	أأخذ طريقة محددة لحل المشكل				
6	أرفض الاقتناع والتصديق بوقوع هذا الحدث				
7	أحاول أن أجد الراحة باللجوء إلى الدعاء				
8	أضحك ولا أهتم بالحدث				
9	أأوقف عن محأو لاتي للوصول إلى هدفي				
10	أمنع نفسي من عمل أي شيء بشكل متسرع يخص الحدث				
11	أسعى للحصول على دعم الأصدقاء والأقارب				
12	يمكنني استخدام ال كحول أو المخدرات لجعل نفسي أشعر على نحو أفضل				
13	أعتاد على فكرة أن ما حدث مقدر له أن يحدث				
14	أسعى للحصول على دعم الأصدقاء والأقارب				

15	يمكنني استخدام ال كحول أو المخدرات لجعل نفسي أشعر على نحو أفضل			
16	أكثر من أحلام اليقظة لأبتعد عن التفكير في الحدث			
17	أشعر بالضيق لما حصل، وأعي ذلك			
18	اشعر بالملل			
19	أنسحب إجتماعيا			
20	ألجأ لقول النكت والمزاح			
21	أقبل ما حدث، وأنه لا يمكن تغييره			
22	أعبر عما أشعر به لشخص آخر			
23	أجبر نفسي على الصبر حتى الوقت المناسب لحل المشكلة			
24	أعترف أنني لا أستطيع التعامل مع المشكلة و أكف عن المحاولة			
25	أتصرف بشكل آخر حتى أتخلص من المشكلة			
26	أحاول أن أنسى نفسي لفترة من الوقت بشرب الكحول أو تعاطي المخدرات			
27	أظهار بأنه لم يحدث أي شيء			
28	أترك الحرية لمشاعري وعواطفني لنتحكم بتصرفاتي			
29	أحاول أن أرى الحدث بشكل مختلف			
30	أتحدث إلى شخص آخر يستطيع أن يقدم حلا لمشكلتي			
31	أنام أكثر من المعتاد			
32	أحاول الخروج بإستراتيجية حول ما يجب فعله			
33	أحافظ على نفسي من التشتت بواسطة الأفكار أو غيرها من الأنشطة			
34	أبحث عن تعاطف وتفهم الآخرين			
35	أتناول أدوية مهدئة لكي أشغل تفكيري في الأمر			
36	أسخر من الموقف			
37	أتخلى عن محاولة الحصول إلى ما أريد			
38	أبحث عن شيء جيد في ما يحدث			

39	أفكر كيف يمكن التعامل بأفضل طريقة مع المشكلة			
40	أتصرف كأن شيئاً لم يحدث			
41	أصرخ وأكسر			
42	أركز على كيفية التعامل مع المشكلة و أنسى كل الأمور الأخرى			
43	أقوم بمشاهدة التلفزيون حتى لا أفكر في الأمر			
44	أتقبل حقيقة أن الأمر حدث ولا يمكن تغييره			
45	أسأل أناسا لديهم خبرة في مثل هذه المشكلة			
46	أشعر كثيراً بالمعاناة و أجد نفسي أعبر عنها بكثرة			
47	اتخذ إجراءات مباشرة للإحاطة بالمشكلة			
48	أحاول الالتزام أكثر بتعاليم الدين الإسلامي			
49	أجبر نفسي انتظار الوقت المناسب لفعل شيء ما			
50	أتعامل مع كل الأمور الحياتية بلا مبالاة			
51	أفضل البقاء في غر فتي على التحدث مع الآخر			
52	أناقش مشاعري وأحاسيسي مع أي شخص آخر			
53	يمكنني استخدام مواد مهدئة لمساعدتي في التفكير حول ما حدث			
54	أتعايش مع المشكلة وأتأقلم معها			
55	أبعد الأشياء الأخرى من تفكيري لأركز على التعامل مع المشكلة			
56	أفكر كثيراً في الخطوات الواجب القيام			
57	أحاول التفكير أن هذا الأمر لم يحدث أبدا			
58	أفعل ما ينبغي القيام به خطوة خطوة			
59	أتعلم شيئاً من هذه التجربة			
60	أصلي أكثر من المعتاد عندما تصادفني مشكلة			



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ابن خلدون - تيارت -



كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علم النفس والفلسفة والارطوفونيا
رقم القيد: 194/ق ع ن .أ.ف/2025

إلى السيد المحترم: مدير المركز
المختص في إعادة التربية بنات
- تيارت -

الموضوع: طلب ترخيص لإجراء دراسة ميدانية

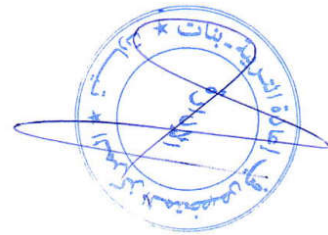
تحية طيبة وبعد:
في إطار تتمين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم علم النفس والفلسفة والأرطوفونيا، يشرفني أن ألتمس من
سيادتكم الترخيص لطلبة السنة الثانية ماستر علم النفس العيادي الآتية أسماؤهم:
▪ فذول صليحة
▪ قادوم صارة

لإجراء دراسة ميدانية تحت عنوان:

استراتيجيات مواجهة العنف لدى المراهقات
الجانحات

وفي الأخير تقبلو منا أسمى عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 26 فيفري 2025



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
جامعة ابن خلدون تيارت

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة)

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم : 332.449.532 والصادرة بتاريخ : 11.04.2022

المسجل(ة) بكلية : العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم : علم النفس والفلسفة وآداب الأطفال

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر

عنوانها :
الدراسة

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ : 04.05.2022

إمضاء المعني

رئيس المجلس العلمي
الجزائري

شهود للمصادقة على الإمضاء
٤٥٧٦٤٩٥٣٢
٤٥٨٨٠٥٤
١٠/٤/٢٠٢٥