جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الاجتماعية والانسانية
قسم العلوم الاجتماعية

أثر الإضطرابات النفسية على المراهق المتمدرس

دراسة ميدانية بمتوسطة **** ولاية الوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس LMD في علم الاجتماع

تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبات :

عائدة خيـــــــر

خديجة طيـــــر

سهام محـــــده

إشراف الدكتور:

شوقي قدادرة

السنة الجامعية: 2019/2018

الملخص باللغة العربية

موضوع الدراسة الحالية يسلط الضوء على اثر الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس، حيث يهدف هذا البحث إلى معرفة اثر الاضطرابات النفسية على المراهقالمتمدر س، بالاعتماد على الفرضيات التالية:

1. الخوف من المسببات الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس.
2. القلق يؤثر على الصحة النفسية لدى المراهق المتمدرس.
3. الاكتئاب من المشاكل النفسية التي تولد اضطراب نفسي لدى المراهق المتمدرس.

اختيرت العينة بطريقة منظمة ولقد كان حجمها 50 تلميذ مراهق (ذكوروا إناث) من الطور الرابعة متوسط بمتوسطة لو لاية الوادي بلدية ورماس ، تم تطبيق المنهج الوصفي باستعمال اداة البحث المتمثلة في الاستبيان باضافة الى التكرارات والنسب المئوية.

وبعد تطبيق أدوات البحث تم التوصل الى ما يلي:

1. تأكيد الفرضية الأولى بنسبة ضئيلة والتي عولجت باستعمال التكرارات ونسب المئوية.
2. تأكيد الفرضية الثانية بنسبة دون المتوسط والتي عولجت أيضا باستخدام التكرارات ونسب المئوية.
3. تأكيد الفرضية الثالثة بنسبة ضئيلة والتي عولجت أيضا باستعمال التكرارات ونسب المئوية.

الملخص باللغة الأجنبية

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
ملخص الدراسة باللغة العربية	
ملخص الدراسة باللغة الاجنبية	
فهرس المحتويات	**I**
فهرس الجداول	**III**
المقدمة	أ
الفصل الأول: الإطار النظري و المفاهيمي	
1- المشكلة والتساؤلات	
2- فرضيات الدراسة	
3-أهمية الدراسة	
4- أهداف الدراسة	
5-المفاهيم الأساسية للدراسة	
6-التعاريف الإجرائية	
7- الدارسات السابقة	
الفصل الثاني : الإجراءات المنهجية ونتائج الدراسة	
1- المنهج	
2- الدراسة الاستطلاعية	
3- الدراسة الأساسية	
4- عرض وتحليل النتائج	
5- مناقشة النتائج	
استنتاج العام	

الاقتراحات	
الخاتمة	
قائمة المراجع	
ملاحق	

فهرس الجداول :

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح مدى نسبة الخوف تلميذ المراهق من محيط الاجتماعي وظروف الحياة .	17
02	يوضح الخوف وعدم ثقة التلميذ المراهق بنفسه.	18
03	يوضح مدى خوف المراهق وتفكيره لأموره المستقبلية .	18
04	يوضح مدى قلق تلميذ المراهق عند تدخل المعلمين في شؤونه .	19
05	يوضح نسبة قلق التلميذ من المستقبل .	20
06	يوضح مدى وقلق توتر تلميذ المراهق من امتحانات .	20
07	ضح مدى انعزال وا حباط المتمدرس في فترة المراهقة .	21
08	يوضح إحباط وفشل المراهق ومعرفة أهم أعراض تقلب مزاجه .	22
09	يوضح نفسية التلميذ في فترة المراهقة .	22

المقدمة :

تعتبر الاضطرابات التي تعترض الأفراد في حياتهم اليومية سمة من سمات الحياة المعاصرة عصر الانفراد بالأوضاع والأحداث المثيرة للقلق والتوتر النفسي فالتطور التكنولوجي كان له صدى واسع الإحداث تغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي أدت بدورها إلى التغيرات في قيم ومبادئ عصر انتشرت فيه الأمراضو العاهات النفسية والاجتماعية كلها تصب تحت وطأة الضغوط النفسية والاضطرابات المختلفة.

وهناك نوعان من الأشخاص شخص عنده قدرة على التحمل المشاكل النفسية وشخص قد تكون قدرته غير كافية لتحمل هذه الأمراض من الطبيعي أن نرجع إلى الطفولة في ثلاث سنوات الأولى كذلك مرحلة المراهقة حيث فيها يتطور الفرد وتنمو أبعاد شخصية فلذلك يظهر هنا دور الأبوين الفعال والواسع في تنمية شخصية أطفالهم علما ان هناك كثير من الآباء لا يهتمون بذلك مطلقا وقد تعددت أشكال ومصادر الضغط النفسي لدى الأفراد عامة ولدى المراهق على وجه الخصوص باعتباره مرحلة المراهقة من أهم المراحل الحياة التي يمكن أن تعرض الفرد إلى، اضطرابات داخلية، وخارجية تنعكس على الفرد والأسرة ولعل من ابرز التأثيرات التي تخلفها الاضطرابات النفسية على فئة المراهقين عدم القدرة على تحقيق التوازن والتوفيق بين المتطلبات الجديدة التي تفرضها مرحلة المراهقة إذ تؤثر الاضطرابات النفسية على مستوى التوافق النفسي للمراهق مما تؤدي إلى اختلال الصحة النفسية الأمر الذي ينعكس سلبا على مستوى الطموح ودافعية الانجاز وبالتالي على التحصيل الدراسي ولذلك نسعى في الدراسة الحالية إلى إبراز اثر الاضطرابات النفسية والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة الإعدادي

الفصل الأول: الإطار النظري و المفاهيمي

1- المشكلة والتساؤلات :

يمر الإنسان في حياته بسلسلة من التغيرات النمائية التي يسعى بها إلى تحقيق ذاته ومكانته في المجتمع، واتخاذ القرارات لإحداث النضج التام، التي تتغير بتطور نموه من مرحلة الطفولة التي يتعداها في خطى ثابتة ترقى به من طفل صغير إلى فرد ناضج في مجتمع الراشدين مرورا بأهم مرحلة في حياته مرحلة المراهقة.

تعد هذه الأخيرة من أهم الفترات التي يمر بها الإنسان في حياته، بل يمكن اعتبارها فترة انتقالية وحرجة، ينمو خلالها الجسم نموا سريعا وتحدث تغيرات جسمية نفسية، كما تنمو الإمكانات العقلية، ويمر بخبرات اجتماعية وتتكون معتقداته واتجاهاته وقيمه عن نفسه وعن أسرته وعن المجتمع، كما أن المر اهق يسعى إلى الاستقلالية عن الكبار وتتكون شخصيته .

إذ تختلف أشكال المراهقة من فرد لأخر باختلاف الظروف الأسرية والعادات والتقاليد والأدوار الاجتماعية التي يقوم بها المراهق كذلك حسب تغير الأزمنة ففي الماضي لم تكن مقلقة للآباء والأمهات، ولم تكن مشكلة بالنسبة لديهم، وذلك الآن المراهق كان يستقر نفسيا نتيجة تحمله للمسؤولية في سن مبكرة، كما أن الكبار من حوله يعيرونه الاهتمام، حيث يعاملونه كالكبار (رجال ونساء) ويمنحونه الفرصة لكي يعمل مبكرا . وبالتالي فالمراهق لا ينتظر وقتا طويلا لكي يجد عملا كما في العصر الحالي، الذي تعقدت الحياة به، أين يأخذ الفرد وقتا طويلا ويمر بسنوات طويلة من التعليم الدراسي إلى أن يجد عملا يحقق له الاستقرار من الناحية الانفعالية والاجتماعية .وبالتالي قد تطول المراهقة في عصرنا الحالي، ويطول معها عدم الاستقرار النفسي للفرد .إذ أن هذه التغيرات التي تطرأ على هذه المرحلة قد تحدث تقلبات مزاجية في شخصية المراهق . ولعل أهم ما يميزها الضغوط النفسية التي تؤدي إلى عدم قدرة المراهق على التوافق السوي . والأمر الذي يجعله يسعى جاهدا إلى تحقيق اكبر مستوى من

التوافق مع التغيرات الجسمية والتوقعات الاجتماعية والأسرية وكذا المدرسية، حيث تعتبر هذه الأخيرة المؤسسة الثانية بعد الأسرة أين يقضي المراهق المتمدرس جزءا كبير امن وقته يتلقى فيها مختلف أنواع المعرفة، التربية التعليم.والعملة التربوية بأركانها الأساسية الثلاثة (المعلم، المتعلم، المادة التعليمية) تشكل عملية ديناميكية في إطار تفاعلي لهذه الأركان، إذ يعد المعلم ذلك الشخص الوصي اجتماعيا وقانونيا على تربية وتكوين النشء والذي تلقى تكوينا خاصا بذلك، كما يعد المتعلم فيها القطب الحي، لأجله تسخر كل الإمكانيات المادية والبشرية، يتكون عبر سنوات عديدة ليكون في النهاية إنسانا منتجا وصالحا لنفسه وأمته، أما المادة الدراسية فتكون على قدرات استعدادات التلميذ النفسية وقدراته العقلية مراعية بذلك نموه من جميع النوحي.

كل هذا جعل الدراسات الحديثة على هذه العناصر خصوصا منها التلميذ و توليه اهتماما متميزا من خلال عمليات الإصلاح المستمرة وفقا لأحدث النظريات في إطار التجديد و الإصلاح للمنظومة التربوية بما يتناسب مع العصر و التقديم العلمي و الحضاري، قصد رفع المستوى باستمرار وجعله يواكب متطلبات العصر الذي يضطر بالتعايش معه من جهة، و لكي لا يهمش و يصبح الركود والتخلف من ابرز سماته من جهة أخرى.

كما أن التلميذ في ظل هذه العملية ليس مجرد وعاء يحمل المعلومات التي يتلقاها في القسم ويمتحن عنها في أوقات محددة فحسب، بل يتأثر في عملية النمو بكل ما يحيط به خصوصا المحيط الاجتماعي.حيث أن مجال التعليم من أكثر التي يمكن أن يواجه فيها الفرد و خاصة التلميذ عقبات و مشكلات كضعف التحصيل الدراسي و عدم القدرة على مواجهة المواقف التعليمية، و كذا ظهور بعض سلوكيات العنف و العدوان مما يؤدي به إلى سواء التوافق، و هذا ما أكدته دراسة (عيسى و رشوان2005) أن الذين يعانون من مشكلات التوافق الدراسي لديهم خطر انخفاض التوافق الاجتماعي والاضطرابات النفسية، يستدعي بالضرورة إيجاد حلول تمكنه من مواجهة تلك العقبات و المشكلات

وتعديل سلوكه بما يتلاءم وتلك الظروف وخاصة الجديدة عليها إشباع حاجاته ورغباته ويستعيد حالة الاتزان والانسجام وتحقيق التوافق السوي فالتوافق هو الاعتدال في الإشباع العام للدوافع وليس إشباع دافع واحد على حساب دوافع أخرى، وعليه التوافق الجيد لدى المراهق المتمدرس مؤشر ايجابي ودافع قوي يدفع به للنجاح ومن ناحية أخرى تمكنه من بناء وتكوين علاقات مرضية في البيئة المدرسية عامة ومع رفاق الصف والمعلمين والتأقلم والمنهاج الدراسي بصفة خاصة، كما انه مؤشر على صحته النفسية والاجتماعية وتكامله الاجتماعي الذي بدوره يحقق له التوافق الدراسي

على ضوء ما ذكر من معطيات ونظرا لأهمية التوافق الدراسي والصحة النفسية الجيدة في مدى تحقيق النجاح، تعتبر الدراسة الراهنة محاولة لمعرفة اثر الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة المتوسطة.

وبناء على ذلك تحددت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي :

هل للاضطرابات النفسية اثر على المراهق المتمدرس ؟

وتتدرج ضمنه مجموعة من التساؤلات الفرعية:

1-ما اثر الخوف على المراهق المتمدرس ؟

2- ما تأثير القلق على المراهق المتمدرس؟

3-هل يؤثر الاكتئاب والمعاناة النفسية على المراهق المتمدرس؟

4-هل توجد العلاقة الارتباطية بين الاضطرابات النفسية والمراهق المتمدرس؟

5- ما مدى تأثير الاضطرابات النفسية على المراهق المتمدرس ؟

2-فرضيات الدراسة :

للإجابة عن التساؤلات السابقة تم صياغة الفرضيات التالية :

2-1 الفرضية العامة :

-الاضطرابات النفسية تؤثر على المراهق المتمدرس

2-2 الفرضيات الجزئية :

-قلق يؤثر على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للمراهق متمدرس

-الخوف من مسببات الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس

-الاكتئاب من مشاكل النفسية التي تولد اضطراب النفسي لدى المراهق المتمدرس

3-أهمية الدراسة:

يعتبر موضوع الاضطرابات النفسية من المواضيع الجديرة بالاهتمام، والذي له أهمية بالغة في تأثير على فئة مهمة من الفئات البشرية و هم تلاميذ المتوسط، فالتلميذ في هذه المرحلة يمر بعدة مواقف ضاغطة قد تؤثر على صحته النفسية، مما يدعون إلى قيام بهذه الدراسة لمعرفة مصادر هذه المواقف، وكيف يستجيب التلميذ لها ويتعامل معها، والتي إن لم يحسن تعامل معها أثرت في العديد من مجالات حياته الدراسية، الاجتماعية.....بل وحتى الصحية، لذا فان أهمية بحثنا تكمن في مساهمته بالإضافة العلمية إلى جانب ما توصلت إليه الدراسات السابقة وفتح المجال لتساؤلات الأخرى حول الموضوع .

4- أهداف الدراسة:

معرفة مستوى القلق لدى مراهق المتمدرس

معرفة مستوى الاكتئاب لدى مراهق المتمدرس

معرفة مستوى الخوف لدى مراهق المتمدرس

التعرف على مدى تأثير الاضطرابات النفسية على مراهق المتمدرس

اكتشاف الباحث لعينة و مجتمع الدراسة

5-المفاهيم الأساسية للدراسة :

5-1 الاضطرابات النفسية:

إن كلمة اضطراب مشتقة من الفعل اضطراب : أي تحرك و ماج، وضرب بعضه ضربا، واضطراب الأمر: اختل، واضطرب من كذا: أي ضجر واضطرب في أموره :أي تردد وارتبك .

مصطلح "الاضطراب النفسي" حديث نسبيا، وبدا يحل تدريجيا محل "المرض النفسي" في كثير من دوائر الطب النفسي، مراعاة للآثار النفسية السلبية لكلمة "مرض". كما قررت الجمعية الأمريكية للطب النفسي سنة (1980م) . في التصنيف الأمريكي الثالث للأمراض الطب النفسي إلغاء كلمة "عصاب "

وفي التصنيف العالمي العاشر للاضطرابات العقلية والسلوكية.(CIM) يشير مصطلح الاضطراب إلى : "وجود مجموعة من الأعراض و السلوكات التي تكون محددة عياديا، ويشتمل في معظم الحالات على مشاعر الضيق واضطراب في الوظائف الشخصية " .

وحسب الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع (DSM IV)، فانه لا يوجد تعريف الإجرائي شامل للاضطراب، يطبق على كل الوضعيات .

و الاضطراب النفسي (العقلي) يعرف بمفاهيم مختلفة، مثل : المعاناة، سوء التحكم بالذات ضرر، إعاقة، صلابة، اللامنطقية، مجموعة من الأمراض، انحراف إحصائي.....) كل واحد من هذه المصطلحات يدل على الاضطراب، لكنه ليس معادل له، وكل وضعية تتطلب تعريفا مختلفا .

وبصفة عامة يعرف الاضطراب النفسي (العقلي) بأنه : مجموعة أعراض سلوكية أو نفسية عياديا تكون ذات معنى، تطرأ على شخص ما ويصاحبها عادة ضيق ملازم . ومهما يكون أصل هذه الاضطرابات، فإنها تعتبر كمظاهر لاختلال وظيفة السلوكية نفسية أو بيولوجية للشخص .

ويتفق معظم علماء علم النفس الحديث على أن الاضطرابات النفسية تشير إلى : "حالات سوء التوافق (Mal ajustement) مع النفس، أو مع الجسد، أو مع البيئة طبيعية كانت أو اجتماعية، ويعبر

عنها بدرجة عالية من القلق والتوتر، والإحساس باليأس والتعاسة والقهر، وغالبا ما تمس البعد الانفعالي للشخصية، ويظل معها الفرد المضطرب متصلا بالحياة الواقعية، قادرا على استبصار حالته المضطربة "

.

وبالنظر للطبيعية التفاعلية للاضطراب النفسي، فقد بدا مصطلح "العصاب" يختفي تدريجيا لتحل مكانه كلمة تفاعل (Réaction)، كصفة لمعظم أنواع الاضطرابات النفسية، ويأخذ أشكالا متعددة مثل : القلق التفاعلي، الاكتئاب التفاعلي .....الخ

(أسماء بوعود، 2014، ص30-32)

5-2 المراهقة :

جاءت الكثير من التعاريف لفترة المراهقة، حيث درسها كل باحث أو عالم على حدا واهتم كل واحد منهم بجانب معين منها، وهناك منهم من الم بكل جوانبها، من هذه التعريف مايلي :

المراهقة حسب سيغموند فرويد s-freud : "المراهقة هي فترة قلق نتيجة عودة القوة الليبيدية للظهور مما يهدد التوازن واحترام الواقع ونمو الميول الجنسية الغيرية "

(أبو بكر مرسي محمد مرسي، ، 2002ص14)

المراهقة حسب اريكسون E-Erickson : "يكون هناك صراع نفسي في مرحلة المراهقة يتم من خلاله لأبناء هوية ذاتية للفرد وبها يعرف ذاته و القيم و الاتجاهات التي سيكون عليها في حياته، حيث يكون الصراع مهيأ له قبل المراهقة ويستمر بعدها " وقد أطلق اريكسون على هذا الصراع النفسي اسم اضطراب الهوية

(بوسنة عبد الوافي زهير، 2012، ص82)

المراهقة حسب عبد السلام زهران : أنها المرحلة الوسطى بين مرحلة الطفولة و مرحلة النضج والرشد، تتحدد بدايتها بالبلوغ الجنسي ونهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة أي أنها

تمتد من حوالي 12 أو 13سنة إلى 19 أو 21 سنة تقريبا، فالمراهقة تتحدد بنهاية مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد أين تبدأ بوادرها بالبلوغ الجنسي و تنتهي بالنضج في مختلف مظاهر النمو التي تصاحب تلك المرحلة ويختلف امتدادها من شخص لأخر "

(حامد عبد السلام زهر ان، 1985، ص323)

المراهقة حسب فؤاد البهي السيد : "هي مرحلة التي تسبق وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج وهي بهذا المعنى عدد البنات والبنين حتى يصل عمر الفرد إلى 21 سنة وهي بهذا المعنى تمتد من البلوغ إلى الرشد وكلمة المراهقة تعني معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، ولهذا هي عملية بيولوجية حيوي عضوية في بدئها وظاهرها اجتماعية في نهايتها " .

(فؤاد البهي السيد، 1998، ص 231)

6-التعاريف الإجرائية :

6-1 الاضطرابات النفسية :

هي مشكلة سيكولوجية أو سلوكية تنتج عن شعور بالضيق أو العجز الذي يصيب الفرد وهو لا يعد جزء من النمو الطبيعي للمهارات العقلية أو الثقافية، بل من العوامل المحبطة لعدم انخراط الفرد في مشاريعه الشخصية وخاصة في مر حلة المراهقة تكون مشاكل النفسية كثيرة، وبعض منها مميز لهذه المرحلة العمرية مثل التخلف العقلي وعض المشاكل السلوكية، والبعض الأخر تكون العوامل الاجتماعية فيه ذات اثر على الحالة النفسية للفرد وخاصة المراهق . ويمكن تقسيم الاضطرابات النفسية التي تواجه المراهق كالتالي :

اضطرابات معرفية، وسلوكية واضطرابات الانفعالية، مثل الخوف : الذي يعتبر عن شعور ناجم عن الخطر أو التهديد، ويقم بدوره بالتسبب في تغيير في السلوك مثل الهروب، الاختباء، شعور بالذنب .....، وقد يحدث الخوف في الفرد ردا على تحفيز معين يحدث في الوقت الحاضر،أو تحسبا كتوقع وجود

تهديد محتمل في المستقبل. و القلق وهو حالة نفسية ومزاجية نشئ دون التعرف على أثار تحفيز ها، يختلف الخوف عن القلق الذي يحدث في وجود تهديد ملحوظ،ويعتبر القلق ر د فعل طبيعي للضغط وهو قد يساعد أي شخص للتعامل مع الأوضاع الصعبة . و الاكتئاب : الذي يعرف بأنه حالة حزن و تشاؤم شديد التي يعيشها الفرد و النظرة الدونية للذات ولومها وكذالك سيطرة الأفكار السيئة .

2-6 المراهقة :

تعتبر مرحلة المراهقة فترة مرور وانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والرجولة، وبالتالي فهي مرحلة الاهتمام بالذات والمرآة بالجسد على حد سواء، ومرحلة الاكتشاف الذات والغير والعالم . ومن ثم تتخذ المراهقة أبعاد ثلاثة : بعدا بيولوجيا (البلوغ)، وبعدا اجتماعيا (الشباب)، ويعد نفسيا (المراهقة)، وتبدأ" المراهقة بمظاهر البلوغ، وبداية المراهقة ليست دائما واضحة، ونهاية المراهقة التي مع تمام النضج الاجتماعي، دون تحديد ما قد وصل إليه الفرد من هذا النضج الاجتماعي" .

7- الدارسات السابقة :

من اجل تحديد الإطار العام الدراسة،وكذا مقارنة هذه الدراسة الدراسات السابقة لغرض الاستفادة منها في بحثنا، سنحاول عرض بعض هذه الدراسات بغية التعرف على الأبحاث السابقة .

1-7 دراسة "عبده ميخائيل" (1969)

بعنوان مشكلة سوء التوافق عند المراهقين في المدارس

هدفت الدراسة إلى معرفة العوامل التي تؤدي إلى اضطراب المراهقين وسير الدراسة و السلوك غير السوي في المدرسة ومشاكل سوء التوافق في المنزل حيث تكونت عينة البحث من 90 طالب وتوصل الباحث إلى أن أهم الأسباب والعوامل التي سببت سوء التوافق لدى المراهقين هي تلك العوامل المتصلة بالبيئة المدرسية و الأسرية وخاصة طبيعة المعاملة الوالدية إزاء أبنائهم بالإضافة إلى عوامل اجتماعية متصلة بالأصدقاء وشخصية الفرد ونموه وبيئته الصحية وقدرته العقلية وحالاته النفسية .

7-2 دراسة "فارس إسعادي"

بعنوان اضطرابات النفسية (القلق و الاكتئاب) لدى الإناث تعرضن لخطر معنوي

هدفت الراسة إلى معرفة اضطرابات النفسية المتمثلة في القلق واكتئاب اللذان يلعبان دورا كبيرا في الشخصية،وخاصة من الجانب انفعالي ومزاجي حيث تكونت عينة الدراسة من 20 فتاة ذات خطر معنوي بالمركز متخصص في إعادة تربية بتبسة، واستخدم باحث أداة لجمع البيانات وهو سلم هاملتون لتقدير القلق وسلم بيك للاكتئاب مستخدما نسب مئوية، ولتحقق من صحة الفرضية قام الباحث بحساب المتوسط الافتراضي لسلم هاميلتون لتقدير القلق وسلم بيك للاكتئاب

وأظهرت نتائج أن إناث اللذين تعرض لخطر معنوي لديهن قلق و اكتئاب منخفض لظروف الحسنة التي يعيشها بالمقيمات داخل مركز إعادة التربية .

7-3 دراسة دانيا الشبؤون (2011) :

بعنوان العلاقة بين القلق بوصفه حالة وبوصفه سمة وبين الاكتئاب لدى المراهقين المتمدرسين

هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين المراهقين في القلق بوصفه حالة بوصفه سمة وبين الاكتئاب تبعا لمتغير الجنس . وقد تكونت عينة البحث من 655 طالبا وطالبة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي موزعين إلى 303 ذكور و352 إناث تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية من مدارس، وطبق عليهم اختيار حالة وسمة القلق للكبار STAI من إعداد عبد الرقيب احمد البحيري (2005) واختيار الشعور بالاكتئاب لدى المراهقين من إعداد الباحثة، بعد إن قامت الباحثة بتطبيقه على عينة استطلاعية وتأكدت من صدقه وثباته، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى :

-وجود ارتباط بين القلق بوصفه حالة وبوصفه سمة وبين الاكتئاب لدى مراهقين عينة البحث جمعيا، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين القلق بوصف حالة و الاكتئاب 0، (63)

بينما بلغت قيمة معامل الارتباط بين القلق بوصفه سمة والاكتئاب (69، 0)

الفصل الثاني : الإجراءات المنهجية ونتائج الدراسة

1- المنهج :

المنهج عامة هو الطريقة التي يتعبها الباحث في دراسة موضوع ما لاكتشاف الحقيقة والإجابة على الأسئلة والاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث . ومناهج البحث العلمي هي مجموعة قواعد توضع من اجل الوصول إلى حقائق علمية صحيحة تخص موضوع الدراسة، وعليه فان اختيار منهج الدراسة عملي لا تخضع لإرادة الباحث بقدر ما تتعلق بموضوع البحث من حيث طبيعته والهدف منه .

فالمنهج هو إستراتيجية عامة تعتمد على مجموعة من الأسس و القواعد والخطوات التي يستفيد بها الباحث في تحقيق أهداف البحث أو العمل العلمي .

(جلي وآخرون، 1992، ص8)

و المنهج هو إستراتيجية هو ذلك الطريق المؤدي إلى كشف الحقيقة في العلوم بواسطة مجموعة من القواعد العامة التي تهيمن على سير العقل و تحدد عملياته حتى يصل في النهاية إلى نتيجة معلومة، بمعنى أن المنهج "هو الطريقة إلى تبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة و بمعنى أخر هو مجموعة من الإجراءات و الخطوات التي يضعها الباحث عند دراسته مشكلة بحثه "" .

(بدوي، 1963، ص5)

ولذالك فقد اعتمادنا في دراستنا على المنهج الوصفي الذي يهدف إلى جمع البيانات والحقائق التي تتعلق بطبيعة موضوع _اثر الاضطرابات النفسية على المراهق المتمدرس _ فالمنهج الوصفي" يهتم بدراسة الظواهر الطبيعية والاجتماعية، والدراسات الوصفية دراسة كيفية توضح خصائص الظاهرة، وكمية توضح حجمها و وتغيراتها ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى" .

(مصلح وآخرون، 1999، ص107)

وقد سمح لنا المنهج الوصفي بوصف ومعرفة أهم الاضطرابات النفسية التي قد يعاني منها التلميذ في فترة المراهقة، وانعكاساتها على نفسية المراهق، كذلك فان المنهج الوصفي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي موجودة في الوقع ووصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كميا وكيفيا، فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، و التعبير الكمي يعطينا وصفا رقميا يوضح مقدار الظاهرة وحجمها ودرجتها .

(جابر و كاظم، 1984، ص135)

إن استخدامنا للمنهج الوصفي في هده الدراسة جعلنا نفهم الاضطرابات النفسية بالنسبة للمراهق المتمدرس، كما مكننا المنهج الوصفي من معرفة مدى تأثير الاضطرابات النفسية على التلميذ المراهق، وسمح لنا المنهج الوصفي من استخدام مختلف الأدوات في جمع البيانات وتحليل و وتفسير النتائج المتوصل إليها .

كما يمكننا المنهج الوصفي من اكتشاف أهم الاضطرابات النفسية التي تؤثر على نفسية التلميذ المراهق وتحصيله الدراسي .

2- الدراسة الاستطلاعية:

قبل قيامنا بتوزيع الاستمارات الاستبيان أردنا أن نتصل مع مدير المؤسسة لتحديد بعض مواعيد لتوزيع الاستبيان، وقمنا بزيارة ثانية لبناء الاستبيان وطرحنا على المستشارة والأساتذة بعض الأسئلة لاطلاع على المحيط المدرسة ومعرفة مختلف الجوانب المتعلقة بالتلاميذ، وعلى ضوء كل هذا قمنا بإنشاء الاستبيان الخاص بتلاميذ المراهقين الذين يدرسون في طور سنة رابعة متوسط، وذالك لكشف عن أهم الاضطرابات النفسية التي قد تصيب المراهق .

وبعد صياغتنا للأسئلة الاستبيان وقمنا بتوزيعه على عينة تجريبية حتى يمكننا من الاستفادة من الأخطاء والقيام بتصحيحها وبالتالي يكون واضح ومفهوم لكل أفراد العينة البحث، كما تساعد هذه الطريقة على الالتزام بالموضوعية والمصداقية .

المجال المكاني وزماني :

شملت دراستنا بعض التلاميذ الرابعة متوسط لولاية (الوادي) بلدية (ورماس)

مدة الدراسة من 17 افريل إلى 10 ماي لسنة الجامعية 2019/2018

وتوجهنا إلى المؤسسة بتاريخ 20 افريل 2019، حيث تم استقبالنا من طرف مدير المؤسسة وجلسنا لمدة نصف ساعة وتبادلنا الحوار وحددنا موعد معه لتوزيع الاستبيان ومعرفة توقيت الفراغ لتلاميذ لكي لا نعطلهم على الدراسة وتم تحديد موعد وكانت كل الظروف ملائمة لتوزيعه.

3- الدراسة الأساسية :

3-1 العينة البحث :

هي مجتمع التي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء من الكل، بمعنى انه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع ككل (الأصلي) .

(فان دالين، 1984، ص313)

من اجل الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة البحث بطريقة منظمة، وقد شملت بعض تلاميذ سنة الرابعة متوسط لولاية (الوادي) بلدية(ورماس)، وكان حجم العينة (50) تلميذ .

3-2 أداة جمع البيانات :

لتحقيق الأهداف المسطرة التي شرعت في انجازها يجب الاستعانة بأداة منهجية التي تتسق عموما مع الاتجاه المنهجي الذي انطلقت منه، وعلية يجب تصميم أداة مناسبة بإمكانها تحقيق أهداف الدراسة

وتصميم أداة وفق هذه الصيرورة يطرح إشكالية منهجية، لذالك يجب استخدام أداة تتساوى من ناحية الأهميةنظرا لإستراتيجيتها في البحث فهي الرابط بين الجانب النظري و الميداني، فهي تسمح بوضع سلم يتم متابعته للوصول للنتيجة التي تطرحها الفرضيات .

وقد استخدمنا هذه الأداة على نحو التالي :

الاستبيان : هي وسيلة من وسائل جمع البيانات ويعتمد أساسا على استمارة تتكون منى مجموعة من الأسئلة تسلم إلى أشخاص يتم اختيارهم من اجل القيام بدراسة موضوع معين، فيقومون بتسجيل إجاباتهم على الأسئلة الواردة في هذه الاستمارة ويتم إعادتها ثانية إلى الباحث .

كما يعرف على انه ((وسيلة من وسائل البحث الشائع، وهو يطرح مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى جمع معلومات ترتبط بموضوع البحث وفوائده كونه اقتصادي في الوقت والتكيف، حتى من ايجابيات الاستبيان يكمن في تكميم المعلومات المناسبة للبحث والتي تساعد الباحث في بحثه وتمهله للخروج بمفهوم لدى الجميع، أما العيوب تكمن في فقدان الإيصال الشخصي بأفراد العينة وأيضا في صعوبة التأكد من المعلومات، إذ تبقى المتوصل إليها نسبيا)).

(شلبي، 1992، ص25)

فهي تعد أهم أدوات البحث التي اعتمدنا عليها، حيث تم إعداد أسئلة الاستمارة التي حاولنا أن تكون شاملة لجميع ما جاء في الجزء النظري وقد راعينا عند صياغة الأسئلة في الاستمارة التالية:

- صياغة الأسئلة بطريقة واضحة وسهلة .
- ربط الأسئلة بالأهداف المراد الحصول عليها .
- صياغة الأسئلة باللغة العربية مع مراعاة المستوى الثقافي والعلمي لكل تلميذ .
- احتواء هذه الاستمارة على أسئلة مفتوحة يجيب عليها أفراد العينة ب:

نعم أو لا أو أحيانا لاقتراح الحلول المناسبة .

أساليب الإحصائية :

استجابة لطبيعة البحث استعنا في هذه الدراسة بوسيلة إحصائية واحدة لحساب نسب التكرارات في الإجابات و هذا من اجل تحويل المعلومات كمية لتصبح أكثر دقة ومصداقية وهذه الوسيلة هي :

النسب المئوية = عدد التكرارات × 100 / مجموع أفراد العينة

4- عرض وتحليل النتائج :

4-1 فرضية الأولى :

- الخوف من المسببات الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس

السؤال (1) : اشعر أن هناك أمور كثيرة في الحياة لا استطيع مواجهتها

الغرض من السؤال : معرفة مدى خوف تلميذ المراهق من محيط الاجتماعي و ظروف الحياة

عرض(1) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	12	%24
لا	15	%30
أحيانا	23	%46

بعد قراءة الجدول أعلاه، والذي يوضح مدى نسبة الخوف تلميذ المراهق من محيط الاجتماعي وظروف الحياة، إذ نجد أن نعم 12 بنسبة 24% ولا 16 بنسبة 30% وأحيانا 23 بنسبة 46% وهذا يبين من إجابات بان فترة المراهقة تكون أكثر فترة في حياة الإنسان إحساسا لدرجة انه لا يتحمل مسؤولية أمور حتى ولو كانت بسيطة .

السؤال (2) : معظم الوقت أكون خائفا و لا اعرف السبب

الغرض من السؤال : معرفة الخوف وعدم ثقة التلميذ المراهق بنفسه عندما تواجهه ضغوط وظروف حياتية

عرض(2) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	11	%22
لا	25	%50
أحيانا	14	%28

يوضح الجدول رقم (2) بان العينة كانت نعم بنسبة 22% ولا 25 بنسبة 50% وأحيانا 14 بنسبة 28% وهذا يبين من إجابات ب أن لا أكثر نسبة إجابة أي أن تلميذ المراهق لدينه خوف نسبي .

السؤال (3) : إن إحدى مشكلاتي هي شعوري بالخوف بعدم وضوح أمور حياتي

الغرض من السؤال : مدى خوف المراهق وتفكيره لأموره المستقبلية

عرض(3) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	21	%42
لا	21	%42
أحيانا	08	%16

يتضح من جدول رقم **(3)** أن العينة كانت نعم 21 بنسبة 42% ولا 21 بنسبة 42% وأحيانا 08 بنسبة 16%، و كانت نسبة إجابة عن نعم ولا متساويتين يتبين من هنا أن اختلاف المعيشية للمراهقين يجعلهم أكثر خوفا عن مستقبلهم .

4-2 فرضية الثانية :

- القلق يؤثر على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس

السؤال (1) : تخل المعلمين بشؤوني أمر يزعجني

الغرض من السؤال : معرفة قلق التلميذ المراهق من المعلم عند تحدثه للتلميذ و تدخل في أموره

عرض (1) :

	العدد	**النسبة المئوية**
نعم	25	%50
لا	15	%30
أحيانا	10	%20

من الجدول تبين أن العينة كانت نعم 25 بنسبة 50% ولا 15 بنسبة 30% وأحيانا بنسبة 20%، وتشير نسبة 50% من نعم أكثر إجابة يتضح بان التلميذ وخاصة المراهق تكون لديه أكثر نسبة انزعاج وقلق عند تدخل المعلم في أموره .

السؤال (2) : اشعر بالقلق حول ما إن كنت ارفع من صفي الحالي إلى الصف الذي يليه في نهاية العام

الغرض من السؤال : التعرف على نسبة قلق التلميذ من المستقبل

عرض (2) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	16	%32
لا	24	%48
أحيانا	20	%40

يتضح من الجدول رقم **(2)** أن العينة كان نعم 16 بنسبة 32% ولا 24 بنسبة 48% وأحيانا 10 بنسبة 20%، وتشير شواهد الكمية إلى أن لا أعلى نسبة المقدرة ب 48% تبين بان المراهق لا يقلق كثيرا من المستقبلية نظرا لعدم استقرار نفسيته ونتيجة المرحل التي يعيش فيها .

السؤال (3) : اشعر بالتوتر والقلق عند اقتراب موعد الامتحان

الغرض من السؤال : تعرف على مدى وقلق توتر تلميذ المراهق من امتحانات

عرض (3) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	36	%68
لا	07	%14
أحيانا	09	%18

يتضح من الجدول رقم **(3)** أن العينة كانت نعم 34 بنسبة 68% ولا 07 بنسبة 14% وأحيانا 09 بنسبة 18%، وهذا يبين من الإجابات أن التلميذ عند اقتراب الامتحان يشعر بالقلق ورهبة .

4-3 الفرضية الثالثة :

- الاكتئاب من مشاكل النفسية التي تولد اضطراب نفسي لدى المراهق المتمدرس

السؤال (1) : اشعر بأنني منعزل عن الآخرين

الغرض من السؤال :تعرف على التلميذ المراهق ما إن كان يعاني من إحباط و الانعزال عن المجتمع ومعرفة أهم مشاكله

عرض (1) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	31	%62
لا	08	%16
أحيانا	11	%22

يتضح من الجدول رقم **(1)** أن العينة كانت نعم31 بنسبة 62% ولا 08 بنسبة 16% وأحيانا بنسبة 22%، ومن هنا يتبين أن لا بنسبة 62% تبلغ أكثر نسبة إجابة دليل على سوء العلاقات و عدم الاندماج الاجتماعي .

السؤال (2) : اشعر بالكآبة والحزن باستمرار

الغرض من السؤال :معرفة مدى إحباط وفشل المراهق وتعرف على أعراض تقلب مزاجه

عرض (2) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	08	%16
لا	33	%66
أحيانا	09	%18

يتضح من جدول رقم **(2)** بان العينة كانت نعم 08 بنسبة 16% ولا 33 بنسبة 66% وأحيانا 09 بنسبة 18%، وهذا يبين لنا أن الإجابات بنسبة لا غالبة لدى المراهق هذا راجع للبيئة المحيطة به وظروف المعيشية الحسنة التي ترجع على النفسية التلميذ بالتفاؤل .

السؤال (3) : ليس في حياتي شيء يبدو انه جدير باهتمام

الغرض من السؤال : التعرف على نفسية المراهق

عرض (3) :

	العدد	النسبة المئوية
نعم	32	%64
لا	07	%14
أحيانا	11	%22

يتضح من الجدول رقم **(3)** بان العينة كانت نعم 32 بنسبة 64% ولا 07 بنسبة 14% وأحيانا 11 بنسبة 22%، ومن هنا يتبين أن الإجابة نعم كانت غالبة تشير إلى أن المراهق يكون في هذه المرحلة اللامبالي وعدم مهتم بما يدور حوله .

5- مناقشة النتائج :

5-1 فرضية الأولى :

- الخوف من المسببات الاضطراب النفسي لدى المراهق المتمدرس

توصلنا في دراستنا إلى وجود خوف بدرجات منخفضة بسبب الوسط الاجتماعي والبيئي و المدرسي المحيط بالمراهق المتمدرس، وهذا يتطابق مع دراسة "عبد ميخائيل " الذي اعتمد على المنهج الوصفي والعينة المتكونة من 90 طالب كانت نتائجها كما يلي :

- تحقق فرضيات الدراسة وتوصل إلى أهم أسباب والعوامل التي سببت سوء توافق لدى المراهق المتمدرس، هي تلك العوامل المتصل بالبيئة المدرسية والأسرية وخاصة طبيعية المعاملة الوالدية إزاء أبنائهم بالإضافة إلى العوامل الاجتماعية متصلة بالأصدقاء وشخصية الفرد ونموه وبيئته الصحية، وقدرته العقلية وحالته النفسية .

وهذا ما ذكره منصور عصام في كتابه قراءة في مشكلات الطفولة، بان بعض الأطفال والمراهقون في العالم يعانون من أساليب تربوية خاطئة تساهم في توريث ثقافة غير صحيحة يؤمن بها الطفل والمراهق فتحد من إرادته وعزيمته، وتودع فيه شخصية انهزامية خائرة القوى، إنها ثقافة الخوف التي مازلت تقف وراء الكثير من الممارسات السلوكية التي لا تبرير لها منطقيا، و لا أدل على ذلك من الخرافات التي نسجتها بعض الأمهات من اجل فرض السيطرة والطاعة على أبنائهن، فتخوفهم بالغول تارة والجن والأرواح الشريرة تارة أخرى حتى أصبحت مثل هذه الموروثات الثقافية المخيفة جزاء لا يتجزأ من الثقافة التي يؤمن بها غالبية الكبار مع علمهم ببطلانها وعدم مصداقيتها .

(منصور، 1974، ص5)

5-2 فرضية الثانية :

- القلق يؤثر على الصحة النفسية و التحصيل الدراسي للمراهق المتمدرس

توصلنا في دراستنا بعدم وجود قلق في الوسط المدرسي وذالك للظروف الاجتماعية الجيدة وتغيرات التكنولوجية المتطورة وهذا يتطابق مع دراسة "فارس إسعادي "والعينة متكونة من 20 فتاة وكانت نتائجها كما يلي :

- عدم تحقق فرضيات الدراسة إلى ظروف الحسنة التي تعيشها المقيمات داخل المركز، حيث يوزعن على مهن حسب ميولهن، استعداداتهن الجسمية و العقلية للتدرب فيها للانتفاع بها عند إخلاء سبيلهن وذالك بعد اخذ بعين الاعتبار منشأهن الحضاري الريفي، استعداداتهن البدنية، مهاراتهن اليدوية، ميولاتهن الشخصية و مستواهن الفكري .

وهذا ما ذكره دكتور ومؤلف كوام مكنزي في كتابه القلق ونوبات الذعر، ان القلق والخوف غالبا ما ينجم عن التعرض للضغط، فهما شعوران ينتابان المرء عندما يكون في وضع حرج أو يشعر بأنه في خطر ما . علما أننا لا نعرف دائما ما يهددنا بالتحديد .

لدينا جمعيا مخاوف ثانوية، بعضها تلقيناه، وبعض الآخر فطري، غير أن الخوف والقلق الزائدين ليسل مفيدين على الإطلاق، فهما يعرقلان أداءنا، فالبعض يشعرون بالقلق الشديد قبل إلقاء كلمة أمام الجمهور، لدرجة أنهم يتعرقون ويتعلثمون وبعض التلاميذ يشعرون بالقلق الشديد أثناء الامتحانات لدرجة أنهم لا يستطعون أن يستعدوا لامتحاناتهم بشكل مناسب، وكلما حاولوا الدرس شعروا بالقلق من النتائج التي سيحققونها فالقلق يمكن أن يشكل القلق وضغط حلقة مفرغة .

(مكنزي، 2013، ص6-8)

3-5 فرضية الثالثة :

- الاكتئاب من مشاكل النفسية التي تولد اضطراب نفسي لدى المراهق المتمدرس

توصلنا في دراستنا إلى عدم وجود اكتئاب لدى المراهقين بسبب ظروف الحسنة و العلاقات الاجتماعية الجيدة مع مدير ومستشارين والمعلمين و الأصدقاء وهذا يتنافى مع الدراسة " دانيا الشبوؤن " التي اعتمدت على المنهج الوصفي والعينة متكونة من 655 طالبا وكانت نتائجها كما يلي:

– تحقق فرضية وجود ارتباط القلق بوصفه حالة وسمة وبين اكتئاب لدى مراهقي عينة البحث، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين القلق بوصفه حالة وسمة وبين الاكتئاب (63، 0) بينما بلغت قيمة المعامل الارتباط بين القلق بوصفه سمة واكتئاب (69، 0) .

وهذا ما ذكره " نخبة من أساتذة الجامعة " في كتابه المرشد في طب النفسي بان في سن 12- 19 سنة يشكو المراهق من ملل شامل مع البحث المستمر عن أنشطة جديدة، كما يشعر بالغربة والعزلة ولا يقدر على البقاء وحيدا، ويخالفه الشعور بالإرهاق الشديد أو التعب، وتوهم المرض وانشغال بالجسم وشكله ووظائفه .

(نخبة من أساتذة الجامعات في العالم العربي، ص32)

استنتاج العام :

إن الدراسة الحالية تهدف إلى كشف الاضطرابات النفسية الموجه إلى تلاميذ التعليم المتوسط وكذا كشف مدى تأثير الاضطرابات النفسية على المراهق المتمدرس

– وصول إلى هدف المنشود في هذه الدراسة تم الاعتماد على أداة والمتمثلة في الاستبيان المعد من قبل الباحثين والخاص ب اثر الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس، وتطبيقها على عينة قوامها(50) من تلاميذ سنة رابعة المتوسط من مؤسسة

وقد بينت النتائج المتوصل إليها من خلال التساؤل العام أي أن البيئة الاجتماعية الجيدة والمحيط المدرسي الملائم والاهتمام الأسري، تكون لها تأثير علىلصحة النفسية للمراهق وا إذا كانت سيئة تأثير على الصحة النفسية وبالتالي تولد اضطرابات نفسي وتتمثل في (خوف، قلق، اكتئاب)

أما بنسبة للنتائج التساؤلات الفرعية فقد تم التوصل إلى عدم وجود الاضطرابات النفسية لدى المراهق المتمدرس، وهذا يفسر من خلال النتائج المتوصل إليها مدى تأثير البيئة الاجتماعية و المحيط المدرسي الملائم و الاستقرار الأسري في نفسية المراهق .

وبعد دراستنا لهذا الموضوع وفي ضوء نتائج الدراسات السابقة والإطار النظري للبحث، أشارت نتائج البحث إلى انه عدم وجود اضطرابات النفسية (خوف، قلق، اكتئاب)لدى المراهق المتمدرس وهذا راجع إلى الظروف الاجتماعية الحسنة والإطار الهيكلي المدرسي المناسب، والمنظومة التربوية الملائمة .

الاقتراحات :

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، والتي أظهرت بعدم وجود الاضطرابات النفسية لدى لمراهق المتمدرس، ولهذا نوصي بجملة من الاقتراحات التالية :

- ضرورة مراعاة الجانب النفسي للمراهقين المتمدرسين .
- الاهتمام بمشاعر المراهقين وعدم إدخالهم في الموافق الشديدة التي تجعلهم يحسون بالنقص وتمس جانبهم النفسي .
- توفير ظروف الملائمة والمريحة والمكيفة للجو الداخلي (المدرسة) للتلميذ وذالك من اجل تحقيق التوافق الدراسي .
- عمل حصص إعلامية تعرفهم بالمرحلة التي يعيشونها وتوفير برامج ترفيهية ونشاطات ثقافية .
- ممارسة الرياضة لتجنب الكثير من المشاكل التي يمكن أن يتعرض لها التلميذ المراهق .

الخاتمة :

يعتبر كل من الخوف والقلق والاكتئاب من اكبر الاضطرابات النفسية التي تصيب الإنسان، فهي تجعل حالته النفسية تتصف بعدم السواء وتدهور النفسي، من خلال الدراسة التي قمنا بها على التلاميذ المراهقين بالمتوسطة .

تبين ان هناك مستويات من الخوف والقلق والاكتئاب لديه لكن بدرجات منخفضة وذلك لسيادة الجو والمناخ الملائم الذي توفره وتسهر عليه المتوسطة، وهذا يعود إلى الجهود المبذولة التي تقوم بها المؤسسات التربوية من خلال توفير جميع المرافق الضرورية التي تساعده على التكيف وكذا أيضا تابعة إرشادية ونفسية من طرف أخصائيين نفسانيين ومساعدين تربويين لسهر على خدماتهم، وكذلك محاولة جعلهم أفراد نافعين في المجتمع .

بتوفير نشاطات ثقافية (موسيقى، رسم، رياضة.....الخ) تجعلهم يتغلبون عن الطاقات السلبية وتجعلهم أيضا يتغلبون على صعوبات الحياة وتامين مستقبلهم، وكذلك القيام بأمورهم الشخصية بمفردهم دون الاعتماد على الغير في حل مشاكلهم .

قائمة المراجع :

1/ أسماء بوعود، الاضطرابات النفسية بين سيكولوجية الحديثة و المنظور الإسلامي، عدد 08، مؤسسة العلوم النفسية العربية .

2/ احمد شلبي، منهجية البحث العلمي، الديوان الوطني للمطبوعة الجامعية، الجزائر، 1992 .

3/ أبو بكر مرسي، أزمة الهوية في المراهقة، مكتبة النهضة المصرية، مصر، 2002 .

4/ بوسنة عبد الوافي زهير، علم النفس النمو و نظرياته، دار هدى، الجزائر، 2012 .

5/ حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، عالم الكتب، القاهرة، 1985 .

6/ خالد مصلح وآخرون، في مناهج البحث العلمي وأساليبه، دار مجدولاوي للنشر، عمان، الأردن، 1999 .

7/ جابر عبد الحميد و احمد خيري كاظم، كاظم مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة العربية، القاهرة، 1984 .

8/ ديولد فان دالين : ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، طبعة الثانية، القاهرة، مصر، 1984 .

9/ علي عبد الرزاق جلي وآخرون، مناهج البحث الاجتماعي، دار معرفة الجامعية الإسكندرية، 1992 .

10/ عبد الرحمن بدوي، مناهج البحث العلمي، دار النهضة العربية، القاهرة، 1963 .

11/ فؤاد بهي السيد، أسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، 1998 .

12/ نخبة من أساتذة الجامعات في لعالم الغربي، مرشد في الطب النفسي، منظمة الصحة العالمية، المكتب إقليمي لشرق متوسط، أكاديميا .

13/ منصور عصام، قراءات في مشكلات الطفولة، طبعة الثانية، جدة، تهامة للنشر والتوزيع، 1974 .

14/ كوام مكنزي، ترجمة : هلا أمان الدين، القلق ونوبات الذعر، الطبعة الأولى، دار المؤلف، 2013 .

ملاحق :

الملحق رقم (01) : الاستمارة في صورتها الأولية (تم توزيعها على العينة التجريبية)

وزارة التعليم ولبحث العلمي

.جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم : العلوم الاجتماعية **تخصص :** الإرشاد والتوجيه

استمارة الاستبيان

أخي التلميذ / أختي التلميذة

في إطار إنجاز دراسة حول (الاضطرابات النفسية وأثرها على المراهق المتمدرس) نضع بين يديك مجموعة من العبارات والمطلوب منك وضع علامة (x) أمام الإجابة التي تناسب اعتقادك الشخصي تماما بعد قراءتها بتمعن.

ملاحظة : أن هذا العمل له أغراض علمية فقط ولذلك فإن إجابتك لن يطلع عليها أحد ولا تنسى الإجابة على جميع العبارات من غير استثناء مع الشكر على حسن التعاون

البيانات الشخصية :

الجنس : ذكر أنثى الصف : .....

العبارات	لا	قليلاً	متوسطاً	أحياناً
1. أشعر أن هناك أمور كثيرة في الحياة لا أستطيع مواجهتها				
2. مشكلتي في شعوري بالنظافة بشكل كبير				
3. تدخل المعلمين بشؤوني أمر يزعجني				
4. إن إحدى مشكلاتي هي شعوري بعدم وضوح أمور حياتي				
5. جلوسي طويلاً أما الإنترنت أصابني بالكسل				
6. إنني قلق لاعتمادي بأن جميع أصدقائي يمكن أن يتحولوا ضدي.				
7. كثيراً ما أعاني من مشاعر القلق بدون سبب ظاهر				
8. من الأسباب التي تسبب لي مشكلة عدم ثقة				

9. كثيراً ما أنشئت أفكار غير مرغوبة				
10. إن عدم السماح لي بالذهاب إلى أماكن التي أحبها أمر يزعجني				
11. أشعر بأنني منعزل على الآخرين				
12. أشعر بعدم قدرة على التركيز على الدروس				
13. أشعر بالكآبة والحزن باستمرار				
14. بعظم الوقت أكون خائفاً ولا أعرف السبب				
15. ن أكون ملزماً بارتداء الزي المدرسي أمر يزعجني				
16. عاني كثيراً من الصداع				
17. أحس بمسؤولية شخصية تجاه حدوث أي شيء خاطئ				
18. يزعجني أنه لا يوجد أحد أتحدث معه عن مشكلاتي				
19. من الأمور التي تزعجني أن يتجسس والذي علي عندما أكون خارج البيت				
20. أشعر بالقلق حول ما إذ كنت سأرفع من صفي الحالي إلى الصف الذي يليه في نهاية العام				
21. ليس في حياتي شيء يبدو أنه جدير بالاهتمام.				
22. أشعر بالتوتر عند اقتراب موعد الامتحان بدرجة أكثر من زملائي				
23. أفضل أن أرد على الشخص بالمثل من أن أسامحه				
24. لدي شعور بعدم الرضا والملل من كل الأشياء				
25. لا أجد فائدة في الدروس التي أتلقاها في المدرسة				
26. أشعر بالتوتر إذا ما طلب مني المعلم الوقوف والقراءة بصوت مرتفع				
27. أشعر بعدم الارتياح أثناء تحدث الطلاب في الساحة عن امتحان قادم				
28. أنني أبكي طيلة الوقت هذه الأيام				
29. أشعر أني حزين طيلة الأيام				
30. لا أستطيع أداء عمل يحتاج فترة زمنية طويلة				
31. إنني أشعر بالحزن والتعاسة لدرجة لا أستطيع احتمالها "أ"				
32. أشعر بالقلق عندما أتحدث إلى شخص ذي سلطة أو نفوذ				
33. أشعر بأنني منزعج ومجروح				
34. ستغرق وقتاً أطول من السابق قبل أن أنام				
35. أشعر بخوف شديد عندما أكون في مكان مظلم				

الملحق رقم (02) : الاستمارة في صورتها النهائية (تم توزيعها على العينة الأصلية)

وزارة التعليم ولبحث العلمي

.جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم : العلوم الاجتماعية **تخصص :** الارشاد والتوجيه

استمارة الاستبيان

أخي التلميذ / أختي التلميذة

في إطار إنجاز دراسة حول (الاضطرابات النفسية وأثرها على المراهق المتمدرس) نضع بين يديك مجموعة من العبارات والمطلوب منك وضع علامة (x) أمام الإجابة التي تناسب اعتقادك الشخصي تماما بعد قراءتها بتمعن.

ملاحظة : أن هذا العمل له أغراض علمية فقط ولذلك فإن إجابتك لن يطلع عليها أحد ولا تنسى الإجابة على جميع العبارات من غير استثناء مع الشكر على حسن التعاون

البيانات الشخصية :

الجنس : ذكر أنثى الصف : .....

العبارات	لا	قليلاً	متوسطاً	أحياناً
1. أشعر أن هناك أمور كثيرة في الحياة لا أستطيع مواجهتها				
2. مشكلتي في شعوري بالنظافة بشكل كبير				
3. تدخل المعلمين بشؤوني أمر يزعجني				
4. إن إحدى مشكلاتي هي شعوري بعدم وضوح أمور حياتي				
5. جلوسي طويلاً أما الإنترنت أصابني بالكسل				
6. إنني قلق لاعتقادي بأن جميع أصدقائي يمكن أن يتحولوا ضدي.				
7. كثيراً ما أعاني من مشاعر القلق بدون سبب ظاهر				
8. من الأسباب التي تسبب لي مشكلة عدم ثقة				
9. كثيراً ما أنشئت أفكار غير مرغوبة				
10. إن عدم السماح لي بالذهاب إلى أماكن التي أحبها أمر				

يزعجني				
11. أشعر بأنني منعزل على الآخرين				
12. أشعر بعدم قدرة على التركيز على الدروس				
13. أشعر بالكآبة والحزن باستمرار				
14. معظم الوقت أكون خائفاً ولا أعرف السبب				
15. ن أكون ملزماً بارتداء الزي المدرسي أمر يزعجني				
16. عاني كثيراً من الصداع				
17. أحس بمسؤولية شخصية تجاه حدوث أي شيء خاطئ				
18. يزعجني أنه لا يوجد أحد أتحدث معه عن مشكلاتي				
19. من الأمور التي تزعجني أن يتجسس والذي علي عندما أكون خارج البيت				
20. أشعر بالقلق حول ما إذ كنت سأرفع من صفي الحالي إلى الصف الذي يليه في نهاية العام				
21. ليس في حياتي شيء يبدو أنه جدير بالاهتمام.				
22. أشعر بالتوتر عند اقتراب موعد الامتحان				
23. أفضل أن أرد على الشخص بالمثل من أن أسامحه				
24. لدي شعور بعدم الرضا والملل من كل الأشياء				
25. لا أجد فائدة في الدروس التي أتلقاها في المدرسة				
26. أشعر بالتوتر إذا ما طلب مني المعلم الوقوف والقراءة				
27. أشعر بعدم الارتياح أثناء تحدث الطلاب في الساحة عن امتحان قادم				
28. أنني أبكي طيلة الوقت هذه الأيام				
29. أشعر أني حزين طيلة الأيام				
30. لا أستطيع أداء عمل يحتاج فترة زمنية طويلة				
31. إنني أشعر بالحزن والتعاسة لدرجة لا أستطيع احتمالها				
32. أشعر بالقلق عندما أتحدث إلى شخص ذي سلطة أو نفوذ				
33. أشعر بأنني منزعج ومجروح				
34. ستغرق وقتاً أطول من السابق قبل أن أنام				
35. أشعر بخوف شديد عندما أكون في مكان مظلم				