

انتزاع الاستجابة (سيلان اللعب) لذا سمي مثيراً شرطياً ، ويرمز له بالرمز (م/ش).	
هي الاستجابة التي تنشأ نتيجة المثير الشرطي ، حيث نلاحظ أن تقديم المثير الشرطي بمفرده - دون مصاحبة المثير الطبيعي له - يكون قادراً على انتزاع الاستجابة الطبيعية وهي سيلان اللعب، ويرمز لها بالرمز (س/ش).	الاستجابة الشرطية

سـ تعتمد نظرية التعلم الشرطي على عدة قوائين وضـحـ ؟

تتوقف قدرة المثير الشرطي في إصدار الاستجابة الشرطية على :- أـ عدد مرات اقترانه وتدعميه بالمثير الطبيعي بـ الفاصل الزمني بين المثير الشرطي والمثير الطبيعي مثال :- لذا عندما يجب الطالب عن سؤال المعلم إجابة صحيحة على المعلم أن يشجعه ويدعمه مباشرة .	قانون التدريم
عند تكرار تقديم المثير الشرطي دون أن يعقبه أو يدعمه المثير الطبيعي فإن الاستجابة الشرطية تتضاءل تدريجياً ويحدث لها ما يسمى "بالانطفاء" مثال :- لذلك إذا امتنع المعلم عن السماح للطالب الذي يقول "أنا ... أنا ... " بالإجابة عن طلبه لها فإن هذه الاستجابة بكلمة " أنا ... أنا ... " ستتضاءل ويحدث لها انطفاء، وتقل الفوضى في الفصل بما يؤثر إيجاباً على التعلم	قانون الانطفاء
عند تقديم المثير الشرطي بعد فترة من حدوث الانطفاء يمكن أن تظهر الاستجابة الشرطية مؤقتاً، ولكن ليس بنفس قوة الاستجابة السابقة ، وهذا يقال أنه تمت عملية استرجاع تلقائي للاستجابة الشرطية .	قانون الاسترجاع التلقائي

سـ بينـ كـيـفـ تـسـتـقـيـدـ مـنـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ بـالـاشـتـاطـ الـكـلاـسيـكـيـ ؟

تفسير ردود الأفعال الانفعالية مثل : تفسير الخوف الآلم . <u>مثال</u> : نفس خوف الأطفال من طبيب الأسنان بسبب خبرات الآلم المرتبطة عند الطبيب .	.١
تعديل الاستجابة غير المرغوبة بالإشتراط المضاد. <u>مثال</u> : الخوف من الظلام يتم ربطه بمثير مرغوب (اللعب بالكتشاف) .	.٢
تفيد في تكوين اتجاهات موجبة للتلاميذ لحضور المدرسة . <u>مثال</u> : ارتباط الذهاب إلى المدرسة بالأنشطة المحببة للطلاب . (حصة الألعاب)	.٣

اسئلة عامة

سـ وـضـحـ مـفـهـومـ الـتـعـلـمـ ؟

نحن لا نستطيع ملاحظة التعلم بشكل مباشر، وإنما يستدل عليه من السلوك ذاته . وعلى هذا يمكن أن نعرف التعلم على النحو الآتي: (التعلم هو تغير شبه دائم في سلوك الفرد ناتج عن الخبرة والممارسة)

سـ كـلـ تـعـلـمـ يـعـدـ تـغـيـرـ سـفـرـ هـذـهـ العـبـارـةـ ؟

التغييرات في الأداء الناتجة عن النمو لا تعتبر تعلمًا لأن العوامل المسئولة عن هذا التغيير هي عوامل بيولوجية خارجه عن إرادة الفرد، وليس نتيجة الخبرة والممارسة وكذلك التغييرات الناتجة عن التعب لا تعتبر تعلمًا لأن هذا التعب لا يعتبر تعلمًا لأن هذا التعب سريعاً ما يزول بمجرد أن يأخذ الكائن الحي قسطاً من الراحة .

سـ عـلـلـ وـجـودـ نـمـاذـجـ وـنظـريـاتـ لـلـتـعـلـمـ ؟

ليس الإنسان في حاجة إلى أن يتعلم فقط ، ولكن غالباً ما يدفعه حب الاستطلاع إلى محاولة التعرف على كيفية التعلم، وقدّمتها كانت الخبرة الوسيلة الأساسية في تعلم الكثير من أمور الحياة، وساهمت الدراسات والأبحاث في مجال التربية وعلم النفس في زيادة الاهتمام بنظريات التعلم .

سـ اـشـرـحـ بـمـاـلـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ الشـرـطـيـ الـكـلاـسيـكـيـ ؟

هي أول النظريات السلوكية ظهرت وأكثرها شيوعاً ومؤسسها العالم الروسي "إيفان بافلوف"

وحيثما كان يجري تجاريه لأحد الحيوانات في الغد اللعابية لاحظ ملاحظة هامة هي : "أن الحيوان يفرز لعابه حين يتعرض لبعض المثيرات التي ترتبط ارتباطاً متكرراً بالطعام وليس حينما يوضع الطعام في فمه فعلاً، المعروف أن وظيفة اللعاب الفسيولوجية هي تيسير مضغ الطعام وبطنه وهضمه ، ولكن بافلوف لاحظ أن الحيوان يفرز اللعاب لمثيرات أخرى محايدة بخلاف الطعام وهذا ما يدل على أنه يستجيب لمثير آخر سماه بافلوف فيما بعد بالمثير الشرطي .

سـ وـضـحـ المـفـاهـيمـ الـتـالـيـةـ : المـثيرـ الطـبـعـيـ .ـ المـثيرـ الشـرـطـيـ .ـ الـاستـجـابـةـ الشـرـطـيـةـ .ـ المـثيرـ المحـايـدـ .ـ الـاستـجـابـةـ الطـبـعـيـةـ

هو المثير الذي ينشأ عنه الاستجابة الطبيعية عند تقديمها في البداية ، وهو الطعام (مسحوق اللحم) ويرمز له (م/ط).	المثير الطبيعي
هي الاستجابة بسيلان اللعب نتيجة المثير الطبيعي وهو الطعام، ويرمز لها بالرمز (س/ط).	الاستجابة الطبيعية
هو المثير الذي لا تنشأ عنه استجابة سيلان اللعب قبل اقترانه بالمثير الطبيعي ، وقد استخدم بافلوف صوت الجرس كمثير محايد في البداية	المثير المحايد
هو المثير المحايد في البداية ثم أصبح بعد اقترانه بالمثير الطبيعي (الطعام) لعدة مرات قادرًا بمفرده على	المثير الشرطي

سـ يـعـدـ قـاـنـونـ الـأـثـرـ مـنـ قـوـاـيـنـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ بـالـمـحاـوـلـةـ وـالـخـطـاـ وـضـحـ

الارتباط بين المثير والاستجابة يقوى أو يضعف نتيجة لما يتربى على الاستجابة من شعور بالارتياح أو عدم الارتياح .

حيث يرى ثورنديك أن قوة الارتباط لا تنشأ فقط بسبب التكرار والاقتران بين المثير والاستجابة وإنما تنشأ نتيجة الأثر الطيب الناشئ عن التعزيز .

مثال: إذا أجبت عن سؤال المعلم إجابة صحيحة فستشعر بالارتياح والسرور وهذا الرضا سيجعلك تتذكر هذه الإجابة بسرعة إذا سئلت نفس السؤال فيما بعد ، وبالتالي ستقوى الرابطة بين هذا السؤال والإجابة الصحيحة عنه ، وإذا لم تجب عن السؤال إجابة صحيحة فستشعر بعدم الارتياح ، وبالتالي ستضعف الرابطة بين السؤال وتلك الإجابة غير الصحيحة .

سـ وـضـحـ بـالـأـمـثـلـةـ قـاـنـونـ الـأـسـعـدـادـ أوـ الـتـهـيـءـ
سـ يـعـدـ قـاـنـونـ الـأـسـعـدـادـ وـالـتـهـيـءـ مـنـ قـوـاـيـنـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ بـالـمـحاـوـلـةـ وـالـخـطـاـ وـضـحـ

يصف هذا القانون الأساس الفسيولوجي لقانون الأثر ، فهو يفسر حالات الارتياح وعدم الارتياح التي أشار إليها قانون الأثر وبالتالي فهو يحدد الظروف التي يشعر فيها المتعلم بالرضا أو الضيق وهي تتضمن ثلاثة احتمالات ، وهـيـ :

أـ إذا كان الفرد مهيناً للاستجابة ، وتمت استثارته على نحو يؤدي إلى إصدار هذه الاستجابة ، حينذاك سيشعر بالرضا والارتياح .

مـثالـ: إذا سألك المعلم و كنت مستعداً للإجابة ، وأجبت عن السؤال إجابة صحيحة فإن هذا يشعرك بالرضا والارتياح .

بـ. إذا كان الفرد مهيناً لل الاستجابة ، ولم يعط الفرصة لإصدار هذه الاستجابة ، فإنه سيشعر بالضيق وعدم الارتياح .

مـثالـ : إذا سأله المعلم سؤالاً ، و كنت مستعداً للإجابة عن السؤال ، إلا أنه لم يطلب منك المعلم الإجابة فستشعر بالضيق وعدم الارتياح .

جـ. أما إذا لم يكن الفرد مهيناً لل الاستجابة ، و تم إجباره على إصدار هذه الاستجابة فإنه سيشعر بالضيق وعدم الارتياح .

مـثالـ : عندما يسألك المعلم سؤالاً وأنت غير مستعد للإجابة عن هذا السؤال ، فإليك بطبعية الحال ستشعر بالضيق وعدم الارتياح .

سـ اـعـرـضـ التـصـيـيـراتـ الـتـرـبـويـةـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ بـالـمـحاـوـلـةـ وـالـخـطـاـ

- زيادة دافعية المتعلمين عن طريق إشراكهم في اختيار أنشطة التعلم وأساليبه مما يجعل بينية التعلم مثيرة وجذابة .
- الممارسة أساس التعلم وتساعد في اكتساب المهارات .
- ضرورة تقوية الروابط بين المثيرات والاستجابات بالتكرار أو التدعيم عند تعلم مهارات عقلية أو حركية أو تكوين عادات سلوكية مرغوبة ، أو تذكر معلومات لفظية ، وهـكـذا
- التهيئة والتمهيد للدرس خطوة أساسية تساعـدـ الطـلـابـ عـلـيـ فـهـمـ وـاسـتـيعـابـ الشـرـحـ .

٤. إحل نماذج شرطية لعلاقات جديدة مرغوبة وإطفاء الغير المرغوبة .

مـثالـ: مـكـافـأـةـ تـلـمـيـذـ بـعـدـ حـضـورـهـ المـدـرـسـةـ . بـعـدـ فـتـرـةـ إـمـتـاعـ عـنـهـاـ

٥. تعليم القراءة للأطفال من خلال اقتراح الجملة المطلوب قراءتها بالصورة المعبرة عنها .

مـثالـ: تـعـلـمـ الـحـرـوفـ بـالـصـورـ .

سـ اـشـرـ بـمـثـالـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ بـالـمـحاـوـلـةـ وـالـخـطـاـ ؛ عـنـ
ثـورـنـدـيـكـ

١. أجرى ثورنديك التجربة التي وضع فيها قطاً جائعاً داخل قفص حيث أظهر القطة في البداية نشاطاً عشوائياً وكان على القطة الجائع إصدار استجابة معينة للخروج من القفص والحصول على الطعام الذي يوجد خارج القفص لأن يشد الجبل أو يجذب حلقة أو يحرك سقطة الباب وجميعها استجابات تحقق الهدف .

٢. اتخذ ثورنديك الزمن الذي استغرقه القطة لحل المشكلة دليلاً على التعلم ، بمعنى أنه كلما تناقص الزمن كان دليلاً على تعلم الحيوان الاستجابة الصحيحة لحل المشكلة .

٣. واعتبر ثورنديك كل فرصة تعطي للقط محاولة مستقلة بذاتها وتنتهي هذه المحاولة عندما يستجيب الحيوان بالخروج والحصول على الطعام

٤. سجل ثورنديك عدد المحاولات و زمن كل محاولة وكان التحسن التدريجي يتمثل في تناقص الزمن مع تكرار المحاولات . وقد استخدم ثورنديك الطعام كتعزيز لتقوية الرابطة بين المثير والاستجابة .

سـ يـعـدـ قـاـنـونـ التـمـرـينـ مـنـ قـوـاـيـنـ نـظـرـيـةـ التـعـلـمـ بـالـمـحاـوـلـةـ وـالـخـطـاـ ...ـ نـاقـشـ

سـ قـارـنـ بـيـنـ قـاـنـونـ الـأـسـعـمـالـ وـقـاـنـونـ الـأـهـمـالـ ؟

الـثـانـيـ:ـ قـاـنـونـ الإـهـمـالـ أـوـ دـمـ
الـأـسـعـمـالـ

الـأـوـلـ:ـ قـاـنـونـ الـأـسـعـمـالـ

يشير إلى عدم الممارسة أو التمرن لفترة من الزمن يؤدي إلى إضعاف الرابطة بين المثير والاستجابة .

في مثلك السابق الإهمال وعدم حل امتحانات في مقرر من المقررات يضعف الرابطة بين سؤال معين والإجابة عن هذا السؤال بما يؤثر سلباً في التحصيل الدراسي للطالب .

يقصد به أن التمرن أو الممارسة يؤدي إلى تقوية الرابطة بين المثير والاستجابة وبالتالي كلما زادت مرات الممارسة قوى الارتباط أكثر .

مـثالـ: تدريب طالب الثانوية العامة على الامتحانات هذا التدريب يقوى الرابطة بين السؤال والجواب الصحيح عن هذا السؤال مما يؤثر إيجاباً في تحصيل الدراسي للطالب .

سـ اذـكـرـ الـتـطـبـيـقـاتـ التـرـبـوـيـةـ لـنـظـرـيـةـ الـجـشـطـالـتـ (ـفـهـمـ وـالـاسـتـبـصـارـ)؟

١. يتم التعلم عن طريق الفهم وليس الحفظ .
٢. ضرورة إعادة تنظيم الخبرات السابقة بطريقة كلية وجديدة .
٣. التعلم وفق هذه النظرية يعتمد أساساً على إدراك العلاقات التي قد تكون قائمة بين عناصر الموقف أو الدرس .
٤. يجب الاستفادة من المعلومات والمعرفة في المواقف الجديدة وتوضيح أوجه التشابه بين ما هو جديد ، وما سبق تعلمه من خبرات .
٥. التعلم يحدث نتيجة إدراك الكلي للموقف وليس نتيجة إدراك أجزاءه المنفصلة .
- مثلاً: تعلم القراءة والكتابة بطريقة الكلمة (الطريقة الكلية) بدلاً من الحرف (الطريقة الجزئية) .

سـ وـضـعـ نـظـرـيـةـ تـجـهـيزـ وـمـعـالـجـةـ الـمـلـوـمـاتـ عـنـدـ نـورـمـانـ؟

- ✓ يؤكد " نورمان " أبرز علماء تلك النظرية أن التعلم يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتخزين المعلومات وببعض العمليات المعرفية الأخرى .
- فالتعلم عند " نورمان " يتم من خلال :
- ١- التعلم يقوم على المعلومات التي الحصول عليها وهو الدور الأكبر للتعلم .
 - ٢- التعليم يقوم على التخزين الجيد للمعلومات في الذاكرة الذي يساعد على الأداء الجيد .
 - ٣- التعلم لا يتم كعملية أتوماتيكية .
 - ٤- التعلم لا تتحكم فيها مجموعة قوانين

سـ حـدـدـ الشـرـوـطـ الـمـنـاسـبـةـ لـمـوـقـعـ الـتـعـلـيمـ فـيـ نـظـرـيـةـ تـجـهـيزـ وـمـعـالـجـةـ الـمـلـوـمـاتـ؟

يتم من خلالها استقبال الفرد للمنبهات والمثيرات الواردة من العالم الخارجي .	الاستقبال
يتم من خلالها إضفاء وإعطاء معانٍ ذات دلالة محددة للمدخلات الحسية في الذاكرة .	الترميز
يتم من خلالها عملية الاحتفاظ بالمعلومات في الذاكرة ويختلف مستوى الاحتفاظ باختلاف نوع الذاكرة .	الاحتفاظ
يتم من خلالها استدعاء المعلومات والخبرات السابقة التي تم ترميزها وتذكرها .	الاسترجاع

سـ وـضـعـ قـوـانـينـ التـعـلـمـ فـيـ هـذـهـ نـظـرـيـةـ تـجـهـيزـ وـمـعـالـجـةـ الـمـلـوـمـاتـ؟

يلخص نورمان مفاهيمه الأساسية عن التعلم بثلاث قوانين رئيسية هي:

- ١- **قانون العلاقة السببية**: - لكي يتعلم الفرد العلاقة بين الفعل والنتيجة لابد أن تكون هناك علاقة سببية واضحة بينهما .

سـ وـضـعـ المـقصـودـ بـالـجـشـطـالـتـ؟

ويقصد بمصطلح { الجشطالت } : الصيغة أو الشكل أو الكل المنظم الذي يزيد على مجموع أجزائه ، فالجشطالت هو (كل تتكون فيه أجزاء من عناصر متراقبة ترابطًا ديناميكياً فيما بينها وكذلك فيما بينها وبين الكل ذاته) .

قدمت هذه النظرية تفسيرًا جديداً للتعلم من خلال معرفة كيف يدرك الفرد نفسه والبيئة المحاطة به في قانون " الكل أكبر من مجموع أجزائه " ومثال ذلك حينما تقرأ كلمة " أم " لا تقرأ حروف منفصلة (أ.م) ، ولكن تقرأ الكلمة كوحدة كلية

سـ حـدـدـ أـمـ التجـارـبـ الـتـيـ اـعـتـدـ عـلـيـهـ أـصـحـابـ نـظـرـيـةـ الـجـشـطـالـتـ فـيـ أـثـيـاتـ نـظـرـيـتهمـ؟

تم إجراء التجارب الشهيرة على القردة :

- أ- **التجربة الأولى** : وضع الموز في أعلى سقف القفص الذي يوجد فيه القرد مع وجود صندوق أو صندوقين في أحد جوانب القفص كمعينات يمكن للقرد استخدامها للوصول إلى الموز .
- ب- **التجربة الثانية** : وقد وضع الموز في بعض التجارب خارج القرد الوصول للموز خارج القفص ، بحيث لا يستطيع جذب الموز من خارج القفص .

سـ وـضـعـ كـيفـ تـقـمـ عـلـيـةـ التـعـلـمـ بـالـفـهـمـ وـالـاسـتـبـصـارـ الـدـيـ الـجـشـطـالـتـ؟

١. يرى علماء مدرسة الجشطالت أن القرد يدرك الموقف أو الأحداث التي يمر بها بشكل كلي .
٢. التعلم يحدث لديهم من محاولة واحدة تسبقها فترة تأمل وانتظار تتحالها عملية تنظيم لعناصر الموقف الذي يوجد فيه القرد لوضعها في صورة " الكل المتكامل " .
٣. القرد لم يدرك الصناديق والعصى على أنها أدوات للتسلية ولكن أدركها على أنها وسائل معاينة للوصول للهدف وهو الموز .
٤. تعد عملية الفهم ، وإدراك العلاقات من أهم العمليات التي يمارسها القرد في كافة مواقف التعلم المعقّدة ، وهو خاصيتان لا توجدان في النظريات السلوكية التي أشرنا إليها { نظريتي التعلم الشرطي } ، { والتعلم بالمحاولة والخطأ } .

سـ حـدـدـ خـصـائـصـ التـعـلـمـ بـالـاسـتـبـصـارـ؟

١. ينتقل من مرحلة ما قبل الحل إلى مرحلة الحل بطريقة مفاجئة .
٢. غالباً يخلو من الأخطاء .
٣. يظل الكائن محتفظاً به لمدة طويلة .
٤. يستطيع الفرد تطبيقه في المواقف المشابهة بسهولة .
٥. موجود لدى جميع الكائنات الحية مع الاختلاف في درجة التعلم ، حيث يزداد تبعاً لدرجة ارتقاء ونمو الكائن الحي .
٦. لا يحدث انطفاء للتعلم بالاستشعار لأنّه يصبح جزءاً من الذاكرة طويلة المدى .

✓ وكلما كانت هناك رغبة في التعلم وحاجة إلى التقدير كلما زاد دافع التعلم عند الإنسان .

س يلعب التعزيز سواء كان إيجابياً أم سلبياً دوراً هاماً في التعلم ... أكد صدق العبارة ؟

١. يلعب التعزيز دوراً هاماً في التعلم .
٢. ومن المعروف أن كل ما يشجع الدوافع ويرضي الرغبات هو نوع من المكافأة ويشمل ذلك : { الجوائز والدرجات في الامتحان وكل ما يشعر الإنسان بالرضا أو الارتياح هو ما يسمى بالتعزيز الموجب } .
٣. وقد يكون التعزيز السلبي مفيداً أحياناً وخاصة حينما يحرم الشخص المخطئ من شيء يحبه ويوجه انتباذه إلى أخطائه حتى يتجنّبها .
٤. ولذلك فإن التغذية الراجعة في هذه الحالة لها أهمية خاصة فإذا أدركت أنك أخطأت في تعلم نطق كلمة باللغة الإنجليزية ثم تستمع إلى النطق الصحيح من مدرسك فإنك في هذه الحالة تتعلم الاستجابة الصحيحة .

س للمارسة دور حيوي في حدوث التعلم ... برهن على ذلك !

هناك نوعان من الممارسة أثناء التعلم هما : الممارسة الموزعة والممارسة المركزية . وفي الممارسة الموزعة يتم التعلم في جلسات قصيرة نسبياً بينها فترات راحة . أما في الممارسة المركزية فإن الشخص يتعلم الموضوع في جلسات طويلة نسبياً دون أن تخللها راحة . والممارسة الموزعة عموماً أفضل من المركزية .

<ul style="list-style-type: none"> • تختلف طريقة تحديد الفترات الزمنية المناسبة لكل من التعلم والراحة . ١. حسب الأعمال والمهام التي تقوم بها . ٢. ومبدأ الفروق الفردية بين الأفراد . • ويمكن القول أنك يجب أن تستريح طالما تشعر أن كفأتك في العمل بدأت تتناقص وأن أخطائك بدأت في التزايد ، على أن تكون فترات الراحة خلال العمل الواحد الذي توديه قصيرة . • أما إذا انتقلت من عمل إلى آخر ، كان تتحول من استذكار اللغة العربية إلى الرياضيات فيجب أن تكون فترة الراحة بينهما أطول . 	<p>ملاحظات هامة</p>
---	----------------------------

س الدور الإيجابي للمتعلم يساعد في إتمام تعلمه ... وضح ذلك !

كلما زاد الجهد الإيجابي الذي تبذله في تعلم المادة الدراسية مثل إعداد الدرس مقدماً، وتخصيصه أثناء تعلمه والمشاركة في المناقشة، وطرح الأسئلة التي تتصل بالموضوع كان تعلمك أكثر جودة .

س يتضمن قانون التعلم السببي جزءان عند نومان بين ذلك

٢. - قانون التعلم السببي: لهذا القانون جزءان :

الجزء الأول	الجزء الثاني
<p>يتتعلق بالنتائج غير المرغوب فيها حيث يميل الكائن الحي إلى تكرار الاستجابات التي لها علاقة سلبية واضحة بالنتائج غير المرغوب فيها.</p>	<p>يتتعلق بالنتائج المرغوبة حيث يميل الكائن الحي إلى تكرار الاستجابات التي لها علاقة سلبية واضحة بالنتائج غير المرغوب فيها.</p>

مثال : الطالب الذى يمارس الرياضة باستمرار وفى نفس الوقت يتجنب أن يشتري الأطعمة من الباعة الجائلين حرصاً على صحته

س يعد قانون التغذية الراجعة المعلوماتية أحد قوانين التعلم في نظرية معالجة المعلومات ... حل

٣. قانون التغذية الراجعة المعلوماتية .
يشير هذا القانون إلى أن نتائج أي عمل تؤديه سيوفر لك كماً من المعلومات عن هذا العمل " تسمى التغذية الراجعة المعلوماتية " تفيدك في تصحيح المسار وبالتالي يحدث التعلم ومن هنا يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالفهم .

مثال : يقال أنك تعلمت الشطرنج حينما تفهم جيداً النقلات والإستراتيجيات الأساسية للعبة وغضضها التي تحصل منها على التغذية الراجعة المعلوماتية وقد تعتقد أنك تعلمت الشطرنج ولكنك إذا لم تستطع اللعب أمام لاعب يتحدى فربما ينك في الحقيقة لم تتعلم .

س أذكر التطبيقات التربوية النظرية تجميل ومعالجة المعلومات

س كيف يمكنك كطالب الاستفادة من نظرية تجميل ومعالجة ومعالجة المعلومات في دراستك ؟

١. فهم العديد من العمليات المعرفية المركبة .
٢. أن السلوك الإنساني ينبع من تفاعل الظروف الحالية المثيرة وذكريات الخبرة السابقة .
٣. ضرورة الاعتماد على التكرار اللفظي للمادة المتعلمة في المراحل العمرية الأولى للmentum .
٤. التدريب الموزع أكثر فاعلية من التدريب المكثف .
٥. التعلم المبني على المعنى أكثر دواماً لذلك يجبربط ما يتعلم الطالب بخبراته السابقة وبالواقع .
٦. الاهتمام بالانتقال الإيجابي لأثر التعلم من خلال تطبيق المتعلم لكافة الموضوعات والدروس التي يتعلمها .

س للداعية دور بارز في عملية التعلم وضح ذلك .

✓ إن جميع أنواع التعلم السابقة التي أجريت على الحيوان اعتمدت على وجود دافع هو (دافع الجوع)
✓ وتختلف دوافع التعلم عند الإنسان عن الحيوان فعند الإنسان تلعب الدوافع الاجتماعية دوراً كبيراً مثل : { الإنجاز وال الحاجة إلى التقدير والرغبة في الاستطلاع }
أما عند الحيوان فهي ترتبط فقط بالدوافع الفسيولوجية

د- استخدام عادات جيدة في القراءة مثل البقاء الصحيح لحركات العين على الكلمات المطبوعة.

س- حدد المقصود بعلم نفس النمو؟

١. هو الذي يهتم بدراسة المبادئ والقوانين المتصلة بالنمو الإنساني.
٢. يهتم بظواهر النمو المختلفة.
٣. يهتم بالمطالب وال حاجات والمشكلات التي تواجه الفرد في كل مرحلة.

س- بين الهدف من دراسة النمو الإنساني؟

والهدف النهائي لدراسة النمو الإنساني هو تكوين شخصية نامية متطورة بصورة متكاملة ، وهذا الهدف لا تقوم به الأسرة بمفردها ولكن تقوم به كل مؤسسات المجتمع (الحضانة، المدرسة ، وسائل الإعلام ، دور العبادة ... الخ).

س- وضح تعريف النمو موضحاً ما يتضمنه؟

س- حلل تعريف النمو؟

- يمكن تعريف النمو الإنساني على أنه :

سلسلة التغيرات التي تحدث للكائن الحي منذ لحظة الحمل وحتى الشيخوخة أو الوفاة وذلك في الجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية واللغوية والخلقية .

ويتضح مما يتضمنه التعريف السابق أن النمو:

١. سلسلة متصلة تبدأ منذ لحظة الحمل ثم الطفولة والمراقة والشباب والرشد والشيخوخة .

٢. يشمل الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية واللغوية وهذه الجوانب متفاعلة مع بعضها البعض

س- أعرض مبادئ النمو في ضوء ما درست؟

يعني أن الوليد يستجيب للمواقف عامة بطريقة كليلة ثم تصبح الاستجابات أكثر تنوعاً
مثال ١: فالطفل يحاول أن يحرك جسمه كله ليلقط شيئاً أمامه ثم يتعلم بعد ذلك كيف يحرك يديه فقط.

مثال ٢: ويكون مشى الطفل في البداية حركة غير منتظمة لكل أجزاء جسمه ، وبعدها تأخذ شكلاً منسقاً للأيدي والأرجل

مثال ٣: وحينما يريد الطفل أن يلتفت إلى مصدر صوت ما فإنه يحاول الالتفاف بكل جسمه ، ثم تتعدل حركته ويتعلم كيف يدير رأسه ورقبته فقط دون بقية جسمه .

يقوم على التفاعل بين كان عضو بيولوجي وما يتعرض له من مؤثرات بيئة مادية ونفسية واجتماعية ، ولا يتوقف النمو عند مرحلة الطفولة بل مع امتداد الزمن ينتقل من مرحلة إلى أخرى ، مكتسباً كل ما يؤهله للنضج لهذه المرحلة.

توجد فروق فردية في معدلات: الجسم والعقلي والاجتماعي والانفعالي ،
بل توجد فروق داخل الفرد الواحد فربما سرعة النمو الجسمى لا تساير النمو العقلى أو

١) النمو يسير من العام إلى الخاص

٢) النمو تغير مستمر

٣) توجد فروق فردية

س- ما المقصود بالانتقال الموجب للتعلم؟

١. تزداد كفاءة التعلم إذا كان تعلم موضوع معين يؤثر تأثيراً إيجابياً ويفيدك في تعلم موضوع آخر . وهو ما يسمى بالانتقال الموجب للتعلم ،

مثال: فتعلمك لقاعدة نحوية في اللغة العربية واللغة الإنجليزية يجب أن يفيدك أثناء القراءة والكتابة في مواقف أخرى .

٢. ولا يكون للتعلم قابلية للانتقال الموجب إلا إذا توافرت له مجموعة من الشروط أهمها :

أ- العناصر المشتركة: فإذا كان المتعلم لوجود تشابه بين التعلم الجديد والتعلم السابق يجعل الانتقال الموجب سهلاً .

ب- الفهم: وهو العملية التي تعتمد على إدراك العلاقات أو (الاستبصار).

س- يلعب الانتباه دوراً هاماً في تحسين طرق الاستذكار دللاً بالأمثلة؟

الانتباه: يتحقق من خلال:

أ- تخصيص وقت معين للاستذكار والحرص والالتزام به .

ب- تخصيص مكان معين للاستذكار وتحاشي أماكن الاسترخاء (ال揩سرين)

ج- بذل بعض المجهودات البدنية كتحريك الجسم والجلسة المعتمدة

ـ - التدريب على الاستذكار في الظروف المتغيرة ، { كالهواء - الضوضاء } .

ـ - التخلص من المشكلات النفسية والعاطفية والاجتماعية

س- زيادة الرغبة في الاستذكار ترتبط بمبدأ الدافعية بين ذلك؟

زيادة الرغبة في الاستذكار:

ويمكن تحقيق هذا الدافع عن طريق :

ـ - التفكير في الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها مثل النجاح أو التفوق

ـ - التنافس مع الذات وتحديد مستوى يسعى لتجاوزه

ـ - تخصيص وقت محدد للانتهاء من استذكار المادة والحرص على تنفيذ ذلك .

س- يصبح الاستذكار أكثر فاعلية إذا كانت ذاتها إيجابياً... ووضح كيف يمكن تحقيق ذلك

المشاركة النشطة:

ـ - تأكيداً للدور الإيجابي للمتعلم يجب أن يكون نشطاً لإيجابياً أثناء

ـ - الاستذكار:

ـ - المراجعة: وتكون بين وقت لآخر لتنذكر بعض العناصر الأساسية .

ـ - تدوين المذكرات: و تلخيص المادة و ملاحظات و اسئلة عن

ـ - المادة و تدوين أفكار حول ما تتعلم

س- القراءة بالفهم تيسّر لك الكثيرون من التعلم. كيف يمكن تحقيق ذلك؟

استخدام طرق القراءة الجيدة:

ـ - استعراض العام للمادة قبل الدراسة التفصيلية .

ـ - الربط بين المعلومات الجديدة ، والمعلومات السابقة .

ـ - البحث عن المبادئ العامة التي تنظم التفاصيل والجزئيات .

س قارن بين الغدة النخامية والغدد الدرقية؟

- ومن أهم الغدد اللاقتوبية أو الصماء ما يلى :

الغدد الدرقية	الغدد النخامية	أسم الغدد
وتفرز هرمون الثيروكسين الذي يضبط عملية تحويل الطعام إلى طاقة ويمد الخلايا بالحرارة اللازمة	تقع أسف سطح المخ ويفرز الفص الامامي عدداً من الهرمونات منها هرمون النمو الذي يبدأ عمله منذ الشهور الأولى في حياة الجنين .	المكان وافرازاتها
- <u>ونقصه يؤدي إلى الشعور بالبرودة بصفة دائمة وبالدوخان أحياناً و عدم النشاط وقلة الرغبة في العمل وبطء التنفس وضعف الرغبة الجنسية وقلة الرغبة في الطعام وبطء ضربات القلب</u>	نقص هذا الهرمون في الدم قبل البلوغ يعيق نمو العظام فيتحول الطفل إلى قزم .	نقص افرازاتها
- <u>أما إذا زاد إفرازها ونشاطها عن الحد العادي من هرمون الثيروكسين؛ فقد يعاني الفرد من العصبية وعدم الاستقرار في ضربات القلب وصعوبة التنفس وكثرة الحركة ونحو ذلك .</u>	زيادة إفراز هذا الهرمون في مرحلة البلوغ تؤدي إلى نمو سريع وشاذ في عظام الجذع والأطراف	زيادة افرازاتها

س وضح دور الأسرة في النمو ؟

(٣) الأسرة :

- إذا كانت العلاقات بين الطفل والديه تتسم بالحب ، والقبول والثقة والاحترام فهذا يجعل الطفل يتقبل ذاته ويتقبل الآخرين وبائق فيهم
- في حين نجد أن العلاقات التي تسودها الحماية الزائدة والإهمال أو التسلط أو السيطرة أو التهاون أو الرفض تؤدي إلى زيادة اعتمادية الطفل ، وشعوره بعدم الثقة والعجز والنقص - كذلك فإن العلاقات الطيبة مع الأخوة والخالية من تفضيل طفل على طفل ، فإنها تؤدي إلى النمو النفسي السليم للطفل

س يؤدي الغذاء دوراً هاماً في النمو..... على.

(٤) الغذاء : يؤدي الغذاء دوراً مهماً في النمو حيث أنه:

- (١) يمد الجسم الطاقة .
- (٢) كما يساعد في بناء خلايا الجسم وتعويض التالف منها .
- (٣) يسهم في وقاية الفرد من الأمراض ، ويجب أن يتناسب الغذاء مع طبيعة المرحلة التي يمر بها الفرد ، وفي كل الحالات يفضل أن يتناول الفرد وجبات غذائية تحتوى على كل العناصر المطلوبة للنمو.

الاجتماعي أو الانفعالي والمسايرة في النمو بين الأقران نسبية .

فمن ينخفض ذكاؤه يتأخر في المشي والكلام، ويلاحظ أن الطفل الذكي كثيراً ما يكون متقدماً في النمو الاجتماعي والانفعالي .

إذ يكون النمو الجسمى سريعاً في المرحلة الجنينية والطفولة المبكرة والمراحل ، بينما يطينا في الطفولة المتأخرة وفي الرشد .

فالنمو يسير في اتجاه محورين متوازيين أحدهما طولى يبدأ من أعلى الرأس ويتوجه إلى آخر القدم ، والأخر عرضي .

س وضح العوامل المؤثرة في النمو ؟

س تعد الوراثة أحد العوامل المؤثرة في النمو..... بين ذلك

(١) الوراثة :

- ✓ الوراثة هي انتقال الصفات أو الخصائص الوراثية من الوالدين إلى الأبناء، وذلك عن طريق الجينات التي تحملها الكروموسومات ✓ ومن المعروف أن الخلية الإنسانية تتكون من جدار وبروتوبلازم ، والبروتوبلازم يحتوى على سينوبلازم ونواة ✓ يوجد داخل النواة الكروموسومات التي تحمل الجينات ، والتي تحدد جميع الصفات الوراثية للكائن الحي.

س تعد الغدد أحد العوامل المؤثرة في النمو..... نقاش

س ميزتين الغدد القنوية والغدد اللاقتوبية الصماء وتأثيرها على النمو.

(٢) الغدد :

الغدد أعضاء داخلية في الجسم ، تتكون من مجموعة من الأنسجة التي تتتألف من خلايا عصبية وخلايا عضلية ، وتحتوي الجسم على مجموعتين من الغدد، وهما:

الغدد اللاقتوبية (الصماء)	الغدد القنوية
- وتطلق إفرازاتها في الدم مباشرةً، وتساهم في نمو الجسم وضبط السلوك الانفعالي .	وهي غدد لها قنوات خاصة تسير فيها إفرازاتها .
- والتوازن في إفرازات هذه الغدد يجعل الفرد شخصاً سليماً ، والاضطراب في إفرازاتها يؤدي إلى الأضطرابات النفسية والجسمية والشخصية.	ومن أمثلتها : الغدد الدمعية ، والغدد اللعابية ، والغدد العرقية .

س تعد وسائل الاعلام أحد العوامل المؤثرة في النمو. برهن

(٨) وسائل الاعلام -

- ✓ تزداد أهمية وسائل الإعلام في ظل الثورة التي أصبحت تعرف الآن باسم ثورة المعلومات من حيث تنوع أساليب الاتصال ، ومن حيث الكم الهائل من المعلومات التي تقدمها . و ماتتبناه من قيم ايجابية أو سلبية .
- ✓ ومن المعلوم أن بناء القيم وتكون الاتجاهات لم يعد مقصوراً على الجماعة أو الجماعات الصغيرة التي ينتمي إليها الفرد،
- ✓ ولكن أصبح لأساليب الاتصال وما تحمله من معلومات تأثير أكثر وضوحاً في الأطفال والمرأةين

س للأذن والكمبيوتر أثر على عملية النمو. ناقش

(٩) الانترنت والكمبيوتر (الحاسب الآلي) :-

- إذا كان العصر الراهن هو عصر الثورة العلمية ودخلوا الحاسوبات ، إلا أن هناك بعض المخاطر تتطلب تفتيين استخدامه بالنسبة للأطفال

- وهذه المخاطر منها :

- ١) صعوبة التحقق من مدى صحة ودقة المعلومات الموجودة على شبكة الانترنت
- ٢) الدخول إلى غرف الاتصال حيث يتداولون الحديث مع آشخاص غرباء لا يعرفونهم ، ويجب تحذير الأبناء من ذلك
- ٣) استهلاك ساعات طويلة من الوقت مما يقلل من تفاعلهم الاجتماعي ويوثير على نموهم النفسي - (خاصة إذا وصل الأمر إلى إدمان الانترنت) .
- ٤) عندما يقل التواصل الاجتماعي مع الآخرين يصبح الطفل أكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب .

س يمر الفرد بعدة مراحل نمائية.... استعرض ذلك.

النمو سلسلة من الحلقات المتتابعة تبدأ مع تلقّي البويضة وتنتهي بنهاية حياة الفرد ، ويمكن تقسيم مراحل النمو إلى النحو التالي

- ١) مرحلة ما قبل الولادة : وهي من بداية تلقّي البويضة حتى الولادة
- ٢) مرحلة المهد : وهي منذ الميلاد حتى نهاية الأسبوع الثاني
- ٣) مرحلة الرضاعة : وهي من نهاية الأسبوع الثاني حتى نهاية السنين
- ٤) مرحلة الطفولة المبكرة : وهي من نهاية الثانية إلى نهاية السنة السادسة
- ٥) مرحلة الطفولة المتأخرة : وهي من بداية السنة السابعة حتى العاشرة {البنات} والثانية عشرة {البنين}.
- ٦) مرحلة البلوغ أو ما قبل المراهقة : وهي من العاشرة أو الثانية عشرة حتى الثالثة عشر (البنات) أو الرابعة عشر {البنون}
- ٧) مرحلة المراهقة المبكرة : وهي من الثالثة عشر أو الرابعة عشر حتى السابعة عشر
- ٨) مرحلة المراهقة المتأخرة : وهي من السابعة عشر حتى الحادية والعشرين .

**س للحضانة دور في عملية النمو... بين ذلك.
س تعد الروضة المعبأ الذي ييسر انتقال الطفل من البيت إلى المدرسة... دل**

٥) رياض الأطفال ودور الحضانة -

- ✓ تعد الروضة المعبأ الذي ييسر انتقال الطفل من البيت إلى المدرسة .

✓ لذلك فهي سلطة مؤثرة في تشكيل النمو ،
✓ كما تعد خبرة الذهاب إلى الروضة من أهم التغيرات الاجتماعية التي يواجهها الطفل .

✓ فالروضة تسهم في اتساع عالم الطفل الاجتماعي الذي يزيد صلته باشخاص آخرين ، بعد أن كانت علاقاته محصورة في دائرة أبوية

س تعد المدرسة حلقة وسطى بين الأسرة والحياة الاجتماعية.... اشرح

٦) المدرسة :

- ✓ هي تلك المنظمة الرسمية التي اتخذها المجتمع ، وأوكل إليها مهمة :-

١) تربية النشاء وتعليمهم.

٢) واكتسابهم أنماط السلوك والتفكير ،

٣) تساعدهم على تنمية استعداداتهم ومهاراتهم .

٤) تعد المدرسة حلقة وسطى بين الأسرة والحياة الاجتماعية .

فهي تستقبل الطفل صغيراً في طور النمو ، لتوظله ناضجاً لمواجهة الحياة بموافقها المعقّدة ومشكلاتها المتعددة .

س تؤثر جماعة الرفاق على النمو..... دل

٧) جماعة الرفاق -

• هي الجماعة التي تتكون من مجموعة من الأفراد المتقاربين في السن أو المستوى الدراسي أو في السكن أو الميلول والاتجاهات ... وغيرها ، ويربط بينهم مجموعة من الروابط العاطفية والاجتماعية

س لجماعة الرفاق أهمية في عملية النمو..... ناقش

- أهمية جماعة الرفاق : في التوافق النفسي والاجتماعي في كل مراحل الحياة بصفة عامة ، وفي الطفولة والمرأفة بصفة خاصة :

١) مصدر للصحبة والنصيحة والترفيه .

٢) المساعدة عند الازمات .

٣) أن شعور الطفل أو المراهق بأنهما مرفوضان من جماعة الرفاق يترتب عليه الشعور بالوحدة النفسية وازدياد مشاعر الاكتئاب وانخفاض قيمة الذات .

فإذا كان دم الأم به عناصر (RH) موجبة، وكان دم الأب به عناصر (RH) سالبة، هنا يحدث التوافق بين الأب والأم فلا يحدث ضرر للجنين. ولكن إذا كان هناك تناقض بين دم الأم ودم الأب فقد يؤدي إلى نقص كرت الدم الحمراء ويترتب على ذلك موت الجنين داخل الرحم أو بعد الولادة مباشرة أوإصابةه بأنيميا حادة أو شلل أو ضعف عقلي أو عمى.

بالنسبة للجنين

- فإن الأجنة التي تأتي بعد الطفل الأول تكون غالباً أصغر حجماً وأقل وزناً خاصة لو كانت المسافات الزمنية بين الولادة قصيرة
- كما أن الطفل الذكر إذا كان ترتيبه الميلادي الأول فإن هرمونات الذكورة تكون أكثر من الأطفال الذين يكون ترتيبهم الميلادي بعد الأول .

بالنسبة للأم

- كما أن الولادات المتكررة، والرضاعة، ورعاية أطفال صغار تستنزف المرأة جسدياً وتستنزف مخزونها الجسدي مما يؤثر عليها وعلى أطفالها.
- وقد يؤدي ذلك إلى مشكلات خطيرة للأم مثل الآنيميا- فقر الدم ونزيف الدم وفقدانها.

الانفعالات مثل (السعادة ، أو القلق ، أو الحزن) قد لا تؤثر بشكل مباشر على نمو الجنين، ولكنها تؤثر بشكل غير مباشر عبر تأثير الهرمونات فعلى سبيل المثال فإن القلق الحاد أو التعرض للضغط النفسي ، أو الاكتئاب ، أو الحزن الشديد تزيد هذه الانفعالات من صعوبة الحمل والتى تشمل الغثيان والقى وامكانية التعرض للاجهاض. كذلك عصبية الأم الشديدة تؤثر على الطفل قبل الولادة وبعدها، فهى قبل الولادة تضر الجهاز العصبى للجنين . وبعد الولادة تزيد من بعض الأعراض المرضية لدى الطفل الوليد، مثل البكاء الشديد، أو المغص، أو النشاط الزائد، وسوء الهضم وكذلك احتمالية الإجهاض).

يؤدى إلى نقص في وزن الجنين وإلى التزيف، أثناء الحمل، وتصل أخطر تدخين الأم الحامل إلى حد وفاة الجنين ، أو وفاة الطفل الرضيع بعد الولادة، كما أن الأمهات اللاتى يتوقفن عن

٥) زبادة عدد مرات الحمل عن أربعة

٩) مرحلة الرشد المبكر: وهي من الواحدة والعشرين حتى الأربعين .

١٠) مرحلة وسط العمر : وهي من الأربعين حتى الستين .

١١) مرحلة الشيخوخة : وهي من الستين حتى نهاية العمر .

من تناول بالشرح العوامل التي تؤثر على الجنين قبل الولادة؟

<p>✓ إن أي مرض يصيب الأم الحامل خاصة في الشهور الثلاثة الأولى للحمل يؤذى الجنين.</p> <p>ومن أهم هذه الأمراض { الحصبة الألمانية و الأمراض التنسالية }</p> <p>حيث ينتقل المرض من الأم الحامل للجنين</p> <p>ما يسبب له :</p> <ul style="list-style-type: none"> - الصمم. - العمى - البكم - ضمور المخ . - أمراض القلب . - عقلي - تأخر النمو الجسمى والعقلى . <p>التطعيم ضد الحصبة الألمانية يقتل أو يقضى على حالات التخلف العقلى الناتجة من الحصبة الألمانية</p>	<p>١) <u>أمراض الأم الحامل</u></p>
---	---

<p>من اللازم أن تحصل الأم الحامل على غذاء مناسب ومتوازن ، بصفة خاصة البروتين ، أو اللبن ومنتجاته، وخبز، وحضروات، وفواكه، وذلك للاحتفاظ بحالتها الصحية وحتى يكون طفلاً صحيحاً وسلامياً.</p> <p>وعدم كفاية أو تكامل العناصر الموجودة في غذاء الأم يؤدى إلى الإجهاض، أو الآنيميا، وتسنم الدم، أو الولادات المبتسرة أو الميغة، وزيادة وقت الولادة، وفقدان الدم لدى الجنين، كذلك فإن هناك أمراضًا تنتشر بين الأطفال الذين عانوا من سوء تغذية الأم،</p> <p>مثل: (الالتهاب الرئوي، أو الكساح، وفقدان الدم)</p>	<p>٢) <u>غذاء الأم</u></p>
---	-----------------------------------

<p>تعرض الحوض لأشعة أكس (X) قد يكون ضرورة علاجية للمرأة الحامل التي تشكو من ورم خاصية في الحوض أو المبايض على أن التعرض لكميات قليلة من الأشعة قد لا يؤثر في الجنين ولكن المشكلة في التعرض لجرعات كبيرة ، فإن هذا قد يؤذى الجنين ويعرضه للإجهاض.</p>	<p>٣) <u>عرض الأم للأشعة</u></p>
--	---

<p>ت تكون كرات الدم الحمراء من عناصر أساسية منها عناصر (RH) ، وتوجد عناصر (RH) في صورتين إما موجبة أو سالبة؛</p>	<p>٤) <u>حالات اختلاف الدم</u></p>
--	---

<p>ربع طول الجسم نجد أن طول رأس الراشد تبلغ ثمن طول الجسم وتعتبر عملية التسنين من أهم مظاهر النمو الجسمى فى هذه الفترة كذلك تنمو العضلات فى حجمها وتزداد القدرة على التحكم فى العضلات الكبيرة . وبالنسبة للفروق بين الجنسين يظل الذكور أكبر حجما وأثقل وزنا وأطول قليلاً من الإناث، إلا أن الأسنان تظهر مبكراً لدى الإناث عنها لدى الذكور.</p>	
<p>الذكاء يكون حسياً حركياً وليس تجريدياً ولا يستطيع استخدام الرموز أو اللغة بكفاءة .</p>	<u>النمو العقلى</u>
<p>يبدأ الطفل فى إقامة علاقات اجتماعية وانفعالية مع الوالدين . وترتبط قدرة الطفل في إقامة هذه العلاقات بمدى إدراكه لرعاية ومحبة والديه له والاهتمام به وحمايته واللعب معه . <u>ومن أهم انفعالات الطفل في هذه المرحلة :</u> { الفرح أو الحب أو الخوف ، أو الغيرة أو الغضب أو البكاء } .</p>	<u>النمو الانفعالي والاجتماعي</u>
<p>في هذه المرحلة يبدأ الطفل في نطق الكلمة الأولى وذلك في الفترة من الشهر السادس إلى الشهر الثالث عشر . ومع نهاية السنة الأولى يستطيع أن يفهم تعليمات الآخرين وأوامرهم، ويستطيع في الشهر الثامن عشر إلى العشرين أن ينطق كلمتين . ويستطيع في السنة الرابعة أن ينطق جملة .</p>	<u>النمو اللغوى</u>
<p>يكسب الطفل (الثقة) في السنة الأولى ، والاستقلالية في السنة الثانية ... إلخ نتيجة الحصول الطفل على الرعاية المناسبة المتمثلة في الرضااعة والحب والاهتمام . وبالتالي ينظر الطفل بتفاؤل إلى المستقبل والى العالم وينظر إلى الآخرين على أنهم معطاعون جديرون بالثقة ويمكن الاعتماد عليهم مما يهنى للطفل لإقامة : (علاقات اجتماعية وانفعالية لاحقة) مع الصديق ، مع الزوجة ، ومع الأبناء .. إلخ</p>	<u>الصفات الإيجابية</u>

<p>التدخين أثناء الحمل يصبح أطفالهن أكثر وزنا من غيرهم . وآثار تدخين الأم الحامل يعود على الجنين بحرمانه من الدم النقى ، ذلك لأن الدم الذى يصل إليه فيه نسبة كبيرة من ثاني أكسيد الكربون . وبالتالي تقل نسبة الأوكسجين وهذا يؤدى إلى زيادة نشاط دقات القلب .</p> <p>كل الأدوية التي تتناولها الأم الحامل تكون قادرة على الوصول إلى المشيمة وتأثير فى الجنين ، وقد ثبت أن الكثير من الأدوية التي تتناولها الأمهات الحوامل بدون إشراف طبى قد يكون لها تأثير سىء على الأجنة . ويؤدى إلى تشوهات جسمية وتختلف عقلى وضرر للجهاز العصبى ، وهذا ينطبق حتى على أقل الأدوية التي نعتقد أنها غير ضارة مثل الأسيرين .</p>	(٨) سوء استعمال الأم الحامل للأدوية
---	--

س مرحلة ما قبل الميلاد أهمية خاصة..... وضح ذلك .

س تعد مرحلة ما قبل الميلاد مرحلة تأسيس علل .

تعد مرحلة ما قبل الميلاد ذات أهمية خاصة لأنها مرحلة التأسيس ،

- ١) وهي مرحلة وضع الأساس الحيوي للنمو النفسي .
- ٢) والتغيرات التي تحدث فيها في شهور عديدة تكون حاسمة ومؤثرة في حياة الفرد كله .
- ٣) وهذه المرحلة تعتبر أيضاً طفراً في النمو ، مقارنة بمرحلة الرشد والمراحل اللاحقة .
- ٤) وللأهمية البالغة لهذه المرحلة فإن بعض الشعوب (الصين مثلاً) يحسبون شهور الحمل ضمن السن الحقيقي للفرد

س تعد مرحلة الرضااعة هي مرحلة انطلاق القوى الكامنة والأنجازات حلل العبارة .

✓ وتعتبر مرحلة انطلاق القوى الكامنة وهي مرحلة الإنجازات الكبيرة .

✓ حيث تشهد نمواً جسرياً سريعاً مثل (الجلوس و الوقوف و الحبو و المشى) ويكتسب اللغة .

✓ ويلاحظ فيها نمو الاستقلال ، والاعتماد النسبي على النفس ، والاحتراك الاجتماعي بالعالم الخارجي ، ويتم فيها الطعام .

✓ وفيها أيضاً تنمو الذات ويتكون مفهوم الذات الذي يعتبر الحجر الأساسى للشخصية .

س عدد مظاهر النمو الجسمى في مرحلة الرضااعة ؟

أن النسب بين أجزاء جسم الرضيع تختلف عما هي عليه لدى الراشد فيما يبلغ طول رأس الرضيع

النمو الجسمى

س ينمو لدى الطفل الوعى بالاستقلالية وتأكيد الانتماء عن الوالدين في مرحلة ما قبل المدرسة دلل بالأمثلة ؟

- ✓ تمت هذه المرحلة من بداية السنة الثالثة وحتى دخول الطفل المدرسة الابتدائية
- **وفي هذه المرحلة :-**
- ✓ ينمو لدى الطفل الوعى بالاستقلالية وتأكيد الانتماء عن الوالدين ، ويستطيع الجرى وينمو مفهوم الذات لدى الطفل ويتمثل في تكرار استخدامه لكلمة " أنا " (أنا أستطيع أن أعملها أو أنا أقوم بذلك ، ...إلخ)

البنات أكثر تعرضاً للخوف من الأولاد، كما أن الأطفال بعضهم يخاف من الحيوانات، أو الظلام، أو الأطباء خاصة إذا كان مريضاً، أو إعطائه الطبيب حقة، أو دواء مراً.

* انفعال الغضب :

- ✓ تظهر نوبات الغضب لدى الطفل عند حرمانه من إشباع رغباته ، وتكون هذه النوبات في صورة احتجاج وعناد ومقاومة وقد يثور الطفل ويرتمي على الأرض أو يركل الأرض بكلتا قدميه .

* انفعال الغيرة :

- ✓ تظهر الغيرة عند ميلاد طفل جديد.

- ✓ يستطيع الطفل القيام ببعض المسؤوليات المهمة في رعاية الذات (الغذائية أو النظافة أو ارتداء الملابس)
- ✓ يستطيع أن يساعد في بعض الأعمال المنزلية ، ويستطيع أن يتحدث بفعالية مع الآخرين ، ويقلد ما يراه في التليفزيون أو السينما " سوبرمان ... الخ "

س) وضع كيف يكتسب الطفل الصفات الأيجابية في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة)؟

- ✓ يكتسب الاستقلال الذاتي وقوة الإرادة إذا توفرت ظروف نفسية واجتماعية مناسبة للفعل
- ✓ يتوقف ذلك على مدى ما يشعر به من محبة من الوالدين .
- ✓ يكتسب القدرة على التحكم وتزداد دافعية للإنجاز .

س) أعرض الصفات الأيجابية التي يكتسبها طفل المدرسة الابتدائية؟

- ✓ تتضمن زيادة النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي المتمثل في القدرة على التفكير الاستدلالي وعلى تنظيم الذات وعلى التواصل مع الأسرة، والأقران .
- ✓ مما يجعل الطفل يشعر بالكافية، والتمكن . حيث يهتم الطفل بالكيفية التي صنعت بها الأشياء، كما يهتم بشكل أساسى بالإنجاز الأكاديمى .

::: مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المبكرة :::

س : برهن بالأمثلة على مظاهر النمو اللغوي في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة) ؟

- ✓ في نهاية هذه المرحلة يتسم التعبير اللغوي بالوضوح والدقّة ، وتحتفي الأخطاء التي كانت موجودة قبل ذلك سواء في النطق الطفلى لبعض الكلمات مثل : (قلم - تلم) (مدرسة - متربة) (أحمد - أمد) - أو إبدال بعض الحروف (حامز بدلاً من حازم)

النمو اللغوي

س : اعرض مظاهر النمو الاجتماعي في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة) ؟

س : تعد مرحلة الطفولة المبكرة هي مرحلة ظهور الذكاء الاجتماعي بين ذلك ؟

- ✓ يبدأ الطفل في هذه المرحلة في التعلق بالوالدين خاصة بالأم.
- ✓ يستطيع أن يميز اجتماعياً بين الأشخاص المألوفين له مثل الأب والأم والأشقاء وبين الغرباء .
- ✓ يستطيع الطفل في هذه المرحلة أن يعبر عن عمق العلاقة مع الأم بالابتسام والشعور بالراحة عندما يراها .
- ✓ تعتبر هذه المرحلة بداية ظهور الذكاء الاجتماعي.

النمو الاجتماعي

::: مظاهر النمو في مرحلة الطفولة الوسطى والمتاخرة :::

س : يمتاز النمو الجسمى لطفل المدرسة الابتدائية (الطفولة الوسطى والمتاخرة) بالبطء ... نقاش ؟

يتسم النمو الجسمى في هذه المرحلة بالبطء وتتغير نسب النمو في هدوء ولا تطرأ زيادات مقاومة في الحجم .

النمو الجسمى

س : حدد مظاهر النمو الجسمى في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة) ؟

- ✓ تستمر الأسنان في الظهور ويكمّل عدد الأسنان الموقّطة ، ويبداً تساقطها لتظهر الأسنان الدائمة ويعانى بعض الأطفال من التسنين .
- ✓ تنمو الأطراف نمواً سريعاً ، وينمو الجذع بدرجة متوسطة .
- ✓ يتأثر الطول بإمكانية النمو لدى الطفل .
- ✓ يزداد الوزن بمعدل كيلو جرام واحد تقريباً في السنة ، ويكون البنون أقل وزناً بدرجة بسيطة من البنات .
- ✓ تبدأ خضariف الهيكل العظمي للطفل بالتحول إلى عظام ، وتزداد في الصلابة و النمو .
- ✓ تنمو العضلات الكبيرة بصورة أسرع من العضلات الصغيرة الدقيقة .

النمو الجسمى

س : اعرض مظاهر النمو العقلى في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة) ؟

- **وهي مرحلة التفكير الحسى والتمركز حول الذات.**
- لا يستطيع الطفل في هذه المرحلة أن يركز على بعدين أو أكثر

النمو العقلى

س : نقاش أهم مظاهر النمو الانفعالي في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة) ؟

* انفعال الخوف :

النمو الانفعالي

نهاية المرحلة	بداية المرحلة	
من 36 - 38 كم	من حوالي 21 - 23 كم	الوزن
تقريباً 146 سم	من 120 سم	الطول

- ٢) يواجه الطفل في هذه السن جماعتين جديدين تساهمان في نمو شخصيته وفي تنشئته الاجتماعية وهما: المعلمون والأقران .
- ٣) يظل تأثير الأسرة مستمراً على الطفل
- ٤) يبدأ الطفل في هذه المرحلة في الانخراط وتقبل معايير المجتمع.
- ٥) يكون سلوكه الاجتماعي مت sincماً مع هذه المعايير، وهو لا يفعل ذلك لمجرد الحصول على الدعم، والإثابة من الوالدين والآخرين، ولكنه يفعل ذلك تحقيقاً لذاته حيث يشعر بالرضا عندما يقوم بسلوك اجتماعي مرغوب
- ٦) ويكون هنا التدعيم ذاتياً وليس خارجياً.

س عرف المراهقة؟

المراهقة هي المرحلة التي يعبرها الطفل كي ينتقل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ليصير راشداً ناضجاً سواء كان رجلاً أم امرأة، فهي تبدأ بحدوث البلوغ الجنسي وتنتهي بالوصول إلى سن الرشد.

س - من هو بروفسور إل ساداني في سؤاله المراهقة؟
س تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق من مطالب وتحديات مرحلة المراهقة...برهن بأمثلة؟

(١) تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق :

- ✓ إن شعور المراهقة بالقيمة يبني على أساس كيفية ردود فعل الآخرين له وعلى استحسان رفاقه إلى حد كبير.
- ✓ من أهم مظاهر النمو الاجتماعي هو الميل نحو أفراد الجنس الآخر، وهذا الميل هو المسؤول عن قضايا الحب التي يمارسها المراهقون

س تحقيق هوية الجنس يمثل مطلب أساسى لدى المراهق دلل على ذلك؟

(٢) تحقيق هوية الجنس :

إن اعتقاد المراهق للدور المناسب لجنسه ، وقبوله لطبيعته البيولوجية يبدأ في سنوات الطفولة ، ويمثل جزءاً هاماً من الإحساس بهويته ويدعمه التوحد مع الوالد من نفس جنسه وتأييده ذلك واستحسانه من قبل المجتمع والآخرين .

س اتخاذ القرارات فيما يتعلق بالمستقبل المهني يمثل تحدي أساسى للمراهق ... حلل العبارة؟

س الاعداد للمستقبل المهني من المهام الرئيسية أمام المراهق ... ووضح ذلك؟

(٣) اتخاذ القرارات فيما يتعلق بالمستقبل المهني :

- ✓ إن أكثر ما يصيب المراهق بالقلق والاضطراب هو عدم القدرة على تحديد هوية مهنية، مما يدفع بالراهقين إلى المبالغة في التوحد بالأبطال الجماهيرية حفاظاً على تماسكم الذاتي.
- ✓ ويؤكد البعض أن المراهقة تنتهي ببداية الخبرة العملية في عالم العمل .

س : يطلق (جان بياجيه) على مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة العمليات العيانية (الحسية) حلءء؟

س : اعرض مظاهر النمو العقلي (المعرفي)
اطفل المدرسة الابتدائية؟

عند سن السادسة أو السابعة يدخل الأطفال مرحلة العمليات العيانية { الحسية }
ويقصد بالعمليات العيانية:
”القدرة على التفكير المنطقي في الأمور الحسية ”

حب الطفل للاستكشاف وارتياح المجهول ومعرفة ما لا يعرفه، وهذا يتطلب رعاية معرفية من الوالدين متمثلة في توفير مصادر للمعرفة (كتب، مجلات ، زيارات لأماكن ثقافية ، مشاهدة التليفزيون ... الخ)

النمو العقلي

س : يتسم النمو الانفعالي لطفل المدرسة الابتدائية بالاستقرار..... دلل على ذلك؟

س : ناقش مظاهر النمو الانفعالي لطفل المدرسة الابتدائية؟

- تتسم هذه المرحلة خاصة الثلاث سنوات الأخيرة منها بالهدوء، والثبات الانفعالي،
- يسميها بعض الباحثين {مرحلة الطفولة الهاضنة}، وذلك مقارنة بمرحلة الطفولة المبكرة التي تتسنم بحدة الانفعالات وعدم ثباتها ، وقياساً على فترة المراهقة التي تتسنم بعدم الاستقرار الانفعالي .
- وتتسم شخصية الطفل بتقبل الضوابط والنظام والطاعة

النمو الانفعالي

س : يستطيع طفل المدرسة الابتدائية على التحكم في أدائه الحركي وضح

س : اعرض مظاهر النمو الحركي لطفل المدرسة الابتدائية؟

- يستطيع الطفل أن يتحكم في أدائه الحركي
- تتسم حركاته بالقوّة والسرعة والإتقان والرشاقة .
- يستطيع استيعاب النشاط الحركي من خلال:(العب
- الكرة أو السلة أو القفز أو السباحة .. الخ)
- يستطيع أن يكتسب المهارات الحركية في فترة قصيرة.
- ويميل الذكور إلى النشاط الحركي القوى (الجري أو القفز، وركوب الدرجات ... الخ)
- تميل الإناث إلى الألعاب الخفيفة

النمو الحركي

س : يتسع العالم الاجتماعي للطفل بالتحاقه بالمدرسة ناقش؟

س : أذكر مظاهر النمو الاجتماعي لطفل المدرسة الابتدائية؟

١) يتسع العالم الاجتماعي للطفل بالتحاقه بالمدرسة

الاجتماعي

س استخلص مظاهر النمو العقلى والمعرفى فى مرحلة المراهقة
س يتميز ذكاء المراهق بأنه ذكاء حسى على صحة أو خطأ العبارة ؟

- ✓ يبدأ الذكاء الحسى فى الطفولة ثم ينموا تدريجيا نحو الذكاء المجرد فى مرحلة المراهقة حيث يصل أقصاها حتى ١٨ سنة
- ✓ وتنمية القدرات العقلية العامة ثم تظهر بعد ذلك القدرات العقلية الخاصة كناتج للتحصيل الدراسي وزيادة درجة الانتباه، ونمو عمليات الاستنباط، والاستنتاج، والاستدلال،
- ✓ ويوجد تنوع لدى المراهقين فى الميول، والاستعدادات تبعاً لعوامل شتى وهى القدرات الخاصة، وغيرها مثل: مستوى التحصيل الدراسي، والمستوى الثقافى، والحالة الصحية للمراهق،
- ✓ وحيث يسير النمو العقلى عموماً من المجمل إلى المفصل أو من الكل للجزء

س تزداد العمليات العقلية تفصيلاً لدى المراهق دلائل الأمثلة ؟

<p>س : يزداد مدى وعمق الانتباه لدى المراهق فسر ؟</p> <p>يزداد مداه وعمقه فيستطيع تناول مشكلات وموضوعات أكثر عمقاً، وعمقده، وبذلك يستطيع الاستيعاب دراسياً دروساً أطول ،</p> <p>ومدى الانتباه له علاقة بالذكاء العام، ويساعد على التحصيل المرتفع، ويزيد من تذكر المراهق.</p>	<p>الانتباه</p>
<p>س : يميل المراهق إلى التذكر الآلى على صحة أو خطأ العبارة ؟</p> <p>يميل المراهق إلى التذكر المبني على الفهم، واستنتاج علاقات جديدة بدلاً من التذكر الآلى .</p>	<p>التذكر</p>
<p>س : يميل المراهق إلى التخيل القائم على المحسوسات ... على صحة أو خطأ العبارة س : القدرة على التخيل لها دور مهم في حياة المراهق برهن على ذلك</p> <p>يميل المراهق إلى التخيل المجرد والقائم على المعنويات أيضاً بدلاً من التخيل الحسى كما هو في مرحلة الطفولة، لذلك تكثر أحلام اليقظة لديه، القدرة على التخيل هي الأساس في دراسة العلوم القائمة على التفكير المجرد (الهندسة بفروعها، والجبر، وغيرها من العلوم الفيزيقية) ؛</p> <p>تزايد لدى المراهق القدرة على الاستدلال والاستنتاج والتفكير بأنواعه</p>	<p>التخيل</p>

س تنمية القيم والمعايير الأخلاقية تميز مرحلة المراهقة عن مراحل النمو الأخرى ... أكيد صدق العبارة
س تتفرد المراهقة أكثر من أي مرحلة أخرى بالاهتمام الشديد بالقيم والمعايير الأخلاقية

-) تنمية القيم والمعايير الأخلاقية : -
- ✓ تتفرد المراهقة أكثر من أي مرحلة أخرى بالاهتمام الشديد بالقيم والمعايير الأخلاقية فمن ناحية يؤدي نمو القرارات العقلية إلى زيادة الوعى بالقضايا الأخلاقية، وإلى زيادة القدرة على مناقشتها
- ✓ وتكمله لهذه المطالب والتحديات التي يواجهها المراهق توجد أيضا **الحاجة إلى المركز الاجتماعى، والحاجة إلى الاستقلال، والحاجة إلى الإنجاز**
- ✓ وزراعة يهتم بالمثل والدين والحقيقة في محاولة منه لإيجاد فلسفة لحياته والفشل في ذلك يؤدي إلى عدم توافر الأمن النفسي .
- ✓ ولعلا أقوى الحاجات وأهمها عند المراهق هي الحاجة إلى المركز الاجتماعى وتحقيق المكانة
- ✓ أما الحاجة الثانية التي تزداد أهميتها في مرحلة المراهقة هي الحاجة إلى الاستقلال وبدونها لا يمكن إقامة علاقات مع الجنس الآخر أو الأقران

س اعرض مظاهر النمو الجسمى في مرحلة المراهقة ؟
س توصف المراهقة بأنها مرحلة (انفجار النمو) .. عقب ؟

- ✓ تحدث طفرة كبيرة في النمو مع البلوغ، وبعد البلوغ ثانية فترة يحدث فيها أسرع تغيرات جسمية ،
- ✓ يطلق على المراهقة مرحلة " انفجار في النمو " ، وهو انفجار يحدث قبل البلوغ أو يتزامن معه ، ويستمر لمدة عام أو عامين (تبعاً للفروق الفردية) قبل أن يصل الفرد إلى النضج الجنسي ، ثم يستمر لفترة تمتد من ستة أشهر إلى عام كامل بعد ذلك .
- ✓ ومعنى ذلك : أن فترة التغير السريع تمت حوالي ثلاثة سنوات توقف في مجموعها مرحلة المراهقة .

س وضح أهم التغيرات التي تصاحب عملية البلوغ في مرحلة المراهقة ؟

- يحدث مع البلوغ أربعة تغيرات جسمية هامة تشمل :-

- ١) حجم الجسم .
- ٢) نسب أعضاء الجسم .
- ٣) نمو الخصائص الجنسية الأولية .
- ٤) نمو الخصائص الجنسية الثانوية .
- ✓ وبعد اكتمال هذه التغيرات يتحول جسم الطفل الذي كان عليه إلى جسم الرائد الذي سيصير إليه طوال مراحل عمره التالية
- ✓ وتأتي التغيرات في حجم الجسم من التغيرات في الطول والوزن ، ويحدث الانفجار في نمو الطول قبل الوزن ، وأكبر زيادة في الطول تحدث قبيل بداية البلوغ، في العام السابق عليه .
- ✓ ولا تعد الزيادة في الدهون المصدر الوحيد لزيادة الوزن في المراهقة عند الذكور ، وإنما يضاف إلى ذلك الزيادة في أنسجة العظام والعضلات؛ حيث تشير أكثر صلابة ، (وتوقف العضلات 45% من وزن الجسم) وكانت في مرحلة الطفولة لا تزيد عن 25% (وأكبر زيادة في العضلات تحدث خلال الفترة من 12-15 سنة) .

وفشله فى تحقيق ذاته

رغبة فى بعض المواقف

مثال : قد يحاول المراهق أن يتتفوق دراسياً أو رياضياً ولكنه لا يستطيع ذلك

مثال : قد يحاول المراهق أن يظهر في صورة القادر مادياً أمام رفاقه ولكنه لا يستطيع .

فك كل هذه الاحباطات تثير سخط المراهق وضيقه، ويبحث المراهق عن مصدر يحمله مسؤولية هذه الاحباطات التي صادفها، وقد يكون هذا المصدر هو الوالدان أو المدرسة أو المجتمع.

- س استخلص مظاهر النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة ؟
- س يتسع المجال الاجتماعي للمرأمة عنه لدى الطفل .
برهن ؟

يتسع المجال الاجتماعي للمرأة عنه لدى الطفل ✓
بعد أن كان يعتمد على الأسرة وأفرادها أو الأفراد في الحضانة، ورياض الأطفال، والأقارب، والجيران في علاقته واتصالاته الاجتماعية أصبح المجال خارج الأسرة، وهذه المؤسسات أكثر، ومن خلالها يكتسب المعايير، والعادات، والأعراف السائدة في مجتمعه وثقافته . ✓
ويم بالأدوار الاجتماعية التي حددتها المجتمع لكل فرد وجنس وتصقل خبراته الاجتماعية ومهاراته في التواصل مع الآخرين. **وتبدل الأوضاع**؛ فبدلاً من تقبيله معايير، وتقاليد الأسرة، وتشربه لها في الطفولة بدأ يختار، ويناقش، ويقنع بما يمشي مع آرائه واتجاهاته وشخصه عموماً . ✓

- س وضع أهمية النمو الخلقي والأهتمامات الدينية للمرأة ؟
- س مرحلة المراهقة هي مرحلة سعي إلى الكمال
ناقش ؟

محل المفاهيم الخلفية
النوعية أو الخاصة

يتعلم المرأة ما تتوقعه منه جماعته ويشكل سلوكه ليتوافق مع نهذ التوقعات دون اشراف مستمر او تهديد بالعقاب على عكس مرحلة الطفولة يحل المبادئ الأخلاقية العامة

محل الضوابط الخارجية .

والمرأة هي مرحلة سعي إلى الكمال، ونتيجة لذلك نجد المراهقين يصنعون لأنفسهم وللآخرين معايير أخلاقية مرتفعة يصعب أحياناً الوصول إليها

يشعر المرأة بالذنب ويعانى من
اضطراب الضمير

وحين يعجز عن تحقيق
نموذج
"الكمال الأخلاقى" الذى
حدده

س أعرض مظاهر النمو الانفعالي لدى المراهق ؟
س يوجد اتفاق عام على أن مرحلة المراهقة هي مرحلة **"أزمة"** .

يوجد اتفاق عام على أن مرحلة المراهقة هي مرحلة **"أزمة"** ، ولعل **{جورج ستانلى هول}** كان أول من أطلق هذا الوصف في عبارته الشهيرة **{مرحلة الضغوط والعواصف}** .

✓ وهو وصف يتضمن المعنى التقليدي وهو أن المراهقة مرحلة توتر انفعالي شديد مصدره التغيرات الجسمية، والسيكولوجية التي تحدث في هذه المرحلة .
إلا أننا إذا علمنا أن النمو يستمر طوال مرحلة المراهقة بمعدل بطء .

✓ فإن هذا التفسير البيولوجي الحتمي للأزمة يصبح موضع شك ، والأصح أن نضع في الاعتبار نتائج بحوث علماء الاجتماع والأنثروبولوجيا أكدت أن **"أزمة المراهقة"** تختلف في شكلها ومضمونها وحدتها من مجتمع إلى مجتمع ، ومن حضارة إلى حضارة .

س ناقش العوامل التي تزيد من الانفعالات والعصبية والصراع لدى المراهق ؟

المواجهة	ينشأ الصراع لدى المراهق بسبب
في الوقت الذي يعامله فيه والديه ومعلميه كما لو كان لازال طفلاً	رغبة في أن يعامل معاملة الشخص الكبير
وبين الموانع الخارجية ممثلة في التقاليد والعرف والقوانين و التعليم الدينية	دوافعه الجنسية التي تثيره وتستفزه .
وموانع داخلية : تمثل في الآتا أعلى (الضمير)	
وبين ميله الشعوري أو اللاشعوري إلى الاعتماد عليهما	رغبة في الاستقلال عن والديه واعتماده على نفسه
ويترتب على ذلك أن بعض المحيطين بالمرأهق قد يتوقعون منه سلوكاً رشدًا مما يجعله عرضة للنقاش	الارتباط بتوازن جوانب النمو، والنمو الجسمى يسبق النمو العقلى، والانفعالي، والاجتماعى، ومن هنا يبدو المرأة في حجم الرشد الكبير ولكن سلوكه لازال بعيداً عن سلوك الرشد

✓ والحقيقة أن الكبار أحياناً ما يكلفون المرأة بأعمال فوق مستوى نضجه الانفعالي والاجتماعي ويرحسبونه على عدم قدرته على القيام بها ، مما يشعر المرأة بالسخط والإحساس بالظلم وعدم التفهم من جانب المحيطين به .

تعني أن جميع مكونات وأنظمة الفرد الداخلية عندما تستثار يكون لها دور توجيهي لكل الأفعال والأنشطة المميزة للفرد	تملي على الفرد
تعني أن المظاهر السلوكية والفكرية التي يبديها الفرد تنقسم بآيتها فردية ومميزة له دون سواه، كما تحدد أسلوبه الخاص والفردي	طابعه الخاص والمميز
تعني أن كل ما يفعله ويغير من نشاطه الداخلي ، ليس ليجعل الفرد متوافقاً مع البيئة فحسب، بل ليجعله قادر على السيطرة والتحكم في الأحداث.	السلوك والفك

(نظريات الشخصية)

- س اعرض لنظرية الانماط في ضوء ما درست؟
- س قسم هيopoقراط الشخصية إلى أربعة أنماط.... دلل على ذلك!
- س حل الشخصية عند هيopoقراط؟

• ربط بين الجوانب الفسيولوجية والشخصية، وقسم "هيبوقراط" الشخصية إلى أربعة أنماط أو أمزجة عامة، وهي :

سمات صاحبه	النمط
<ul style="list-style-type: none"> - بطيء التفكير . - قوي الانفعال . - يميل إلى الانطواء والتشاؤم والانقباض والاكتاب . 	السوداوي
طموح حاد الطياع سريع الاستثارة والغضب	الصفراوي
<ul style="list-style-type: none"> - سهل الاستثارة - سريع الاستجابة - يتميز بالتفاؤل والمرح والنشاط 	الدموى
<ul style="list-style-type: none"> - بطيء الاستثارة - يغلب عليه الخمول والتبدد الانفعالي 	البلغمي

يرى هيوقراط أن الشخصية السوية تعتبر نتاجاً لتوازن هذه الأمزجة الأربعية وتكافها وإذا ما تغلب أحد الأمزجة على الأخرى نشأت الأضطرابات والأمراض النفسية .
- ومن الانتقادات التي توجه إلى هذه النظرية تجاهلها للفروق الفردية بين الأفراد.

أعرض لنظرية التحليل النفسي في ضوء ما درست؟

المؤسس النظري للطبب التمساوي "فرويد" تؤكد وترى

- خبرات الطفولة المبكرة .
- الدوافع اللاشعورية ، والصراعات ، والإحباطات كمحددات للشخصية .

- الطاقة النفسية كمحرك أساسي للسلوك .
- الحيل والميكانيزمات الدافعية كوسيلة لمواجهة القلق .
- ✓ في التوجهات الحديثة لهذه النظرية عند إريكسون ، و هورني، و سوليفان أصبح هناك اهتمام مضاد لدور المتغيرات الاجتماعية، والتفاعلات مع الوالدين خلال عملية التنشئة في نمو الشخصية.

ولهذا نجد المراهق أكثر استعداداً من الطفل في تقبل اللوم ، إلا أنه لو زادت حدة مشاعر الذنب عنده ، وتكبر حدوتها قد يشعر المراهق بعدم الكفاءة الشخصية ، ويلجأ نتيجة لذلك إلى الهرب في أحلام المراهقين الصغار وهي مشاعر ذنب ناجمة عن شعور بالعجز ببعضه حقيقي ومعظمها متواهم .

- سـ صنف مفاهيم الشخصية؟
- سـ تتعدد مفاهيم الشخصية..... أذكرها ؟

<p>✓ الشخصية هي ممتلكه الفرد من مظاهر خارجية، لها القدرة في التأثير على الآخرين</p> <p>✓ الشخصية عند فلمنج هي : "مجموعة الأفعال التي تؤثر في الآخرين".</p> <p>- ومن الملاحظات على هذا المفهوم:</p> <ul style="list-style-type: none"> أ- إهماله للتنظيم الداخلي للفرد . ب- يجعل حكمنا على الشخصية خاضعا لأعتبرات السمعة والشكل الخارجي والتقديرات الخاطئة 	<h3><u>الشخصية كمثير</u></h3>
<p>"شخصية الفرد تتحدد في ضوء استجابته للمثيرات، وأسلوب توافقه وانسجامه مع الظواهر الاجتماعية في البيئة."</p> <p>- ومن الملاحظات على هذا المفهوم:</p> <ul style="list-style-type: none"> أن استجابات الفرد وردود أفعاله تختلف من فترة إلى فترة، ومن موقف إلى موقف برغبة المثير أو الواقعة الاجتماعية أو العكس . وبالتالي يصعب الوصول إلى حكم محدد وموضوعي على الشخصية. 	<h3><u>الشخصية كاستجابة</u></h3>
<p>✓ الشخصية هي : تنظيم داخلي يقوم على التفاعل والتكامل والتآثير المتبادل بين مكوناتها و يتوسط المثير والاستجابة التي يصدرها الفرد.</p>	<h3><u>الشخصية ك وسيط بين المثير والاستجابة</u></h3>

سـ وضـع مـفـهـوم الشـخـصـيـة عـنـد الـبـورـت ؟

✓ **الشخصية عند البورت :** " ذلك التنظيم الدينامي داخل الفرد لجميع أجهزته النفسجسمية، الذي يملي على الفرد طابعه الخاص، والمميز له في السلوك والتفكير".

**من استخلص ما يتضمنه تعريف البوت للشخصية من
النكار وعناصر؟**

من حلل تعريف الشخصية عند -البيروت-؟

تعنى أن البناء الداخلى للفرد ليس تنظيماً ساكناً، بل في حالة من التفاعل والترتيب والتناسق	الشخصية تنظيم دينامي
تعنى أن تنظيم الشخصية يتضمن التكامل بين أنظمة وتكوينات الشخصية (الوراثية ، الجسمانية ، والانفعالية... الخ) في وحدة لا يمكن فصلها.	أجهزته النفس جسمية

(٣) قليل الاهتمام بالنواحي المادية، وتغلب عليه الاعتبارات النظرية والمثالية . (٤) حساس المزاج ؛ لذلك تجده سريع الانفعال .	
- تتصف الشخصية الهيستيرية بـ : ١) حب الذات والاهتمام بها . ٢) حب الظهور ومحاولة جذب انتباه واهتمام الآخرين . ٣) التواكل على الآخرين في المسؤولية . ٤) القابلية الشديدة للإيحاء والتأثير بالآخرين . ٥) القابلية للمبالغة والكذب والتمثيل . ٦) انفعالاتهم طفولية وسريعة التقلب وتتسم بالسطحية .	الشخصية الهيستيرية
الشخصية السيكوباتية شخصية ضد المجتمع ، لا يتصرف ببرادة واعية و كاملة . - تتصف الشخصية السيكوباتية بـ : ١) ظهور اضطراب السلوك في سن مبكرة . ٢) إتخاذ هذا الأضطراب اتجاهًا موزنيًا أو مضاداً للمجتمع . ٣) الاندفاع الخارج عن السيطرة الإرادية . ٤) استجابته لوسائل الشدة أو اللين . ٥) عدم النضج العاطفي . ٦) النقص في الحكم على الأمور، مع توفر بعض الاتجاهات للأنحراف السلبي .	الشخصية السيكوباتية
يعد النقص مركب نفسي لا شعوري يرجع إلى العديد من العوامل النفسية . تتصف الشخصية الدونية بـ : ١) عجز دائم في تلبية الالتزامات والأنشطة الحياتية . ٢) إتخاذ مرتبة أدنى في التعامل مع الغير . ٣) الأقتناع الدائم بأن يكون في وضع الخضوع والاستسلام . ٤) عدم الشعور بالثقة والاستقلالية . ٥) الرضا بالأدوار الهامشية في الحياة .	الشخصية الدونية
- تتصف الشخصية المبدعة بـ : ١) التفكير العلمي والابتعاد عن التفكير الخرافي . ٢) الانتباه إلى ما لا يلفت انتباه الشخص العادي . ٣) التفكير في مشاكل وقضايا قد لا يفكر فيها الشخص العادي . ٤) الحداقة وغير التقليدية في حل القضايا والمشاكل . ٥) إعطاء حلولاً متعددة وجادة وذات عمق للمشكلة الواحدة . ٦) ارتفاع نسبة الذكاء عن العاديين .	الشخصية المبدعة

✓ وتعتمد هذه النظرية في دراسة الشخصية و الحكم عليها على:
- الملاحظة - الاستبطان - التداعي الحر -
- التحليل المنطقي للذكريات - الأفكار .

ص أعرض النظريات السلوكية في الشخصية في ضوء ما درست؟

✓ تنظر إلى الشخصية على أنها (مجموعة من العادات المكتسبة، أو المتعلم وفقاً لقوانين التعلم)

✓ تحكم على الشخصية من خلال التركيز على السلوك الظاهر الذي يمكن ملاحظته وقياسه بغض النظر عما يحدث داخل الفرد، وخاصة ما يحدث داخل العقل .

✓ رفض واطسون تأثير العوامل الوراثية على الشخصية، إلا أن السلوكين من أمثل سكر، ودولار، وميلر أدركوا أهمية العوامل الوراثية ، دوافع الفرد في تشكيل سلوكه، و شخصيته

ص حل النظريات الإنسانية في الشخصية؟

✓ يطلق عليها القوة الثالثة لعلم النفس بعد نظرية التحليل النفسي والسلوكية ،

✓ تركز على الطبيعة الإنسانية الخيرة؛ حيث ترى أن الإنسان خير بطبيعة وواع لسلوكه . والسلوك دائمًا له هدف محدد .

✓ من رواد هذه النظرية " إبراهام ماسلو" الذي ركز على بعض الموضوعات ذات الصبغة الإنسانية مثل : تحقيق الذات والإبداع وأهداف الحياة وجودتها والوجود الشخصي والاجتماعي، ويعتبرونها من المتغيرات المهمة للحكم على الشخصية .

الشخصية	مميزاتها
الشخصية الطبيعية	<p>١. الرأى الأول : ذلك الفرد الذي تظهر خصائص شخصيته بصورة متكاملة ، يستطيع توجيه هذه الخصائص بشكل متوازن نحو تحقيق هدف حياته معين .</p> <p>٢. الرأى الثاني : هو الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية والعقلية السليمة .</p>
الشخصية الانطوائية	<p>٣. الرأى الثالث : هو الشخص الذي يخلو من الأضطرابات العقلية والنفسية .</p> <p>٤. الرأى الرابع : هي التي تتمتع ببراعة العقل، والثبات الانفعالي، صاحبها سعيد ويتمتع بنشاط كاف ، واستثمار كامل لكل امكاناته، ويتوافق مع بيئته بكل مكوناتها .</p> <p>لاتوجد شخصية منطوية انتواءً كاملاً ، ولا منبسطة انبساطاً كاملاً</p> <p>يتتصف الشخص الانطوائي بأنه :</p> <p>١) يميل إلى الانعزal والوحدة و ويتحاشى التواصل الاجتماعي .</p> <p>٢) يميل إلى التأمل منفردًا بما يشبه أحلام اليقظة .</p>

(الاتجاهات)

سـ حدـدـ المـقـصـودـ بـالـاتـجـاهـ مـسـتـعـيـنـ بـمـثـالـ؟

✓ الاتجاه تركيب عقل نفسي أحدهاته الخبرة ، يتميز بالثبات والاستقرار النسبي ، يوجه سلوك الأفراد (قريباً من أو بعيداً عن) عنصر من عناصر البيئة .
أمثلته

- حب فرد لشخص معين أو كراهيته لشخص آخر.
- حب فرد لجماعة ما أو كراهية لجماعة أخرى.

سـ يـعـدـ المـكـوـنـ الـعـرـفـيـ أـحـدـ مـكـوـنـاتـ الـاتـجـاهـ ... وـضـ

• معتقدات الفرد وأفكاره وتصوراته ومعلوماته نحو موضوع الاتجاه سواء كان أشياء أو أشخاصاً الخ
• المعتقدات والإفكار تسهم في كيفية تكوين اتجاهاته سلبياً أو إيجابياً نحو الموضوعات والمواضف .

مثال : نسق المعتقدات حول (تدخين السجائر) يقصد به مجموعة المعتقدات التي توجد لدى الفرد عن (تدخين السجائر) والتي تحدد سلوكه نحوها .

سـ يـعـدـ المـكـوـنـ الـأـنـعـالـيـ مـنـ مـكـوـنـاتـ الـاتـجـاهـ ... دـلـلـ
على ذلك

✓ يشير إلى مشاعر الفرد وإنفعالاته نحو موضوع معين ، فالاتجاهات تحتوى على شحنات انفعالية معينة ؛
✓ إذ يميل الأفراد أن يكون لهم استجابة انفعالية معينة تجاه أشخاص أو موضوعات يحبونها أو يكرهونها أو يسعدهون بها أيفضونها .

✓ يعد أكثر المكونات عرضة للثبات، وعدم التغير؛ فحين يتعرض الأشخاص لحقائق أو معلومات جديدة تناقض ما يعتقدونه عن الأشخاص أو الأشخاص فإن هذا الجانب قد يساعد على استمرار الاتجاه لما ينطوي عليه من شحنات انفعالية .

سـ وـضـعـ المـكـوـنـ السـلـوـكـيـ لـلـاتـجـاهـ؟

✓ تحمل الاتجاهات معها ميلاً أو عدم الميل للقيام بفعل أو سلوك معين ، فإذا أحبنا شيء ، أو شخص ، أو جماعة ، أو موضوع معين فقد نسلك بما يتيح لنا أن نسانده أو نؤيده أو نقترب منه بشكل ما .

سـ بـيـنـ بـالـأـمـثلـةـ الـمـكـوـنـاتـ الـثـلـاثـةـ لـلـاتـجـاهـ؟

مثال على المكونات الثلاثة للاتجاه:-
(١) اعتقاد الفرد بأن التدخين ضار بالصحة (مكون معرفى)
(٢) كراهية الفرد لراحة التدخين والمدخنين (مكون وجذانى)
(٣) الابتعاد عن المدخنين أو محاولة منهم من التدخين (مكون سلوكي)

سـ وـضـعـ أـصـيـابـ إـنـشـارـ مـفـهـومـ الـاتـجـاهـ وـكـثـرـةـ إـسـتـخـدـامـهـ؟

تمثل الاتجاهات أحد أهم موضوعات علم النفس الاجتماعي لأن لها تأثير في توجيه سلوك الفرد ، ويعتبر هيربرت سينيس أول من استخدم هذا المفهوم ، " ويرجع انتشار مفهوم الاتجاه وكثرة استخدامه إلى عدة أسباب منها:

- ١) تتسم بالثبات النسبي ، فأحكام الفرد عن الموضوعات والقضايا التي تهمه ثابتة نسبياً .
- ٢) متعلمة ومكتسبة ، وبالتالي يمكن تغييرها وتطوير برامج لتدعم الاتجاهات المرغوبة .
- ٣) تحدد الكيفية التي يستجيب بها الأفراد لمواقف الخبرة التي يمرون بها .
- ٤) تساعد على التنبؤ بسلوك الأفراد في المواقف المختلفة .
- ٥) تحدد العلاقة بين قيم المجتمع وتوجهات الأفراد .

سـ لـلـاتـجـاهـاتـ خـصـائـصـ عـدـيدـ ... دـلـلـ علىـ ذـلـكـ

- ١) مكتسبة ومتعلمة، وليس وراثية .
- ٢) تكون وترتبط بمثيرات وموافق اجتماعية ، ويشارك فيها عدد من الأفراد أو الجماعات فيها .
- ٣) لا تتكون من فراغ ولكنها تتضمن دائماً علاقة بين فرد، وموضوع من موضوعات البيئة .
- ٤) تتعدد، وتختلف حسب المثيرات التي ترتبط بها .
- ٥) يتضمن الاتجاه عنصراً عقلياً يعبر عن معتقدات الفرد، أو معرفته العقلية عن موضوع الاتجاه .
- ٦) يتضمن الاتجاه عنصراً انفعالياً يعبر عن مشاعر الفرد، ومدى حبه، أو استجاباته الانفعالية لموضوع الاتجاه .
- ٧) يتضمن الاتجاه عنصراً سلوكيّاً يعبر عن سلوك الفرد الظاهر نحو موضوع الاتجاه .
- ٨) تعتبر نتاجاً للخبرة السابقة ، وترتبط بالسلوك الحاضر، وتشير إلى السلوك في المستقبل .

سـ تـتـعـدـدـ وـظـائـفـ الـاتـجـاهـاتـ ... دـلـلـ علىـ ذـلـكـ

- ١) تحدد طريق السلوك وتفسره .
- ٢) تنظم العمليات الدافعية والانفعالية والإدراكية المعرفية عند الفرد .
- ٣) تظهر في سلوك الفرد في أقواله وأفعاله وتفاعلاته مع الآخرين في الجماعات المختلفة .
- ٤) تيسر للفرد القدرة على اتخاذ القرارات في المواقف النفسية دون تردد أو تفكير في كل موقف .
- ٥) توضح صورة العلاقة بين الفرد وبين عالمه الاجتماعي .
- ٦) توجه استجابات الفرد للأشخاص والأشياء والمواضف .
- ٧) تساعد الفرد على أن يشعر، ويدرك، ويفكر بطريقة محددة تجاه موضوعات البيئة .
- ٨) تعبّر عن مسيرة الفرد لما يسود مجتمعه من معايير وقيم .

سـ الـاتـجـاهـاتـ عـرـضـةـ لـلـتـعـديـلـ وـالتـغـيـرـ ... عـلـلـ صـحـةـ أوـ خـطـأـ الـعـبـارـةـ

- ✓ بالرغم من أن الاتجاهات ثابتة نسبياً وتقاوم التغيير إلا أنها عرضة للتتعديل والتغيير، نتيجة لتفاعل المستمر بين الفرد ومتغيرات البيئة .
- ✓ تعتمد بعض أساليب تغيير الاتجاهات على الجانب المعرفي، واستخدام الحجج المنطقية، كما تعتمد بعض الأساليب الأخرى على الجانب الانفعالي .
- ✓ ويوصى علماء النفس بـ:
- اتباع استراتيجية تدريجية في تغيير الاتجاهات .

سـ وضـعـ بـمـثـالـ خـصـائـصـ الـقيـمـ ؟

- (١) القيم أكثر عمومية وتجریداً وشمولاً من الاتجاهات مثال : موقف الفرد من دراسة علم الجغرافيا ، يحدد (اتجاهه) نحو موضوعات هذا العلم بالذات، أما موقفه من العلم وأثره في تطوير الحياة فيحدد (القيمة) العلمية التي يتبعها هذا الفرد.
 - (٢) القيم أكثر ثباتاً من الاتجاهات وأقل قابلية للتغيير منها .
 - (٣) تنطوي القيم عادة على جانب تفضيلي وأخلاقي، في حين يمكن أن تكون الاتجاهات سلبية
- سـ تـعـتـبـرـ الـقيـمـ نـتـاجـ لـعـلـمـيـاتـ التـعـلـمـ ...ـ حلـلـ العـبـارـةـ .**
- سـ اـسـتـخـلـصـ كـيـفـيـةـ اـكـتـسـابـ الـقـيـمـ لـدـىـ الـفـرـدـ فـيـ ضـوـءـ مـادـرـسـتـ ؟ـ**

- ✓ تعتبر القيم نتاج لعمليات التعلم ، فقد يكتسب الفرد قيمه كما يكتسب أنماط سلوكه الأخرى باللماحة والتقليد .
- مثال : كثير من الأولاد خاصة حديث السن منهم يقلبون بوجهات نظر آبائهم أو الأشخاص المهمين في بيئتهم .
- ✓ وقد يكتسب الفرد قيم دون أخرى نتيجة مبادئ التعلم الشرطي وأثر عمليات التعزيز والعقاب ، حيث
- يعمل التعزيز على تقوية السلوك القيمي المرغوب فيه.
- يؤدي العقاب إلى انطفاء أو كف السلوك غير المرغوب فيه.

سـ بـيـنـ الـعـوـامـلـ الـمـؤـذـرـةـ فـيـ الـقـيـمـ فـيـ ضـوـءـ مـادـرـسـتـ ؟ـ

- ✓ أن اختلاف الأفراد في قيمهم يأتي نتيجة اختلافهم في العديد من العوامل، كـ (السن والقدرات والخبرات التعليمية والوضع الاقتصادي الاجتماعي، والخلفية الثقافية) .
- ✓ تؤثر الخبرات المدرسية في (تشكيل أو تغيير أو تعديل) القيم ذات العلاقة بـ :
- العمل المدرسي.
- العلاقات الاجتماعية . - بعض جوانب السلوك الأخلاقي.

سـ وـضـعـ دـورـ التـشـكـيلـ الـاجـتمـاعـيـةـ وـالـعـصـالـ فـرـديـةـ فـيـ تـشـكـيلـ الـقـيـمـ لـدـىـ الـفـرـدـ ؟ـ

- ✓ تؤدي الأسرة دوراً هاماً في تحديد دلالات الأشياء والأحداث والأشخاص ، وما هو ملائم وغير ملائم من أنماط السلوك والدوافع.
- مثال دعم سلوك الاستقلال أو الإنجاز ، أو المنافسة ... الخ.
- ✓ خصال الطفل الوراثية والعقلية تشكل أسلوب تفاعله مع الخبرات والأحداث التي يتعرض لها في الأسرة، والبيئة الاجتماعية المحيطة .
- ✓ وهذه الخصال الفردية هي أساس الفروق الفردية بين الأشخاص ، لأنها تشكل لديه نمطاً فريداً في الاستجابات التي تؤثر على المحيطين به ، كما تتأثر بهم ، ويترتب على هذا التفاعل نمط من (ترتيب الأهمية لدوافعه وحاجاته واهتماماته) ، وهي التي تمثل نسقه القيمي .

- توفير مناخ تسامحي يتم فيه التغيير.

• وكلما كان الفرد أكثر إطمئناناً كانت اتجاهاته أكثر مرونة وقابلية للتغيير.

سـ اـذـكـرـأـمـ الـعـوـامـلـ الـتـىـ تـسـاعـدـ عـلـىـ إـحـدـاـتـ تـغـيـرـ فـيـ الـاتـجـاهـاتـ ؟ـ

- (١) ضعف الاتجاه وعدم رسوخه .
 - (٢) وجود اتجاهات متوازية أو متساوية في قوتها بحيث يمكن ترجيح أحدهما على باقي الاتجاهات .
 - (٣) وجود خبرات مباشرة تتصل بموضوع الاتجاه .
 - (٤) سطحية أو هامشية الاتجاه .
- مثال :- الاتجاه يسهل تغييره :- يمكن للشخص أن يغير طريقة ملابسه .

سـ اـذـكـرـأـمـ الـعـوـامـلـ الـتـىـ تـجـعـلـ تـغـيـرـ الـاتـجـاهـاتـ أـمـراـ صـباـ ؟ـ

- (١) قوة الاتجاه القديم ورسوخه .
 - (٢) الجمود الفكري ، وصلابة الرأى عند الفرد .
 - (٣) مصاحبة الانفعال الشديد للاتجاه، وتحوله إلى تعصب يعمى الأعين، ويصم الآذان .
 - (٤) إدراك الاتجاه الجديد على أنه تهديد للذات .
 - (٥) محاولة تغيير الاتجاه رغم إرادة الفرد .
 - (٦) الدوافع القوية عند الفرد تعمل على مقاومة تغيير الاتجاهات.
- مثال :- الاتجاه يصعب تغييره :- يصعب على الشخص تغيير موقفه الديني

(الـقـيـمـ)**سـ تـعـدـ الـقـيـمـ نـظـامـ قـيـمـيـ وـهـرـمـيـ عـلـىـ صـحـةـ أوـ خـطاـ العـبـارـةـ .**

لكل فرد نظام قيمي هرمي يحكم سلوكه ويعكس بشكل أو آخر حاجاته واهتماماته، والنظام الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه

سـ وـضـعـ تـعـرـيفـ الـقـيـمـ فـيـ الـلـغـةـ ؟ـ
سـ بـمـ تـفـسـرـ: الـقـيـمـ أـعـمـ منـ الـثـمـنـ مـعـ تـوـضـيـحـ تـعـرـيفـ الـقـيـمـ ؟ـ

- في اللغة : تعنى قيمة الشئ وقدرها أو ثمنه .
- تعد القيمة أعم من الثمن ، لأن :
- الثمن : هو ما يقدر من مال عوضاً للشئ عند البيع .
- القيمة : تعنى كل ما هو جدير باهتمام الشخص وعنايته لأعتبرات اجتماعية أو إقتصادية، أو أخلاقية، أو دينية، أو جمالية، أو نفسية .

سـ لـفـوـمـ الـقـيـمـ إـطـارـيـنـ اـسـاسـيـنـ ...ـ وـضـعـ ذـكـ

- الإطار الأول : هو الإطار الاجتماعي العام :- يشير إلى ترتيب الأولويات وفقاً للمعايير الاجتماعية .
- الإطار الثاني : هو الإطار النفسي :- يشير إلى ترتيب الأولويات وفقاً لفضائل الفرد .

سـ حدـدـ المـقصـودـ بـالـاحـبـاطـ؟

الإحباط هو الشعور الذي يصيب الفرد عندما يوجد ما يحول بينه وبين تحقيق الأهداف مرغوبه، أو هو حالة الانفعالية التي يشعر بها الفرد عندما يواجه ما يحول بينه وبين تحقيق دوافعه مثل : مشاعر الفشل، والضيق، والاكتئاب

سـ تـناـولـ بالـشـرحـ أـهمـ العـوـاـمـلـ الـمـؤـدـيـةـ لـالـاحـبـاطـ؟

سـ العـوـاـمـلـ الـخـاصـةـ بـالـفـرـدـ مـنـ الـعـوـاـمـلـ الـمـعـدـتـةـ لـالـاحـبـاطـ وـضـعـ؟

أـ عـوـاـمـلـ خـاصـةـ بـالـفـرـدـ:

- ✓ وجود جوانب ضعف أو عدم كفاية في الفرد نفسه، أو نقص قدرات معينة .
- ✓ نقص خصائص نفسية معينة كالقدرة على التحكم في النفس أو التي تعوق الفرد عن تحقيق أهداف معينة .
- مثال :ـ فليس كل شخص يمكنه أن يصبح موسيقيا بارعاً مجرد أنه أراد ذلك
- ✓ وكلما ازداد بعد الهدف عن الفرد وعن إمكاناته فإن الإحباط يكون هو النتيجة الطبيعية.

سـ العـوـاـمـلـ الـخـاصـةـ بـالـبـيـئـةـ مـنـ الـعـوـاـمـلـ الـمـعـدـتـةـ لـالـاحـبـاطـ وـضـعـ؟

بـ عـوـاـمـلـ خـاصـةـ بـالـبـيـئـةـ:

- (١) يعود الإحباط إلى ظروف وعوائق ترتبط بالبيئة التي يعيش فيها الفرد. مثل: الضوضاء التي تمنعنا من التركيز، أو المعانة الاقتصادية
- (٢) البيئة الاجتماعية التي تتضاعف كثيراً من العقبات أمام الفرد ، مثل القيود التي يفرضها الآخرون
- (٣) وهناك ما يفرضه الوالدان، كما أن هناك ظروف تحول دون إشباع حاجات الفرد للأمن والحب والانتماء مثل: وفاة أحد الوالدين أو كليهما وغيرهما من الظروف التي قد تؤدي إلى الإحباط.

سـ حدـدـ المـقصـودـ بـالـصـرـاعـ؟

سـ الصـرـاعـ حـالـةـ إـنـعـالـيـةـ دـافـعـيـةـ غـيرـ سـارـةـ . حلـلـ العـبـارـةـ :

كـهـ حالـهـ انـعـالـيـهـ دـافـعـيـهـ غـيرـ سـارـهـ قـوـامـهـ الشـعـورـ بـالـحـيـرـةـ وـالـتـرـدـ وـالـضـيقـ وـالـقـلـقـ ، تصـيـبـ الفـرـدـ عـنـدـمـ تـنـازـعـهـ اـجـاهـاتـ مـخـلـفـةـ ذـاتـ قـوـىـ مـتـسـاوـيـةـ بـشـأنـ بـعـضـ دـوـافـعـهـ وـأـهـدـافـهـ التـيـ يـسـعـىـ إـلـىـ إـشـبـاعـهـاـ وـتـحـقـيقـهـاـ ، فـيـعـزـ عـنـ الـوصـولـ إـلـىـ حـلـ مـحدـدـ .

(أنـوـاعـ الصـرـاعـاتـ)

سـ سـ : وـضـعـ بـمـثـالـ صـرـاعـ الـاقـدـامـ- الـاقـدـامـ :

سـ فـسـرـ بـمـثـالـ صـرـاعـ الـإـحـجـامـ- الـإـحـجـامـ :

سـ يـعـدـ صـرـاعـ الـاقـدـامـ- الـإـحـجـامـ . أـحـدـ أـنـوـاعـ الصـرـاعـ وـضـعـ مـسـتـعـينـاـ بـمـثـالـ :

كـهـ يـحـدـثـ هـذـاـ الصـرـاعـ حـينـ يـحاـولـ الشـخـصـ الاختـيـارـ بـيـنـ هـدـفـيـنـ كـلاـهـماـ جـذـابـ وـيـعـدـ هـذـاـ النـوعـ مـنـ الصـرـاعـ أـيـسـرـ أـنـوـاعـ الصـرـاعـاتـ قـابـلـيـةـ لـلـحـسـمـ .

(١) مـثـالـ : الاختـيـارـ عـنـدـمـ يـكـونـ أـمـامـ الفـرـدـ وـظـيـفـتـانـ لـهـماـ مـزاـيـاـ مـتـقـارـبـةـ ، وـالـصـرـاعـ فـيـ هـذـهـ الـحـالـةـ لـاـ يـسـتـمـرـ بلـ يـنـتـهـيـ عـنـدـمـ يـقـرـرـ الشـخـصـ اـخـتـيـارـ الـهـدـفـ الـأـقـرـبـ ، أـمـاـ إـذـاـ طـالـ

صـرـاعـ الـاقـدـامـ - الـاقـدـامـ :**التـوـافـقـ الـاجـتـمـاعـيـ :**

سـ يـسـتـمـدـ التـوـافـقـ مـنـ عـلـمـ الـبـيـولـوـجـيـاــ اـشـرـ

كـهـ التـوـافـقـ أوـ التـكـيفـ مـسـتـمـدـ فـيـ جـوـهـرـهـ مـنـ عـلـمـ الـبـيـولـوـجـيـاـ ، وـيـعـنـيـ درـجـةـ الـمـلـاءـمـةـ بـيـنـ الفـرـدـ وـالـظـرـوفـ الـطـبـيـعـيـةـ التـيـ يـعـيـشـ فـيـهاـ حتـىـ يـسـتـطـعـ الـبقاءـ ، وـقدـ اـنـتـقـلـ المـفـهـومـ إـلـىـ عـلـمـ النـفـسـ مـنـ نـشـاطـهـ الـمـبـكـرـ؛ فـقـدـ تـأـكـدـ أـنـ الإـنـسـانـ فـيـ حـاجـةـ أـيـضاـ إـلـىـ هـذـهـ الـمـلـاءـمـةـ بـيـنـ وـيـنـ الـظـرـوفـ الـاجـتـمـاعـيـةـ وـالـنـفـسـيـةـ الـمـحـيـطـةـ بـهـ .

سـ يـتـضـمـنـ التـوـافـقـ فـيـ عـلـمـ النـفـسـ مـعـنـيـنـ رـئـيـسـيـنــ دـلـ علىـ ذـلـكـ .

سـ تـعـدـيلـ سـلـوكـ الـفـرـدـ وـتـعـدـيلـ الـبـيـئـةـ الـنـفـسـيـةـ مـنـ أـهـمـ معـانـيـ التـوـافـقـ ...ـ عـلـلـ صـحـةـ اوـ خـطـأـ الـعـبـارـةـ

يـتـضـمـنـ التـوـافـقـ مـعـنـيـنـ رـئـيـسـيـنـ، هـمـ:

(١) تعـدـيلـ سـلـوكـ الـفـرـدـ بـحـيثـ يـتوـاعـمـ مـعـ الـبـيـئـةـ الـنـفـسـيـةـ وـالـاجـتـمـاعـيـةـ بـلـ وـالـمـادـيـةـ الـمـحـيـطـةـ بـهـ وـيـلـعـبـ التـعـلـمـ الدـورـ الـحـاسـمـ فـيـ هـذـهـ الصـدـدـ .

(٢) تعـدـيلـ الـبـيـئـةـ الـنـفـسـيـةـ وـالـاجـتـمـاعـيـةـ بـلـ وـالـمـادـيـةـ الـمـحـيـطـةـ بـالـفـرـدـ بـحـيثـ تـصـبـ أـكـثـرـ قـابـلـيـةـ لـإـشـبـاعـ دـوـافـعـهـ وـتـحـقـيقـ أـهـدـافـهـ . وـيـمـكـنـ القـوـلـ أـنـ عـلـمـيـةـ التـوـافـقـ تـعـلـمـ فـيـ الـاتـجـاهـيـنـ مـعـاـ .

فـيـاـ كـانـتـ الـبـيـئـةـ عـلـىـ درـجـةـ كـبـيرـةـ مـنـ التـغـيرـ	الـتـوـافـقـ بـالـمعـنـيـ
وـالـتـجـدـدـ وـالـتـنـوـعـ تـسـمـحـ لـهـ بـتـعـدـيلـ سـلـوكـهـ	الـأـوـلـ

وـقـدـ يـقـوـمـ هـوـ بـنـفـسـهـ بـهـذـهـ التـعـدـيلـ ، وـقـدـ	الـتـوـافـقـ بـالـمعـنـيـ
يـعـاـونـهـ غـيرـهـ فـيـ تـغـيـرـ الـبـيـئـةـ	الـثـانـيـ

سـ حدـدـ نـوـعـاـ التـوـافـقـ :

سـ قـارـنـ بـيـنـ نـوـعـيـنـ التـوـافـقـ الـاجـتـمـاعـيـ :

سـ التـوـافـقـ الـاجـتـمـاعـيـ يـشـمـلـ الـمـجـالـاتـ الـاجـتـمـاعـيـةـ التـيـ يـعـيـشـ فـيـهاـ الـفـرـدـ ...ـ عـلـلـ صـحـةـ اوـ خـطـأـ الـعـبـارـةـ

يـقـصـدـ بـالـتـوـافـقـ الـنـفـسـيـ(ـ)ـ الـشـخـصـيـ	الـتـوـافـقـ الـنـفـسـيـ (ـ)ـ الـشـخـصـيـ
(ـ)ـ الـمـوـاءـمـةـ بـيـنـ الـشـخـصـ وـذـاتـهـ .	
وـيـعـنـيـ ذـلـكـ أـنـ يـكـونـ الـفـرـدـ رـاضـيـاـ عـنـ نـفـسـهـ ، مـتـقـبـلـاـ لـهـ مـعـ التـرـرـ النـسـبـيـ مـنـ التـوـتـرـاتـ	
وـالـصـرـاعـاتـ التـيـ تـقـتـرـنـ بـمـشاـعـرـ سـلـبـيـةـ نـحـوـ	
الـذـاتـ ، وـيـتـحـقـقـ التـوـافـقـ الـشـخـصـيـ إـذـ أـشـبـعـ الـفـرـدـ	
دـوـافـعـهـ وـحـاجـاتـهـ وـأـهـدـافـهـ الـشـخـصـيـةـ .	

يـقـصـدـ بـالـتـوـافـقـ الـاجـتـمـاعـيـ مـوـاءـمـةـ بـيـنـ	الـتـوـافـقـ الـاجـتـمـاعـيـ
الـشـخـصـ ، وـغـيرـهـ مـنـ النـاسـ ،	
وـيـشـمـلـ ذـلـكـ جـمـيعـ الـمـجـالـاتـ الـاجـتـمـاعـيـةـ التـيـ	
يـعـيـشـ فـيـهاـ الـفـرـدـ كـالـمـدـرـسـةـ وـالـأـسـرـةـ وـالـمـهـنـةـ ،	
وـيـتـحـقـقـ التـوـافـقـ الـاجـتـمـاعـيـ إـذـ أـشـبـعـ الـفـرـدـ	
دـوـافـعـهـ وـحـاجـاتـهـ وـأـهـدـافـهـ الـاجـتـمـاعـيـةـ .	

<p>أما إذا كان الدافع أساسياً فإن التوتر الذي يصاحب تعويقه يكون طويلاً الأمد.</p>		<p>أمد الصراع فإنه قد يدل على وجود خبرة سابقة سلبية تدعو إلى التردد في اتخاذ القرارات</p>
<p>كهر يتوقف الأثر الناجم عن الإحباط والصراع على الإمكانيات المتاحة لإشباع دوافع الفرد أو تحقيق أهدافه ، وبصفة عامة يمكن القول أن الدافع الذي يمكن إشباعه بطرق متعددة والهدف الذي يمكن الوصول إليه بوسائل مختلفة قليلاً ما ينشأ عنهما مشكلات توافق.</p>	<p>امكانيات اشباع الدوافع وتحقيق الهدف</p>	<p>٢) مثال: عندما يقرر الفرد الزواج وتكون أمامه فتاتان كل منهما لها صفات إيجابية وعليه أن يختار إحداها</p>
<p>كهر يتصف القلق كخبرة ذاتية للفرد بمشاعر الخوف وتوقع المصائب، والشر كالموت، أو المرض، أو الحوادث، وقلة الحيلة، وعدم الثيق دون أن يكون هناك سبب موضوعي . ولذلك فإن القلق يختلف عن الخوف في أن الخوف شعورى وله مصدر خارجي معروف (الخوف من الحيوانات ، الخوف من الظلام ، الخوف من طبيب الأسنان) . أما القلق فهو لا شعورى وداخلى، وأسبابه غالباً غير واضحة.</p>	<p>س يختلف القلق عن الخوف... دل على ذلك</p>	<p>صراع الأحجام - الأحجام</p>
<p>حاله من التوتر الشامل المستمر ، يتوقف فيها الفرد خطراً، وتهديداً واقعياً، أو رمزاً مصحوباً بأعراض جسمية وفسيولوجية وانفعالية ومعرفية .</p>	<p>س يهدى القلق حاله من التوتر المستمر... حل</p>	<p>صراع الأقدام - الأقدام</p>
<p>يظهر القلق متمثلاً في شكل أعراض مثل ضربات القلب ، واضطراب المعدة ، أو الإسهال ، وكثرة التبول ، وكثرة إفراز العرق</p>	<p>١) من الناحية الجسمية والفسيولوجية</p>	<p>نوع العائق الذى يتعرض له الفرد</p>
<p>عدم القدرة على التركيز والإجهاد والتعب دون مبرر كما قد توجد من علامات أخرى مميزة مثل بروادة الأطراف ، والأرق</p>	<p>٢) من الناحية الانفعالية</p>	<p>طريقة الاستجابة لصراع خلقي (كالغش في الامتحانات) وما يصاحبه من شعور بالذنب ، تختلف عن الاستجابة لعائق اقتصادي (كنقص الدخل)</p>
<p>فياته يسيق القلق ويتأمن معه إدراكه وتوقع مستمر لحدوث شئ سيئ أو مكروه للفرد</p>	<p>٣) من الناحية المعرفية</p>	<p>تؤثر خبرة الشخص السابقة في التعامل مع مواقف الإحباط والصراع في تحديد نمط استجابته في الموقف الحاضر .</p>
<p>س توجد ثلاث مستويات للقلق... فاقش</p>		<p>مثال: فخيارات الفشل السابق قد تؤدي إلى مزيد من القلق والتوتر، أما إذا كان المرء قد تعرض في الماضي لخبرات نجاح في التغلب على العائق فإنه قد يشعر عند مواجهة الموقف الراهن بالثقة بالنفس ويتسم بالمتابرة .</p>
<p>س ترتبط مستويات القلق بالتوافق النفسي والاجتماعي ... عمل صحة او خطأ العبارة</p>		<p>تؤثر درجة شدة العائق وخطره على</p>
<p>هو قلق دافعي ويسير وصحي إذ يؤدي إلى حل المشكلات والإبداع ، ويسهل عمليات التعلم ، والتوافق</p>	<p>القلق في صورته المعتدلة</p>	<p>(١) مدى شعور الفرد بتهديه لذاته من ناحية ، (٢) وعلى درجة تقدير الشخص لذاته من ناحية أخرى</p>
<p>ويؤدى إلى شعور صاحبه باللامبالاة ، والكسل ، والاهمال ، وعدم الرغبة في الانجاز</p>	<p>القلق المنخفض</p>	<p>مثال: فالفشل في الامتحان قد يفسره أحد الطلاب بأنه عائق مؤقت إذا كان تقديره لذاته مرتفعاً ، أما الطالب الذي يقدر ذاته تقديراً منخفضاً فإنه قد يبالغ في تفسير هذا الحدث ويعتبره خطراً يهدده ، ويشعر بأنه غير جدير بالنجاح ويؤدى به ذلك إلى فقدان الثقة بالنفس.</p>
<p>يؤدى ارتفاع مستوى القلق إلى عصبية واستثاره ، وخفض للوظائف المعرفية ، ومن أهمها عدم القدرة على التفكير ، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات كما يؤدى إلى شعور دائم بعدم الكفاية ، والعجز ، وقلة الحيلة ، وعدم القدرة على مناقشة الأمور.</p>	<p>القلق المرتفع</p>	<p>طبيعة الدافع</p>
		<p>تصدر عن الشخص الذى يعاني من خبرة الإحباط أو الصراع :</p>
		<p>إذا كان الدافع ثانوياً فإن الشخص يستجيب بشعور خفيف بالضيق ،</p>

(الاساليب المباشرة)

سن ذكر بيايجاز الاساليب المباشرة في حل الصراعات
ومواجهة الاحباط؟

مثال : ممارسة رياضة الملاكمة والكاراتيه هي اعلاء للغريزة العدوانية في شكل مقبول اجتماعياً	التعويض
لتعويض هو حالة دفاعية لاعتوبيه يلجأ إليها الفرد لتخفيف حدة التوتر الناجم عن خبرة الإحباط أو الصراع وما يصاحبها من شعور بالنقص أو إحساس بالفشل ، وهو نوع من تغيير الأهداف إلا أنه في حالة التعويض يكون لاعتوبيه .	
مثال : فشل الفرد في مجال معين يعوضه في مجال آخر	
التبرير هو محاولة لاعتوبيه لإعطاء أسباب تبدو مقبولة اجتماعياً، أو معقولة منطقياً على الرغم من أنها بالفعل غير سليمة .	التبرير
مثال : الطالب الذي يبرر عدم إنجازه لواجباته بالمرض.	
الازاحة حيلة دفاعية يلجأ إليها الشخص لنقل الانفعالات من معاناتها الأصلية غير المقبولة إلى معانٍ أخرى بدليل تكون أكثر قبولًا لدى الشخص ، وقد تتخذ الأزاحة صورة النقل من أشياء أو أشخاص معينين إلى آشخاص آخرين.	الازاحة
مثال : الموظف الذي يغضبه رئيسه قد ينقل غضبه إلى زوجته أو أبنائه .	
الإسقاط حيلة أخرى يلجأ إليها الإنسان حين يلصق عيوبه أو ناقصه أو فشله بالآخرين ، وهو بذلك وسيلة لإتلاف وجود هذه العيوب أو الأخطاء فيه .	الإسقاط
مثال : أن ينسب المرء إلى شخص آخر مسئولية الأفعال التي يود أن يبرأ منها .	
مثال : البخيل الذي يصف الناس بالبخل .	
حيلة التقمص هي عكس حيلة الإسقاط ، وفيها يسعى المرء إلى خفض التوتر النفسي الناجم عن الإحباط ولصراع عن طريق التحلّي ببعض الصفات والخصائص التي يتسم بها شخص آخر ، أو عن طريق التوحد الوجوداني مع هذا الشخص.	التقمص
مثال : توحد الطفل الصغير مع والده أو الطالب مع استاذه .	
النحوص هو ارتاد إلى بعض أساليب التوافق القديمة التي كانت تشيع رغبات الشخص وتحقق أهدافه في مرحلة سابقة من مراحل نموه ، على الرغم من أنه يكون قد تعدى هذه المرحلة .	النحوص
مثال : عودة الطفل إلى التبول اللارادي حين يلاحظ انتصاره اهتمام والديه إلى شقيقه المولود حديثاً، ويعتبر النحوص في هذه الحالة حيلة لاعتوبيه لجذب انتباه الوالدين إليه .	
تطهر هذه الحيلة في صورة رفض الشخص الاعتراف بأنه في حالة إحباط أو صراع	الانكار
مثال : شعور الناجر بالرضا على الرغم من أن تجارتة تنهار ويقاد يفلس	
أمثلة على الحيل الدفاعية :-	
(١) محاولة الشخص الضعيف استخدام القوة مع الأصغر منه سنا .	
(٢) تعويض .	
(٣) شخص معاق يتتفوق في السباحة . (تعويض) .	
(٤) لجوء امرأه في سن الستين إلى الزينة (تعويض) ، ((نكوص)) .	
(٥) وضع الطفل اصبعه في فمه بعد ان انتهى من هذه المرحلة (نكوص) .	
(٦) محاولة اللاعب الشعور بالرضا بعد الهزيمه . ((الانكار)) .	
الشخص الذي يبرر عدم التحاقه بوظيفة لأنها غير مضمونة (تبرير) .	

- كم تستخدم في حل مشكلات التوافق حلا حاسماً ونهائياً،
✓ (١) بنـلـ الجـهـدـ لـإـزـالـةـ العـاـنـقـ وـالـوـصـولـ إـلـىـ الـهـدـفـ :
- القيام بعمل جاد، ومضاعفة الجهد لإزالة هذه العوائق، فالطلاب الذى يربـبـ فـيـ الـامـتـحانـ يـحـاـوـلـ أـنـ يـزـيدـ مـنـ مـجهـودـهـ فـيـ اـسـتـذـكارـ درـوـسـهـ حتـىـ يـنـجـحـ فـيـ الـامـتـحانـ عـنـ إـعادـتـهـ وـيـتـفـقـ فـيـهـ .
- ✓ (٢) الـبـحـثـ عـنـ طـرـقـ أـخـرـىـ لـلـوـصـولـ إـلـىـ الـهـدـفـ :
- إذا وجد الشخص أن الطريقة التى يستخدمها للوصول إلى الهدف لا تؤدى إلى ذلك بالرغم مما يبذله من جهد ونشاط، فإنه يبدأ في البحث عن طريقة أخرى تؤدى إلى ذلك
- ✓ فالطالب فى المثال السابق قد يلجأ إلى تغيير عاداته فى الإستذكار وهذه الطريقة لا تصلح إلا إذا كان العائق خارجياً أو كان ناجماً عن عيوب شخصية يمكن تفاديتها وعلاجها .
- ✓ (٣) اـسـتـبـدـالـ الـهـدـفـ بـغـيرـهـ :
- إذا فشل الشخص فى التغلب على الإحباط والصراع والوصول إلى الهدف بإحدى الطريقتين السابقتين فإنه حينئذ قد يلجأ إلى طريقة ثلاثة وهـىـ تـغـيـرـ الـهـدـفـ نـفـسـهـ ، وـاحـلـ هـدـفـ آخـرـ يـسـهـلـ الـوـصـولـ إـلـىـ مـحـلـهـ .
- ✓ وتتوقف كفاءة هذه الطريقة على نجاح الهدف الجديد فى إشباع الدافع أو الحاجة ، لنفرض أنك كنت تتهـبـاـ لـلـعـبـ كـرـةـ قـدـمـ؛ فـأـمـطـرـ السمـاءـ وـاضـطـرـتـ إـلـىـ الـبقاءـ فـيـ الـمنـزـلـ ، وـأـخـذـتـ شـاهـدـ التـلـيفـيـزـيونـ ، فـإـذـاـ كـانـ هـدـفـكـ مـنـ لـعـبـ كـرـةـ الـقـدـمـ مـرـتـبـاـ بـرـغـبـتـكـ فـيـ التـسـلـيـةـ وـقـضـاءـ وـقـتـ الـفـرـاغـ؛ فـإـنـ الـهـدـفـ الـبـدـيـلـ يـمـكـنـ أـنـ يـشـبـعـ هـذـهـ الـحـاجـةـ ،
- ✓ أما إذا كان لـعـبـ كـرـةـ الـقـدـمـ هـدـفـاـ لـلـحـاجـةـ إـلـىـ التـقـدـيرـ فـإـنـ مشـاهـدـةـ التـلـيفـيـزـيونـ لـنـ تكونـ هـدـفـاـ بـدـيـلـاـ .
- ✓ (٤) اـسـتـخـدـامـ اـسـلـوـبـ حلـ المشـكـلةـ :
- وتـتـطـلـبـ هـذـهـ الـطـرـيـقـةـ أـنـ :
- ١- يـحـاـلـ الشـخـصـ جـمـعـ أـكـبـرـ قـرـدـ مـنـ الـمـعـلـومـاتـ عـنـ الـهـدـفـ الـذـيـ يـسـعـيـ إـلـىـهـ ، أـوـ الـأـهـدـافـ الـمـتـصـارـعـةـ لـدـيـهـ .
 - ٢- ثـمـ يـجـرـبـ عـلـيـاتـ التـحلـيلـ الـمـعـتـادـ فـيـ سـلـوكـ حلـ المشـكـلةـ .
 - ٣- يـحـاـلـ الـوـصـولـ إـلـىـ الـهـدـفـ لـيـتـعـرـفـ عـلـىـ عـاـقـبـةـ وـتـوـابـعـ ، وـقـدـ يـنـتـهـيـ بـهـ ذـكـرـ إـلـىـ قـبـولـ الـهـدـفـ أـوـ التـخـلـيـ عـنـهـ ، وـفـيـ حـالـةـ الـصـرـاعـ قـدـ يـتـخـلـىـ عـنـ أـحـدـ الـهـدـفـينـ أـوـ عـنـهـمـ مـعـاـ وـقـدـ يـحـاـلـ التـوفـيقـ بـيـنـهـمـ .

(الحيل الدفاعية الغير مباشرة)

الكتب	الكتب هو نوع من النسيان اللاشعوري يسعى المرء ، بطريقة لا إرادية إلى إبعاد الدوافع غير المقبولة والذكريات المؤلمة أو المشينة أو المخيفة عن دائرة الشعور الوعي ، واخفائها في اللاشعور، والتي تظهر فيما بعد في شكل أحلام النوم، الهفوّات وذلالات اللسان. <u>مثال</u> : استبعد الطفل لمشاعر العدوانية تجاه أبيه عندما يعتقه بشدّه
الاعلاء او التسامي	الاعلاء او التسامي هو تحويل الطاقة النفسية المتعلقة بأحد الدوافع او الأهداف غير المقبولة اجتماعياً وتوجيهها إلى نشاط اجتماعي مقبول ومفيد ، فالدافع الجنسي مثلاً يمكن علاجه بالنشاط الأدبي والفنى والرغبات العدوانية يمكن أن تتسامى من خلال بعض الأنشطة الرياضية.