

## اسئلة عامه

## سـ وضع مفهوم التعلم؟

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 كل تعلم يعد تغير -... فسر هذه العبارة؟

التغيرات في الأداء الناتجة عن النمو لا تعتبر تعلمًا لأن العوامل المسنولة عن هذا التغير هي عوامل بيولوجية خارجة عن إرادة الفرد، وليست نتيجة الخبرة والممارسة وكذلك التغيرات الناتجة عن التعب لا تعتبر تعلمًا لأن هذا التعب لا يعتبر تعلمًا لأن هذا التعب سريعًا ما يزول بمجرد أن يأخذ الكائن الحي قسطًا من الراحة .

## سـ علل : وجود نماذج ونظريات للتعلم؟

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

## سـ اشرح بمثال نظرية التعلم الشرطي الكلاسيكي؟

هي أول النظريات السلوكية ظهورًا وأكثرها شيوعًا ومؤسسها العالم الروسي "إيفان بافلوف"

وحيثما كان يجري تجاربه لأحد الحيوانات في الغدد اللعابية لاحظ ملاحظة هامة هي : "أن الحيوان يفرز لعابه حين يتعرض لبعض المثيرات التي ترتبط ارتباطًا متكررًا بالطعام وليس حينما يوضع الطعام في فمه فعلا، والمعروف أن وظيفة اللعاب الفسيولوجية هي تيسير مضغ الطعام وبلعه 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 وضع المفاهيم التالية : المثير الطبيعي - المثير الشرطي -

الاستجابة الشرطية - المثير المحايد - الاستجابة الطبيعية

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

## سـ تعتمد نظرية التعلم الشرطي على عدة قوانين وضع ؟

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

## سـ بين كيف تستفيد من نظرية التعلم بالأشراط الكلاسيكي؟

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

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

### س1 يعد قانون الأثر من قوانين نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ وضح

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

حيث يرى ثورنديك أن قوة الارتباط لا تنشأ فقط بسبب التكرار والأقتران 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 .

### س1 وضح بالأمثلة قانون الاستعداد أو التهيج ؟ س1 يعد قانون الاستعداد والتهيج من قوانين نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ ..... وضح

يصف هذا القانون الأسس الفسيولوجية 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 ثلاث احتمالات ، وهي:

**أ .** إذا كان الفرد مهينا للاستجابة ، وتمت استثارته علي نحو يؤدي إلي إصدار هذه الاستجابة ، حينذاك سيشعر بالرضا والارتياح مثال : إذا سألك المعلم وكنت مستعدا للإجابة ، وأجبت عن السؤال إجابة صحيحة فإن هذا يشعرك بالرضا والارتياح .

**ب .** إذا كان الفرد مهينا للاستجابة ، ولم يعط الفرصة لإصدار هذه الاستجابة ، فإنه سيشعر بالضيق وعدم الارتياح . مثال : إذا سأل المعلم سؤالا ، وكنت مستعدا للإجابة عن السؤال ، إلا أنه لم يطلب منك المعلم الإجابة فستشعر بالضيق وعدم الارتياح .

**ج .** أما إذا لم يكن الفرد مهينا للاستجابة ، وتم إجباره علي إصدار هذه الاستجابة فإنه سيشعر بالضيق وعدم الارتياح .

مثال : عندما يسألك المعلم سؤالا وأنت غير مستعد للإجابة عن هذا السؤال ، فإنك بطبيعة الحال ستشعر بالضيق وعدم الارتياح

### س1 اعرض التطبيقات التربوية لنظرية التعلم بالمحاولة والخطأ ؟

1. زيادة دافعية المتعلمين عن طريق إشراكهم في اختيار أنشطة التعلم وأساليبه مما يجعل بيئة التعلم مثيرة وجذابة
2. الممارسة أساس التعلم وتساعد في اكتساب المهارات .
3. ضرورة تقوية الروابط بين المثيرات والاستجابات بالتكرار أو التدعيم عند تعلم مهارات عقلية أو حركية أو تكوين عادات سلوكية مرغوبة ، أو تذكر معلومات لفظية ، وهكذا
4. التهيئة والتمهيد للدرس خطوة أساسية تساعد الطلاب علي فهم واستيعاب الشرح .

4- إحلال نماذج شرطية لعلاقات جديدة مرغوبة وإطفاء الغير المرغوبة .

مثال: مكافأة تلميذ بعد حضوره المدرسة . بعد فترة إمتناع عنها

5- تعليم القراءة للأطفال من خلال اقتران الجملة المطلوب قراءتها بالصورة المعبرة عنها.

مثال: تعلم الحروف بالصور .

### س1 اشرح بمثال - نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ - عند ثورنديك

1. أجرى ثورنديك التجربة التي وضع فيها قطا جانعا داخل قفص حيث أظهر القط في البداية نشاطا عشوائيا وكان على القط الجائع إصدار استجابة معينة للخروج من القفص والحصول على الطعام الذي يوجد خارج القفص كان يشد الحبل أو يجذب حلقة أو يحرك سقطة الباب وجميعها استجابات تحقق الهدف

2. اتخذ ثورنديك الزمن الذي استغرقه القط لحل المشكلة دليلا على التعلم، بمعنى أنه كلما تناقص الزمن كان دليلا على تعلم الحيوان الاستجابة الصحيحة لحل المشكلة .

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

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

### س1 يعد قانون التمرين من قوانين نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ ... ناقش س1 قارن بين قانون الاستعمال وقانون الإهمال ؟

الأول : قانون الاستعمال	الثاني: قانون الإهمال أو عدم الاستعمال
يقصد به أن التمرين أو الممارسة يؤدي إلى تقوية الرابطة بين المثير والاستجابة وبالتالي كلما زادت مرات الممارسة قوى الارتباط أكثر.	يشير إلى عدم الممارسة أو التمرين لفترة من الزمن يؤدي إلى إضعاف الرابطة بين المثير والاستجابة.
<u>مثال:</u> تدريب طالب الثانوية العامة على الامتحانات هذا التدريب يقوى الرابطة بين السؤال والجواب الصحيح عن هذا السؤال مما يؤثر إيجابا في تحصيل الدراسي للطلاب	في مثالنا السابق الإهمال وعدم حل امتحانات في مقرر من المقررات يضعف الرابطة بين سؤال معين والإجابة عن هذا السؤال بما يؤثر سلبا في التحصيل الدراسي للطلاب

### س1 أذكر التطبيقات التربوية لنظرية الجشطالت (الفهم والاستبصار) ؟

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 الإدراك الكلي للموقف وليس نتيجة إدراك أجزائه المنفصلة .
- مثال:- تعلم القراءة والكتابة بطريقة الكلمة ( الطريقة الكلية ) بدلا من الحرف (الطريقة الجزئية) .

### س2 وضع نظرية تجهيز ومعالجة المعلومات عند "نورمان" ؟

- ✓ يؤكد " نورمان " أبرز علماء تلك النظرية أن التعلم يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتخزين المعلومات وبعض 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

### س3 حدد الشروط المناسبة للموقف التعليمي في نظرية تجهيز ومعالجة المعلومات ؟

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

### س4 وضع قوانين التعلم في هذه نظرية - تجهيز ومعالجة المعلومات - ؟

- 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 .

### س5 وضع المقصود بال- الجشطالت - ؟

- و يقصد بمصطلح { الجشطالت } : الصيغة أو الشكل أو الكل المنظم الذي يزيد علي مجموع أجزائه ،  
فالجشطالت هو ( كل تتكون فيه أجزائه من عناصر مترابطة ترابطاً ديناميكياً فيما بينها وكذلك فيما بينها وبين الكل ذاته ) .  
قدمت هذه النظرية تفسيراً جديداً للتعلم من خلال معرفة كيف يدرك الفرد نفسه والبيئة المحيطة به في قانون " الكل أكبر من مجموع أجزائه " ومثال ذلك حينما نقرأ كلمة " أم " لا نقرأ أحرف منفصلة ( أ.م ) ، ولكن نقرأ الكلمة كوحدة كلية

### س6 حدد أهم التجارب التي اعتمد عليها أصحاب نظرية الجشطالت في أثبات نظريتهم ؟

- تم إجراء التجارب الشهيرة علي 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 للفرد استخدامها للوصول إلي الموز .  
ب - التجربة الثانية : وقد وضع الموز في بعض التجارب خارج القفص ، مع وضع بعض العصي داخل القفص ، بحيث لا يستطيع القرد الوصول للموز خارج القفص إلا باستخدام هذه العصي في جذب الموز من خارج القفص .

### س7 وضع كيف تتم عملية التعلم بالفهم والاستبصار لدي الجشطالت ؟

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

### س8 حدد خصائص التعلم بالاستبصار ؟

١. ينتقل من مرحلة ما قبل الحل إلي 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 لدي جميع الكائنات الحية مع الاختلاف في درجة التعلم ، حيث يزداد تبعاً لدرجة ارتفاع ونمو الكائن الحي .
٦. لا يحدث انطفاء للتعلم بالاستبصار لأنه 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 يشبع الدوافع ويرضى 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 شئ يحبه ويوجه انتباهه إلى أخطائه حتى يتجنبها .
٤. ولذلك فإن التغذية الراجعة في هذه الحالة لها أهمية خاصة فإذا أدركت أنك أخطأت في تعلم نطق كلمة باللغة الانجليزية ثم تستمع الى النطق الصحيح من مدرسك فإنك في هذه الحالة تتعلم الاستجابة الصحيحة .

**س للممارسة دور حيوي في حدوث التعلم ... برهن على ذلك ؟**

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

- تختلف طريقة تحديد الفترات الزمنية المناسبة لكل من التعلم والراحة
- ١. حسب الأعمال والمهام التي تقوم بها .
- ٢. ومبدأ الفروق الفردية بين الأفراد .
- ملاحظات هامة
- ويمكن القول أنك يجب أن تستريح طالما تشعر أن كفاءتك في العمل بدأت تتناقص وأن أخطائك بدأت في التزايد ، على أن تكون فترات الراحة خلال العمل الواحد الذي تؤديه قصيرة .
- أما إذا انتقلت من عمل إلى آخر ، كأن تتحول من استذكار اللغة العربية إلى الرياضيات فيجب أن تكون فترة الراحة بينهما أطول .

**س الدور الإيجابي للمتعلم يساعده في إتمام تعلمه ... وضح ؟**

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

**س يتضمن قانون التعلم السببي جزأين عند نومان بين ذلك**

٢. - قانون التعلم السببي : لهذا القانون جزآن :

الجزء الأول	الجزء الثاني
يتعلق بالنتائج المرغوبة حيث يميل الكائن الحي إلى تكرار الاستجابات التي لها علاقة سببية واضحة بالنتائج المرغوب فيها	يتعلق بالنتائج غير المرغوب فيها حيث يميل الكائن الحي إلى تجنب الاستجابات التي لها علاقة سببية واضحة بالنتائج غير المرغوب فيها.
<b>مثال :</b> الطالب الذي يمارس الرياضة باستمرار وفي نفس الوقت يتجنب أن يشترى الأطعمة من الباعة الجائلين حرصاً على صحته	

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

٣. قانون التغذية الراجعة المعلوماتية .  
يشير هذا القانون إلى أن نتائج أى عمل تؤديه سيوفر لك كمّاً 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 والاستراتيجيات الأساسية للعبة وغرضها التي تحصل منها على التغذية الراجعة المعلوماتية وقد تعتقد أنك تعلمت الشطرنج ولكنك إذا لم تستطع اللعب أمام لاعب يتحدى قدراتك فإنك في الحقيقة لم تتعلمه .
- س أفكار التطبيقات التربوية لنظرية تجهيز ومعالجة المعلومات**
- س كيف يمكنك كطالب الاستفادة من نظرية تجهيز ومعالجة المعلومات في دراستك ؟**

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

**س للدافعية 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 والحاجة إلى التقدير والرغبة في الاستطلاع }  
أما عند الحيوان فهي ترتبط فقط بالدوافع الفسيولوجية



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

### سـ حدد المقصود بعلم نفس النمو؟

١. هو الذى يهتم بدراسة المبادئ والقوانين المتصلة بالنمو الإنسانى
٢. يهتم بمظاهر النمو المختلفة .
- ٣- يهتم بالمطالب والحاجات والمشكلات التى تواجه الفرد فى كل مرحلة .

### سـ بين الهدف من دراسة النمو الإنسانى؟

والهدف النهائى لدراسة النمو الإنسانى هو تكوين شخصية نامية متطورة بصورة متكاملة ، وهذا الهدف لا تقوم به الأسرة بمفردها ولكن تقوم به كل مؤسسات المجتمع ( الحضانه، المدرسة ، وسائل الإعلام ، دور العبادة ... إلخ ) .

### سـ وضع تعريف النمو موضعاً ما يتضمنه؟

#### سـ حلل تعريف النمو؟

- يمكن تعريف النمو الإنسانى على أنه :
- سلسلة التغيرات التى تحدث للكانن الحى منذ لحظة الحمل وحتى الشيخوخة أو الوفاة وذلك فى الجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية واللغوية والخلفية .
- ويتضح مما يتضمنه التعريف السابق أن النمو:
- ١- سلسلة متصلة تبدأ منذ لحظة الحمل ثم الطفولة والمراهقة والشباب والرشد والشيخوخة .
  - ٢- يشمل الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية واللغوية وهذه الجوانب متفاعلة مع بعضها البعض

### سـ اعرض مبادئ النمو فى ضوء ما درست؟

<p>١) النمو يسير من العام الى الخاص</p> <p>بمعنى أن الوليد يستجيب للمواقف عامة بطريقة كلية ثم تصبح الاستجابات أكثر تنوعاً، مثال ١: فالطفل يحاول أن يحرك جسمه كله ليلتقط شيئاً أمامه ثم يتعلم بعد ذلك كيف يحرك يديه فقط .</p> <p>مثال ٢: ويكون مشى الطفل فى البداية حركة غير منتظمة لكل أجزاء جسمه ، وبعدها تأخذ شكلاً منسقاً للأيدي والأرجل .</p> <p>مثال ٣: حينما يريد الطفل أن يلتفت إلى مصدر صوت ما فإنه يحاول الالتفات بكل جسمه ، ثم تتعدل حركته ويتعلم كيف يدير رأسه ورقبته فقط دون بقية جسمه .</p>	<p>٢) النمو تغير مستمر</p> <p>يقوم على التفاعل بين كائن عضوى بيولوجى وما يتعرض له من مؤثرات بيئية 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 .</p>
<p>توجد فروق فردية فى معدلات: الجسمى والعقلى والاجتماعى والانفعالى ،</p> <p>بل توجد فروق داخل الفرد الواحد فربما سرعة النمو الجسمى لا تساير النمو العقلى أو</p>	<p>٣) توجد فروق الفردية</p>

### سـ ما المقصود بالانتقال الموجب للتعلم ؟

١. تزداد كفاءة التعلم إذا كان تعلم موضوع معين يؤثر تأثيراً ايجابياً ويفيدك فى تعلم موضوع آخر . وهو ما يسمى بالانتقال الموجب للتعلم ،
- مثال : فتعلمك لقاعدة نحوية فى اللغة العربية واللغة الإنجليزية يجب أن يفيدك أثناء القراءة والكتابة فى مواقف أخرى .
٢. ولا يكون للتعلم قابلية للانتقال الموجب إلا إذا توافرت له مجموعة من الشروط أهمها :
- أ- العناصر المشتركة : فإدراك المتعلم لوجود تشابه بين التعلم الجديد والتعلم السابق يجعل الانتقال الموجب سهلاً .
- ب- الفهم : وهو العملية التى تعتمد على إدراك العلاقات أو (الاستنباط).

### سـ يلعب الانتباه دوراً هاماً فى تحسين طرق الاستذكار دلل بالأمثلة ؟

#### الانتباه : يتحقق من خلال :

- أ- تخصيص وقت معين للاستذكار والحرص و الالتزام به .
- ب- تخصيص مكان معين للاستذكار وتحاشى اماكن الاسترخاء (كالسرير)
- ج- بذل بعض المجهودات البدنية كتحريك الجسم والجلسة المعتدلة
- د- التدريب على الاستذكار فى الظروف المتغيرة ، { كالهواء - الضوضاء } .
- هـ- التخلص من المشكلات النفسية والعاطفية والاجتماعية

### سـ زياد الرغبة فى الاستذكار ترتبط بمبدأ الدافعية بين ذلك ؟

#### زيادة الرغبة فى الاستذكار :

ويمكن تحقيق هذا الدافع عن طريق :

- أ- التفكير فى الاهداف التى يسعى الى تحقيقها مثل النجاح او التفوق
- ب- التنافس مع الذات وتحديد مستوى يسعى لتجاوزه .
- ج- تخصيص وقت محدد للانتهاء من استذكار المادة والحرص على تنفيذ ذلك .

### سـ يصبح الاستذكار أكثر فاعلية إذا كنت نشطاً ايجابياً .... وضع كيف يمكن تحقيق ذلك

#### المشاركة النشطة :

تأكيداً للدور الايجابى للمتعلم يجب أن يكون نشطاً ايجابياً أثناء

#### الاستذكار :

- أ- المراجعة : وتكون بين وقت وآخر لتتذكر بعض العناصر الاساسية .
- ب- تدوين المذكرات : و تلخيص المادة وملاحظات واسئلة عن المادة وتكوين افكار حول ما تتعلم

### سـ القراءة بالفهم تيسر لك الكثير من التعلم. كيف يمكن تحقيق ذلك ؟

#### استخدام طرق القراءة الجيدة :

- أ- استعراض العام للمادة قبل الدراسة التفصيلية .
- ب- الربط بين المعلومات الجديدة ، والمعلومات السابقة .
- ج- البحث عن المبادئ العامة التى تنظم التفاصيل و الجزئيات .

### س قارن بين الغدة النخامية والغدة الدرقية ؟

- ومن أهم الغدد اللاقنوية أو الصماء ما يلي :

أسم الغدة	الغدة النخامية	الغدة الدرقية
المكان و افرازاتها	تقع أسف سطح المخ و يفرز الفص الامامى عددا من الهرمونات منها هرمون النمو الذى يبدأ عمله منذ الشهور الأولى فى حياة الجنين .	وتفرز هرمون الثيروكسين الذى يضبط عملية تحويل الطعام إلى طاقة ويمد الخلايا بالحرارة اللازمة
نقص افرازاتها	نقص هذا الهرمون فى الدم قبل البلوغ يعوق نمو العظام فيتحول الطفل إلى قزم .	- ونقصه يؤدي إلى الشعور بالبرودة بصفة دائمة وبالذوخان أحيانا و عدم النشاط وقلة الرغبة فى العمل وبطء التنفس وضعف الرغبة الجنسية وقلة الرغبة فى الطعام وبطء ضربات القلب
زيادة افرازاتها	زيادة افراز هذا الهرمون فى مرحلة البلوغ تؤدي إلى نمو سريع وشاذ فى عظام الجذع و الاطراف	- أما إذا زاد إفرازها ونشاطها عن الحد العادى من هرمون الثيروكسين؛ فقد يعانى الفرد من العصبية وعدم الاستقرار فى ضربات القلب وصعوبة التنفس وكثرة الحركة ونحو ذلك .

### س وضع دور الاسرة فى النمو ؟

#### ( ٣ ) الأسرة :

- إذا كانت العلاقات بين الطفل والديه تتسم بالحب ، والقبول والثقة والاحترام فهذا يجعل الطفل يتقبل ذاته ويتقبل الآخرين ويثق فيهم
- في حين نجد أن العلاقات التى تسودها الحماية الزائدة والإهمال أو التسلط أو السيطرة أو التهوان 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 النفسى السليم للطفل

### س يؤدي الغذاء دورا هاما فى النمو ..... علل .

#### ( ٤ ) الغذاء : يؤدي الغذاء دوراً مهماً فى النمو حيث أنه:

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

الاجتماعى أو الانفعالى والمسيرة فى النمو بين الأقران نسبية .	
فمن ينخفض ذكاؤه يتأخر فى المشى والكلام، ويلاحظ أن الطفل الذكى كثير ما يكون متقدما فى النمو الاجتماعى والانفعالى .	( ٤ ) تميل جوانب النمو المختلفة للارتباط
إذ يكون النمو الجسمى سريعا فى المرحلة الجنينية والطفولة المبكرة والمراهقة ، بينما بطيئا فى الطفولة المتأخرة وفى الرشد .	( ٥ ) تختلف سرعة النمو من مرحلة إلى أخرى
فالنمو يسير فى اتجاه محورين متعامدين أحدهما طولى يبدأ من أعلى الرأس ويتجه إلى آخر القدم ، والآخر عرضي .	( ٦ ) يسير النمو فى اتجاهات طولية وعرضية

### س وضع العوامل المؤثرة فى النمو ؟

#### س تعد الوراثة أحد العوامل المؤثرة فى النمو ..... بين ذلك

#### ( ١ ) الوراثة :

- ✓ الوراثة هى انتقال الصفات أو الخصائص الوراثية من الوالدين إلى الأبناء، وذلك عن طريق الجينات التى تحملها الكروموزومات
- ✓ ومن المعروف أن الخلية الإنسانية تتكون من جدار وبروتوبلازم ، والبروتوبلازم يحتوى على سيتوبلازم ونواة
- ✓ ويوجد داخل النواة الكروموزومات التى تحمل الجينات ، والتى تحدد جميع الصفات الوراثية للكانن الحى.

### س تعد الغدة أحد العوامل المؤثرة فى النمو ..... ناقش

#### س ميز بين الغدة القنوية والغدة اللاقنوية - الصماء وتأثيرها على النمو .

#### ( ٢ ) الغدة :

الغدة أعضاء داخلية فى الجسم ، تتكون من مجموعة من الأنسجة التى تتألف من خلايا عصبية وخلايا عضلية ، ويحتوى الجسم على مجموعتين من الغدد، وهما:

الغدة القنوية	الغدة اللاقنوية ( الصماء )
وهى غدد لها قنوات خاصة تسير فيها إفرازاتها . ومن أمثلتها : الغدة الدرقية ، والغدة اللعابية ، الغدة العرقية .	- وتطلق إفرازاتها فى الدم مباشرة ، وتساهم فى نمو الجسم وضبط السلوك الانفعالى . - والتوازن فى إفرازات هذه الغدة تجعل الفرد شخصا سليماً ، والاضطراب فى إفرازاتها يؤدي إلى الاضطرابات النفسية والجسمية و الشخصية .

## س1 تعد وسائل الاعلام أحد العوامل المؤثرة فى النمو. برهن

### ٨ وسائل الإعلام -

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

## س1 للأنترنت والكمبيوتر أثر على عملية النمو. ناقش

### ٩ الإنترنت والكمبيوتر ( الحاسب الآلى ) :-

- إذا كان العصر الراهن هو عصر الثورة العلمية ودخول الحاسبات ، إلا أن هناك بعض المخاطر تتطلب تقنين استخدامه بالنسبة للأطفال
- وهذه المخاطر منها :-
- (١) صعوبة التحقق من مدى صحة ودقة المعلومات الموجودة على شبكة الإنترنت .
- (٢) الدخول إلى غرف الاتصال حيث يتبادلون الحديث مع أشخاص غرباء لا يعرفونهم ، ويجب تحذير الأبناء من ذلك
- (٣) استهلاك ساعات طويلة من الوقت مما يقلل من تفاعلهم الاجتماعى ويؤثر على نموهم النفسى - ( خاصة إذا وصل الأمر إلى إدمان الإنترنت ) .
- (٤) عندما يقل التواصل الاجتماعى مع الآخرين يصبح الطفل أكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب .

## س1 يمر الفرد بعدة مراحل نمائية ..... استعرض ذلك .

- النمو سلسلة من الحلقات المتتابعة تبدأ مع تلقيح البويضة وتنتهى بنهاية حياة الفرد ، ويمكن تقسيم مراحل النمو إلى النحو التالى
- (١) مرحلة ما قبل الولادة : وهى من بداية تلقيح البويضة حتى الولادة
- (٢) مرحلة المهد : وهى منذ الميلاد حتى نهاية الأسبوع الثانى .
- (٣) مرحلة الرضاعة : وهى من نهاية الأسبوع الثانى حتى نهاية السنتين .
- (٤) مرحلة الطفولة المبكرة : وهى من نهاية الثانية إلى نهاية السنة السادسة .
- (٥) مرحلة الطفولة المتأخرة : وهى من بداية السنة السابعة حتى العاشرة { البنات } والثانية عشرة { البنين } .
- (٦) مرحلة البلوغ أو ما قبل المراهقة : وهى من العاشرة أو الثانية عشرة حتى الثالثة عشر ( البنات ) أو الرابعة عشر { البنون } .
- (٧) مرحلة المراهقة المبكرة : وهى من الثالثة عشر أو الرابعة عشر حتى السابعة عشر .
- (٨) مرحلة المراهقة المتأخرة : وهى من السابعة عشر حتى الحادية والعشرين .

## س1 للحضانة دور فى عملية النمو ... بين ذلك .

## س1 تعد الروضة المعبر الذى ييسر انتقال الطفل من البيت إلى المدرسة ... دال

### ٥ رياض الأطفال ودور الحضانة -

- ✓ تعد الروضة المعبر الذى ييسر انتقال الطفل من البيت إلى المدرسة .
- ✓ لذلك فهى سلطة مؤثرة فى تشكيل النمو ،
- ✓ كما تعد خبرة الذهاب إلى الروضة من أهم التغيرات الاجتماعية التى يواجهها الطفل .
- ✓ فالروضة تسهم فى اتساع عالم الطفل الاجتماعى الذى يزيد صلته بأشخاص آخرين ، بعد أن كانت علاقاته محصورة فى دائرة أبوية

## س1 تعد المدرسة حلقة وسطى بين الأسرة والحياة الاجتماعية ..... اشرح

### ٦ المدرسة :-

- ✓ هى تلك المنظمة الرسمية التى اتخذها المجتمع ، وأوكل إليها مهمة :-
- (١) تربية النشء وتعليمهم .
- (٢) واكتسابهم أنماط السلوك والتفكير ،
- (٣) تساعد على تنمية استعداداتهم ومهاراتهم .
- (٤) تعد المدرسة حلقة وسطى بين الأسرة والحياة الاجتماعية .
- فهى تستقبل الطفل صغيراً فى طور النمو ، لتؤهله ناضجاً لمواجهة الحياة بمواقفها المعقدة ومشكلاتها المتعددة .

## س1 تؤثر جماعة الرفاق على النمو ..... دال

### ٧ جماعة الرفاق -

- هى الجماعة التى تتكون من مجموعة من الأفراد المتقاربين فى السن أو المستوى الدراسى أو فى السكن أو الميول والاتجاهات ... وغيرها ، ويربط بينهم مجموعة من الروابط العاطفية والاجتماعية

## س1 لجماعة الرفاق أهمية فى عملية النمو ..... ناقش

- أهمية جماعة الرفاق : فى التوافق النفسى والاجتماعى فى كل مراحل الحياة بصفة عامة ، وفى الطفولة والمراهقة بصفة خاصة :
- (١) مصدر للصحة 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 .

- (٩) مرحلة الرشد المبكر: وهى من الواحدة والعشرين حتى الأربعين .
- (١٠) مرحلة وسط العمر: وهى من الأربعين حتى الستين .
- (١١) مرحلة الشيخوخة: وهى من الستين حتى نهاية العمر .

### س تناول بالشرح العوامل التى تؤثر على الجنين قبل الولادة ؟

(١) <u>أمراض الام الحامل</u>	<p>✓ إن أى مرض يصيب الأم الحامل خاصة فى الشهور الثلاثة الأولى للحمل يؤذى الجنين. ومن أهم هذه الأمراض { الحصبة الألمانية و الأمراض التناسلية }</p> <p>✓ حيث ينتقل المرض من الأم الحامل للجنين مما يسبب له :</p> <p>- الصمم . - العمى - البكم - ضمور المخ .</p> <p>- أمراض القلب . - تخلف عقلى</p> <p>- تأخر النمو الجسمى والعقلى .</p> <p>• التطعيم ضد الحصبة الألمانية يقلل أو يقضى على حالات التخلف العقلى الناتجة من الحصبة الألمانية</p>
(٢) <u>غذاء الأم</u>	<p>من اللازم أن تحصل الأم الحامل على غذاء مناسب ومتكامل ، بصفة خاصة البروتين ، أو اللبن ومنتجاته، وخبز، وخضروات، وفواكه، وذلك للاحتفاظ بحالتها الصحية وحتى يكون طفلها صحيحاً وسليماً.</p> <p>وعدم كفاية أو تكامل العناصر الموجودة فى غذاء الأم يؤدى إلى الإجهاض، أو الأنيميا، وتسمم الدم، أو الولادات المبكرة أو الميتة، وزيادة وقت الولادة، وفقر الدم لدى الجنين، كذلك فإن هناك أمراضاً تنتشر بين الأطفال الذين عانوا من سوء تغذية الأم، مثل: (الالتهاب الرئوى، أو الكساح، وفقر الدم)</p>
(٣) <u>تعرض الأم للأشعة</u>	<p>تعريض الحوض لأشعة أكس (X) قد يكون ضرورة علاجية للمرأة الحامل التى تشكو من ورم خاصة فى الحوض أو المبايض على أن التعرض لكميات قليلة من الأشعة قد لا يؤثر فى الجنين ولكن المشكلة فى التعرض لجرعات كبيرة ، فإن هذا قد يؤذى الجنين ويعرضه للإجهاض.</p>
(٤) <u>حالات اختلاف الدم</u>	<p>تتكون كرات الدم الحمراء من عناصر أساسية منها عناصر (RH) ، وتوجد عناصر (RH) فى صورتين إما موجبة أو سالبة؛</p>

(٥) <u>زيادة عدد مرات الحمل عن أربعة</u>	<p>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 تنافر بين دم الأم ودم الأب فقد يؤدي إلى نقص كرات الدم الحمراء ويترتب على ذلك موت الجنين داخل الرحم أو بعد الولادة مباشرة أو إصابته بأنيميا حادة أو شلل أو ضعف عقلى أو عمى.</p> <p><u>فبالنسبة للجنين</u></p> <p>• فإن الأجنة التى تأتى بعد الطفل الأول تكون غالباً أصغر حجماً وأقل وزناً خاصة لو كانت المسافات الزمنية بين الولادة قصيرة</p> <p>• كما أن الطفل الذكر إذا كان ترتيبه الميلادى الأول فإن هرمونات الذكورة تكون أكثر من الأطفال الذين يكون ترتيبهم الميلادى بعد الأول .</p> <p><u>فبالنسبة للأم :</u></p> <p>• كما أن الولادات المتكررة، والرضاعة، ورعاية أطفال صغار تستنزف المرأة جسماً وتستنزف مخزونها الجسمى مما يؤثر عليها وعلى أطفالها.</p> <p>• وقد يؤدي ذلك إلى مشكلات خطيرة للأم مثل ( الأنيميا- فقر الدم ونزيف الدم وفقدته ).</p>
(٦) <u>الحالة الانفعالية للأم</u>	<p>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 للضغوط النفسية ، أو الاكتئاب، أو الحزن الشديد تزيد هذه الانفعالات من صعوبة الحمل والتى تشمل الغثيان والقيء وامكانية التعرض للإجهاض . 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).</p>
(٧) <u>تدخين الأم الحامل</u>	<p>يؤدى إلى نقص فى وزن الجنين وإلى النزيف أثناء الحمل، وتصل أخطار تدخين الأم الحامل إلى حد وفاة الجنين ، أو وفاة الطفل الرضيع بعد الولادة، كما أن الأمهات اللانى يتوقفن عن</p>



ربع طول الجسم نجد أن طول رأس الراشد تبلغ ثمن طول الجسم وتعتبر عملية التسنين من أهم مظاهر النمو الجسمي في هذه الفترة كذلك تنمو العضلات في حجمها وتزداد القدرة على التحكم في العضلات الكبيرة . وبالنسبة للفروق بين الجنسين يظل الذكور أكبر حجماً وأثقل وزناً وأطول قليلاً من الإناث، إلا أن الأسنان تظهر مبكراً لدى الإناث عنها لدى الذكور .	
<b>النمو العقلي</b> الذكاء يكون حسيّاً حركياً وليس تجريدياً ولا يستطيع استخدام الرموز أو اللغة بكفاءة .	
<b>النمو الانفعالي والاجتماعي</b> يبدأ الطفل في إقامة علاقات اجتماعية وانفعالية مع الوالدين . وترتبط قدرة الطفل في إقامة هذه العلاقات بمدى إدراكه لرعاية ومحبة والديه له والاهتمام به وحمايته واللعب معه . <b>ومن أهم انفعالات الطفل في هذه المرحلة :</b> { الفرح أو الحب أو الخوف ، أو الغيرة أو الغضب أو البكاء } .	
<b>النمو اللغوي</b> 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 .	
<b>الصفات الايجابية</b> يكتسب الطفل (الثقة) في السنة الأولى ، والاستقلالية في السنة الثانية ... إلخ نتيجة لحصول الطفل على الرعاية المناسبة المتمثلة في الرضاعة والحب والاهتمام . بالتالي ينظر الطفل بتفاؤل إلى المستقبل وإلى العالم وينظر إلى الآخرين على أنهم معطاءون جديرون بالثقة ويمكن الاعتماد عليهم مما يهيئ للطفل لإقامة : (علاقات اجتماعية وانفعالية لاحقة ) مع الصديق ، مع الزوجة ، ومع الابن .. إلخ	

**سي ينمو لدى الطفل الوعي بالاستقلالية وتأكيد الانفصال عن الوالدين في مرحلة ما قبل المدرسة ... دليل بالأُمثلة ؟**

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

التدخين أثناء الحمل يصبح أطفالهن أكثر وزناً من غيرهم . وآثار تدخين الأم الحامل يعود على الجنين بحرمانه من الدم النقي ، ذلك لأن الدم الذي يصل إليه فيه نسبة كبيرة من ثاني أكسيد الكربون . وبالتالي تقل نسبة الأوكسجين وهذا يؤدي إلى زيادة نشاط دقات القلب .	
<b>٨) سوء استعمال الأم الحامل للأدوية</b> كل الأدوية التي تتناولها الأم الحامل تكون قادرة على الوصول إلى المشيمة وتؤثر في الجنين ، وقد ثبت أن الكثير من الأدوية التي تتناولها الأمهات الحوامل بدون إشراف طبي قد يكون لها تأثير سيئ على الأجنة . ويؤدي إلى تشوهات جسمية وتخلف عقلي وضرر للجهاز العصبي ، وهذا ينطبق حتى على أقل الأدوية التي نعتقد أنها غير ضارة مثل الأسبرين .	

**سي لمرحلة ما قبل الميلاد أهمية خاصة ..... وضع ذلك .**  
**سي 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 طفرة في النمو ، مقارنة بمرحلة الرشد والمراحل اللاحقة .
  - ٤) وللاهمية البالغة لهذه المرحلة فإن بعض الشعوب (الصين مثلاً) يحسبون شهور الحمل ضمن السن الحقيقي للفرد

**سي تعد مرحلة الرضاعة هي مرحلة انطلاق القوى الكامنة والأنجازات .... حلل العبارة .**

- ✓ وتعتبر مرحلة انطلاق القوى الكامنة وهي مرحلة الإنجازات الكبيرة .
- ✓ حيث تشهد نمواً جسمياً سريعاً مثل (الجلوس و الوقوف و الحبو و المشي) ويكتسب اللغة .
- ✓ ويلاحظ فيها نمو الاستقلال، والاعتماد النسبي على النفس، والاحتكاك الاجتماعي بالعالم الخارجي، ويتم فيها الفطام .
- ✓ وفيها أيضاً تنمو الذات ويتكون مفهوم الذات الذي يعتبر الحجر الأساسي للشخصية .

**سي حدد مظاهر النمو الجسمي في مرحلة الرضاعة ؟**

<b>النمو الجسمي</b> أن النسب بين أجزاء جسم الرضيع تختلف عما هي عليه لدى الراشد فبينما يبلغ طول رأس الرضيع	
--	--

البنات أكثر تعرضاً للخوف من الأولاد، كما أن الأطفال بعضهم يخاف من الحيوانات، أو الظلام، أو الأطباء خاصة إذا كان مريضاً، أو إعطائه الطبيب حقنة، أو دواءً مراراً .

#### \* انفعال الغضب :

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

#### \* انفعال الغيرة :

✓ تظهر الغيرة عند ميلاد طفل جديد.

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

✓ في نهاية هذه المرحلة يتسم التعبير اللغوى بالوضوح والدقة ، وتختفى الأخطاء التى كانت موجودة قبل ذلك سواء فى النطق الطفلى لبعض الكلمات **مثل** : ( قلم - تلم ) ( مدرسة - مترسة ) ( أحمد - أمد )  
- أو إبدال بعض الحروف ( حامز بدلا من حازم )

النمو  
اللغوى

س : اعرض مظاهر النمو الاجتماعى في مرحلة الطفولة المبكرة ( ما قبل المدرسة ) ؟  
س : تعد مرحلة الطفولة المبكرة هي مرحلة ظهور الذكاء الاجتماعى .... 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 الاجتماعى.

النمو  
الاجتماعى

#### ::: مظاهر النمو في مرحلة الطفولة الوسطى والمتأخرة :::

س : يمتاز النمو الجسمى لطفل الممدرسة الابتدائية ( الطفولة الوسطى والمتأخرة ) بالبطء ... ناقش ؟

يتسم النمو الجسمى فى هذه المرحلة بالبطء وتتغير نسب النمو فى هدوء ولا تطرأ زيادات مفاجئة فى الحجم .

النمو  
الجسمى

نهاية المرحلة	بداية المرحلة	
من 36 - 38 كم	من حوالي 21 - 23 كم	الوزن
تقريباً 146 سم	من 120 - 122 سم	الطول

✓ يستطيع الطفل القيام ببعض المسئوليات المهمة فى رعاية الذات (التغذية أو النظافة أو ارتداء الملابس)  
✓ يستطيع أن يساعد فى بعض الأعمال المنزلية ،  
✓ ويستطيع أن يتحدث بكفاءة مع الآخرين ، ويقلد ما يراه فى التلفزيون أو السينما " سوبرمان ... الخ".

#### س : وضح كيف يكتسب الطفل الصفات الإيجابية في مرحلة الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة)؟

✓ يكتسب الاستقلال الذاتى وقوة الإرادة إذا توافرت ظروف نفسية واجتماعية مناسبة للطفل  
✓ يتوقف ذلك على مدى ما يشعر به من محبة من الوالدين .  
✓ يكتسب القدرة على التحكم وتزداد دافعيته للإنجاز .

#### س : أعرض الصفات الإيجابية التى يكتسبها طفل المدرسة الابتدائية ؟

✓ تتضمن زيادة النضج العقلى والانفعالى والاجتماعى المتمثل فى القدرة على التفكير الاستدلالي وعلى تنظيم الذات وعلى التواصل مع الأسرة، والأقران .  
✓ مما يجعل الطفل يشعر بالكفاية، والتمكن . حيث يهتم الطفل بالكيفية التى صنعت بها الأشياء، كما يهتم بشكل أساسى بالإنجاز الأكاديمي .

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

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

✓ تستمر الأسنان فى الظهور ويكتمل عدد الأسنان المؤقتة ، ويبدأ 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 فى السنة ، ويكون البنون أقل وزناً بدرجة بسيطة من البنات .  
✓ تبدأ غضاريف الهيكل العظمى للطفل بالتحول إلى عظام ، وتزداد فى 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 ) ؟

• وهى مرحلة التفكير الحسى والتمركز حول الذات.  
• لا يستطيع الطفل فى هذه المرحلة أن يركز على بعدين أو أكثر .

النمو  
العقلى

س : ناقش أهم مظاهر النمو الانفعالى في مرحلة الطفولة المبكرة ( ما قبل المدرسة ) ؟

\* انفعال الخوف :

النمو  
الانفعالى

- (٢) يواجه الطفل في هذه السن جماعتين جديدتين تسهمان في نمو شخصيته وفي تنشئته الاجتماعية وهما: المعلمون والأقران .
- (٣) يظل تأثير الأسرة مستمرا على الطفل
- (٤) يبدأ الطفل في هذه المرحلة في الانخراط وتقبل معايير المجتمع.
- (٥) يكون سلوكه الاجتماعي متسقا مع هذه المعايير، وهو لا يفعل ذلك لمجرد الحصول على الدعم، والإثابة من الوالدين والآخرين، ولكنه يفعل ذلك تحقيقا 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 ليصبح راشدا ناضجاً سواء كان رجلاً أم امرأة، فهي تبدأ بحدوث البلوغ الجنسي وتنتهي بالوصول إلى سن الرشد.

س : اشرح أسباب وانواع المراهقة

### المراهقة؟؟

س تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق من مطالب وتحديات مرحلة المراهقة...برهن بالأمثلة ؟

(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 المسنول عن قضايا الحب التي يمارسها المراهقون .

س تحقيق هوية الجنس يمثل مطلباً أساسياً لدى المراهق  
دلل على ذلك ؟

(٢) تحقيق هوية الجنس :-

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

س اتخاذ القرارات فيما يتعلق بالمستقبل المهني يمثل تحدياً أساسياً للمراهق... حلل العبارة ؟

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

- (٣) اتخاذ القرارات فيما يتعلق بالمستقبل المهني :-
- ✓ إن أكثر ما يصيب المراهق بالقلق والاضطراب هو عدم القدرة على تحديد هوية مهنية، مما يدفع بالمراهقين إلى المبالغة في التوحد بالأبطال الجماهيرية حفاظاً على تماسكهم الذاتي.
  - ✓ ويؤكد البعض أن المراهقة تنتهي ببداية الخبرة العملية في عالم العمل .

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

س : اعرض مظاهر النمو العقلي (المعرفي) لطفل 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 أثرية ، مشاهدة التلفزيون ... إلخ )،

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 الهادئة )، وذلك مقارنة بمرحلة الطفولة المبكرة التي تتسم بحدة الانفعالات وعدم ثباتها ، وقياًساً على فترة المراهقة التي تتسم بعدم الاستقرار الانفعالي .
- وتتسم شخصية الطفل بتقبل الضوابط والنظام والطاعة.

س : يستطيع طفل المدرسة الابتدائية على التحكم في أدائه الحركي .... وضع

س : اعرض مظاهر النمو الحركي لطفل المدرسة الابتدائية ؟

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

س : يتسع العالم الاجتماعي للطفل بالتحاقه بالمدرسة .... ناقش ؟

س : أذكر مظاهر النمو الاجتماعي لطفل المدرسة الابتدائية ؟

(١) يتسع العالم الاجتماعي للطفل بالتحاقه بالمدرسة

النمو العقلي

النمو الانفعالي

النمو الحركي

النمو الاجتماعي

**س1 استخلص مظاهر النمو العقلي والمعرفي في مرحلة المراهقة**  
**س2 يتميز ذكاء المراهق بأنه ذكاء حسي .... علل صحة أو خطأ العبارة ؟**

- ✓ يبدأ الذكاء الحسي في الطفولة ثم ينمو تدريجياً نحو الذكاء المجرد في مرحلة المراهقة حيث يصل أقصاها حتى ١٨ سنة،
- ✓ وتتميز القدرات العقلية العامة ثم تظهر بعد ذلك القدرات العقلية الخاصة كنتائج للتحصيل الدراسي وزيادة درجة الانتباه، ونمو عمليات الاستنباط، والاستنتاج، والاستدلال،
- ✓ ويوجد تنوع لدى المراهقين في الميول، والاستعدادات تبعاً لعوامل شتى وهي القدرات الخاصة، وغيرها مثل: مستوى التحصيل الدراسي، والمستوى الثقافي، والحالة الصحية للمراهق،
- ✓ وحيث يسير النمو العقلي عموماً من المجمل إلى المفصل أو من الكل للجزء

**س3 تزداد العمليات العقلية تفصيلاً لدى المراهق دلت بالأمثلة ؟**

الانتباه	س : يزداد مدى وعمق الانتباه لدى المراهق .... فسر ؟ يزداد مداه وعمقه فيستطيع تناول مشكلات وموضوعات أكثر عمقا، ومعقدة، وبذلك يستطيع الاستيعاب دراسياً دروساً أطول ، ومدى الانتباه له علاقة بالذكاء العام، ويساعد على التحصيل المرتفع، ويزيد من تذكر المراهق.
التذكر	س : يميل المراهق إلى التذكر الآلى .... علل صحة أو خطأ العبارة ؟ يميل المراهق إلى التذكر المبني على الفهم، واستنتاج علاقات جديدة بدلاً من التذكر الآلى .
التخيل	س : يميل المراهق إلى التخيل القائم على المحسوسات ... علل صحة أو خطأ العبارة س : القدرة على التخيل لها دور مهم في حياة المراهق ..... برهن على ذلك يميل المراهق إلى التخيل المجرد والقائم على المعنويات أيضاً بدلاً من التخيل الحسي 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 الفيزيائية )؛ تزداد لدى المراهق القدرة على الاستدلال والاستنتاج والتفكير بأنواعه

**س1 تنمية القيم والمعايير الخلقية تميز مرحلة المراهقة عن مراحل النمو الأخرى ... اسكد صدق العبارة**  
**س2 تنفرد المراهقة أكثر من أي مرحلة أخرى بالاهتمام الشديد بالقيم والمعايير الخلقية .... فسر**

- ٤ ) تنمية القيم والمعايير الخلقية : -**
- ✓ تنفرد المراهقة أكثر من أي مرحلة أخرى بالاهتمام الشديد بالقيم والمعايير الخلقية فمن ناحية يؤدي نمو القدرات العقلية إلى زيادة الوعي بالقضايا الخلقية، وإلى زيادة القدرة على مناقشتها
  - ✓ وتكمله لهذه المطالب والتحديات التي يواجهها المراهق توجد أيضاً **الحاجة إلى المركز الاجتماعي، والحاجة إلى الاستقلال، والحاجة إلى الإنجاز**
  - ✓ ونراه يهتم بالمثل والدين والحقيقة في محاولة منه لإيجاد فلسفة لحياته والفشل في ذلك يؤدي إلى عدم توافر الأمن النفسي .
  - ✓ ولعل أقوى الحاجات وأهمها عند المراهق هي الحاجة إلى المركز الاجتماعي 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

**س1 اعرض مظاهر النمو الجسمي في مرحلة المراهقة ؟**  
**س2 توصف المراهقة بأنها مرحلة (انفجار النمو) .. عتب ؟**

- ✓ تحدث طفرة كبيرة في النمو مع البلوغ، ويعد البلوغ ثانی 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 تمتد حوالي ثلاث سنوات تؤلف في مجموعها مرحلة المراهقة .

**س3 وضع 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 الراشد 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 تصبح أكثر صلابة ، (وتؤلف العضلات 45 % من وزن الجسم ) وكانت في مرحلة الطفولة لا تزيد عن 25 % (وأكبر زيادة في العضلات تحدث خلال الفترة من 12 - 15 سنة ) .



رغبته في تحقيق ذاته	وفشله في بعض المواقف
مثال : قد يحاول المراهق أن يتفوق دراسياً أو رياضياً ولكنه لا يستطيع ذلك .	
مثال : قد يحاول المراهق أن يظهر في صورة القادر مادياً أمام رفاقه ولكنه لا يستطيع .	
■ فكل هذه الاحباطات تثير سخط المراهق وضيقة، ويبحث المراهق عن مصدر يحمله مسئولية هذه الاحباطات التي صادفها، وقد يكون هذا المصدر هو الوالدان أو المدرسة أو المجتمع.	

**س1 استخلص مظاهر النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة؟**  
**س2 يتسع المجال الاجتماعي للمراهقة عنه لدى الطفل. برهن؟**

- ✓ يتسع المجال الاجتماعي للمراهقين عنه لدى الطفل
- ✓ فبعد أن كان يعتمد على الأسرة وأفرادها أو الأفراد في الحضنة، 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 .
- ✓ ويلم بالأدوار الاجتماعية التي حددها المجتمع لكل فرد وجنس وتصل خبراته الاجتماعية ومهارته في التواصل مع الآخرين.
- ✓ **وتتبدل الأوضاع؛** فبدلاً من تقبله معايير، وتقاليده الأسرة، وتشربه لها في الطفولة بدأ يختار، ويناقش، ويقنع بما يمشى مع آرائه واتجاهاته وشخصه عموماً .

**س1 وضع أهمية النمو الخلقى والأهتمامات الدينية للمراهق؟**

**س2 مرحلة المراهقة هي مرحلة سعى إلى الكمال ..... ناقش؟**

يتعلم المراهق ما تتوقعه منه جماعته ويتشكل سلوكه ليتوافق مع نهذه التوقعات دون اشراف مستمر او تهديد بالعقاب على عكس مرحلة الطفولة يحل المبادئ الخلقية العامة	محل المفاهيم الخلفية النوعية أو الخاصة
يحل الضوابط الداخلية للسلوك	محل الضوابط الخارجية .
<b>والمراهقة هي مرحلة سعى إلى الكمال، ونتيجة لذلك نجد المراهقين يصنعون لأنفسهم وللآخرين معايير أخلاقية مرتفعة يصعب أحياناً الوصول إليها</b>	

وحيث يعجز عن تحقيق نموذج " الكمال الأخلاقي" الذي حدده	يشعر المراهق بالذنب ويعانى من اضطراب الضمير
---	---

**س1 أعرض مظاهر النمو الانفعالي لدى المراهق؟**  
**س2 يوجد اتفاق عام على أن مرحلة المراهقة هي مرحلة ( أزمة ) ..... عتب.**

- 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 التقليدى 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 بطيء .
- ✓ فإن هذا التفسير البيولوجى الحتمى للأزمة يصبح موضع شك، والأصح أن نضع في الاعتبار نتائج بحوث علماء الاجتماع والانثروبولوجيا أكدت أن "أزمة المراهقة " تختلف في شكلها ومضمونها وحدتها من مجتمع إلى مجتمع ، ومن حضارة إلى حضارة .

**س1 ناقش العوامل التي تزيد من الأنفعالات والعصبية والصراع لدى المراهق؟**

ينشأ الصراع لدى المراهق بسبب	المواجهة
رغبته في أن يعامل معاملة الشخص الكبير	في الوقت الذى يعامله فيه والديه ومعلميه كما لو كان لزال طفلاً
دوافعه الجنسية التي تثيره وتستفزه .	وبين الموانع الخارجية ممثلة في التقاليد والعرف والقوانين و التعاليم الدينية وموانع داخلية : تتمثل في الأنا الأعلى (الضمير)
رغبته في الاستقلال عن والديه واعتماده على نفسه	وبين ميله الشعورى أو اللاشعورى إلى الاعتماد عليهما
الارتباط بتوازن جوانب النمو، والنمو الجسمى يسبق النمو العقلى، والانفعالى، والاجتماعى، ومن هنا يبدو المراهق في حجم الراشد الكبير ولكن سلوكه لازال بعيداً عن سلوك الراشد	ويترتب على ذلك أن بعض المحيطين بالمراهق قد يتوقعون منه سلوكاً رشداً مما يجعله عرضة للنقد

- ✓ والحقيقة أن الكبار أحياناً ما يكلفون المراهق بأعمال فوق مستوى نضجه الانفعالي والاجتماعى ويحاسبونه على عدم قدرته على القيام بها ، مما يشعر المراهق 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 يبدونها الفرد تتسم بأنها فردية ومميزة له دون سواه، كما تحدد أسلوبه الخاص والفريد	طابعه الخاص والمميز
تعني أن كل ما يفعله ويغير من نشاطه الداخلي، ليس لجعل الفرد متوافقاً مع البيئة فحسب، بل لجعله قادر على السيطرة والتحكم في الأحداث.	السلوك والفكر

## ( نظريات الشخصية )

**س1** أعرض لنظرية الأنماط في ضوء ما درست ؟  
**س2** قسم هيبوقراط الشخصية إلى أربعة أنماط .... دال على ذلك ؟  
**س3** حلل الشخصية عند هيبوقراط ؟

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

النمط	سمات صاحبه
السوداوى	- بطيء التفكير . - قوي الانفعال . - يميل إلى الانطواء والتشاؤم والانتقاض والاكتئاب.
الصفراوى	طموح عنيد جاد حاد الطباع سريع الاستثارة والغضب
الدموى	- سهل الاستثارة - سريع الاستجابة - يتميز بالتفاؤل والمرح والنشاط
البلغمي	- بطيء الاستثارة - يغلب عليه الخمول والتبلد الانفعالي

يرى هيبوقراط أن الشخصية السوية تعتبر نتاجاً لتوازن هذه الأمزجة الأربعة وتكافئها وإذا ما تغلب أحد الأمزجة على الأخرى نشأت الاضطرابات والأمراض النفسية .  
 - ومن الانتقادات التي توجه إلى هذه النظرية تجاهها للفروق الفردية بين الأفراد.

**س1** أعرض لنظرية التحليل النفسي في ضوء ما درست ؟

- ✓ مؤسس النظرية الطبيب النمساوي " فرويد " تؤكد وتركز النظرية على :
- خبرات الطفولة المبكرة .
- الدوافع اللاشعورية، والصراعات، والإحباطات كمحددات للشخصية.
- الطاقة النفسية كمحرك أساسي للسلوك .
- الحيل والميكانيزمات الدفاعية كوسيلة لمواجهة القلق .
- ✓ في التوجهات الحديثة لهذه النظرية عند إريكسون ، و هورني، و سوليفان أصبح هناك اهتمام مضاف 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 ، وتكرر حدوثها قد يشعر المراهق بعدم الكفاءة الشخصية ، ويلجأ نتيجة لذلك إلى الهرب في أحلام المراهقين الصغار وهي مشاعر ذنب ناجمة عن شعور بالعجز بعضه حقيقى ومعلمه متوهم .

**س1** صنف مفاهيم الشخصية ؟  
**س2** تعدد مفاهيم الشخصية .... أذكرها ؟

الشخصية كمثير	✓ الشخصية هي ما يمتلكه الفرد من مظاهر خارجية، لها القدرة في التأثير على الآخرين ✓ الشخصية عند فلننج هي : " مجموعة الأفعال التي تؤثر في الآخرين. " - ومن الملاحظات على هذا المفهوم: أ- إهماله للتنظيم الداخلي للفرد- . ب- يجعل حكمنا على الشخصية خاضعا لأعتبارات السمعة والشكل الخارجي والتقدير الخاطئة
الشخصية كاستجابة	"شخصية الفرد تتحدد في ضوء استجابته للمثيرات، وأسلوب توافقه وانسجامه مع الظواهر الاجتماعية في البيئة." - ومن الملاحظات على هذا المفهوم: أن استجابات الفرد وردود أفعاله تختلف من فترة إلى فترة، ومن موقف إلى موقف ورغم ثبات المثير أو الواقعة الاجتماعية أو العكس .وبالتالى يصعب الوصول إلى حكم محدد وموضوعي على الشخصية.
الشخصية كوسيط بين المثير والاستجابة	✓ الشخصية هي : تنظيم داخلي يقوم على التفاعل والتكامل والتأثير المتبادل بين مكوناتها ويتوسط المثير والاستجابة التي يصدرها الفرد.

**س1** وضع مفهوم الشخصية عند -البورت- ؟

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

**س1** استخلص ما يتضمنه تعريف -البورت- للشخصية من أفكار وعناصر ؟

**س1** حلل تعريف الشخصية عند -البورت- ؟

الشخصية تنظيم دينامي	تعني أن البناء الداخلي للفرد ليس تنظيماً ساكناً، بل في حالة من التفاعل والترتيب والتناسق .
أجهزته النفس جسمية	تعني أن تنظيم الشخصية يتضمن التكامل بين أنظمة ومكونات الشخصية (الوراثية ، والجسمية ، والانفعالية... إلخ ) في وحدة لا يمكن فصلها.

<p>(٣) قليل الاهتمام بالنواحي المادية، وتغلب عليه الاعتبارات النظرية والمثالية .</p> <p>(٤) حساس المزاج ؛ لذلك تجده سريع الانفعال .</p>	<p>الشخصية الهيسيرية</p>
<p>- تتصف الشخصية الهيسيرية بـ :</p> <p>(١) حب الذات والاهتمام بها .</p> <p>(٢) حب الظهور ومحاولة جذب انتباه واهتمام الآخرين .</p> <p>(٣) التواكل على الآخرين في المسئولية.</p> <p>(٤) القابلية الشديدة للإيحاء والتأثر بالآخرين.</p> <p>(٥) القابلية للمبالغة والكذب والتمثيل .</p> <p>(٦) انفعالاتهم طفولية وسريعة القلب وتتسم بالسطحية .</p>	<p>الشخصية السيكوباتية</p>
<p>الشخصية السيكوباتية شخصية ضد المجتمع ، لا يتصرف بإرادة واعية وكاملة.</p> <p>- تتصف الشخصية السيكوباتية بـ :</p> <p>(١) ظهور اضطراب السلوك في سن مبكرة.</p> <p>(٢) إتخاذ هذا الاضطراب اتجاها مؤذيا أو مضادا للمجتمع.</p> <p>(٣) الاندفاع الخارج عن السيطرة الإرادية .</p> <p>(٤) استجابته لوسائل الشدة أو اللين.</p> <p>(٥) عدم النضج العاطفى .</p> <p>(٦) النقص في الحكم على الأمور، مع توفر بعض الاتجاهات للانحراف السلبى.</p>	<p>الشخصية الدونية</p>
<p>يعد النقص مركب نفسى لاشعورى يرجع إلى العديد من العوامل النفسية</p> <p>تتصف الشخصية الدونية بـ :</p> <p>(١) عجز دائم في تلبية الالتزامات والانشطة الحياتية.</p> <p>(٢) إتخاذ مرتبة أدنى في التعامل مع الغير.</p> <p>(٣) الاقتناع الدائم بأن يكون في وضع الخضوع والاستسلام.</p> <p>(٤) عدم الشعور بالثقة والاستقلالية.</p> <p>(٥) الرضا بالأدوار الهامشية في الحياة.</p>	<p>الشخصية المبدعة</p>
<p>- تتصف الشخصية المبدعة بـ :</p> <p>(١) التفكير العلمى والابتعاد عن التفكير الخرافى.</p> <p>(٢) الانتباه إلى ما لا يلفت انتباه الشخص العادى.</p> <p>(٣) التفكير في مشاكل وقضايا قد لا يفكر فيها الشخص العادى.</p> <p>(٤) الحدائة وغير التقليدية فى حل القضايا والمشاكل .</p> <p>(٥) إعطاء حلولاً متعددة وجادة وذات عمق للمشكلة الواحدة.</p> <p>(٦) ارتفاع نسبة الذكاء عن العاديين.</p>	

✓ وتعتمد هذه النظرية فى دراسة الشخصية و الحكم عليها على:

- الملاحظة
- الاستبطان
- التداعي الحر
- التحليل المنطقي للذكريات
- الأفكار .

### من أعرش النظرية السلوكية فى الشخصية فى ضوء ما درست ؟

✓ تنظر إلى الشخصية على أنها (مجموعة من العادات المكتسبة، أو المتعلمة 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 السلوكيين من أمثال سكنر، ودولارد، وميلر أدركوا أهمية العوامل الوراثية ، ودوافع الفرد في تشكيل سلوكه، و شخصيته

### من حلل النظرية الانسانية فى الشخصية ؟

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

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

✓ من رواد هذه النظرية " إبراهيم ماسلو" الذى ركز على بعض الموضوعات ذات الصبغة الإنسانية

مثل : تحقيق الذات والإبداع وأهداف الحياة وجودتها والوجود الشخصى والإجتماعى،

ويعتبرونها من المتغيرات المهمة للحكم على الشخصية.

الشخصية	مميزتها
الشخصية الطبيعية	<p>١. الرأى الأول :- ذلك الفرد الذي تظهر خصائص شخصيته بصورة متكاملة ، يستطيع توجيه هذه الخصائص بشكل متوازن نحو تحقيق هدف حياتي معين</p> <p>٢. الرأى الثانى :- هو الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية والعقلية السليمة.</p> <p>٣. الراي الثالث : هو الشخص الذي يخلو من الاضطرابات العقلية والنفسية</p> <p>٤. الرأى الرابع:- هي التي تتمتع برزانة العقل، والثبات الانفعالي، صاحبها سعيد ويتمتع بنشاط كاف ، واستثمار كامل لكل امكاناته، ويتوافق مع بينته بكل مكوناتها .</p>
الشخصية الانطوائية	<p>لا توجد شخصية منطوية انطواء كاملاً ، و لا منبسطة انبساطاً كاملاً</p> <p><u>يتصف الشخص الانطوائى بأنه</u> :</p> <p>(١) يميل إلى الانعزال والوحدة و ويتحاشى التواصل الاجتماعى .</p> <p>(٢) يميل إلى التأمل منفرداً بما يشبه أحلام اليقظة .</p>

## ( الاتجاهات )

## سـ حدد المقصود بالاتجاه مستمعينا بمثال ؟

الاتجاه تركيب عقلى نفسى أحدثته الخبرة ، يتميز بالثبات والاستقرار النسبى ، يوجه سلوك الأفراد (قريباً من أو بعيداً عن) عنصر من عناصر البيئة .

أمثلته

- حب فرد لتخصص معين أو كراهيته لتخصص آخر.
- حب فرد لجماعة ما أو كراهيته لجماعة أخرى.

## سـ يحدد المكون المعرفى أحد مكونات الاتجاه ... وضع

- معتقدات الفرد وأفكاره وتصوراتهِ ومعلوماتهِ نحو موضوع الاتجاه سواء كان أشياءً أو أشخاصاً .... الخ
  - المعتقدات و الأفكار تسهم فى كيفية تكوين اتجاهاته سلبياً أو إيجابياً نحو الموضوعات والمواقف .
- مثال :** نسق المعتقدات حول (تدخين السجائر) يقصد به مجموعة المعتقدات التى توجد لدى الفرد عن (تدخين السجائر) والتى تحدد سلوكه نحوها .

## سـ يحدد المكون الانفعالى من مكونات الاتجاه ... دليل على ذلك

- ✓ يشير إلى مشاعر الفرد وانفعالاته 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 يسعدون بها أو يغيظونها .
- ✓ يعد أكثر المكونات عرضة للثبات، وعدم التغير؛ فحين يتعرض الأشخاص لحقائق أو معلومات جديدة تناقض ما يعتقدونه عن الأشياء أو الأشخاص فإن هذا الجانب قد يساعد على استمرار الاتجاه لما ينطوى عليه من شحنات انفعالية.

## سـ وضع المكون السلوكى للاتجاه ؟

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

## سـ بين بالأمثلة المكونات الثلاثة للاتجاه ؟

- مثال على المكونات الثلاثة للاتجاه:-

- ( ١ ) إعتقاد الفرد بأن التدخين ضار بالصحة ( مكون معرفى )
- ( ٢ ) كراهية الفرد لرائحة التدخين والمدخنين ( مكون وجدانى )
- ( ٣ ) الابتعاد عن المدخنين أو محاولة منعهم من التدخين ( مكون سلوكى )

## سـ وضع أهمية دراسة الاتجاهات ؟

## سـ أذكر أسباب انتشار مفهوم الاتجاه وكثرة استخدامه ؟

تمثل الاتجاهات أحد أهم موضوعات علم النفس الاجتماعى لأن لها تأثير فى توجيه سلوك الفرد ، ويعتبر هربرت سبينسر أول من استخدم هذا المفهوم ، "

- ويرجع انتشار مفهوم الاتجاه وكثرة استخدامه إلى عدة أسباب منها:

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

## سـ للاتجاهات خصائص عديدة ... دليل على ذلك

- ( ١ ) مكتسبة ومتعلمة ، وليست وراثية .
- ( ٢ ) تتكون وترتبط بمثيرات ومواقف اجتماعية ، ويشترك 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 التى 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 استجابته الانفعالية لموضوع الاتجاه .
- ( ٧ ) يتضمن الاتجاه عنصراً سلوكياً يعبر عن سلوك الفرد الظاهر نحو موضوع الاتجاه .
- ( ٨ ) تعتبر نتاجاً للخبرة السابقة ، وترتبط بالسلوك الحاضر، وتشير إلى السلوك فى المستقبل .

## سـ تتعدد وظائف الاتجاهات ... دليل على ذلك

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

## سـ الاتجاهات عرضة للتعديل والتغيير ... علل صحة أو خطأ العبارة

- ✓ بالرغم من أن الاتجاهات ثابتة نسبياً وتقاوم التغيير إلا أنها عرضة للتعديل والتغيير، نتيجة للتفاعل المستمر بين الفرد ومتغيرات البيئة
- ✓ تعتمد بعض أساليب تغيير الاتجاهات على الجانب المعرفى، و استخدام الحجج المنطقية، كما تعتمد بعض الأساليب الأخرى على الجانب الانفعالي
- ✓ ويوصى علماء النفس بـ :
  - اتباع استراتيجية تدريجية فى تغيير الاتجاهات .



**س1 وضع بمثال خصائص القيم ؟**

- (١) القيم أكثر عمومية وتجريداً 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 يتبناها 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 .

**س1 تعتبر القيم نتاج لعمليات التعلم ... حلل العبارة .**

**س1 استخلص كيفية اكتساب القيم لدى الفرد في ضوء ما درست . ؟**

- ✓ تعتبر القيم نتاج لعمليات التعلم ، فقد يكتسب الفرد قيمه كما يكتسب أنماط سلوكه الأخرى بالملاحظة والتقليد .
- مثال :** كثير من الأولاد خاصة حديثي السن منهم يقبلون 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 .

**س1 بين العوامل المؤثرة في القيم في ضوء ما درست ؟**

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

**س1 وضع دور التنشئة الاجتماعية والخصال الفردية في تشكيل القيم لدى الفرد ؟**

- ✓ تؤدي الأسرة دوراً هاماً في تحديد دلالات الأشياء والأحداث والأشخاص ، وما هو ملائم وغير ملائم من أنماط السلوك والدوافع .
- مثل** 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 .

**س1 أذكر أهم العوامل التي تساعد على إحداث تغيير في الاتجاهات ؟**

- (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 ان يغير طريقة ملابسه .

**س1 أذكر أهم العوامل التي تجعل تغيير الاتجاهات أمراً صعباً ؟**

- (١) قوة الاتجاه القديم ورسوخه .
- (٢) الجمود الفكري ، وصلابة الرأي عند الأفراد .
- (٣) مصاحبة الانفعال الشديد للاتجاه، وتحوله إلى تعصب يعمي الأعين، ويصم الأذان .
- (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

**( القيم )**

**س1 تعد القيم نظام قيمي هرمي علل صحة أو خطأ العبارة**

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

**س1 وضع تعريف القيم في اللغة ؟**

**س1 بم تفسر : القيمة أعم من الثمن مع توضيح تعريف القيم ؟**

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

**س1 مفهوم القيمة إطارين أساسيين ... وضع ذلك**

**الإطار الأول :** هو الإطار الاجتماعي العام :- يشير الى ترتيب الاولويات وفقاً للمعايير الاجتماعية .

**الإطار الثاني :** هو الإطار النفسي :- يشير الى ترتيب الاولويات وفقاً لتفضيلات الفرد .

### س: حدد المقصود بالإحباط ؟

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

### س: تناول بالشرح أهم العوامل المؤدية للإحباط ؟

### س: العوامل الخاصة بالفرد من العوامل المحددة للإحباط وضح

#### أ - عوامل خاصة بالفرد :

- ✓ 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 :- فليس كل شخص يمكنه أن يصبح موسيقياً بارعاً لمجرد أنه أراد ذلك
- ✓ وكلما ازداد بعد الهدف عن الفرد وعن إمكاناته فإن الإحباط يكون هو النتيجة الطبيعية.

### س: العوامل الخاصة بالبيئة من العوامل المحددة للإحباط وضح

#### ب - عوامل خاصة بالبيئة

- (١) يعود الإحباط إلى ظروف وعوائق ترتبط بالبيئة التي يعيش فيها الفرد. مثل: الضوضاء التي تمنعنا من التركيز، أو المعاناة الاقتصادية
- (٢) البيئة الاجتماعية التي تضع 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.

### س: حدد المقصود بالصراع ؟

### س: الصراع حالة انفعالية دافعية غير سارة . حلل الصبارة ؟

كـ حاله انفعاليه دافعية غير ساره قوامها الشعور بالحيرة والتردد والضيق والقلق ، تصيب الفرد عندما تتنازع اتجاهات مختلفة ذات قوى متساوية بشأن بعض دوافعه و أهدافه التي يسعى إلى إشباعها وتحقيقها ، فيعجز عن الوصول إلى حل محدد.

### ( أنواع الصراعات )

#### س : وضح بمثال صراع - الإقدام - الأقدام - ؟

#### س: فسر بمثال صراع - الإحجام - الإحجام - ؟

#### س: يعد صراع - الإقدام - الإحجام - أحد أنواع الصراع وضح مستعينا بمثال ؟

صراع الإقدام  
- الأقدام

كـ يحدث هذا الصراع حين يحا ول الشخص الاختيار بين هدفين كلاهما جذاب ويعد هذا النوع من الصراع أيسر أنواع الصراعات قابلية للحسم.

(١) مثال : الاختيار عندما يكون أمام الفرد وظيفتان لهما مزايا متقاربة ، والصراع في هذه الحالة لا يستمر بل ينتهي عندما يقرر الشخص اختيار الهدف الأقرب ، أما إذا طال

## التوافق الاجتماعي

### س: يستمد التوافق من علم البيولوجيا .... اشرح

كـ التوافق أو التكيف مستمد في جوهره من علم البيولوجيا ، ويعني درجة الملاءمة بين الفرد والظروف الطبيعية التي يعيش فيها حتى يستطيع البقاء، وقد انتقل المفهوم إلى علم النفس منذ نشأته المبكرة؛ فقد تأكد أن الإنسان في حاجة أيضاً إلى هذه الملاءمة بينه وبين الظروف الاجتماعية والنفسية المحيطة به؛

### س: يتضمن التوافق في علم النفس معنيين رئيسيين .... دلل على ذلك.

### س: تعديل سلوك الفرد وتعديل البيئة النفسية من أهم معاني التوافق ... علل صحة أو خطأ العبارة

يتضمن التوافق معنيين رئيسيين، هما:

- (١) تعديل سلوك الفرد بحيث يتواءم مع البيئة النفسية والاجتماعية بل والمادية المحيطة به ويلعب التعلم الدور الحاسم في هذا الصدد.
- (٢) تعديل البيئة النفسية والاجتماعية بل والمادية المحيطة بالفرد بحيث تصبح أكثر قابلية لإشباع دوافعه وتحقيق أهدافه . ويمكن القول أن عملية التوافق تعمل في الاتجاهين معاً؛

التوافق بالمعنى الأول	فإذا كانت البيئة على درجة كبيرة من التغير والتعدد والتنوع تسمح له بتعديل سلوكه
التوافق بالمعنى الثاني	وقد يقوم هو بنفسه بهذا التعديل ، وقد يعاونه غيره في تغيير البيئة

### س: حدد نوعا التوافق ؟

### س: قارن بين نوعي التوافق الاجتماعي ؟

### س: التوافق الاجتماعي يشمل المجالات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد ... علل صحة أو خطأ العبارة

التوافق النفسي ( الشخصي )	يقصد بالتوافق النفسي ( الشخصي ) المواءمة بين الشخص وذاته . ويعني ذلك أن يكون الفرد راضياً عن نفسه ، متقبلاً لها مع التحرر النسبي من التوترات والصراعات التي تقترب بمشاعر سلبية نحو الذات، ويتحقق التوافق الشخصي إذا أشبع الفرد دوافعه وحاجاته وأهدافه الشخصية.
التوافق الاجتماعي	يقصد بالتوافق الاجتماعي المواءمة بين الشخص، وغيره من الناس ، ويشمل ذلك جميع المجالات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد كالمدرسة والأسرة والمهنة ، ويتحقق التوافق الاجتماعي إذا أشبع الفرد دوافعه وحاجاته وأهدافه الاجتماعية.

أما إذا كان الدافع أساسياً فإن التوتر الذى يصاحب تعويقه يكون طويلاً الأمد.	
كما يتوقف الأثر الناجم عن الإحباط والصراع على إمكانات الدوافع إمكانات المتاحة لإشباع دوافع الفرد أو تحقيق أهدافه ، وبصفة عامة يمكن القول أن الدافع الذى يمكن إشباعه بطرق متعددة والهدف الذى يمكن الوصول إليه بوسائل مختلفة قليلاً ما ينشأ عنهما مشكلات توافق.	امكانيات اشباع الدوافع و تحقيق الهدف

### سـ يختلف القلق عن الخوف ... دليل على ذلك

كما يتصف القلق كخبرة ذاتية للفرد بمشاعر الخوف وتوقع المصائب، والشر كالموت، أو المرض، أو الحوادث، وقلة الحيلة، وعدم التيقن دون أن يكون هناك سبب موضوعي .  
ولذلك فإن القلق يختلف عن الخوف في أن الخوف شعورى وله مصدر خارجى معروف ( الخوف من الحيوانات ، الخوف من الظلام ، الخوف من طبيب الأسنان ) . أما القلق فهو لا شعورى وداخلى، وأسبابه غالباً غير واضحة.

### سـ وضع المتصور بالقلق ؟

### سـ يبعد القلق حالة من التوتر المستمر ... حلل

حالة من التوتر الشامل المستمر ، يتوقع فيها الفرد خطراً، وتهديداً واقعياً، أو رمزياً مصحوباً بأعراض جسمية وفسيولوجية وانفعالية ومعرفية .

### سـ استخلص مظاهر القلق في ضوء ما درست ؟

### سـ تتعدد مظاهر القلق ... دليل مستعينا بالأمثلة

(١) من الناحية الجسمية والفسيولوجية	يظهر القلق متمثلاً في شكل أعراض مثل ضربات القلب، واضطراب المعدة، أو الإسهال، وكثرة التبول، وكثرة إفراز العرق
(٢) من الناحية الانفعالية	عدم القدرة على التركيز والإجهاد والتعب دون مبرر كما قد توجد من علامات أخرى مميزة مثل برودة الأطراف، والأرق
(٣) من الناحية المعرفية	فأنه يسبق القلق ويتأمن معه إدراك وتوقع مستمر لحدوث شئ سيئ أو مكروه للفرد.

### سـ توجد ثلاث مستويات للقلق ... ناقش

### سـ ترتبط مستويات القلق بالتوافق النفسى والاجتماعى

### سـ علل صحة أو خطأ العبارة

القلق فى صورته المعتدلة	هو قلق دافعى وميسر وصحي إذ يؤدي إلى حل المشكلات والإبداع، ويسهل عمليات التعلم، والتوافق
القلق المنخفض	ويؤدي إلى شعور صاحبه باللامبالاة، والكسل، والاهمال، وعدم الرغبة فى الانجاز
القلق المرتفع	يؤدي ارتفاع مستوى القلق إلى عصبية واستثارة ، وخفض للوظائف المعرفية ، ومن أهمها عدم القدرة على التفكير، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات كما يؤدي إلى شعور دائم بعدم الكفاية، والعجز، وقلة الحيلة، وعدم القدرة على مناقشة الأمور.

أمد الصراع فإنه قد يدل على وجود خبرة سابقة سلبية تدعو إلى التردد فى اتخاذ القرارات (٢) مثال: عندما يقرر الفرد الزواج وتكون أمامه فتاتان كل منهما لها صفات إيجابية وعليه أن يختار إحدهما	
كما وينشأ هذا الصراع عندما يحاول المرء الاختيار بين هدفين كلاهما منفرد. مثال اختيار أصحاب الزواج الفاشل بين استمرار الزواج وما يصاحبه من سوء العشرة ، وبين الطلاق وما يترتب عليه من التفكك الأسري . وهذا النوع من الصراع أكثر صعوبة فى حسمه ولذلك يطول أمده ، وكثيراً ما يتذبذب الأشخاص بين البديلين المنفردين.	صراع الاحجام - الاحجام
كما حين يكون الهدف الواحد جذاباً ومنفرداً فى وقت واحد فإن الشخص يعاني فى هذه الحالة من صراع الإقدام الإحجام - . مثال :حب الشخص لتناول الحلوى وخوفه من السمّة وزيادة الوزن فى نفس الوقت.	صراع الاقدام - الاحجام

## نتائج الاحباط والصراعات

تتوقف نتائج الاحباط والصراع على عدة عوامل هي :-

نوع العائق	تتوقف نتائج الإحباط والصراع على نوع العائق الذى يتعرض له الفرد، فطريقة الاستجابة لصراع خلقى (كالغش فى الامتحانات ) وما يصاحبه من شعور بالذنب ، تختلف عن الاستجابة لعائق اقتصادى ( كنقص الدخل ) .
الخبرات الشخصية	تؤثر خبرة الشخص السابقة فى التعامل مع مواقف الإحباط والصراع فى تحديد نمط استجابته فى الموقف الحاضر. مثال :- فخبرات الفشل السابق قد تؤدي إلى مزيد من القلق والتوتر، أما إذا كان المرء قد تعرض فى الماضى لخبرات نجاح فى التغلب على العوائق فإنه قد يشعر عند مواجهة الموقف الراهن بالثقة بالنفس ويتسم بالمتابعة .
تفسير الشخص للموقف	تتوقف درجة شدة العائق وخطره على (١) مدى شعور الفرد بتهديده لذاته من ناحية ، (٢) وعلى درجة تقدير الشخص لذاته من ناحية أخرى مثال:-فالفشل فى الامتحان قد يفسره أحد الطلاب بأنه عائق مؤقت إذا كان تقديره لذاته مرتفعاً، أما الطالب الذى يقدر ذاته تقديرأ منخفضاً فإنه قد يبالغ فى تفسير هذا الحدث ويعتبره خطراً يهدده، ويشعره بأنه غير جدير بالنجاح ويؤدي به ذلك إلى فقدان الثقة بالنفس.
طبيعة الدافع	كما تؤثر طبيعة الدافع فى نوع الاستجابة التى تصدر عن الشخص الذى يعاني من خبرة الإحباط أو الصراع : فإذا كان الدافع ثانوياً فإن الشخص يستجيب بشعور خفيف بالضيق ،

التعويض	<b>مثال:</b> ممارسة رياضة الملاكمة والكراتيه هي إعلاء للغريزة العدوانية في شكل مقبول اجتماعياً. التعويض هو حيلة دفاعية لاشعورية يلجأ إليها الفرد لتخفيف حدة التوتر الناتج عن خبرة الإحباط أو الصراع وما يصاحبها من شعور بالنقص أو إحساس بالفشل ، وهو نوع من تغيير الأهداف إلا أنه في حالة التعويض يكون لاشعورياً. <b>مثال:</b> فشل الفرد في مجال معين يعوضه في مجال آخر
التبرير	التبرير هو محاولة لاشعورية لإعطاء أسباب تبدو مقبولة اجتماعياً ، أو معقولة منطقياً على الرغم من أنها بالفعل غير سليمة. <b>مثال:</b> الطالب الذي يبرر عدم إنجازه لواجباته بالمرض.
الازاحة	الازاحة حيلة دفاعية يلجأ إليها الشخص لنقل الانفعالات من معانيها الأصلية غير المقبولة إلى معان أخرى بديلة تكون أكثر قبولاً لدى الشخص ، وقد تتخذ الازاحة صورة النقل من أشياء أو أشخاص معينين إلى أشخاص آخرين. <b>مثال:</b> الموظف الذي يغضبه رئيسه قد ينقل غضبه إلى زوجته أو أبنائه
الاسقاط	الاسقاط حيلة أخرى يلجأ إليها الإنسان حين يلصق عيوبه أو نقائصه أو فشله بالآخرين ، وهو بذلك وسيلة لإنكار وجود هذه العيوب أو الأخطاء فيه. <b>مثال:</b> أن ينسب المرء إلى شخص آخر مسئولية الأفعال التي يود أن يبرأ منها. <b>مثال:</b> البخيل الذي يصف الناس بالبخل .
التقمص	حيلة التقمص هي عكس حيلة الإسقاط ، وفيها يسعى المرء إلى خفض التوتر النفسي الناتج عن الإحباط والصراع عن طريق التحلي ببعض الصفات والخصائص التي يتسم بها شخص آخر ، أو عن طريق التوحد الوجداني مع هذا الشخص. <b>مثال :-</b> توحد الطفل الصغير مع والده أو الطالب مع أستاذه.
النكوص	النكوص هو ارتداد إلى بعض أساليب التوافق القديمة التي كانت تشبع رغبات الشخص وتحقيق أهدافه في مرحلة سابقة من مراحل نموه ، على الرغم من أنه يكون قد تعدى هذه المرحلة. <b>مثال:</b> عودة الطفل إلى التبول اللاإرادي حين يلاحظ انصراف اهتمام والديه إلى شقيقه المولود حديثاً ، ويعتبر النكوص في هذه الحالة حيلة لاشعورية لجذب انتباه الوالدين إليه .
الانكار	تظهر هذه الحيلة في صورة رفض الشخص الإقرار بأنه في حالة إحباط أو صراع <b>مثال:</b> شعور التاجر بالرضا على الرغم من أن تجارته تنهار ويكاد يفلس

## أمثلة على الحيل الدفاعية :-

- ١) محاولة الشخص الضعيف استخدام القوة مع الاصر منه سناً . ( تعويض )
- ٢) شخص معاق يتفوق في السباحة . ( تعويض ) .
- ٣) لجوء امرأة في سن الستين الى الزينة ( تعويض ) ، ( نكوص ) .
- ٤) وضع الطفل اصبعه في فمه بعد ان انتهى من هذه المرحلة ( نكوص ) .
- ٥) محاولة اللاعب الشعور بالرضا بعد الهزيمة . ( الانكار ) .
- ٦) الشخص الذي يبرر عدم التحاقه بوظيفة لانها غير مضمونه ( تبرير ) .

## ( الأساليب المباشرة )

## س أذكر بإيجاز الأساليب المباشرة في حل الصراعات ومواجهة الإحباط ؟

- كما تستخدم في حل مشكلات التوافق حلاً حاسماً ونهائياً،
- ١) بذل الجهد لإزالة العائق والوصول إلى الهدف :  
✓ إن أول طريق مباشرة للتغلب على مواقف الإحباط والصراع هو القيام بعمل جاد ، ومضاعفة الجهد لإزالة هذه العوائق ، فالطالب الذي يرسب في الامتحان يحاول أن يزيد من مجهوده في استذكار دروسه حتى ينجح في الامتحان عند إعادته ويتفوق فيه.
  - ٢) البحث عن طرق أخرى للوصول إلى الهدف :  
✓ إذا وجد الشخص أن الطريقة التي يستخدمها للوصول إلى الهدف لا تؤدي إلى ذلك بالرغم مما يبذله من جهد ونشاط؛ فإنه يبدأ في البحث عن طريقة أخرى تؤدي إلى ذلك  
✓ فالطالب في المثال السابق قد يلجأ إلى تغيير عاداته في الاستذكار وهذه الطريقة لا تصلح إلا إذا كان العائق خارجياً أو كان ناجماً عن عيوب شخصية يمكن تفاديها وعلاجها.
  - ٣) استبدال الهدف بغيره :  
✓ إذا فشل الشخص في التغلب على الإحباط والصراع والوصول إلى الهدف بإحدى الطريقتين السابقتين فإنه حينئذ قد يلجأ إلى طريقة ثالثة وهي تغيير الهدف نفسه ، وإحلال هدف آخر يسهل الوصول إليه محله.  
✓ وتتوقف كفاءة هذه الطريقة على نجاح الهدف الجديد في إشباع الدافع أو الحاجة ، لنفرض أنك كنت تتهيا للعب كرة قدم؛ فأمطرت السماء واضطرت إلى البقاء في المنزل ، وأخذت تشاهد التلفزيون ، فإذا كان هدفك من لعب كرة القدم مرتبطاً برغبتك في التسلية وقضاء وقت الفراغ؛ فإن الهدف البديل يمكن أن يشبع هذه الحاجة ،  
✓ أما إذا كان لعب كرة القدم هدفاً للحاجة إلى التقدير فإن مشاهدة التلفزيون لن تكون هدفاً بديلاً.
  - ٤) استخدام أسلوب حل المشكلة :  
✓ وتتطلب هذه الطريقة أن :  
١- يحاول الشخص جمع أكبر قدر من المعلومات عن الهدف الذي يسعى إليه ، أو الأهداف المتصارعة لديه  
٢- ثم يجرب عمليات التحليل المعتادة في سلوك حل المشكلة  
٣- يحاول الوصول إلى الهدف ليتعرف على عواقبه وتوابع ، وقد ينتهي به ذلك إلى قبول الهدف أو التخلي عنه ، وفي حالة الصراع قد يتخلى عن أحد الهدفين أو عنهما معاً وقد يحاول التوفيق بينهما.

## ( الحيل الدفاعية الغير مباشرة )

الكبت	الكبت هو نوع من النسيان اللاشعوري يسعى المرء ، بطريقة لا إرادية إلى إبعاد الدوافع غير المقبولة والذكريات المؤلمة أو المشينة أو المخيفة عن دائرة الشعور والوعي ، وإخفائها في اللاشعور ، والتي تظهر فيما بعد في شكل أحلام النوم، الهفوات وذلات اللسان. <b>مثال:</b> استبعاد الطفل لمشاعر العدوانية تجاه أبيه عندما يعنفه بشده
الإعلاء أو التسمي	الإعلاء أو التسمي هو تحويل الطاقة النفسية المتعلقة بأحد الدوافع أو الأهداف غير المقبولة اجتماعياً وتوجيهها إلى نشاط اجتماعي مقبول ومفيد ، فالدافع الجنسي مثلاً يمكن علاجه بالنشاط الأدبي والفني والرغبات العدوانية يمكن أن تتسامى من خلال بعض الأنشطة الرياضية.