

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

المقدمة

المراهقة هي ظاهرة كانت وما تزال تجذب الكثير من العلماء والباحثين في المجال النفسي وبالرغم من الدراسات الكثيرة التي تبحث عن هذه الفئة من جميع النواحي والخصائص إلا أننا ما زلنا بحاجة إلى المزيد من التعمق في هذه المرحلة الحساسة. (الشرعة، 2000)

إذ لكل مرحلة من مراحل العمر خصائصها التي تميزها عن غيرها من مراحل النمو، فمرحلة المراهقة لها خصائصها ومظاهرها الخاصة بها والمختلفة عن مرحلة الطفولة والشباب والرشد والشيخوخة، كما أن لكل مرحلة ظروفها، ومتطلباتها بالنسبة لكل فرد، ولهذا تختلف قدرة الفرد على السلوك والتصرف إزاء الموقف الواحد من مرحله إلى أخرى، ويبدو ذلك واضحاً عند تعبير الفرد عن انفعالاته وكذلك قدرته على التعلم والأساليب التي يتبعها في تلبية حاجاته. (العمرية، 2004)

إن التغير الذي يتعرض له المراهق على المستوى الجسدي والعقلي والانفعالي يصاحبه حاجات، وهذه الحاجات قد تكون مختلفة في شدتها وأهميتها مقارنة بمراحل حياته الأخرى.

- الحاجة للمكانة وتحقيق الذات: والمقصود من ذلك أن يستطيع المراهق، تنميتها إلى أقصى حد يستطيع الوصول إليه.
- الحاجة إلى القبول: وتتضمن الحاجة إلى القبول الاجتماعي وتكوين الأصدقاء، والشعور بالانتماء إلى الجماعة، وتكوين أهداف مشتركة، وخبرات متجانسة تشعر المراهقين بالقبول الاجتماعي.
- الحاجة إلى التعلم والابتكار: الحاجة إلى اكتساب خبرات جديدة ومتنوعة، تمكنه من التعامل مع مختلف الظروف والمواقف التي تواجهه، وتكسبه القدرة على إثبات ذاته.
- الحاجة إلى الاستقلال: وتلبي حاجته إلى الإحساس بشخصية مستقلة لها حاجاتها ووظائفها، بما يمكنه من تحمل المسؤولية بعيداً عن تدخل الأهل.

- الحاجة إلى العطف والحنان: وتتمثل في شعور المراهق بأنه محبوب كفرد، وأنه مرغوب فيه لذاته، وأنه موضع حب واعتزاز، وهذه الحاجة ناشئة إذن من حياة الأسرة العادية، فهي التي تخلق الشعور بالحب عند المراهقين، يتكون لديه ما يسمى بالأمان النفسي والعاطفي. وهذا ضروري لانتظام حياة المراهقين النفسية، لذلك لا بد من إشباع هذه الحاجة عنده بكل ما يستطيع الوالدان حتى يحافظ على صحته النفسية، وتتكون لديه روح التعاون والمحبة.

- الحاجة إلى الأمن النفسي: ويعد الأمن النفسي من أهم الحاجات النفسية للمراهق التي ينبغي إشباعها منذ الطفولة، وتتفق جميع النظريات في علم النفس على ضرورة إشباعها، لكي يتجنب المراهق الشعور بالقلق والتهديد والخطر، لأن جوهر الأمن النفسي للمراهق يكمن في شعوره بالحب والتقبل والدفع من الآخرين وخاصة من قبل أسرته، وشعوره بالانتماء للمجتمع. (شريم، 2009)

ويعد الأمن النفسي من الحاجات الهامة لبناء الشخصية الإنسانية، حيث أن جذوره تمتد من الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة مروراً بالمراحل العمرية المختلفة، والأمن النفسي للإنسان إذا ما تعرض إلى ضغوطات لا طاقة له عليه في أي مرحلة من تلك المراحل فإنه يصبح مهدداً، مما قد يؤدي به إلى اضطرابات وصراعات نفسية، لذا فإن الأمن النفسي يعد من الحاجات، ذات المرتبة العليا للإنسان والتي عند تحقيقها يتم إشباع الحاجات الأساسية للإنسان. (المطيري، 2015)

وإذا كان الأمر، كذلك بالنسبة لكل مرحلة من مراحل النمو الإنساني فإن الوضع يختلف بعض الشيء بالنسبة لمرحلة المراهقة بصفه خاصة وذلك نتيجة لكل المتغيرات والتطورات النمائية الهائلة وكذلك التغيرات المختلفة التي قد ترتبط بهذه المرحلة الحاسنة والحرجة سواء من الناحية الفسيولوجية أو الاجتماعية أو الانفعالية. (ابريعم، 2011)

فحاجة المراهق للإحساس بالأمن لها آثار نفسية إيجابية تتمثل في تنمية الثقة بالنفس، ورفع الكفاءة الذاتية للفرد، وزيادة الصلابة النفسية لدى المراهق مع تقوية المناعة النفسية والجسمية في مواجهة المواقف والأحداث، والقدرة على ضبط النفس، والتمتع بالنضج والاتزان الانفعالي، وظهور الأفكار الإبداعية، وارتفاع درجة الابتكارية، ودعم المهارات الاجتماعية والحياتية لتلبية احتياجات الحياة معالجة مشاكلها المتعددة والمتصارعة والمتلاحقة، ورفع مستويات المساندة الاجتماعية والدعم الاجتماعي، والتعاون الفعال والإيجابي لتحسين جودة الحياة لدى الفرد

والمجتمع، كما ينعكس الإحساس بالأمن على دافعية الفرد للإنجاز وزيادة الإنتاجية الفردية و الجماعية. وأيضاً يخفض من درجة الإحساس بالنقص. (عبد المجيد، 2004)

وما يُعتبر من أهم المشاكل التي تهدد حياة المراهق هي شعوره بالنقص سواء من الناحية النفسية؛ مثل شعور المراهق بأن الآخرين لديهم مميزات يفتقر إليها، ويسعى لمحاكاة تلك المميزات مثلاً، محاكاة أشخاص ناجحين ومميزين. أو من الناحية العضوية؛ وما ينشأ من وجود إعاقة جسدية لدى الفرد سواء أكانت بصرية أو سمعية أو غيرها. مما يشعره بعدم الأمن وعدم الكفاية ويحدث لديه الإحساس بأنه أقل ممن حوله. إلا أن الإفراط فيه والتفريط به، قد يتجاوز في أغراضه وآثاره الفرد إلى المجتمع، فحين يتحول الإفراط بالإحساس بالنقص تجاه الأشياء إلى عقدة نفسية فانه يُعدُّ مرضاً يؤدي بصاحبه إلى عقدة النقص وضعف الشخصية، وقد لا يشعر بذلك في أحيان كثيرة ويدّعي سلامة مواقفه وتفكيره، ولكن عندما يشعر بالعجز عن مواجهة التحديات الخارجية فانه يعتزل الحياة ويفضل الاعتكاف بعيداً عن مسببات التوتر، وعند الاستمرار على هذه الحالة يتراكم الإحساس ويثير في نفسه شعور بالنقص، وبالتالي يصبح ذا شخصية ضعيفة خاملة. ونحن ندرك أن ضعف الشخصية يعيق الفرد عن استغلال طاقاته وجهوده في تنمية شخصيته ومواجهة الصعاب وفي أغلب الأحيان يكون مصيره الفشل الذريع في تحقيق نصر إيجابي لقهر هذه التحديات (عايد، 2005).

أما التفريط به، فيوقع الفرد في ابتلاء الكبر والاستعلاء، فهناك من الأفراد من يتصور أنه أفضل الناس جميعاً وأنه متقدم عليهم في كل مجالات الحياة، وأن كل المخلوقات الأخرى لا تستحق الحياة في نظره لأنها لا تمتلك عقلاً يتفهم معطياته، وهناك أيضاً من يجد في المجتمع مخلوقات لا يمكن التفاعل معها، فلا يرى في ذاته إنساناً نظيراً للمخلوقات التي على شاكلته.

أن هكذا أنماط سلوكية تجعل صاحبها مضطرب السلوك والتفكير لأنه يندفع كل الاندفاع في سبيل الحصول على التقدير والاحترام أو ينسحب من المجتمع حباً لذاته وإعجاباً بها، وحين يطغى هذا الشعور لدى الفرد يتعاضم ويترفع ويتكبر على الآخرين تعويضاً عن نقائصه وإرضاء للنفس المغرورة.

وأن دور الشعور بالنقص يظهر في جميع أنواع الميول والغرائز الفطرية، لأنه يفتح الطاقات والقابليات الكامنة في النفس البشرية، ويدفع الفرد إلى تحقيق أهدافه المنشودة، ويزرع في نفسه الاعتزاز والسعي إلى التفوق وإثبات الذات وكذلك الكفاح من أجل تحقيق الرقي والتكامل، فان دافع

الإدراك وحاجة حب الاستطلاع والاستكشاف والميل إلى المعرفة لا يمكن أن يمارس دوره ويعطي أثره إلا إذا أحس الفرد بأنه يفتقر إلى المعرفة؛ حيث أن أمامه مجهولات كثيرة ينبغي اكتشافها والتعرف إليها، فحين يشعر الفرد بعدم الحاجة لذلك وأحس بكماله فقد تنطفئ أمامه أنواع المعرفة ولهداية. (العفراوي، 2009)

واعتبر أن الشعور بالنقص أمر ذهني قد لا يكون مرتبطاً بالواقع ولا يتشترط أن يصاحبه الشعور العاطفي بذلك، أي أن الفرد هو الذي يضع المعيار للنقص الذي يشعر به دون إملاء من الآخر. وتسمى سيكولوجية أدلر بسيكولوجية الفرد ولها تسمية أدق من هذه وهي سيكولوجية الفرد الاجتماعي حيث يهتم أدلر بالطريقة التي يعيشها الفرد في تكيف نفسه مع المجتمع وتتطوي سيكولوجية أدلر تحت فلسفة أوسع وهي أن العالم في تطور مستمر فهو يرتقي من أدنى إلى أعلى ومن الضعف إلى القوة ويقال أن ظاهرة الارتقاء وجدت منذ أن وجد الإنسان فهو ينزع إلى الارتقاء والانتقال من حالة الضعف إلى القوة ومن حالة الخنوع إلى حالة السيطرة ومن حالة الاستسلام إلى حالة التسلط ومن حالة النقص إلى حالة الاكتمال فالغريزة الإنسانية لدى الإنسان هي غريزة السيطرة وغايتها التخلص من الشعور بالنقص وكل إنسان له أسلوبه يكاد يكون ثابتاً في شكله العام ويسميه أسلوب أو نمط الحياة؛ حيث أنه يرفض كل ما تقدم به فرويد من قضية اللاشعور أو وجود الكبت أو الغريزة الجنسية وإنما يقول: أن أهم ما في الحياة العقلية هو الشعور بالنقص والعمل الدائم على التخلص منه و التعويض عنه بأسلوب معين خاص بالشخص يسمى نمطاً تتحدد شخصية الفرد فيه، ومن دواعي الشعور بالنقص فهناك نواحٍ مختلفة تجعل الفرد يشعر بالنقص منها: جسمية وعقلية واجتماعية. (عربيات، أبو اسعد 2009)

ويعتقد أدلر أن الشعور بالنقص قائم في نفوس الناس جميعاً دون استثناء، وقد ذكر أن الشعور بالنقص ليس بذاته أمراً شاذاً بل هو العلة في كل تقدم وصل إليه الجنس البشري، ويرى أدلر أن الشعور بالنقص يدفع الفرد منذ الصغر إلى البحث عما يضمن له الأمن ويخفف شعوره بالنقص والضعف، ويحاول الفرد التعويض عن النقص أو الضعف الموجود لديه (أدلر، 2005).

الطرق العلاجية التي استخدمها أدلر في نظريته:

لقد استخدم أدلر عدداً من الأساليب العلاجية في معالجة الحالات التي تعامل معها، ومن الأساليب التي ركز عليها نظريته.

- استراتيجية العلاقة (بين المرشد والمسترشد).

- أسلوب المقارنة.
- اكتشاف نمو الحياة بعدة طرق منها، (تحليل الأحلام، الترتيب الوالدي، خبرات الطفولة واستدعاء الذكريات والخبرات). (سرى، 2000)

مشكلة الدراسة:

يمثل الأمن النفسي قيمه في حد ذاته لدى معظم الناس فهو أهم الأهداف التي يسعى الأفراد إلى تحقيقها والمجتمعات والحكومات وإذ كان الأمن النفسي ضروري للإنسان عامه، فهو أكثر أهميه للمراهقين في أي مجتمع نتيجة لتضافر عدة عوامل، فالمراهق يعيش فتره حرجة وهي فتره انتقالية مؤقتة يحكمها تغيرات سريعة فهي غير مستقرة وهذا الحرج في هذه الفترة يؤثر على المراهق من حيث الشعور بالأمن النفسي. فالمراهق بحاجة ماسة للشعور بالأمن النفسي في تلك المرحلة التي تعد المرحلة الانتقالية إلى الاعتماد على النفس والتي يرغب فيها الفرد في الاستقلال عن أسرته التي تمده بالسند الروحي والتوجيه، كما أنه يخشى في تلك المرحلة طغيان دافع الجنس، وإفلات الزمن من يده، لذا فإن المراهق في تلك المرحلة في أمس الحاجة إلى صديق أو مرشد أو جماعه ينتمي إليها وعقيدة دينيه تشعره بالأمن النفسي.

ومن خلال عمل الباحثة كأخصائية لفترة زمنية مع حالات في احد العيادات الطبية وكانت بعض الحالات من هم في مرحلة المراهقة وتبين للباحثة أن معظم الحالات كانت تعاني من الشعور بالنقص وانخفاض مستوى الشعور بالأمن النفسي.

وتكمن مشكلة الدراسة في الإجابة على السؤال الرئيسي فاعلية برنامج إرشادي جمعي يسند إلى نظرية أدلر في خفض الشعور بالنقص وتحسين مستوى الأمن النفسي لدى المراهقين في الأردن . وتتفرع منها الأسئلة الآتية:

أسئلة الدراسة:

ويتفرع من السؤال الأسئلة الفرعية الآتية:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha=0.05$) بين متوسطات المجموعتين (لتجريبية الضابطة) على مقياس الشعور بالنقص في القياس البعدي تعزى لمتغيري البرنامج الإرشادي والجنس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha=0.05$) بين متوسطات المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس تحسين مستوى الأمن النفسي تعزى لمتغيري البرنامج الإرشادي والجنس؟

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في خفض مستوى الشعور بالنقص عند المراهقين؛ من خلال العمل على صياغة أهداف حياتيه واقعية تتناسب مع قدراتهم وبيئتهم وتسهم في تحسين مستوى الأمن النفسي. وتهدف إلى تحسين الأمن النفسي وخفض الشعور بالنقص لدى المراهقين حيث تقيس النظرية تحسين الشعور بالنقص وتحسين مستوى الأمن النفسي لدى لمراهقين بما ينعكس على أسلوب الحياة وشخصية المراهقين مستقبلاً وإكسابهم القدرة على التعامل بإيجابية مع ظروف الحياة.

الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية لهذه الدراسة في حداثة الموضوع والأسلوب، والحاجة النظرية للبحث فيه والفائدة المتوقعة إضافتها من خلال نتائج المعرفة العلمية في هذا المجال؛ حيث أن الدراسة تتناول نظرية أدلر كنظرية من النظريات الإرشاد النفسي؛ مما يجعل الدراسة عملاً وإجراءً وقائياً من خلال العمل على خفض الشعور بالنقص وتحسين مستوى الأمن النفسي لدى المراهقين والذي ينعكس بشكل إيجابي على نمط أسلوب الحياة الإيجابية، والذي يقيس النمو النفسي السليم لدى لمراهقين من خلال تلبية احتياجاتهم، وإكسابهم المقدرة على التأقلم مع ضغوطات الحياة المختلفة.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة من خلال مساهمتها في دعم الأساليب لإرشاديه الموجهة نحو المراهقين والتي تسهم في خفض الشعور بالنقص وتحسين الأمن النفسي لدى المراهقين ومن خلال البرنامج إرشادي وفق نظريه أدلر. ويمكن ان يستفيد من هذه الدراسة العاملين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي ومن خلال العمل في المراكز الإرشادية التابعة للمؤسسات التربوية والاجتماعية والذي يعمل على تدريب المراهقين على مهارات حياتيه تكسبه الثقة بالنفس وتعزيز الجوانب الإيجابية لديه وإكسابه مهارات حل المشكلات ومهارات التواصل واتخاذ القرار، مما يساعده في بناء شخصيه متوازنة نفسياً واجتماعياً، مما ينعكس على علاقته بالأسره والمجتمع.

حدود الدراسة ومحدداتها:

ستقتصر الدراسة على:

- الحدود البشرية: طلبة جامعة الإسراء، من كلية العلوم التربوية تخصص معلم صف سنة أولى
- الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة خلال العام الدراسي 2017\2018.
- الحدود المكانية: جامعة الإسراء.
- محددات الدراسة: تتحدد نتائج الدراسة بمدى صدق وثبات المقاييس المستخدمة في الدراسة، والمنهجية المستخدمة، ومدى فاعلية جلسات البرنامج.

تعريف مصطلحات الدراسة مفاهيمًا وإجراءيًا:

برنامج إرشادي: هو مخطط منظم، مبني على أسس عملية، ويتكون من مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة، وغير المباشرة من أجل تحقيق النمو السوي، والتوافق النفسي والاجتماعي والمهني للفرد والأفراد، من خلال تخطيط وتقييم من قبل مختص مؤهل. (السفاسفة، 2010)

ويعرف إجرائيًا: بالجلسات التي قدمتها الباحثة والتي تتكون من (12) جلسة مدة كل جلسة (60) دقيقة.

المراهقة: " هي فترة تغيرات شاملة وسريعة في نواحي النفس والجسد والعقل والروح لدى الشاب المراهق، وقد قيل أن فترة المراهقة هي انقلاب كامل". (الزعيبي، 2001)

ويعرف إجرائيًا: أنها الفترة الانتقالية ما بين مرحلة الطفولة ومرحلة الشباب بما يتضمن هذا الانتقال من تغيرات جسمية وعقلية ونفسية وكذلك اجتماعية.

الشعور بالنقص: وهو شعور داخلي يرتبط بالطبيعة الإنسانية بسبب رغبته المستمرة بالتطور والتحسين، ويمكن أن يؤدي إلى النجاح والتفوق، أو الفشل وعدم التكيف والعجز وبالنهاية الوصول لعقدة النقص، ويتحدد مقدار نجاح الفرد أو فشله بالقدرة على ضبط الشعور بالدونية واحترام الذات وتقبلها. (الحجاج، 2010)

ويعرف إجرائيًا: بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص من مقياس والذي تم تطويره من قبل الباحثة بعد عرضه على المحكمين.

الأمن النفسي: " هو شعور مركب يحمل في طياته شعور الفرد بالسعادة، والرضا عن حياته، بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان، ويتضمن له قدرا من الثبات الانفعالي، والتقبل الذاتي، واحترام الذات ". (المغربل، 2010)

ويعرف إجرائيا: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب المفحوص على مقياس الأمن النفسي الذي تم استخدامه من قبل الباحثة.