ومع المجتمع المحيط به. المراهقة هي مرحلة نمائية انتقالية هامة في حياة الإنسان، والتقلبات المزاجية، إضافة إلى الرغبة في استكشاف العالم وتحدي السلطة. ـ مشتقة من الفعل رهق "ومنه قولهم: غلام مراهق، والرهق: الظلم، وقال الأزهري: في هذه الآية ومعناه التدرج نحو النضج ((Adolescereمشتقة من الفعل اللاتيني (Adolescence) الرهق أسم من الإرهاق، ـ "كلمة المراهقة الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي". (م19-علم نفس النمو) ـ المراهقة اصطلاحا: إلى الوصول إلى اكتساب النضج، 2010، صفحة 12(وهي أحد أجزاء ما يعرف بالجهاز الحوفي بالمخ، وهو الفص المسؤول عن التفكير المنطقي وحل المشكلات واتخاذ القرارات والتعقل، وأكد تحليل نشاط الدماغ أن الاتصالات بين قشرة الفص الجبهي وحزام القشرة الأمامية ومنطقة إدارة الانفعالات باللوزة لدى المراهقين كانت منخفضة؛ أي بعبارة أخرى لم يميزوا جيداً بين الربح والخسارة، ويفسر ذلك عدم تقدير يميز هول (Stanley Hall كثير من المراهقين لأهمية الاختبارات النهائية؛ النظريات المفسرة لمرحلة المراهقة (1924-1844 المراهقة بخصائص أبرزها:(قشقوش، 1 أنها مرحلة الأزمات و الاضطرابات وسن العواصف. .5 أنها مرحلة الشك والنقد الذاتي والأحاسيس المفرطة. وبصورة عامة نستطيع أن نقول بأن ستانلي هول "كان يقف في الواقع موقفا وسطا، ،1999 صفحة 30(واعتبر هول أن المراهقة هي فترة ميلاد جديدة تتسم بخصائص و صفات تختلف عن مرحلة الطفولة، نتيجة ما يلحقه من تغيرات سريعة في نموه. فقد استبعدت لدى جيزل ولم تحض بموافقته قشقوش، ،2007 صفحة 34) وفي الواقع إن الفكرة الرئيسية لدى جيزل تدور حول النضوج التي يعرفها بأنها "العمليات الفطرية الشاملة لنمو الفرد وتكوينه تتعدل وتتكيف عن طريق الغدة الوراثية للفرد. (الحافظ، ،1999 صفحة 33(طبقا للتصور الفرويدي لسيكولوجية المراهقة، وهذا الأمر يصبح أكثر تعقيدا فيما بعد بسبب المعايير الاجتماعية الأخلاقية والدينية، ذلك عن طريق التوحد مع الوالدين والمدرسين وآخرين غيرهم بحيث يكون الأنا الأعلى قد حدد وظائفه خلال سنوات الكمون التي تمتد ما بين السن السادسة والحادية عشرة ، وبمفاهيم التحليل النفسي فإن ذلك يعني أن نزعات (الهو) تتطلب الإشباع مع الصراع الذي يمكن أن يحدث مع الأنا الأعلى مما يؤدي إلى تطور الإحساس بالذنب، أما الأنا الذي ال يستطيع أن يشبع كليهما فيشعر بالانسحاق بين قوتين متعارضتين وهكذا فإن التوازن الجديد الذي ينشأ بين الهو و الأنا الأعلى في مرحلة الكمون سيختل محدثا الفراغ والصدمة وعدم التوازن السيكولوجي وهذه الصراعات قد تكون داخلية ، كالصراع بين الأعداء والضمير أو خارجية كأن تكون بين الذات والوالدين ، ،2007 صفحة 42) ، فإذا انتصرت الهو وسيطرت الشحنات الغريزية حدث ازدياد في أحلام اليقظة ونكوصيه لإشباع جنسي طفيلي (نشاط علمي – ذاتي) استياء وتصرفات عدوانية، والميل إلى الانفتاح يقابله الميل إلى الانكماش الذاتي والتهالك ع لى الملذات يقابله العفة والتعفف(معالقي، وعندما تصل المرحلة التناسلية يسير النمو النفسي- الاجتماعي عند اريكسون وفقا (1994-H1902 ،إلى نهايتها يكون بناء شخصية الراشد قد تشكل (شريم للمبدأ الجيني: "يقر هذا المبدأ أن أي شيء آخذ في النمو يتبع خطة معينة، وكل جزء له وقته الخاص في السيطرة حتى تنشأ جميع الأجزاء لتكون الشكل الكلي. فبعد الميلاد يترك الطفل "التبادل الكيميائي" مع الرحم إلى نظام التبادل الاجتماعي مع المجتمع، هنا كانتقال تدريجي يتم من خلال مجموعة من (القضايا) المشكلات، خصائص النمو النفسي والانفعالي للمراهقين: جانب آخر في البناء النفسي للمراهق يجب أخذه في الاعتبار والإشارة إليه، والشعور أنه جزء من مجموعة، ولذلك نجد اهتمام المراهق بجماعات الأقران وتكوين الصداقات، وتفضيل جماعة الأصدقاء في بعض الأحيان على الأسرة والأهل؛ حيث يساهم الانتماء بشعوره بأنه مرغوب فيه، بل محتاج إليه، كما يولد لديه إحساساً أنه جزء من المجموعة، ويتمكن من القيام بما يرغب القيام به دون ضغط أو إحباط. الشعور بالكفاءة والثقة في قدراته: لتنمى لديه الشعور بالمسؤولية، والاعتماد على الآخرين والخوف من الإقدام، وهو ما ينقص من تكامل شخصيته ويهز كيانه أمام من يتعامل معهم. تتسم انفعالاته في هذه المرحلة بالعديد من الخصائص مثل: 2. توقعات غير واقعية: العجز المالي الذي يحول دون تحقيق رغباته، بالإضافة إلى عدم الإشباع الجنسي، وتوقعات الكبار الذين ينتظرون منه سلوكيات شخصية ناضجة، وهو لم يصل إلى النضج بعد. وبالتالي يدفعه ذلك إلى التمرد على رموز السلطة في بيئته وأسرته. 4. ثنائية المشاعر والتناقض الوجداني والاجتماعي: والتمزق بين الإعجاب والكراهية الانفعالية، أو بين الانجذاب والنفور بالنسبة لنفس الشخص أو الموقف، ولا شك أن هذه الحالة هي نتيجة لنقص التناسق والتكامل بين دوافع المراهق النفسية، الأمر الذي قد يؤدي بالمراهق إلى الإصابة بالإحباط أو الاكتئاب أو الاضطرابات المختلفة. فإنه يميل إلى الغضب باعتباره وسيلة للتنفيس عما يعانيه من اضطرابات وعدم توافقه مع أفراد أسرته الذين يمنعونه غالباً من ممارسة استقلاله ومراقبته على الدوام وتوجيه اللوم له. مما يدفعه إلى الثورة واستخدام الوسائل المادية في التعبير عن هذا الغضب. ويعتبر مقياس السلوك العدواني وسيلة لقياس الغضب. 7. عدم مواجهة الواقع: يتميز البنين بإخفائهم لمظاهر القلق عن طريق استخدام الطرق العدوانية والعنيفة

Summarized by © lakhasly.com

في التعامل، و مقياس سلوك العزلة لدى طالبات المراهقة الوسطى يكون مفيد في هذه الحالة. 8. التقلبات المزاجية للمراهق: يتصف المراهقون بالتقلبات المزاجية الحادة وذلك بسبب التغيرات الهرمونية: إضافة إلى مبالغتهم في التعبير عن مشاكلهم، فنرى أن مشاعرهم تتأرجح فهم يشعرون في لحظة ما وكأنهم على قمة العالم وفي اللحظة التي تليها يشعرون بالاكتئاب، هذه التغيرات العاطفية تؤثر على أدائهم في المدرسة وعلى مظهرهم وعلى اختيارهم للأصدقاء، كما تؤثر على قراراتهم. ● عدم القدرة علي اكتشاف الهوية: تطوير الهوية مهم للمراهقين وهم يقتربون من سن الرشد، فعندما يستكشف المراهقون أو الشباب العديد من خيارات الهوية، وقد وجد أن المراهقين الذين يلتزمون مبكرًا بهوية معينة، يعانون من مستويات منخفضة من القلق ولا يواجهون الكثير من الصراع في علاقاتهم الأسرية، بينما المراهقون الذين لا يستكشفون خيارات الهوية يميلون إلى أن تكون لديهم مستويات منخفضة من التحفيز وغالبًا ما يظهرون بالملل أو اللامبالاة، ومن الجدير بالذكر أن المراهقون الذين حققوا إحساسًا ثابتًا بالهوية يميلون إلى أن يكونوا أكثر تعاطفاً وأكثر نجاحًا في إدارة عواطفهم. ● انعدام الأمن والضغط الاجتماعي: السعي وراء الانتماء لمجموعة من الأقران يسعى المراهقون باستمرار إلى التوافق مع الآخرين ويشعرون بحاجتهم إلى الانضمام إلى مجموعة من الرفاق وذلك بسبب الشعور بانعدام الأمن والضغط الاجتماعي، ويتصارع المراهقون مع المشكلات الاجتماعية المجردة والمعقدة بشكل متزايد، وهم غالبا يبحثون عن مجموعة أقران مستقرة كسياق للإدارة العاطفية، وتنشأ علاقات الأقران الإيجابية من الاعتراف بالمساواة والميل إلى تقديم الدعم العاطفي. وقد وجد أن المراهقين الذين لا يتقبلهم أقرانهم يواجهون مخاطر عديدة، بما في ذلك الانقطاع عن الدراسة والانحراف، كما أن المراهقين الذين يتم قبولهم من قبل أقرانهم ولديهم أصدقاء مقربين غالبًا ما يظهرون زيادة في المشاعر السلبية مثل الغضب والقلق في سياق الأقران خلال فترة المراهقة، وبشكل عام تعزز العلاقات الإيجابية والداعمة بين الأقران خلال فترة المراهقة النمو العاطفي الصحي والصحة العقلية مع دخول المراهق مرحلة البلوغ. ● مشاعر سلبية بسبب الوالدين: في مرحلة المراهقة يصبح المراهقون أقل اعتمادًا عاطفيًا على والديهم، مما يؤدي إلى حدوث صراعات مع الوالدين من أجل الاستقلالية وزيادة الوقت الذي يتم قضاؤه مع الأصدقاء، ● مشاعر غير مستقرة: يعيش المراهقون مرحلة من المشاعر غير المستقرة حيث انها تعتبر مشاكل السلوك لديهم والتمرد أمراً شائعاً وبالرغم من أن هذا الأمر يبدو مزعجاً، يعتقد المراهقون أنهم تحت المراقبة والتقييم باستمرار من قبل الآخرين، مما يجعلهم قلقين دائما بشأن مظهرهم. تتصف هذه المرحلة بالمرور بتجارب عاطفية سلبية تقترن مع زيادة قدرتهم على التفكير المجرد، كما أن قدرتهم على تجربة المشاعر المعقدة والمتنوعة ،تعزز تنمية التفكير المجرد لديهم. تتميز هذه المرحلة ببدء الاهتمامات العاطفية تجاه الجنس الآخر لدى المراهقين

Summarized by © lakhasly.com