

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
ج امعة بلحاج بوشعيب - عين تموشنت
كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



مذكرة لنيل شهادة الماستر
تخصص: علم النفس العيادي

اليقظة العقلية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى الفصامي
"دراسة عيادية فارقية لحالتين" متوسط خفيف"

من إعداد الطلبة

تحت إشراف الاستاذة:

بن مصطفى دحو فاطمة الزهراء

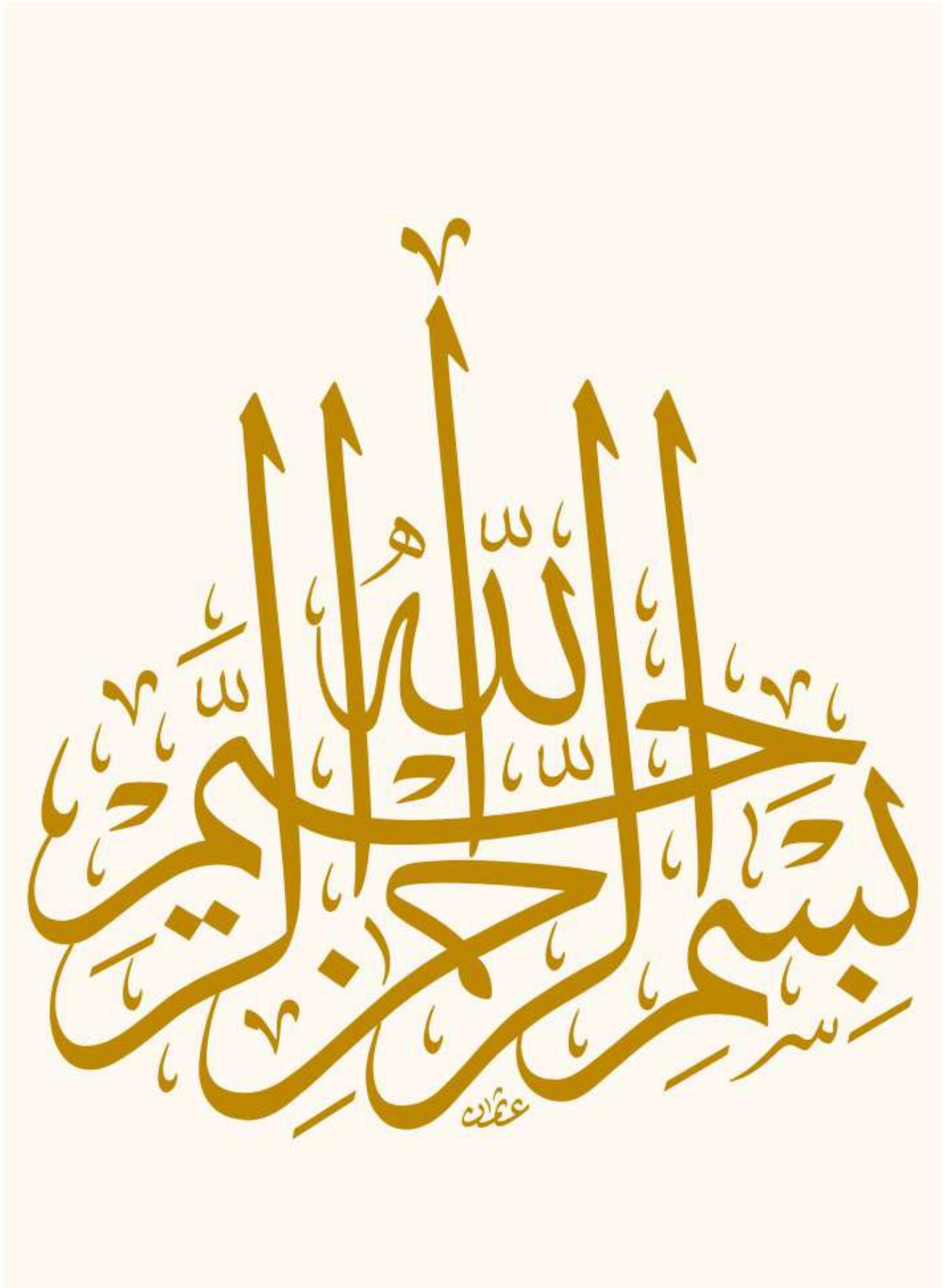
د. زاوي أمال

تاريخ المناقشة: 24/06/2025

تمت المناقشة علنا أمام اللجنة المكونة من:

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
سعدون سمية	أستاذ محاضر - أ -	رئيسا
زاوي أمال	أستاذ محاضر - أ -	مشرفا ومقررا
بن عيسى عبد الحكيم	أستاذ محاضر - ب -	من اقشا

السنة الجامعية: 2024-2025



الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية



إهداء

إلى كل من كلل العرق جبينه ومن علمني أن النجاح لا يأتي إلا بالصبر والإصرار
إلى النور الذي أنار دربي والسراج الذي لا ينطفئ نوره بقلبي أبدا...
من بذل الغالي والنفيس واستدميت منه قوتي واعتزازي بذاتي...
.....أبي.....

إلى من جعل الجنة تحت أقدامها وسهلت لي الشدائد بدعائها
إلى الإنسانية العظيمة التي لطالما تمننت أن تقر عينها في يوم كهذا...
.....أمي.....

إلى ضلعي الثابت وأمان أيامي
إلى من شددت عضدي بهم فكانوا ينابيع أرتوي منها ...
إلى خيرة أيامي وصفوتها.....
إلى جداتي..... اللواتي دعمنني بدعائهن فاللهم اطل في عمرهن يا رب العالمين...
إلى قرة عيني وسندي في الحياة.. إخوتي ...
لكل من كان عوناً وسنداً في هذا الطريق.. للأصدقاء الأوفياء ورفقاء السنين لأصحاب الشدائد والأزمات..
إلى كل من أفاضني بمشاعره ونصائحه المخلصة
.....إليكم عائلي.....

أهديكم هذا الإنجاز وثمره نجاحي الذي لطالما تمنيته
ها أنا اليوم أكملت وأتممت أول ثمراته بفضلته سبحانه وتعالى
فالحمد لله على ما وهبني وأن يجعلني مباركا فمن قال أنا لها نالها
فالحمد لله شكرا وحبا وامتنانا على البدء والختام
وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين



كلمة شكر

قال تعالى: "ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترداه"

كن عالما..... فإن لم تستطع فكن متعلما..... فإن لم تستطع فأحب العلماء..... فإن لم تستطع فلا تبغضهم.

نحمد الله تعالى الذي أعاننا ووفقنا لإتمام هذا العمل فاللهم لك الحمد حمدا كثيرا مباركا فيه ثم نتقدم بأسمى وأخلص عبارات الشكر والتقدير إلى الأستاذة المشرفة الدكتورة "زاوي آمال" على حرصها أن يكون هذا العمل في صورة كاملة.

نسأل الله أن يجزيها عن كل خير على الإشراف على هذا العمل وعلى المجهودات التي بذلتها من أجلنا والتوجيهات والنصائح التي قدمتها لنا

أتقدم بجزيل الشكر وخالص الامتنان إلى أساتذة الكلية كل باسمه ومقامه وإلى إدارة قسم العلوم الاجتماعية وخاصة قسم علم النفس.



ملخص الدراسة

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى اليقظة العقلية ومستوى المهارات الاجتماعية لدى الفرد الفصامي في مستشفى أحمد مدغري بولاية عين تموشنت. كما عمدنا إلى إيجاد الفروق في كلا المستويين تبعاً لشدة اضطراب الفصام- ولتحقيق هذه الأهداف اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي القائم على أسلوب دراسة الحالة بمختلف أدواتها والتي تمثلت في الملاحظة العيادية والمقابلة العيادية كما استخدمنا مقياس المهارات الاجتماعية ل محمد السيد عبد الرحمان (1998) وكذلك مقياس اليقظة العقلية ل أحلام مهدي عبد الله (2013) وتمثلت حالات الدراسة في حالتين من جنس ذكر تراوح أعمارهم بين 45-50 سنة تم اختيارهم بطريقة قصدية. وقد خلصت نتائج الدراسة في الأخير إلى أن مستوى اليقظة العقلية ومستوى المهارات الاجتماعية لدى الفصامي المتوسط كانت ضعيفة في حين كانت متوسطة لدى الفصامي البسيط. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية إضافة وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ومستوى المهارات الاجتماعية تعزى لمتغير شدة الاضطراب.

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقلية المهارات الاجتماعية الفصام.

Résumé :

la vigilance mentale et sa relation avec les compétences sociales
chez le schizophrène

« Étude clinique différentielle de deux cas
de schizophrénie modérée et de schizophrénie légère »

Cette étude visait à explorer le niveau de vigilance mentale et des compétences sociales chez les personnes atteintes de schizophrénie à l'hôpital Ahmed Medghri d'Aïn Temouchent. Nous avons également cherché à identifier les différences entre ces deux niveaux en fonction de la gravité du trouble schizophrénique. Pour atteindre ces objectifs, nous avons utilisé une approche descriptive basée sur l'étude de cas et ses différents outils, notamment l'observation clinique et les entretiens cliniques. Nous avons également utilisé l'échelle de compétences sociales de Mohamed El Sayed Abdel Rahman (1998) et l'échelle de vigilance mentale d'Ahlam Mahdi Abdullah (2013). Les sujets de l'étude étaient deux hommes âgés de 45 à 50 ans, sélectionnés intentionnellement.

L'étude a conclu que le niveau de vigilance mentale et de compétences sociales chez les personnes atteintes de schizophrénie modérée était faible, tandis qu'elle était moyenne chez les personnes atteintes de schizophrénie légère. L'étude a également constaté une corrélation entre la vigilance et les compétences sociales, ainsi que des différences de vigilance mentale et de compétences sociales attribuées à la gravité du trouble.

Mots-clés : Vigilance mentale, compétences sociales, schizophrénie

Abstract :

Mindfulness and its Relationship to Social Skills in Schizophrenia

"A Differential Clinical Study of Two Cases of Moderate Schizophrenia and Mild Schizophrenia"

This study aimed to explore the level of Mindfulness and social skills among individuals with schizophrenia at Ahmed Medghri Hospital in Ain Temouchent. We also sought to identify differences between these two levels based on the severity of the schizophrenic disorder. To achieve these objectives, we used a descriptive approach based on a case study and various tools, including clinical observation and clinical interviews. We also used Mohamed El Sayed Abdel Rahman's Social Skills Scale (1998) and Ahlam Mahdi Abdullah's Mindfulness Scale (2013). The study subjects were two intentionally selected men aged 45 to 50.

We concluded that the level of mental alertness and social skills among individuals with moderate schizophrenia was low, while it was average among those with mild schizophrenia. The study also found a correlation between alertness and social skills, with differences in alertness and social skills attributed to the severity of the disorder.

Keywords: Mindfulness, Social skills, Schizophrenia



محتويات الدراسة

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

محتويات الدراسة:

الموضوع: الصفحة:

أ	الإهداء
ب	كلمة الشكر
د	ملخص الدراسة
ز	محتويات الدراسة
ط	أئمة الجداول
ك	قائمة الملاحق
01	المقدمة

الفصل الأول: تقديم الدراسة:

04	الإشكالية-1
04	فرضيات الدراسة-2
05	أهداف الدراسة-3
05	أهمية الدراسة-4
06	التعاريف الإجرائية للدراسة-5

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- 06 حدود الدراسة-6
- 07 الدراسات السابقة-7
- 08 التعقيب على الدراسات السابقة-8

الفصل الثاني: اليقظة العقلية:

- 10 -تمهيد
- 11 مفهوم اليقظة العقلية-1
- 12 مكونات اليقظة العقلية-2
- 13 خصائص الأشخاص المتيقظين عقليا-3
- 14 مقومات اليقظة العقلية-4
- 14 فنيات واستراتيجيات اليقظة العقلية-5
- 14 النظريات المفسرة لليقظة العقلية-6
- 17 فوائد اليقظة العقلية-7
- 18 أهمية اليقظة العقلية-8
- 19 -خلاصة الفصل

الفصل الثالث: المهارات الاجتماعية:

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- 23 -تمهيد
- 24 مفهوم المهارة-1
- 24 مفهوم المهارات الاجتماعية-2
- 25 خصائص المهارات الاجتماعية-3
- 26 تصنيف المهارات الاجتماعية-4
- 27 مكونات المهارات الاجتماعية-5
- 28 أشكال المهارات الاجتماعية-6
- 29 طرق اكتساب المهارات الاجتماعية-7
- 30 النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية-8
- 32 أهمية المهارات الاجتماعية-9
- 34 -خلاصة الفصل

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة:

- 36 -تمهيد
- 37 الدراسة الاستطلاعية-1
- 37 منهج الدراسة-2

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

37 حدود الدراسة-3

39 أدوات الدراسة-4

49 -خلاصة الفصل

الفصل الخامس: عرض الحالات ومناقشة الفرضيات:

52 عرض الحالات-1

52 عرض الحالة الأولى-1-1

65 عرض الحالة الثانية-1-2

83 مناقشة النتائج على ضوء التساؤلات-2

90 الخاتمة والتوصيات

94 قائمة المصادر والمراجع

100 قائمة الملاحق



قائمة الجداول

الصفحة:	العنوان:	رقم لجدول:
40	الأهمية النسبية لكل بعد من أبعاد اليقظة العقلية	جدول رقم 01
41	نتائج قياس الصدق باستخدام طريقة المقارنة الطرفية	جدول رقم 02
42	نتائج قياس الصدق باستخدام الاتساق الداخلي	جدول رقم 03
44	نتائج قياس الثبات باستخدام ألفا كرونباخ	جدول رقم 04
45	نتائج قياس الثبات باستخدام التجزئة النصفية	جدول رقم 05
47	أرقام لأبعاد اختبار المهارات الاجتماعية	جدول رقم 06
54	جدول سير المقابلات مع الحالة الأولى	جدول رقم 07
64	نتائج مقياس المهارات الاجتماعية للحالة الأولى	جدول رقم 08
68	جدول سير المقابلات مع الحالة الثانية	جدول رقم 09
82	نتائج مقياس المهارات الاجتماعية للحالة الثانية	جدول رقم 10



قائمة الملاحق

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

الصفحة:	عنوان الملحق:	رقم الملحق:
100	مقياس الميظنة العقلية	الملحق رقم 01
103	مقياس المهارات الاجتماعية	الملحق رقم 02
109	ورقة التربص	الملحق رقم 03



ة

مقدم

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

تشكل القدرات المعرفية عند الأفراد من خلال مراحل الطفولة إلى مراحل متقدمة من السن حيث يتعلم خلالها إدراك بعض المواقف الحياتية وكيفية التفكير إضافة إلى الانتباه إلى الأمور ومن خلال ذلك تتشكل لديه علاقات اجتماعية مما تمكنه من التفاعل مع الآخرين ومن بين الأفراد الذين يفتقرون لهذه القدرات المعرفية المختلفة هم الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية وعقلية لعل أهم هذه الاضطرابات هي الاضطرابات الذهانية التي تعتبر أكثر الاضطرابات النفسية تعقيدا في مجال الصحة النفسية حيث شغل تفكير الكثير من الخبراء والمختصين في شتى المجالات وخاصة مجال علم النفس نظرا لطبيعة هذه الاضطرابات في كونها اضطرابات مزمنة إضافة إلى التأثيرات العميقة على الوظائف المعرفية والوجدانية والسلوكية والاجتماعية للفرد.

وتتميز هذه الاضطرابات بانزياح عن الواقع الذي يعيشه الآخرون وانعزال عن العالم الخارجي وفقدان الاتصال بالواقع ما يجعله خطرا على ذاته وعلى غيره إضافة إلى وجود الهلاوس بمختلف أنواعها والأوهام واضطرابات في التفكير والادراك.

وتعتبر ظاهرة الاضطرابات العقلية في تزايد مستمر وعلى وجه الخصوص "الجزائر" حيث أصبحت تخص ما يساوي أكثر من 45 ألف جزائري سنويا حسب تصريحات الأخصائيين في مجال الصحة العقلية. (زروالي 2023 ص1)

كما تشير الإحصائيات الصادرة في المستشفيات العقلية إلى أن نسبة مرض الفصام الراقدون فيها للعلاج يمثلون 60% (من إجمالي المرضى بالاضطرابات العقلية وأن عددهم خارج المستشفيات أو المصحات العقلية يصل إلى أضعاف ذلك فقد لوحظ أن معدل حدوث الفصام كحالة جديدة هي وحدة في كل عشرة آلاف من عامة الناس ومعدل الانتشار أي عدد كل حالات الفصام التي شخصت خلال عام سواء كانت جديدة أو قديمة يصل إلى 2% (من عامة الناس). (الخالدي 2006 ص346)

ومن أبرز هذه الاضطرابات الذهانية "اضطراب الفصام" الذي أصبح شائعا في الوقت الحالي نظرا لما يعيشه الفرد من ضغوطات في الحياة اليومية إضافة إلى إدمان الشباب على المخدرات الذي يؤدي بهم إلى اضطرابات عقلية مستقبلا ويتميز هذا الاضطراب في تفكك شخصية الفرد وفقدان القدرة على الوعي وبالتالي غياب اليقظة العقلية عنده أي غياب التركيز والانتباه على غرار الفرد العادي الغير المصاب الذي يتسم بهذا المفهوم (اليقظة العقلية) الذي يتميز بالتركيز والانتباه وتقبله للوضع الراهن حتى لو كان يتعرض للضغط الانفعالي أو الألم النفسي فهو قادر على مواجهة الموقف كما أنها عامل أساسي للوعي السليم عند الأفراد.

وباعتبار الفصام أحد هذه الاضطرابات الذهانية والذي يتميز بمجموعة من الأعراض السالبة والموجبة كالهلاوس السمعية والبصرية والرهاب الاجتماعي وغيرها من الأعراض التي تخلق نوعا من المعاناة النفسية والمعاش النفسي المضطرب الذي يتسم بطابع القلق والارتباك وفقدان السيطرة عن التفكير إضافة إلى معاش اجتماعي مضطرب وصعوبة في إقامة علاقات اجتماعية نتيجة تدهور قدراته التفاعلية والمعرفية مما يزيد من شدة عزله الاجتماعية والتهميش.

وباعتبار المهارات الاجتماعية مؤشرا أساسيا للتكيف النفسي والاجتماعي إذ تمكن الفرد من التفاعل والتعبير عن حاجاته وفهم مشاعر ومواقف الآخرين وهذه المهارات غالبا ما تكون ضعيفة لدى الأشخاص المضطربين

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

على غرار الأشخاص العاديين الذين لديهم القدرة على فهم الآخرين والتعبير عن الذات والقدرة على المحافظة وبناء علاقات اجتماعية مستقرة وضعف هذه المهارات الاجتماعية عند الأفراد يشكل أحد المعوقات أمام اندماجهم ويؤثر سلبا على استقلاليتهم وجودة حياتهم.

وبناء على ما سبق قسمت الدراسة إلى جانبين أحدهما نظري والآخر تطبيقي بحيث يحتوي الجانب النظري على 03 فصول: حيث بدأنا الدراسة بالفصل التمهيدي هو الفصل الأول للدراسة الذي يمثل تقديم الدراسة حيث تم فيه تناول جملة من العناصر أهمها: إشكالية الدراسة وتساؤلاتها فرضيات الدراسة وتحديد الأهداف والأهمية وحدود الدراسة إضافة إلى المفاهيم الإجرائية لها مختتما بالدراسات السابقة مع التعقيب عليها.

وتضمن الجانب النظري فصلين: الفصل الثاني من الدراسة تحت عنوان اليقظة العقلية تعرضنا فيه إلى: تمهيد مفهوم ومكونات اليقظة العقلية خصائص الأشخاص المتيقظين عقليا إضافة إلى مقومات وأهمية وفوائد اليقظة العقلية كما تناولنا النظريات المفسرة لليقظة العقلية وفنيان واستراتيجيات اليقظة العقلية مختتما بخلاصة الفصل.

أما الفصل الثالث من الدراسة المعنون بالمهارات الاجتماعية ملم بالعناصر التالية: تمهيد تعريف المهارة والمهارات الاجتماعية وأهمية وخصائص المهارات الاجتماعية إضافة إلى تصنيف ومكونات المهارات الاجتماعية وأشكال المهارات الاجتماعية وتطرقنا أيضا إلى طرق اكتساب هذه المهارات والنظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية مختتما بخلاصة لهذا الفصل.

أما الجانب الثاني من الدراسة هو الجانب الميداني أو التطبيقي الذي يحوي فصلين: أولهما يمثل الإجراءات المنهجية حيث قمنا بعرض الدراسة الاستطلاعية منهج الدراسة وكذا حدود هذه الدراسة مع الأدوات المستخدمة في الدراسة والخصائص السيكومترية للمقاييس.

أما الفصل الثاني من الجانب التطبيقي: قمنا فيه بعرض الحالات وتحليل النتائج والمناقشة على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة مختتما بخلاصة الفصل.

وختمت هذه الدراسة بخاتمة إضافة إلى بعض التوصيات العلمية والعملية إضافة إلى اقتراح بعض الأساليب لتنمية المهارات الاجتماعية وتنمية اليقظة العقلية عند الأفراد المصابين باضطراب الفصام.



الفصل الأول: تقديم الدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. التعاريف الإجرائية للدراسة
6. حدود الدراسة
7. الدراسات السابقة
8. التعقيب على الدراسات السابقة

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

1. إشكالية الدراسة:

تعتبر الصحة العقلية جزءاً أساسياً من صحة الإنسان بشكل عام وتشمل الحالة النفسية والعاطفية التي يعيشها الفرد وقدرته على التعامل مع ضغوطات الحياة اليومية وتشمل الصحة العقلية القدرة على التفكير بوضوح والقدرة على التفاعل مع الآخرين واتخاذ قرارات ومواجهة الضغوطات والاستجابة للمواقف بطريقة تناسب مع الواقع وهذا ما يطلق عليه باليقظة العقلية.

وعلى الرغم من النشأة الفلسفية لليقظة العقلية التي ترجع أصولها إلى الفلسفة والتقاليد البوذية من خلال الممارسات الشرقية للتأمل والتي بدأت في الهند وانتشرت في الشرق الأقصى منذ أكثر من 2500 سنة وهناك أدلة تشير إلى أصولها في الممارسات التأملية في اليهودية والتعاليم الروحية المسيحية كما يعد التأمل جوهر الإسلام والتقاليد الدينية الإسلامية ويتضمن مفاهيم التفكير والتدبر وبالتالي فإن الممارسات التأملية وفقاً للتقاليد الدينية والروحية غالباً ما توفر نقطة انطلاق نحو معرفة الذات الإلهية. (بوحارة 2023 ص364)

كما تعد اليقظة العقلية من المتغيرات المهمة التي تساهم في غرس المهارات العقلية الإيجابية التي لها دور فعال في صحة الفرد النفسية فتجعل الفرد قادراً على توجيه حياته بطريقة مستقلة عن الآخرين حيث يعتبر الفرد اليقظ عقلياً يشعر بعواطفه وانفعالاته بشكل كامل وواضح ويستطيع أن يتخطى الأمور السلبية في حياته (مجدوب 2022 ص143) فاليقظة العقلية تعمل على زيادة الإرادة وذلك من خلال تعزيز الوعي بملاحظة الذات الذي يعزز تقليل الالتزام الحرفي بالأفكار والمعتقدات وهي تساعد أيضاً على المثابرة أما المهام الصعبة ومواجهة العقبات (العايب 2023 ص765) إضافة إلى ذلك يعرفها محمد السيد عبد الرحمان بأنها مجموعة من المهارات التي يمكن تعلمها وممارستها من أجل الحد من الأعراض النفسية وزيادة الصحة وطيب الحال أو الهناء الشخصي (دغوش 2020 ص544)

وفي هذا الصدد نجد بأن اليقظة العقلية قد استحوذت على اهتمام العديد من الباحثين في مجال علم النفس فسعوا إلى دراسة اليقظة العقلية لدى مختلف الأفراد وربطوها ببعض المتغيرات النفسية من بينها دراسة (الزبيدي 2012) حول "الاستقرار النفسي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الإعدادية" وكذا دراسة (هدى جمال محمد السيد 2018) حول "اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين" بالإضافة إلى دراسة عبد الكريم مأمون وفاطمة ختيري (2023) حول "اليقظة العقلية وعلاقتها بالهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة الثالثة علوم تجريبية".

وعليه فإننا نلاحظ إذن بأن اليقظة العقلية تعتبر العامل الأساسي للفرد الذي يجعله قادر على أداء عمل من الأعمال بدرجة من السرعة والإتقان وكذلك من حيث تعامله مع الآخرين وهذا ما يطلق عليه بالمهارات الاجتماعية حيث يعرفها فرانسيس وفيليبس بأنها الأساليب التي يرتبط أو يتفاعل الفرد من خلالها مع الآخرين والقدرة على مساعدتهم والتعاون والمشاركة بينهم ويشير شومكر ودونالد إلى أن المهارات الاجتماعية هي السلوكيات التي يستخدمها الفرد في تفاعلاته مع الآخرين والتي قد تكون سلوكيات لفظية وغير لفظية كالتواصل البصري وإيماءات الوجه (بوجلال 2008-2009 ص36).

وفي نفس الصدد نجد بأن المهارات الاجتماعية قد استحوذت على اهتمام العديد من الباحثين في مختلف

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

المجالات وخاصة ميدان علم النفس وقد سعوا إلى دراستها وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية ومن هذه الدراسات نذكر دراسة الطيرة (2012) المعنونة بمستوى المهارات الاجتماعية ومستوى فعالية الذات لدى طلاب الجامعة إضافة إلى دراسة الزيادات وجبريل (2016) حول "فعالية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض الخجل والاكتئاب لدى طلبة الجامعة الأردنية" وغيرهما من الدراسات الأكاديمية الحديثة.

فالمهارات الاجتماعية إذن تعد من العوامل التي تساعد في التفاعل الإيجابي وبناء علاقات اجتماعية سليمة مع الآخرين إلا أن هذه المهارات نجدها عند الأفراد الأسوياء ذو صحة نفسية وعقلية في حين يفتقرها الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية وعقلية مثل الفصاميين.

إن فهم العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية لدى الأفراد الأصحاء يمثل جانبا مهما من الدراسات النفسية وفهمها لدى الأفراد المصابين بالاضطرابات النفسية أو العقلية يعتبر مهما من حيث تقديم المقترحات العلاجية. ومن هذا المنطلق أثرنا التساؤلات التالية:

-أسئلة الدراسة:

1. ما مستوى اليقظة العقلية لدى الفصامي
2. ما مستوى المهارات الاجتماعية لدى الفصامي
3. ما طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية
4. هل يوجد فرق في مستوى اليقظة العقلية بين الفصامي الخفيف والفصامي المتوسط
5. هل يوجد فرق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الفصامي الخفيف والفصامي المتوسط

2. فرضيات الدراسة:

- مستوى اليقظة العقلية لدى الفصامي منخفضة.
- مستوى المهارات الاجتماعية لدى الفصامي منخفضة.
- طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية هي علاقة ارتباطية.
- يوجد فرق في مستوى اليقظة العقلية بين الفصامي الخفيف والفصامي المتوسط.
- يوجد فرق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الفصامي الخفيف والفصامي المتوسط.

3. أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى:

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- ✓ معرفة مستوى اليقظة العقلية لدى الفصامي.
- ✓ معرفة مستوى المهارات الاجتماعية لدى الفصامي.
- ✓ الكشف عن طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية.
- ✓ معرفة الفروق في مستوى اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية بين الشخص الفصامي بدرجة خفيفة والفصامي بدرجة متوسط.

4. أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية دراستنا الحالية فيما يلي:

- ✓ قد توفر نتائج الدراسة الحالية فهما أفضل لفهم العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية عند الأفراد المضطربين.
- ✓ بناء على ما تقوم به الدراسة الحالية من نتائج يمكن أن تساعد الباحثين في إعداد برامج إرشادية لتنمية اليقظة العقلية لتحسين أساليب المهارات الاجتماعية.
- ✓ يعتبر موضوع اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية من الموضوعات الهامة التي أثارت اهتمام العديد من الباحثين في البيئة العربية عموما والبيئة الجزائرية خصوصا.

5. التعاريف الإجرائية:

اليقظة العقلية: هي الدرجة الكلية التي يتحصل عليها أفراد العينة بعد إجابتهم على مقياس اليقظة العقلية المستخدم في الدراسة الحالية.

المهارات الاجتماعية: هي مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد من خلال إجابته على مقياس المهارات الاجتماعية المستخدم في الدراسة.

الفرد الفصامي: هو الشخص المريض عقليا الذي يتواجد في مصلحة الأمراض العقلية والذي يعاني من أعراض الفصام: الهلاوس الهذيانات الأوهام....

6. حدود الدراسة :

الحدود الموضوعية: خصصت الدراسة الحالية لدراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية والفرق بين الفصامي البسيط والفصامي المتوسط لهذه العلاقة.

الحدود الزمانية: أجريت الدراسة الحالية ما بين 02 مارس 2025 إلى غاية 2 ماي 2025.

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الحالية في مصلحة الامراض العقلية بمستشفى أحمد مدغري بولاية عين تموشنت.

الحدود البشرية: أجريت الدراسة الحالية على 02 عينات من جنس ذكر بمصلحة الامراض العقلية

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- الدراسات السابقة: 7

الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير اليقظة العقلية:

دراسة كريستوف وجيلبرت (Christopher & Gilbert) 2010: هدفت هذه الدراسة إلى قياس اليقظة العقلية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الدراسة الإعدادية مؤلفة من طالبا وطالبة وأظهرت نتائج الدراسة أن جميع مكونات اليقظة العقلية وهي الملاحظة والوصف والوعي 365 والتقبل ترتبط إيجابيا بتقدير الذات والرضا عن الحياة وترتبط سلبيا بالإدراكات السلبية وأن مكون الملاحظة فقط أحد مكونات اليقظة العقلية تنبأ بتقدير الذات والرضا عن الحياة في حين التقبل بالإدراكات السلبية.

دراسة الزبيدي (2012): أجريت هذه الدراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين الاستقرار النفسي واليقظة الذهنية لدى عينة تكونت من 600 من طلبة المرحلة الإعدادية من الفرعين الأدبي والعلمي في مدارس محافظة ديالى بالعراق أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من اليقظة الذهنية لدى أفراد عينة الدراسة ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى اليقظة الذهنية تعزى للجنس ولصالح الإناث وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى اليقظة الذهنية تعزى لكل من متغير الجنس والتخصص.

دراسة أحلام مهدي عبد الله (2013): تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة والتعرف على الفروق في مستوى اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة وفق متغيري الجنس والتخصص وتحقيقاً لأهداف الدراسة قامت الباحثة بإعداد مقياس اليقظة الذهنية اعتماداً على نظرية إيلين لانجر في اليقظة العقلية والأبعاد التي حددتها وطبق المقياس على عينة البالغ عددها 500 طالب وطالبة وتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية: أن مستوى اليقظة الذهنية كان مرتفعاً لدى طلبة الجامعة توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور إناث) ولصالح الذكور ولا توجد فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغير التخصص (علمي إنساني) ويوجد فروق دالة إحصائية تبعاً لتفاعل الجنس والتخصص.

دراسة نهلة نجم الدين مختار أحمد (2016): تمحورت الدراسة حول التعرف عن درجة الذكاء الثلاثي للأبعاد وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة الإعدادية إضافة إلى الكشف عن درجة الذكاء الثلاثي الأبعاد واليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الإعدادية للعينة ككل تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والصف وبعد معالجة البيانات إحصائياً على عينة مؤلفة من 500 طالب وطالبة توصلت الدراسة إلى أن طلبة المرحلة الإعدادية لا يتمتعون بقدرات الذكاء الثلاثي الأبعاد في حين أظهرت النتائج بتمتع طلبة المرحلة الإعدادية باليقظة العقلية بمستوى متوسط ولم تظهر النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين الأبعاد الثلاثية للذكاء واليقظة العقلية.

دراسة السيد (2018): تناولت دراسة السيد اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين تكونت عينة الدراسة من 250 مراهق ومراهقة وتوصلت الدراسة إلى مستوى متوسط من اليقظة العقلية والرضا عن الحياة وغياب الفروق بين الجنسين في اليقظة العقلية والرضا عن الحياة كما وجدت علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية والرضا عن الحياة وأسهمت اليقظة العقلية في التنبؤ

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

بالرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة.

دراسة بوبلال (2020): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية وأساليب التعلم والتعرف على مستوى اليقظة العقلية وأساليب التعلم والتعرف على مستوى اليقظة العقلية والفروق حسب كل من الجنسين والمستوى والتخصص وتكونت عينة الدراسة من 300 طالب وطالبة وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى اليقظة العقلية متوسط وأنه لا توجد فروق في اليقظة العقلية وفي أساليب التعلم تبعاً لمتغير الجنس والتخصص والمستوى والتفاعل بينهم.

الدراسات السابقة المتعلقة بالمهارات الاجتماعية:

- دراسة الجهني (2011): تناولت دراسة الجهني المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية وتكونت عينة الدراسة من 376 طالباً من طلبة الثانوية منهم إناث من الصف الأول إلى الثالث وطبق عليهم مقياس المهارات الاجتماعية والصلابة 179 ذكور و197 نفسية وتوكيد الذات وأسفرت نتائج الدراسة على وجود دلالة لتأثير الجنس والصف على أبعاد المهارات الاجتماعية لدى طلبة الثانوية العامة ويوجد ارتباط بين درجات المهارات الاجتماعية والصلابة النفسية كما يوجد ارتباط بين المهارات الاجتماعية وتوكيد الذات.
- دراسة العلوان (2011): هدفت هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة وتكونت عينة الدراسة من 475 طالباً وطالبة من طلبة جامعة الحسين بن طلال بالأردن تم استخدام ثلاث مقاييس وهما: "مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس الذكاء الانفعالي ومقياس أنماط التعلق" وأشارت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من المهارات الاجتماعية وأنماط التعلق.
- دراسة الظفيري (2012): هدفت هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والحاجات النفسية لدى طلبة الصف العاشر من ذوي صعوبات التعلم والعاديين وذلك لدى 71 من ذوي صعوبات التعلم طالباً وطالبة وتم استخدام 142 إناث (ومثلهم من العاديين حيث بلغ مجموع العينة النهائية 32 ذكور و39) مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس الحاجات النفسية ومقياس الخصائص السلوكية واختبار الذكاء الغير اللغوي وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المهارات الاجتماعية والحاجات النفسية لدى طلبة الصف العاشر سواء من ذوي صعوبات التعلم أو العاديين.
- دراسة الشمري (2013): تمحورت هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى طلاب المرحلة المتوسطة في منطقة حائل بالمملكة العربية السعودية واستهدفت الدراسة عدداً من المتغيرات كالجنس والمستوى الدراسي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة وقد تكونت العينة من 290 طالباً وطالبة من طلاب المرحلة المتوسطة وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين المهارات الاجتماعية والكفاءة الذاتية والتحصيل الدراسي العام لدى أفراد عينة الدراسة.

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- دراسة السيد (2021): استهدفت الدراسة تحديد العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى الطلاب ضعاف السمع كما هدفت الدراسة إلى تصميم مؤشرات لدور الأخصائي الاجتماعي لتنمية المهارات الاجتماعية وتحسين جودة الحياة لدى الطلاب ضعاف السمع وتم الاعتماد على عينة قوامها 100 طالب من طلاب المرحلة الثانوية من ضعاف السمع وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية دالة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى الطلاب ضعاف السمع.

التعقيب على الدراسات السابقة-8:

من حيث المنهج: تطابق منهج أغلب الدراسات السابقة مع المنهج الوصفي المستعمل في البحث.

من حيث البيئة ومكان إجراء الدراسة: تباينت البيئة ومكان إجراء الدراسات السابقة حيث أن أغلب الدراسات تم تطبيقها في البيئة العربية كدراسة الزبيدي (2012) ودراسة الشمري (2013) ودراسة العلوان (2011).

من حيث العينة: من حيث عينة الدراسات كانت متباينة من مختلف المراحل مثل: المرحلة الإعدادية والتي شملت دراسة كريستوف وجيلبرت (2010) ودراسة الزبيدي (2012) ودراسة نهلة نجم الدين مختار أحمد وكذا (2011) ودراسة العلوان (2013) وكذا طلاب الجامعة مثل دراسة أحلام مهدي عبد الله (2016) طلاب المرحلة الثانوية والمتوسطة مثل: دراسة الجهني (2011) ودراسة الظفيري (2012) ودراسة الشمري (2013).

من حيث الأهداف: اختلفت جل أهداف الدراسات السابقة منها ما هو قريب للمتغير الأول : اليقظة العقلية مثل: دراسة كريستوف وجيلبرت (2010) التي هدفت إلى قياس اليقظة العقلية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الدراسة الإعدادية أما دراسة أحلام مهدي عبد الله (2013) التي هدفت إلى التعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة أما دراسة السيد (2018) والتي هدفت إلى دراسة اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين ومنها ما تناولت المتغير الثاني: المهارات الاجتماعية مثل: دراسة الجهني (2011) والتي تناولت المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية.



الفصل الثاني : اليقظة العقلية

تمهيد

1- مفهوم اليقظة العقلية

2- مكونات اليقظة العقلية

3- خصائص الأشخاص المتيقظين عقليا

4- مقومات اليقظة العقلية

5- فنيات واستراتيجيات اليقظة العقلية

6- النظريات المفسرة لليقظة العقلية

7- فوائد اليقظة العقلية

8- أهمية اليقظة العقلية

خلاصة الفصل

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

تمهيد:

يتعاطم الاهتمام بمفهوم اليقظة العقلية والذي يعتبر من المفاهيم الأساسية في علم النفس والتي أصبحت جزءا مهما من العلاج النفسي الحديث نظرا لأهميتها في حياة الفرد حيث تجعله مدركا لما يدور حوله من أحداث ومواقف وتزيد من إدراكه لردود أفعاله بشكل واع وأكثر فعالية لذا أصبحت اليقظة العقلية أداة فعالة في تحسين الصحة النفسية وتعزيز المهارات الاجتماعية والعاطفية.

ومما ذكر سوف نتطرق في هذا الفصل إلى العناصر التالية: -مفهوم اليقظة العقلية -مكونات اليقظة العقلية خصائص الأشخاص المتيقظين عقليا -أهمية ومقومات اليقظة العقلية -النظريات المفسرة لليقظة العقلية إضافة إلى فنيات واستراتيجيات وفوائد اليقظة العقلية مختتما بخلاصة الفصل.

1. مفهوم اليقظة العقلية:

تعرف اليقظة العقلية أيضا باليقظة الذهنية حيث يعرفها محمد السيد عبد الرحمان 2014 بأنها هي حالة الوعي بالأحداث المعرفية الداخلية ألا وهي: الأفكار والمعتقدات والذكريات والمشاعر المرتبطة بالمعرفة واستخدام مصطلح اليقظة العقلية يعني بشكل فعال الإشارة إلى الوعي الميتم معرفي أي ما وراء المعرفة بالأفكار والمعتقدات حيث يكون الانتباه مركزا بشكل مرن على الخبرات الداخلية دون أن يكون محبوسا داخل أية واحدة منها.

ويشير صبحي 2014 إلى أن اليقظة العقلية هي التركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الانشغال

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

بالخبرات الماضية أو الأحداث المستقبلية وقبول الخبرات والتسامح نحوها ومواجهة الأحداث كما هي في الواقع دون إصدار أحكام تقييمية عليها. (عبد العظيم أبريل 2022 ص178)

وعرفها Davis & Hayes 2011 بأنها الوعي بالخبرات لحظة بلحظة Moment to Moment دون إصدار حكم وبهذا المعنى ينظر إليها على أنها حالة وليست سمة ويمكن تنميتها من خلال الممارسات والأنشطة مثل التأمل.

كما عرفها Kettler 2013 بأنها طريقة في التفكير تؤكد على الانتباه إلى بيئة الفرد وأحاسيسه الداخلية دون إصدار أحكام سلبية أو إيجابية وأن الفرد عندما يمتنع عن إصدار حكم على خبرة بأنها جيدة أو سيئة فإنه يمكنه أن يعرضه بشكل واقعي وتحقيق استجابة تكيفية. (شريهان أكتوبر 2022 ص852)

ويعرف قاموس إكسفورد 2014 اليقظة العقلية بأنها الحالة النفسية التي تحققت من خلال التركيز على الوعي في الوقت الحاضر وقبول المشاعر والأفكار والأحاسيس الجسدية. (هدى السيد أكتوبر 2018 ص891)

وعرفها كل من مارلت وكريستولور بأنها الوعي بالمدى الكلي للخبرات الموجودة هنا والانتباه للخبرة الحالية وتقبلها دون إصدار أحكام سواء كانت سارة أو غير سارة وتقبل جميع التجارب الشخصية كالأفكار والمشاعر والأحداث تماما كما في اللحظة الراهنة.

بينما يعرفها المعلم البوذي تيش نات هان بأنها القدرة على أن نكون واعين لما هو موجود وما يجري هنا في هذه اللحظة بالذات.

في حين يعرفها نيل (Neal) بأنها البقاء عن قصد في الحاضر وتتضمن مفهومين هما الوعي والانتباه إذ يمدنا الوعي بالمشح العام والرصد المستمر للخبرة ويزيد الانتباه من الإحساس بالخبرة وتعميق التركيز عليها.

(بوعزة 2019-2020 ص48-49)

2. مكونات اليقظة العقلية:

لقد تعددت جهات نظر الباحثين الذين تناولوا مكونات اليقظة العقلية وفقا لتوجهاتهم النظرية ونذكر منها:

لقد ذكرت لانجر Langer 1989 أربع مكونات مترابطة لليقظة العقلية وهي: " البحث عن الجديد والارتباط وتقديم جديد والمرونة " ويتضمن كل من البحث عن الجديد والارتباط إشارة إلى توجه الفرد نحو بيئته ويتضمن البحث عن جديد الميل بانفتاح واستطلاع نحو البيئة كما يسهم في عملية الارتباط بها ويشير كل من تقديم جديد والمرونة إلى كيفية تفاعل وتعاون الفرد مع بيئته. (خنفر 2022/2023 ص24)

وقد شابيرو أربعة مكونات لليقظة العقلية وهذه المكونات متسقة تماما مع حقائق اليقظة العقلية الثلاثة "القص-الانتباه-الاتجاه" وهي:

1- Self-Regulation تنظيم الذات -1

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

2- Self-Management إدارة الذات .

3- Values Clarification المرونة الانفعالية والمعرفية والسلوكية وتوضيح القيم

5- Exposur التعريض

كما ذكر هاسكر Hasker مكونين رئيسيين لليقظة العقلية وهما:

1- التنظيم الذاتي للانتباه في اللحظة الحالية

2- الانفتاح والاستعداد والوعي بالتجارب في اللحظة الحالية

(المالكي أكتوبر 2019 ص319)

و قام Kabat Zinn بوضع نموذج لليقظة العقلية مستندا على ثلاثة حقائق هي: -القصد Intention و الانتباه Attention والاتجاه Attitude وهذه الحقائق ليست منفصلة عن بعضها وإنما هي متداخلة في عملية واحدة تحدث في وقت واحد:

فالحقيقة الأولى " القصد": يمهد الطريق لما هو ممكن ويذكر الشخص لماذا يمارسها أولا وتبرز أهمية هذه المرحلة في تحويل عملية القصد عند الفرد إلى سلسلة متصلة من التنظيم الذاتي إلى استكشاف الذات.

و تشير الحقيقة الثانية " الانتباه": إلى الاحتفاظ بالانتباه الذي يتضمن ملاحظة العمليات التي تحدث للفرد من لحظة إلى أخرى وفي الخبرات الداخلية والخارجية كما أن التنظيم الذاتي للانتباه سيكون منبئا بالنتائج في تنمية المهارات الثلاثة معا.

بينما تشير الحقيقة الثالثة " الاتجاه": إلى نوعية اليقظة العقلية ويعكس توجيه الخبرة التي تتضمن التقبل والفضول . (ربحة 2020 ص57)

3. خصائص الأشخاص المتيقظين عقليا:

بين كابات زين (1990) عددا من الخصائص التي يتسم بها الأشخاص المتيقظين عقليا من بينها:

الانفتاح: يرى الشخص المتيقظ عقليا الأشياء كما لو أنه رآها لأول مرة ويركز انتباهه على جميع الاحتمالات في اللحظة الحاضرة .

اللاحكم: وتعني الملاحظة المستندة على اللحظة الحاضرة دون تقويم أو تصنيف.

الثقة: وتعني ثقة الفرد بنفسه وجماعته وحدسه وانفعالاته.

القبول: وتعني فهم الحاضر وقبله وهي لا تعني السلبية بل أن يكون الشخص أكثر فاعلية في الاستجابة.

التعاطف: يتصف بالمشاعر وتفهم مواقف الآخرين في اللحظة الحالية.

اللطف: يتصف الشخص المتيقظ عقليا بكونه محبا وحنونا ومتسامحا.

(بوبلال 2019/2020 ص 21-22)

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

4. مقومات اليقظة العقلية: من أهمها:

1. وضوح الوعي: وهو تسجيل للمحفزات الجسمية المادية وحركة الحواس وأنشطة العقل والاتصال المباشر مع الواقع.
2. المرونة في الوعي والانتباه: وهي القدرة على تغيير الحالات الذهنية بتغيير المواقف وعدم الجمود على المألوف وتقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي لفئة واحدة.
3. الاستمرارية في الوعي للانتباه والاستقرار: وهي صفات للوعي والانتباه وهي غير معهودة عند معظم الناس.

(الطوطو 2018 ص 18)

5. فنيات واستراتيجيات اليقظة العقلية:

- a) التركيز: مشاهدة التنفيس عن طريق التركيز على فتحتي الأنف أو حركة البطن كما يمكن التركيز كذلك على كلمات معينة أو عبارات بسيطة.
- b) إعادة التركيز: يعد الجزء الأكثر أهمية في هذه الفنية هو أن يختار أسلوب إعادة التركيز والعودة إلى التركيز مع التحلي بالصبر.
- c) -وضعية الجسم: عموما يعتبر الاسترخاء أفضل من الجلوس في وضع مستقيم.
- d) - العيون: وهذا معناه إغلاق العينين أو فتحهما قليلا مع نظرة بسيطة للأمام.
- e) -التوقيت: هو تحديد الوقت المناسب لممارسة اليقظة العقلية الإيجابية.

(بوبلال 2019-2020 ص 26)

6. النظريات المفسرة لليقظة العقلية:

نظرية إيلين لانجر 1992 Ellen Langer: درست إيلين لانجر المتخصصة في علم النفس الاجتماعي بجامعة هارفارد سلوك اليقظة الذهنية عن طريق ملاحظة السلوك اليومي للناس من مسارات متعددة في الحياة كالطلبة ورجال الأعمال والمتعاقدين والأطفال وقدمت فروقا جوهرية بين حالة اليقظة واللايقظة (الغفلة) فهي ترى أننا نكون يقظين عقليا عندما نصح أقل آلية في سلوكنا اليومي وعندما نبحث عن الحداثة وكل ما هو جديد. (بن جدو بوناصر) 2023-2024 ص 32)

و قد طورت لانجر نظريتها بناء على البحوث المتعلقة بالسلوك البشري حيث ترى أن السلوك لا يقتصر على حالة الرضا فقط بل هم أسلوب لمواجهة الحياة مواجهة كاملة وقد افترضت هذه النظرية أن جميع قابليات الأفراد محدودة نتيجة لتقبل الإبداعات الإدراكية وقد توصلت بعد عديد الدراسات إلى فهم كيفية عمل اليقظة العقلية لدى الفرد وكيف تختلف عن المفاهيم الأخرى فهي ترى أن اليقظة العقلية هي حالة من الوعي تتصف بالتميز النشط لرسم الأحداث التي تترك الفرد منفتحا إلى كل ما هو جديد وحساس لكل من السياق والمنظور وفي المقابل يتم تصور مشاعر الفرد بوصفها حالة ذهنية تتميز بالاعتماد المفرط على الفئات السابقة. (دغنوش 2020 ص 547)

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

ووفقا للانجر فإن السلوك اليقظ يتكون من خمس أشكال للتفاعل مع البيئة والعالم المحيط وهي:

-تكوين فئات جديدة وتحديث القديمة فغير المتيقظين يعتمدون على الفئات المعهودة في حين المتيقظين يعتمدون على فئات جديدة وإعادة تسمية القديمة.

-تعديل السلوك التلقائي: يؤدي هذا التعديل إلى مزيد من النتائج المرغوبة ففي بعض الحالات يمنع التقييد التلقائي للمهام من النمو والتحسين.

-الأخذ بوجهات النظر الجديدة: عادة ما يشكل الأفراد آراء تقوم على الانطباعات الأولى ويتمسكون بها حتى عند تبوؤ خطئه وتسميه لانجر الالتزامات الإدراكية غير الناضجة.

-التأكيد على العملية بدل النتيجة: كيف أقوم بذلك بدلا من هل يمكنني القيام بذلك وهو ما يعني التأكيد على العملية وليس النتيجة بغية الانتباه إلى تحديد الخطوات اللازمة. (دغوش 2022 ص 79-78)

-وبحسب لانجر فإن اليقظة العقلية تعني أن يحمل الفرد عقلا مرنا يخلق فئات الفهم ويكون منفتحا على طرق جديدة للمعرفة وتنمية وجهات نظر متعددة عبلا الاستمرار في الحصول على معلومات جديدة وبناء على ذلك يركز الفرد الواعي على الاستجابة للواقع الحالي ويتجنب عمدا أن تحكمه تصورات مسبقا. (دغوش 2020 ص 547)

نظرية التصميم الذاتي (المعاملة الخاصة والتفضيلية): ترى نظرية التصميم الذاتي أن اليقظة الذهنية تقوم بتسيير الذاكرة من خلال النشاط الذاتي وإشباع الاحتياجات النفسية الأساسية للمصادقة الذاتية فالأشخاص المتيقظين عقليا للخبرة الحسية يكونون أكثر ذاكرة من الأشخاص المنخرطين في عمل مشتت الذهن.

-كما أن الوعي يسهل التيقظ إلى علامات الرموز التي تنشأ عن الحاجات الأساسية وهذا ما يجعل الفرد أكثر ترجيحا في تنظيم سلوكه بطريقة تساعد على إشباع حاجياته. (المغربي 2022-2023 ص 25)

-وتعد نظرية التصميم الذاتي نظرية واسعة الانتشار إذ تعمل على تطوير الوظائف الشخصية في السياقات الاجتماعية كما تصب جل اهتمامها على درجة اختيار الفرد لسلوكياته التي يقرها بنفسه وهذه الاختلافات بين الأفراد تقودهم إلى القيام بمجموعة من الأفعال والتصرفات التي تكون عالية المستوى من الانتباه والوعي للاختيار الذاتي دون تدخل الآخرين. (بوبلال 2020 ص 27)

نظرية تقرير المصير: ترى هذه النظرية أن:

-الوعي المتفتح له قيمة كبيرة في تسيير اختيار السلوكيات المنسجمة مع حاجيات الفرد وقيمه واهتماماته.

-تحدث الحاجة إلى اليقظة العقلية عندما تكون حالة التنظيم الذاتي في مستوى منخفض لإعادة بناء التواصل بين عناصر أي نظام مثل العقل والجسم والفكر والسلوك.

-اليقظة العقلية قد تساهم ربما عملية الذاكرة من خلال تنظيم النشاط وإشباع الاحتياجات النفسية الأساسية.

- الأفراد المتيقظين عقليا يكونوا أكثر تذكرا من الأفراد المنخرطين في أعمال تشتت الانتباه وفي هذا

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

الصدد بينت الدراسات أن الأفراد اليقظين عقيلًا لديهم شعور بالحيوية أثناء أدائهم للعمليات المعرفية.
(بن جدو وبوناصر 2024 ص35)

نظرية الوعي الذاتي التأملي: ترى هذه النظرية أن الأفراد يكونوا يقظين لحالتهم الداخلية وسلوكهم من أجل مواصلة تحقيق أهدافهم وأن اليقظة العقلية توجه النظم نحو تجربة عقلية وانفعالية وجسمية والذي يعد أساسي في تطور المعرفة الذاتية وأن الفرق بين الانتباه التيقظ والانتباه التأملي يتعلق بنوعية وطبيعة الانتباه ويمثل الوعي قدرتين أساسيتين هما التمكين والسيطرة إذ تؤكد هذه النظرية على الدور الأساسي للسيطرة الواعية للتجربة وأن الكائن الواعي يحدد المثيرات التي يراقبها وفق الاهتمامات والأهداف كي يؤدي كل من الوعي والانتباه دوره في اختيار الهدف ومتابعة تحقيقه. (دغنوش 2021 ص79)

7. فوائد اليقظة العقلية: لليقظة العقلية عدة فوائد منها:

تعزيز الشعور بالقدرة على إدارة البيئة المحيطة من خلال تعزيز الاستجابات التكيفية لمواجهة الضغوط.

تحسين الشعور بالتماسك لأن الوعي باللحظة ربما يساعد على الانفتاح على الخبرات والإحساس بها

تعزيز الشعور بمعنى الحياة واستكشاف المعنى. (حنان أحمد 2020 ص129)

-و يوضح (Spencer 2013) (في) يونس 2015) فوائد اليقظة العقلية وهي:

التعامل بحساسية أكثر مع البيئة.

الانفتاح على المعلومات الجديدة.

استحداث فئات جديدة.

زيادة الوعي بوجهات النظر المتعددة التي تساعد في حل المشكلات. (حنان أحمد 2020 ص130)

-وقد أشار ميس (Mace 2008) بأن هناك العديد من الفوائد لليقظة العقلية نختصرها في:

✓ مساعدة الفرد على الشعور بمعنى الحياة واكتشافها.

✓ تحسين شعور الفرد بصلاية نفسية.

✓ تسهيل الانفتاح على الخبرات والإحساس بها من خلال الوعي لحظة بلحظة.

✓ مساعدة الفرد على مواجهة الضغوط من خلال إدارة الفرد للبيئة من حوله من خلال الوعي والإدراك.

✓ فوائد نفسية تتمثل في خفض من المخاوف المرضية الاكتئاب والقلق.

✓ تعمل اليقظة العقلية على تحسين عملية الانتباه التسامح السعادة النفسية والرضا عن

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

الحياة.

(بن جدو وبوناصر 2024 ص 38-39)

ومنه نستنتج أن اليقظة العقلية تساعد في تقليل مستوى القلق والتوتر وزيادة القدرة على التركيز والانتباه للأحداث إضافة إلى تعزيز المهارات الاجتماعية من خلال القدرة على التواصل والتعاطف مع الآخرين.

8. أهمية اليقظة العقلية:

شهدت العقود الماضية اهتماما شعبيا وأكاديميا بالفوائد المتعددة لليقظة العقلية وأثر تطبيقاتها في المجالات المختلفة وذلك نظرا للأهمية التي تتميز بها وفيما يلي سنذكر بعض منها:

- اليقظة العقلية عملية حيوية تكمن أهميتها في كونها إحدى المتطلبات الرئيسية للعديد من العمليات العقلية كالذكر والإدراك التفكير والتعلم فمن دونها قد لا تحدث كل العمليات السابقة الذكر مما قد يتعرض الفرد للوقوع في العديد من الأخطاء سواء على صعيد عملية التفكير أم على صعيد السلوك وتفسيره كما أنها تعمل على زيادة الإدراك من خلال تعزيز الوعي وملاحظة الذات وزيادة تدفق الأفكار.
- تتيح اليقظة الذهنية للأفراد القدرة على النظر في الأشياء بطريقة جديدة ومدروسة.

(لمغربي 2023 ص 23)

خلاصة الفصل:

لقد تناولنا في هذا الفصل كل من العناصر التالية: مفهوم اليقظة العقلية والمكونات التي تكونت منها اليقظة العقلية إضافة إلى خصائص الأشخاص المتيقظين عقليا ومقومات فوائد وأهمية اليقظة العقلية. ومن ثم التطرق إلى النماذج المفسرة وفتيات اليقظة العقلية.



الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

-تمهيد

1- تعريف المهارة

2- تعريف المهارات الاجتماعية

3- خصائص المهارات الاجتماعية

4- تصنيف المهارات الاجتماعية

5- مكونات المهارات الاجتماعية

6- أشكال المهارات الاجتماعية

7- طرق اكتساب المهارات الاجتماعية

8- النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية

9- أهمية المهارات الاجتماعية

-خلاصة الفصل

تمهيد:

تعد المهارات الاجتماعية من المهارات المهمة في حياة الفرد وتعد من الركائز الأساسية التي تبنى عليها العلاقات الإنسانية حيث تمكن الفرد من التفاعل مع الآخرين وهذه المهارات تكتسب أهميتها من كونها تساهم في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي.

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

ومن هذا المنطلق وفي هذا الفصل سيتم التطرق إلى الجوانب التي تخص هذه المهارات من خلال التعرف على: مفهوم المهارة والمهارات الاجتماعية وكذا أهمية وخصائص المهارات الاجتماعية وتصنيفها ومكوناتها وأشكال هذه المهارات الاجتماعية والتعرف على طرق اكتساب وتنمية هذه المهارات إضافة إلى النظريات المفسرة لها مختتماً بخلاصة الفصل.

1- مفهوم المهارة:

-يعرفها الغزاوي (2001) على أنها: "قدرة الإنسان على القيام بأنشطة تستند أساساً إلى قاعدة معرفية صلبة تدعمها الخبرة والاستعدادات الخاطئة". (أو منصور 2011 ص18)

-ويعرفها جولدنس (1984) بأنها: "قدرة عالية مكتسبة لأداء الأنشطة المعقدة بسهولة وكفاءة".

-حيث يعرفها أحمد زكي صالح (1967) بأنها: "سهولة والدقة في أداء عمل من الاعمال بدرجة من السرعة والإتقان مع الاقتصاد في الجهد المبذول وبأقل وقت ممكن عن طريق الفهم". (بوجلال 2009 ص31)

2- مفهوم المهارات الاجتماعية:

-عرف أبو الحطب (2007) المهارات الاجتماعية بأنها: السلوكات الكلية المعرفية التي يستخدمها الفرد

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

في تفاعلاته مع الآخرين والتي تتراوح بين السلوكيات غير اللفظية والسلوكيات اللفظية المعقدة.
(اليوسف رامي 2013 ص333)

- وعرفها (2021) Soares, Bausback, Beard, Higinbotham & al (على أنها: مجموعة من المهارات التي يستخدمها الأفراد للتفاعل والتواصل مع بعضهم البعض وتعتمد تلك المهارات على مجموعة من المعايير والأعراف الاجتماعية للمجتمع وتحدد المواقف والسلوكيات المعتادة والمقبولة والمتوقعة في المواقف الاجتماعية المختلفة. (الشريبي 2023 ص833)
- وتعرف المهارات الاجتماعية بأنها قدرة الفرد على أن يعبر بصورة لفظية أو غير لفظية عن مشاعره وآرائه وأفكاره للآخرين وأن ينتبه ويدرك في الوقت نفسه الرسائل اللفظية أو غير اللفظية الصادرة عنهم ويفسرها على نحو يساعده على تحقيق أهدافه. (علي عبد الله 2025 ص145)
- ويعرف السيد أبو هاشم المهارات الاجتماعية بأنها قدرة الفرد على القيادة والتواصل مع الآخرين من أجل إنجاز وتحقيق أهداف محددة. (بن شوك وعبد الله 2023 ص194)
- وتعرف ماير وآخرون (2001) المهارات الاجتماعية بأنها القدرة على فهم وتجربة عواطف الفرد بالإضافة إلى عواطف الآخرين والتي تشكل الذكاء العاطفي.
- كما يشير ماتسون وأولنديك (1988) Matson & Ollendick (إلى أن المهارات الاجتماعية هي القدرة على التفاعل بشكل مناسب مع الآخرين في المواقف الاجتماعية. (الفوزان 2023 ص1290)
- ويعرف كومبس وسلابي (1977) Combs & Slaby (المهارة الاجتماعية بأنها القدرة على التفاعل مع الآخرين في سياق اجتماعي معين وبطريقة مقبولة اجتماعيا وذات فائدة متبادلة.
- وعرفها بوك (1991) Buck, (بأنها تشير قدرات نوعية للتعامل بفاعلية مع الآخرين في مواقف محددة وتتضمن أهدافا سواء فيما يتعلق بالشخص أو العلاقات بين الأشخاص. (ريجيو 2006 ص09)

3- خصائص المهارات الاجتماعية:

- حدد معتز سيد عبد الله (2000) عدة خصائص تميز المهارات الاجتماعية وهي:
 - 1- تشمل المهارة الاجتماعية البراعة والكفاءة والخبرة في أداء الفرد لنشاطاته الاجتماعية ومختلف أشكال-1 تفاعلاته مع الآخرين.
 - 2-العنصر الجوهرية في أيه مهارة اجتماعية هو القدرة على تحقيق نتيجة فعالة في الاختبارات من أجل-2 الوصول إلى هدف مرغوب.
 - 3-تتضمن المهارات الاجتماعية على قدرة الفرد على الضبط المعرفي لسلوكه-3.
 - 4-يهدف الفرد من وراء سلوكه الحصول على الدعم الاجتماعي من البيئة التي يعيش فيها بالشكل الذي-4 يحقق له التوافق النفسي والاجتماعي. (أبو بكر وأحمد كمال 2019 ص 608-609)

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- ومن التعاريف التي تم التطرق إليها سابقا يمكن استخلاص أهم الخصائص للمهارات الاجتماعية وهي:

-المهارات الاجتماعية تكتسب من خلال التعلم.
-المهارات الاجتماعية تتضمن مكونات لفظية وغير لفظية.
-تزداد مهارات الفرد من خلال عملية التعزيز الاجتماعي.

4- تصنيف المهارات الاجتماعية:

-تعددت وجهات الباحثين في تصنيف المهارات الاجتماعية ومن أهم هذه التصنيفات ما يلي:

- تصنيف موس (Moos,2000):

-ويتمثل في: مهارات اجتماعية تساعد على بدء وتسهيل العلاقات الاجتماعية والحفاظ عليها بين الأشخاص مثل: تكوين صداقات والعلاقات المتجانسة مع الأسرة التي تمثل مكافأة في حد ذاتها ومهارات اجتماعية تشجع وتدعم الالتزام بالعلاقات المهمة والشعور بالرضا من ذلك مثل: التواصل الإيجابي ومهارات حل الصراعات في نطاق العمل الجماعي أو داخل الأسرة ومهارات اجتماعية تؤدي إلى التعزيز وتقلل من التغذية الراجعة السلبية لأنها ترتبط بالمعايير والتوقعات الثقافية المرتبطة بالسلوك الاجتماعي.

(أديب جودة الشيخ 2020 ص23)

- تصنيف جولدشتاين وماك جينس (Goldstein & Ginnis):

توصلت محاولة جولدشتاين وماك جينس في تصنيف المهارات الاجتماعية إلى اختزال ستة مجموعات من المهارات الاجتماعية حيث تنطوي تحت كل مجموعة مهارات فرعية صغرى وهي:

-المهارات الاجتماعية التي تتضمن المبادرة والإقدام على تكوين علاقات جديدة.
-المهارات الاجتماعية الهادفة إلى توثيق العلاقة مع الآخرين.
-مهارات التعامل مع المشاعر الإنسانية.
-مهارات التخطيط واتخاذ القرار في مواقف التفاعل الاجتماعي.
-المهارات المكلفة للعدوان أو الاتجاه العدائي من جانب الآخرين.
-مهارات التعامل مع الضغوط المرتبطة بالعلاقات الاجتماعية.

(عمروش وعمرون 2023 ص25)

- تصنيف البلعاوي (2011):

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

صنف المهارات الاجتماعية إلى أربع مهارات وتتمثل في:

- 1- مهارات القيمة: هي المهارات التي تتكون في إطار الخبرات التي يتعلمها الفرد ومن خلال خبراته-1 تبتثق القيم موجهاً عامة لسلوكه وتصبح تلك القيم تعبيراً عن الهوية والكينونة لكل فرد وهي التي تحدد طبيعة التفاعل الاجتماعي بين الأفراد.
 - 2- مهارات الاتصال التواصل: هي العملية التي يتم خلالها تبادل الأفكار والمعلومات والمقترحات-2 والأوامر والخطط والسياسات بطريقة فاعلة ومشاركة مستمرة مع المستقبلين.
 - 3- مهارة حل المشكلات: هي الأداء الذي يتيح للفرد فرصة تكوين نهج شخصي خاص به وتساعد على-3 التكيف مع المعطيات الجديدة والتأقلم مع المشكلات التي تعترض حياته من خلال استخدام طرق التفكير التحليلي والمنطقي وغيرها.
 - 4- مهارات العمل ضمن الفريق: هي مهارة ذاتية اتصالية تعني القدرة على التعاون مع أفراد فريق العمل-4 الذين يؤدون عملاً متشابهاً أو مترابطاً من أجل تحقيق الأهداف وإسناد الآخرين في المجموعة.
- (أبو حجير 2015 ص25)

- كما صنف ستيفن إليوت (Stephen Elliot, 2007) المهارات الاجتماعية إلى: الاتصال التعاون والمسؤولية والتعاطف والارتباط وضبط النفس وصنف أنيس فلاور (Anise Flower, 2008) المهارات الاجتماعية إلى: التعاطف والإصرار وحل المشكلات والتعبير عن الذات.
- وصنف فكري ريان (2010) المهارات الاجتماعية إلى: مهارات الاتصال ومهارة التعامل الشخصي اليومي ومهارة عضوية الجماعة ومهارة الحوار ومهارة العمل الجماعي ومهارة التعامل على أساس التعدد الثقافي والفروق الفردية. (محمد جمال 2022 ص619)

5- مكونات المهارات الاجتماعية:

- تصنيف (Riggio (1990) لمكونات المهارات الاجتماعية:
 - والذي يرى أن المهارات الاجتماعية هي مهارات اتصال اجتماعي وتنقسم إلى ثلاثة أقسام هي:
 - 1- وتشير إلى المهارة (Expressivity) أو ما يعرف بالتعبيرية: (Skills in sending) مهارات الإرسال-1 التي يتصل بها الأفراد معاً.
 - 2- وتعتبر عن (Sensitivity) أو ما يعرف بالحساسية: (Skills in receiving) مهارات في الاستقبال-2 المهارة التي تفسر بها صيغ أو رسائل التواصل مع الآخرين.
 - 3- أو ما يعرف بالضبط: (Skills in Regulating or Contrilling) مهارات التحكم والضبط والتنظيم-3 وتعتبر عن المهارة التي بها يصبح الأفراد قادرين على تنظيم عملية التواصل في المواقف (Control) الاجتماعية. (حواس 2019 ص31)

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

- في حين يصنف بيلاك وآخرون (Bellack et Al) المهارة الاجتماعية في ثلاث مكونات وهي: مهارات الإدراك الاجتماعي مهارات المحادثة (المهارات التوكيدية). (حواس 2019 ص32) وصاغت الظاهر 2008 مكونات المهارات الاجتماعية لتشمل: مهارة التواصل والتأييد والمساندة والمشاركة والتعاطف والضبط والمرونة في حين حدد بيتي (Beaty) أربعة أبعاد للمهارات الاجتماعية هي: مهارة التعبير عن الذات ومهارة السلوك التوكيدي ومهارة المشاركة ومساعدة الآخرين). (مريم سالم 2023 ص68)
- ويشتمل نموذج جامبل (Gumpel) وهو نموذج معرفي سلوكي للكفاءة الاجتماعية والمهارات الاجتماعية لدى الأطفال المتخلفين عقليا ويشتمل هذا النموذج على عدة مكونات وهي:

-مهارات فهم الرموز (الشفيفرات) Decoding Skills

-مهارات اتخاذ القرارات Decision Making Skills

-مهارات الأداء الاجتماعي Performance Skills

-مهارة الضبط الذاتي(مراقبة الذات) Self-monitoring Skills

-مهارة الحكم البيئي Environment Judgment Skills

-مهارات التنظيم المعرفي Cognitive structure Skills

(العوفي وقرساس 2021 ص 276-277)

6- أشكال المهارات الاجتماعية:

-توجد خمسة أشكال للمهارات الاجتماعية وهي:

أولا-المهارات الاجتماعية العامة: وتمثل السلوكات المختلفة والمقبولة اجتماعيا التي يمارسها الفرد على نحو لفظي أو غير لفظي أثناء التفاعل مع الآخرين.

ثانيا-المهارات الاجتماعية الشخصية: ويقصد بها التعامل بشكل إيجابي مع الأحداث والمواقف الاجتماعية.

ثالثا-مهارات المبدأ التفاعلية: وتتمثل في القدرة على المبادرة بالحوار والمشاركة والتفاعل.

رابعا-مهارة الاستجابة التفاعلية: وهي القدرة على الاستجابة لمبادرات الغير من حوار أو شكوى أو طلب المساعدة أو المشاركة في الأنشطة.

خامسا-المهارات الاجتماعية ذات العلاقة بالبيئة المدرسية: وتتمثل في القدرة على إظهار المهارات اللازمة للتفاعل مع أفراد البيئة المدرسية ومجرباتها وأحداثها وتشمل العلاقة بالطلاب والمعلمين والإدارة وأصحاب الوظائف المساندة مثل: الإداريين والعمال وحراس المدرسة. (السفاسفة 2023 ص46-47)

7- طرق اكتساب المهارات الاجتماعية:

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

7-1-التعلم المباشر:

وفيه يتعلم الفرد المهارات الاجتماعية بأسلوب تعلم المهارات الأكاديمية نفسها. فينبغي تعليم المهارة الاجتماعية كما تعلم القراءة والحساب والعلوم الأساسية الأكاديمية الأخرى كما ينبغي أن يكون تعلم المهارات جزءا من المناهج الدراسية.

وأوصت دراسة كون وزملاؤه (2000) بضرورة تضمين التعليم المباشر للمهارات الاجتماعية كجزء من محتويات المنهج الدراسي. (بوجلال 2009 ص62)

7-2-التعلم الغير المباشر:

حدد سيتفنز ثلاث خطوات لإستراتيجية التعلم الغير المباشر وتتمثل فيما يلي:

الخطوة الأولى: تحديد السلوك الاجتماعي المراد تعلمه عن طريق تعريف هذا السلوك ومراحل تطوره والظروف التي تثير حدوثه.

الخطوة الثانية: تقدير الأهداف السلوكية وذلك بتقديم المهارات وتقدير مستوى أداء الأفراد والتي تنشأ من احتياج الأفراد لها في مواقف الاجتماعية.

الخطوة الثالثة: تقييم فعالية إستراتيجية تعلم المهارات. (أعراب 2025 ص22)

وحدد زايس Zais أربعة مراحل لتعلم المهارات هي: ملاحظة أداء شخص ماهر تقليد العناصر الأساسية للمهارة والتمرن ويتضمن تكرار تتابع عناصر المهارة مع تقليل الجهد الواعي للأداء تدريجيا وأخيرا إتقان المهارة.

ويتم التعليم الغير المباشر أيضا عن طريق ثلاث إستراتيجيات هي: التعزيز الاجتماعي والتوقعات المتعلقة بالنواتج المستقبلية أو التوقعات المدركة للنواتج والنموذج الاجتماعي. (بوجلال 2009 ص63)

8- النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية:

1-نظرية التعلم الاجتماعي:

يعتبر باندورا من أهم العلماء الذين اهتموا بالتعلم الاجتماعي وبالتحديد التعلم بملاحظة سلوك الآخرين والمحاكاة ومن أهم افتراضات هذه النظرية هو أن معظم السلوك الإنساني يتم اكتسابه عن طريق الملاحظة لذلك فإن الفشل أو النقص في الأداء الاجتماعي ينظر إليه باعتباره سلوكا مكتسبا عن طريق الملاحظة وتعديل هذه السلوكيات يمكن أن يتم من خلال التدريب.

ويقصد بالتعلم عن طريق الملاحظة ذلك الذي يحدث عند فرد يتصف بخصائص معينة ويسمى المقلد (الملاحظ) نتيجة ملاحظته لفرد آخر يتصف بخصائص معينة يسمى (النموذج) الذي يعرض سلوكا معيناً ذو نتائج تعزيزية وعلى أساس التعريف السابق يمكن أن نحدد أربعة عناصر أساسية في موقف التعلم بالملاحظة هي:

-النموذج الذي يستعرض سلوكا ما كالأم والأب أو المعلمة.

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

-السلوك الذي يستعرضه النموذج.

-المقلد الذي يلاحظ سلوك النموذج.

-نتائج السلوك عند كل من النموذج والملاحظ.

ولكي تحدث عملية التعلم من خلال الملاحظة طبقا لنظرية باندورا لابد أن تحكمها العمليات التالية:

عملية الانتباه: حيث لا يمكن للإنسان أن يتعلم سلوكا بالملاحظة إلا إذا كان منتبها مدركا بشكل دقيق-1 للخصائص الهامة في السلوك المنمذج.

عملية الحفظ: أي قدرة المتعلم على تذكر المادة التي تستقبلها حواسه في عملية الانتباه-2

عملية الاسترجاع للسلوك: أي مزاولة السلوك المحفوظ في الذاكرة-3

كما يشير باندورا على أن التعلم يتم من خلال ملاحظة ما يفعله الآخرون (المحاكاة أو التقليد) وتلك الملاحظات تحتل جزء كبير من نمو الفرد فكل من السلوك والبيئة والفرد نفسه وعوامل المعرفة تتفاعل وتساعد بعضها البعض فالسلوك يمكن أن يؤثر في المعرفة (الأفكار) والعكس صحيح والأنشطة المعرفية الخاصة بالفرد يمكن ان تؤثر في بيئته والمؤثرات البيئية يمكن أن تغير العمليات الفكرية الخاصة بالفرد.

(بوقروز 2020 ص122-121)

:النظرية السلوكية-2

يرى أصحاب هذه النظرية أن الفرد يكتسب أثناء نموه أساليب سلوكية جيدة عن طريق التعلم ويحتفظ بها ويحتل مفهوم العادة مكانة مركزية في النظرية السلوكية باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين المثير والاستجابة حيث تؤكد فرضيات النظرية على أن العادة تكوين مؤقت وليس تكوين دائما أو نسبيا كما أنها متعلمة ومكتسبة وليست موروثة أو فطرية.

ويؤكد السلوكيون على أن تعلم السلوك والمهارات يتم في خطوات متتابعة من البسيط إلى المعقد وذلك لتسهيل تعلمها على مراحل وإتقان هذه الخطوات كل خطوة على حدى ويعد التدعيم من الركائز الأساسية في تعلم الفرد للمهارة. حيث يرى السلوكيون أن المهارات يتم تجزئتها ويجب المكافأة على الجزء الذي قاه به.

(المهدي 2013 ص1014)

: (النظرية المعرفية) بيك-3

يفترض أصحاب النظرية المعرفية أن العوامل المعرفية مثل: التوقعات السلبية والتقويم الذاتي هي الأسباب الأساسية لقصور المهارات الاجتماعية حيث أكد "إمري" أن لكل منا عدة افتراضات تنطوي على اعتقادات محببة للذات مثل: "ينبغي أن أكون محبوبا من الجميع" أو "يجب أن أكون الأفضل دائما" وتظل هذه الاعتقادات قابضة في الخلفية حتى تحدث واقعة فشل أو نكسة معينة وهنا تنشط هذه الاعتقادات بشدة مؤدية إلى تحريف التفكير في الاتجاه السالب ولا يقف الأمر عند هذا الحد

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

وإنما تقوم هذه الاعراض بتغذية راجعة لهذه الاعتقادات السلبية مرة أخرى الأمر الذي يؤدي إلى مزيد من تحريف التفكير وقصور المهارات.

(بوهلالة 2017 ص23)

-ومن خلال ما تقدم يمكننا ان نستنتج أن مختلف النظريات التي تناولت المهارات الاجتماعية سواء من جانبها السلوكي أو المعرفي أو الاجتماعي وهي تؤكد على دور المهارات الاجتماعية في حياة الفرد وعلاقاته وتفاعلاته وتواصله مع الآخرين.

9- أهمية المهارات الاجتماعية:

- أشار أسامة محمد الغريب (2005) أن موضوع المهارات الاجتماعية يكتسب أهمية خاصة لاعتبارين أساسيين:
 - أولهما أن المهارات الاجتماعية تعد واحدة من العوامل المهمة والمسؤولة عن التفاعل الكفاء للفرد وقدرته على الاستمرار في هذا التفاعل مع الآخرين وبوصفها تمثل -مع القدرات العقلية- جناحي الكفاءة والفعالية في مواقف الحياة والتفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به. أما الاعتبار الثاني فيتمثل في أن المهارات الاجتماعية تعد واحدة من المكونات المهمة للصحة النفسية الجيدة على اعتبار أن الصحة النفسية لا تعني فقط غياب مظاهر سوء التوافق بل تشير إلى مجموعة من المهارات الإيجابية والمتنوعة والخصائص المرتبطة بتحقيق النجاح والفعالية (بوجلal 2009 ص40)
- وتكمن أهمية المهارات الاجتماعية:
 - سهولة إقامة علاقات مع الآخرين.
 - مواجهة الصعوبات التي يواجهها الإنسان.
 - تحقق المهارات الاجتماعية احتياجاتنا المادية مثل: الحصول على وظيفة التواصل مع الزملاء..
 - التكيف والتأقلم في المجتمع.
 - تجعل الفرد يكتسب ثقة عالية بالنفس وتنمية التفاعلات الاجتماعية والإبداع في الأعمال التي تنفق مع قدرته وإمكانياته.
 - تنمية الفرد لهويته (ذاته) وإشباع حاجاته النفسية. (عمرون وعمروش 2023 ص16)
- كما أوضحت عزه عبد الكريم مبروك أن المهارات الاجتماعية لها دور هام في مدى نجاح الفرد في إقامة تفاعل اجتماعي كفاء مع الآخرين ومدى قدرته على مواصلة هذا التفاعل وانخفاض هذه المهارات يفسر الإخفاق الذي يعانيه بعض الأفراد في مواقف الحياة العملية على الرغم من ارتفاع ما لديهم من قدرات عقلية لا الأمر لا يقف في كثير من الأحيان عند حدود سوء التفاعل الاجتماعي وانخفاض الكفاءة الاجتماعية ونقص الفاعلية في المحيط الاجتماعي للأفراد الذين يعانون من انخفاض مهاراتهم الاجتماعية بحيث يقعون فريسة للمرض النفسي بمختلف أشكاله

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

ودرجاته. (طرفاني 2019 ص24)

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

خلاصة الفصل:

-ومن خلال ما تم التطرق إليه سابقا فإن المهارات الاجتماعية تعتبر من السلوكيات التي يتم اكتسابها عند كل فرد لتحقيق التفاعل مع الآخرين فالمهارات الاجتماعية تيسر عمليات التفاعل والاحتكاك بالآخرين وبالتالي يستطيع الفرد أن يحقق الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي إضافة إلى أن تعزيز هذه المهارات يعد من الأهداف الأساسية في برامج العلاج النفسي والتربية الوقائية.



الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1-

الدراسة الاستطلاعية

1-1-

إجراءات الدراسة الاستطلاعية

1-2-

أهداف الدراسة الاستطلاعية

1-

منهج الدراسة

2-

حدود الدراسة

3-

أدوات الدراسة

3-1-

الملاحظة العيادية

3-2-

المقابلة العيادية

3-3-

مقياس اليقظة العقلية

3-4-

مقياس المهارات الاجتماعية

خلاصة الفصل

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

تمهيد:

يعتبر الجانب الميداني فصل من الفصول المهمة للجانب النظري وبعد التطرق لإشكالية الدراسة الحالية ولإتمام الهدف من هذه الدراسة لابد من إتباع إجراءات منهجية مناسبة ومن هذا المنطلق سيتم في هذا الفصل التطرق إلى المنهج المعتمد عليه في الدراسة إضافة إلى الدراسة الاستطلاعية وأهدافها ومن ثم التعرف على الأدوات المستخدمة في الدراسة والخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة.

الدراسة الاستطلاعية: |-

-الدراسة الاستطلاعية هي المدخل الذي ينطلق منه الباحث ليضبط ما تحتاجه دراسته سواء من الناحية النظرية أو الميدانية كما تعتبر دراسة استكشافية للباحث بغرض الحصول على معلومات أولية حول الموضوع كما تسمح لنا بالتعرف على الظروف والإمكانيات المتوفرة في الميدان ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستخدمة.

-وتقول بوش(1985): "أن الدراسة الاستطلاعية عبارة عن ملاحظة أولية تقام في مجتمع الدراسة عن طريق مقابلات نصف موجهة عموماً لتسمح لنا بإعادة صياغة الفرضيات وبناء أداة البحث".

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

(بوشارب وبن ناصر 2020 ص58)

1. إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية بمصلحة الأمراض العقلية بمستشفى أحمد مدغري من شهر مارس إلى غاية شهر ماي على حالتين من جنس ذكر وأنثى وتم اختيارهم بطريقة قصدية.

2. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على خصائص العينة المدروسة وجمع المعلومات والبيانات الأولية عنها.

- اختيار الأدوات المناسبة للدراسة ومدى ملائمتها.

- معرفة الوقت المناسب لتطبيق أدوات الدراسة.

- الاطلاع على ميدان الدراسة والتعرف على الصعوبات التي يمكن أن تواجهها في الدراسة الحالية.

3. الحدود الزمنية للدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية في الثلاثي الأول من سنة 2025

4. عينة الدراسة الاستطلاعية:

توفرت مصلحة الامراض العقلية بمستشفى أحمد مدغري على عدد 35 مريض منهم 15 حالات من الإدمان و20 حالة من الأفراد المصابين بالاضطرابات العقلية والتشخيص العام للحالات يكون من طرف الطبيب المختص بالامراض العقلية. حيث قمنا بزيارة المصلحة المذكورة لاختيار الافراد الذين تتلاءم خصائصهم مع أهداف دراستنا.

5. أدوات الدراسة الاستطلاعية:

تم تطبيق مقياسي المهارات الاجتماعية واليقظة العقلية على حالتين من جنس ذكر ويعانون من فصام متوسط وفصام خفيف.

6. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

- الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية:

تم حساب الخصائص السيكومترية من قبل أحمد مهدي عبد الله (2013) وهي كالتالي:

1- الصدق:

صدق المقارنة الطرفية: يطلق عليه اسم الصدق التمييزي لأنه يميز بين متوسطي درجات المجموعة 1- الدنيا والعليا ويتم اختيار أفراد هاتين المجموعتين بعد ترتيب الأفراد تنازليا حسب الدرجات المتحصل عليها بعد تطبيق الاختبار ثم نختار 33% من الطرف العلوي و33% من الطرف السفلي ثم

الفصل الثالث : المهارات الاجتماعية

يتم مقارنة متوسطي المجموعتين والموضح في الجدول أدناه.

-جدول رقم (02): يوضح نتائج قياس الصدق باستخدام طريقة المقارنة الطرفية:

المقارنة	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	عدد الأفراد	درجة الحرية	ت. المحسوبة	الدلالة الإحصائية
دنيا 33%	101.7500	33.41157	16			
عليا 33%	143.3750	6.07591	16	30	4.903	0.000

-يتضح من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والمقدر ب(101.75) أقل من المتوسط الحسابي للمجموعة العليا والمقدر ب(143.37) وقد بلغت قيمة ت المحسوبة (4.903) ودرجة الحرية (30) مما يدل أن الفرق بين طرفي الأداة دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.00) هو ما يدل على أن الأداة على درجة من الصدق يجيز تطبيقها في الدراسة الأساسية.

ب-الاتساق الداخلي: من خلاله تم استخراج معاملات الارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في كل عبارة ودرجاتهم في البعد الذي تنتمي إليه تلك العبارة وبين درجة البعد والدرجة الكلية للمقاس فكانت النتائج على الشكل التالي:

جدول رقم 03: يوضح نتائج قياس الصدق باستخدام الاتساق الداخلي:

البعد الثاني: الانفتاح على الجديد					البعد الأول: التمييز اليقظ				
الانتماء للدرجة الكلية		الانتماء للبعد		رقم العبارة	الانتماء للدرجة الكلية		الانتماء للبعد		رقم العبارة
معامل الارتباط	الدلالة	معامل الارتباط	الدلالة		معامل الارتباط	الدلالة	معامل الارتباط	الدلالة	
0,00	0,55	0,00	0,50	13	0,00	0,55	0,00	0,64	1
0,00	0,61	0,00	0,62	14	0,00	0,57	0,00	0,64	2
0,00	0,55	0,00	0,59	15	0,00	0,56	0,00	0,59	3
0,00	0,71	0,00	0,75	16	0,00	0,77	0,00	0,78	4
0,00	0,55	0,00	0,55	17	0,00	0,76	0,00	0,84	5
0,00	0,62	0,00	0,61	18	0,00	0,70	0,00	0,79	6
0,00	0,68	0,00	0,65	19	0,00	0,57	0,00	0,67	7
0,00	0,67	0,00	0,70	20	0,00	0,63	0,00	0,67	8
0,00	0,52	0,00	0,53	21	0,00	0,72	0,00	0,73	9
0,00	0,62	0,00	0,66	22	0,00	0,68	0,00	0,71	10
0,00	0,67	0,00	0,65	23	0,00	0,74	0,00	0,73	11
0,01	0,50	0,01	0,49	24	0,00	0,72	0,00	0,55	12

البعد الرابع: الوعي بوجهات النظر المتعددة					البعد الثالث: التوجه نحو الحاضر				
الانتماء للدرجة الكلية		الانتماء للبعد		رقم العبارة	الانتماء للدرجة الكلية		الانتماء للبعد		رقم العبارة
معامل الارتباط	الدلالة	معامل الارتباط	الدلالة		معامل الارتباط	الدلالة	معامل الارتباط	الدلالة	
0,001	0,55	0,00	0,58	32	0,00	0,72	0,00	0,66	25
0,001	0,50	0,00	0,72	33	0,00	0,82	0,00	0,73	26
0,00	0,65	0,00	0,71	34	0,00	0,75	0,00	0,67	27
0,05	0,50	0,00	0,51	35	0,00	0,74	0,00	0,59	28
					0,00	0,60	0,00	0,52	29
					0,00	0,64	0,00	0,54	30
					0,00	0,75	0,00	0,70	31

-يتبين من قراءة الجدول أن كل قيم معاملات الارتباط للنبود تراوحت بين (0,49-0,84) وأن جميع الفقرات ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,00) و(0,04) و(0,01) منه نستنتج أن الاستبانة لها صدق مقبول.

-هو ما يدل على ان الأداة على درجة من الصدق يجيز تطبيقها في الدراسة الأساسية.

1- الثبات:

1- الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

-اشتقها كرونباخ من معادلة كيودر ريتشارد سون لتقدير ثبات درجات أنواع مختلفة من الاختبارات

والمقاييس وتؤدي إلى معامل الاتساق الداخلي لبنية الاختبار أو المقاييس.

-وعليه تم الاعتماد على قياس ثبات الأداة على حساب معادلة ألفا كرونباخ والذي قدر ب(0,94) كما هو موضح في الجدول التالي:

-جدول رقم (04): يوضح نتائج قياس الثبات باستخدام ألفا كرونباخ:

المقاييس	عدد أفراد العينة	معامل الثبات
المؤشرات		
اليقظة العقلية	50	0,94

يتضح من خلال الجدول السابق أن معامل الثبات ألفا كرونباخ يقدر ب(0,94) وهي قيمة دالة إحصائياً مما يدل أن الاختبار يتمتع بقدرة عالية من الثبات.

ب- ثبات التجزئة النصفية:

-تم حساب معامل التجزئة النصفية حيث تم تقسيم درجات الأفراد إلى نصفين ثم تم حساب معامل الارتباط بين النصفين والمقدر ب(0,79) وبعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون قدر ثبات الاختبار ككل ب(0,88) كما هو موضح في الجدول الآتي :

-جدول رقم (05): يوضح نتائج قياس الثبات باستخدام التجزئة النصفية:

المؤشرات	معامل الارتباط قبل التطبيق	معامل الارتباط بعد تطبيق معادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد تطبيق معادلة جتمان
المقاييس			
اليقظة العقلية	0,79	0,88	0,88

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل الارتباط قبل التعديل يقدر ب(0,79) وبعد تطبيق معادلة سبيرمان براون لتصحيح الأثر بلغ معامل الارتباط (0,88) وبتطبيق معادلة جتمان بلغ معامل الارتباط (0,88) وهي دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس يتمتع بقدرة عالي من الثبات (0,88).

-من خلال النتائج المتحصل عليها في حساب صدق وثبات الأداة يجيز الاعتماد عليها في الدراسة الأساسية.

- الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية:

يتمتع المقياس في صورته الأجنبية والعربية بدرجة مناسبة من الصدق والثبات حيث تم حساب الخصائص السيكومترية في صورته الأجنبية من قبل رونالد ريجيو في حيت قام محمد السيد عبد الرحمان بإعادة حساب هذه الخصائص في صورة المقياس في نسخته العربية أثناء ترجمته وتعريبه.

1-الصدق:

-تم حساب الصدق التقاربي والصدق التمييزي لأبعاد الاختبار في صورته الأجنبية حيث ارتبطت أبعاد الاختبار والدرجة الكلية له بأبعاد اختبارات أخرى كاختبار التواصل اللفظي ومقياس الذكورة والأنوثة ومقياس القلق الاجتماعي وبعض أبعاد اختبار عوامل الشخصية واختبار أيزنك للشخصية.

-وفي الصورة العربية تم تقدير الصدق بطريقة صدق المحك باستخدام اختبار النضج الانفعالي والشعور بالوحدة حيث اتضح وجود ارتباط ذات دلالة إحصائية بين بعض أبعاد اختبار المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية له والمقاييس المذكورة كما يتمتع المقياس بدرجة مرتفعة من القدرة التمييزية مما يدل على تمتع الاختبار بدرجة مناسبة من الصدق.

ثبات الاختبار-2:

-تراوحت معاملات ثبات الاختبار في صورته الأجنبية بطريقة إعادة التطبيق على 40 طالبا جامعا بعد أسبوعين من التطبيق الأول بين 0,81-0,96 وبطريقة ألفا كرونباخ بين 0,62-0,87 كما يتمتع كذلك بدرجة مناسبة من الاتساق الداخلي.

-وفي الصورة العربية تراوحت معاملات الثبات بإعادة التطبيق على عينة الدراسة الحالية بعد 18 يوما من التطبيق الأول بين 0,73-0,83 وتراوح معامل ألفا كرونباخ بين 0,71-0,80 كما يتمتع الاختبار بدرجة مناسبة من الاتساق الداخلي حيث تراوحت معاملات الارتباط بين أبعاد الاختبار والدرجة الكلية له بين 0,29-0,79 وكلها دالة إحصائية مما يدل على تمتع الاختبار بدرجة مناسبة من الثبات.

II . الدراسة الأساسية:

1. منهج الدراسة:

تقتضي طبيعة الدراسة تحديد منهج يتلائم معها في تحليل النتائج وتفسيرها وفي هذه الدراسة قمنا بالاعتماد على المنهج الوصفي القائم على أسلوب دراسة الحالة باعتباره ملائما لطبيعة ومتغيرات الدراسة فهو من الطرق التي تساعد على دراسة الحالات دراسة شاملة في البحوث العيادية فدراسة الحالة تسمح للأخصائي بجمع أكبر قدر من المعلومات عن شخصية الحالات.

-ويقصد بالمنهج حسب عمار بوحوش هو مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بقصد الوصول إلى الحقيقية في العلم أو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة من أجل اكتشاف الحقيقة أو هو فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار أو الإجراءات من أجل الكشف عن الحقيقة التي نجهلها أو من أجل البرهنة عليها للآخرين الذين لا يعرفونها. (عثماني 2013 ص148).

مفهوم المنهج الوصفي: هو منهج يهتم بدراسة اللغة أو اللهجة في زمان ومكان محددين عن طريق الوصف الدقيق لأصواتها ومقاطعها وذلك لمعرفة خصائص هذه اللغة والقوانين التي تحكمها.

(سيبوكرونجاسي 2019 ص47)

فالمنهج الوصفي لا يتوقف عند وصف الحالة فقط بل يتعدى ذلك ليصل إلى تحليل واستنتاج النتائج إذ يرى محمد شفيق أن الدراسة الوصفية لا تقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق بل تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها وتحديدتها بالصورة التي

هي عليها كما وكيفاً بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها. (الطرفاني وآخرون 2018 ص42) مفهوم دراسة الحالة:

-المقصود بدراسة حالة هي جميع المعلومات المفصلة والشاملة التي تجمع عن الفرد المراد دراسته في الحاضر والماضي وتعد دراسة الحالة تاريخ شامل لحياة الفرد المعني بالدراسة وهي الإطار الذي ينظم فيه الأخصائي الإكلينيكي كل المعلومات والنتائج التي يتحصل عليها من الفرد وذلك عن طريق: الملاحظة والمقابلة والتاريخ الاجتماعي والخبرة الشخصية والاختبارات السيكولوجية والفحوص الطبية.

(فكري 2016 ص ص24-23)

2. عينة الدراسة الأساسية:

تمت الدراسة الأساسية على عينة قصدية مكونة من فردين (02) من جنس ذكر تمثلت في مجموعة بحثية وهم ن زلاء بمصلحة الامراض العقلية بمستشفى أحمد مدغري بولاية عين تموشنت.

خصائص العينة الأساسية:

شدة المرض (مستوى الفصام)	مدة الإقامة في المصلحة	الحالة الاجتماعية	السن	الحالة
متوسط	سنوات 08	أعزب	سنة 45	و.إ
خفيف	سنوات 05	أعزب	سنة 50	ب.ن

نلاحظ بأن الحالتين سنهما متقارب وقد تجاوزا الأربعين كلاهما غير متزوج ويعانيان من مرض الفصام لكن بدرجات متفاوتة الشدة.

3. حدود الدراسة الأساسية:

الحدود الموضوعية: خصصت الدراسة الحالية لدراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية والفرق بين الفصامي البسيط والفصامي المتوسط لهذه العلاقة.

الحدود الزمانية: أجريت الدراسة الحالية ما بين 02 مارس 2025 إلى غاية 2 ماي 2025.

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الحالية في مصلحة الامراض العقلية بمستشفى أحمد مدغري بولاية عين تموشنت.

4- أدوات الدراسة:

الملاحظة العيادية: تعتبر من بين تقنيات جمع المعلومات بحيث نستطيع من خلالها تسجيل أهم-1-4 الأعراض والاضطرابات التي تظهر على الحالات وملاحظة سلوكهم أثناء إخضاعهم للاختبارات ونستخدمها لمشاهدة الحقائق والسلوكيات المدروسة. (أسعد 2022 ص34)

-وكانت الملاحظة ضمنية في المقابلة حيث تم التركيز على سلوك الحالات أثناء المقابلة من خلال المظهر العام والشكل الخارجي التوتر والتردد في الإجابة...

المقابلة العيادية: ويعرفها أنجرس: "أنها محادثة موجهة يقوم بها فرد مع آخر أو أفراد آخرين-2-4 بهدف حصوله على أنواع من المعلومات لاستخدامها في بحث علمي أو للاستعانة بها في عمليات التوجيه والتشخيص والعلاج". (تواتي 2020 ص151)

-وقد اعتمدنا في دراستنا الحالية على المقابلة النصف الموجهة لتحقيق أهداف البحث حيث تتسم بأنها ليست توجيهية ولا مفتوحة حيث تخلق جو يسوده الثقة والارتياح وبالتالي جمع أكبر قدر من المعلومات.

4-3- مقياس اليقظة العقلية:

لتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على مقياس اليقظة العقلية المعد من قبل أحلام مهدي عبد الله (2013).

وصف أبعاد وبنود الأداة:

-استبيان اليقظة العقلية (عبد الله 2013) يتكون من 35 بند موزعين على أبعاد كالتالي:

- البعد الأول: التمييز اليقظ يحتوي على 12 بند.
- البعد الثاني: الانفتاح على الجديد يحتوي على 12 بند.
- البعد الثالث: التوجه نحو الحاضر يحتوي على 06 بنود.
- البعد الرابع: الوعي بوجهات النظر المختلفة يحتوي على 05 بنود.

والجدول الآتي يوضح الأهمية النسبية لكل بعد من أبعاد اليقظة العقلية:

جدول رقم (01): الأهمية النسبية لكل بعد من أبعاد اليقظة العقلية:

الأهمية النسبية:	البعد:
29%	-التمييز اليقظ
29%	-الانفتاح على الجديد
17%	-التوجه نحو الحاضر
24%	-الوعي بوجهات النظر المتعددة

-طريقة التصحيح:

-مفتاح تصحيح المقياس اعتمد على مفتاح ليكرت الخماسي الذي ينطوي على خمسة بدائل للإجابة أمام كل فقرة (ينطبق علي دائما- ينطبق علي غالبا- ينطبق علي أحيانا- ينطبق علي نادرا- لا ينطبق علي أبدا) وأعطت هذه البدائل الدرجات التالية (1-2-3-4-5) لل فقرات الموجبة و(5-4-3-2-1) لل فقرات السالبة وتحسب الدرجة الكلية للمفحوص من خلال جمع الدرجات التي تحصل عليها في كل فقرة من فقرات المقياس وبذلك تكون أعلى درجة يتحصل عليها هي (175) وأدنى درجة هي (35) والوسط الفرضي للمقياس هو (105).

:مقياس المهارات الاجتماعية-4-4

قامت الباحثة باستخدام اختبار المهارات الاجتماعية من إعداد رونالد ريجيو (R.F. Riggio. 1990) تم ترجمته وتعريبه من طرف محمد السيد عبد الرحمان.

-يتكون الاختبار من 90 بند صمم كوسيلة قياس قصيرة ولكنها شاملة وتعتمد على التقرير الذاتي لتقييم مهارات التواصل الاجتماعي الأساسية وقد طور أصلا للاستخدام في مجال أبحاث الشخصية وعلم النفس الاجتماعي عمليات التفاعل الاجتماعي كما وجد أنه ذات قيمة في مجال الإرشاد النفسي وبرامج التدريب على تنمية المهارات الاجتماعية ومعرفة الفروق الفردية كما يمكن أن يستخدم في القياسات السلوكية للمهارات الاجتماعية حيث يعتبر أحد الخيارات المحكمة والمطورة لقياسات السلوك ويصلح للتطبيق على عينات إكلينيكية مختلفة وفي دراسات علم النفس الصناعي والتنظيمي وفي اختيار الأشخاص للعمل في المجالات التي تلعب فيها المهارات الاجتماعية دورا هاما.

-وقد صمم الاختبار للاستخدام مع الراشدين أصلا إلا أنه ثبتت صلاحيته للاستخدام بدء من الرابعة عشر من العمر) السنة الثانية من التعليم المتوسط () بوجلال 2009 ص 167)

وصف الاختبار وأبعاده:

-يتكون الاختبار من ستة مقاييس فرعية تقيس التواصل الاجتماعي في مستويين هما: المستوى الانفعالي والمستوى الاجتماعي كل مستوى بثلاث مجالات هي: التعبير والحساسية والضبط والمقاييس الستة هي:

1-التعبير الانفعالي

2-الحساسية الانفعالية

3-الضبط الانفعالي

4-التعبير الاجتماعي

5-الحساسية الاجتماعية

6-الضبط الاجتماعي

-جدول رقم (06): يوضح أرقام أبعاد اختبار المهارات الاجتماعية:

المجموع الكلي	عدد العبارات	أرقام العبارات	أبعاد اختبار المهارات الاجتماعية
	15	1-7-13-19-25-31-37-43-49-55-61-67-73-79-85.	التعبير الانفعالي
	15	2-8-14-20-26-32-38-44-50-56-62-68-74-80-86.	الحساسية الانفعالية
90	15	3-9-15-21-27-33-39-45-51-57-63-69-75-81-87.	الضبط الانفعالي
	15	4-10-16-22-28-34-40-46-52-58-64-70-76-82-88.	التعبير الاجتماعي
	15	5-11-17-23-29-35-41-47-53-59-65-71-77-83-89.	الحساسية الاجتماعية
	15	6-12-18-24-30-36-42-48-54-60-66-72-78-84-90.	الضبط الاجتماعي

تصحيح الاختبار وتقدير الدرجات:

-يتكون كل مقياس من المقاييس الست من 15 بند وزعت البنود على المقاييس بطريقة دائرية فالبنود وهكذا هي بنود البعد الأول وهكذا للأبعاد الأخرى ويتضمن إثنًا وثلاثون 1-7-13-19-25-31-37-43-49 بنودا سالبا وهي:

1-3-5-9-10-15-17-18-21-24-25-30-36-37-39-41-43-48-49-54-56-60-64-66-67-69-7
2-73-76-81-84-85.

-وتقدر الدرجة طبقا لاتجاه الإجابة على النحو الآتي: تنطبق علي تماما (خمس درجات) ولا تنطبق علي (إطلاقا) درجة واحدة) وذلك في حالة العبارات موجبة الاتجاه وعددها 58 عبارة.

-والعكس صحيح في حالة العبارات سالبة الاتجاه وتتراوح درجات كل بعد بين 15-75 والدرجة الكلية للاختبار بين 90-450 درجة وتقيس المهارة أو الكفاية الاجتماعية.

خلاصة الفصل:

لقد تم الاعتماد في دراستنا الحالية على المنهج الوصفي القائم على دراسة الحالة والأدوات المستخدمة فيه وقمنا بتقديم مقياسين مع عرض الخصائص السيكومترية لهما وهما: مقياس اليقظة العقلية ومقياس المهارات الاجتماعية للحالات للوصول إلى هدف الدراسة وهذه المقاييس النفسية سيتم توظيفها في عملنا التطبيقي لتحليل الحالات



الفصل الخامس :

عرض الحالات ومناقشة الفرضيات

1- عرض الحالات:

1-

عرض الحالة الأولى:

-البيانات الأولية للحالة

-فحص الهيئة العقلية

-شبكة الملاحظة

-جدول المقابلات

-عرض المقابلات

-ملخص المقابلات

-الأعراض المستخلصة

-الأسباب المستخلصة

-الاختبارات المطبقة على الحالة

-نتائج الاختبارات ومناقشتها

2-

عرض الحالة الثانية:

-البيانات الأولية للحالة

-فحص الهيئة العقلية

-تحليل شبكة الملاحظة

-جدول المقابلات

-ملخص المقابلات

-الأعراض المستخلصة

-الأسباب المستخلصة

-الاختبارات المطبقة على الحالة

-نتائج الاختبارات ومناقشتها

مناقشة النتائج على ضوء التساؤلات-2

-عرض الحالات: 1

(عرض نتائج الدراسة للحالة الأولى) حالة الفصام المتوسط-1:

-البيانات الأولية للحالة:

الاسم: و.إ

الجنس: ذكر

السن: 45 سنة

الرتبة داخل الأسرة: الابن الوحيد داخل العائلة

المستوى التعليمي: الخامسة ابتدائي

الحالة الاجتماعية: أعزب

المستوى الاقتصادي: متوسط

الوالدين: الأب متوفي -الأم على قيد الحياة

نوع الاضطراب: اضطراب الفصام بدرجة متوسطة

الأدوية الموصوفة له Haldol –Tegretol –Nozinon

-فحص الهيئة العقلية:

تم استخدام هذا الفحص كأداة تحليلية تهدف إلى الوصول إلى تشخيص دقيق يتناسب مع الحالة إذ أنه يركز على الملاحظة المباشرة للاستجابات السلوكية الصادرة عن الحالة وكانت النتائج المسجلة كما يلي:

أ-الهيئة الخارجية:

البنية المورفولوجية: الحالة طويل القامة بنية الجسم ضعيفة أسمر البشرة لون العينين بنيّتين.

اللباس: غير متناسق.

ملامح الوجه: صارم

الهندام: غير نظيف وغير مرتب.

المزاج والعاطفة: يشير إلى القلق والاكتئاب.

ب-القدرات العقلية:

الذاكرة: لديه ذاكرة مضطربة في بعض المواضيع.

الاستعدادات: ليس لديه قدرة على مواجهة المشكلات.

الفهم: واضح جزئياً.

الانتباه: قليل الانتباه.
الحكم: لا يصدر أحكاما.
الاستبصار: استبصار جزئي بحالته.
محتوى التفكير: التفكير لديه مضطرب.

-تحليل شبكة الملاحظة:

طبيعة الولادة: ولادة قيصرية.
السلوك اللفظي: عادي ولغة مفهومة.
ردود الفعل اتجاه الفحص والاتصال بالأخصائية: أحيانا يثق وأحيانا غير مبالي.
السلوك في الحياة اليومية: -مهمل المظهر
-أحيانا يشعر بالأرق والاكتئاب.
-ليس هناك سلوكيات جنسية.
-شراهة في الأكل.
علاقاته مع المجتمع: لا يستطيع العامل مع الآخرين.
اضطرابات الذاكرة: أحيانا فقدان للأحداث وأحيانا استحضار ما حدث له.
المزاج: متقلب.
الهوسة: هلوسة سمعية.
الانتباه والتركيز: قليل.

-جدول المقابلات مع الحالة الأولى (حالة الفصام المتوسط):

رقم المقابلة	التاريخ	المدة	مكان إجراء المقابلة	الهدف
رقم 01	مارس 30 2025	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسانية	-مقابلة تمهيدية للتعرف على الحالة والحصول على المعلومات الأولية وبناء علاقة ثقة.
رقم 02	2025 أبريل 6	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسانية	-التعرف على التاريخ النفسي والاجتماعي للحالة.
رقم 03	2025 أبريل 9	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسية	-التعرف على المجال العلائقي والسياق الأسري للحالة.
رقم 04	أفريل 15 2025	دقيقة 30	مكتب الأخصائية النفسانية	-التعرف على الأسباب المؤدية للاضطراب وتطور الأعراض.
رقم 05	أفريل 20 2025	دقيقة 35	مكتب الأخصائية النفسانية	-تطبيق مقياس اليقظة العقلية.
رقم 06	أفريل 23 2025	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسانية	-القيام بالتشخيص من خلال إجراء اختبار فحص الهيئة العقلية وشبكة الملاحظة للحالة.
رقم 07	أفريل 27 2025	ساعة 1	مكتب الأخصائية النفسانية	-تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية

جدول رقم 07): جدول سير المقابلة مع حالة الفصام المتوسط:

ملخص المقابلات: -

في البداية كان الحالة كانت تبدو عليه علامات الخوف والقلق والارتباك وجلسة غير معتدلة مع تجنب التواصل البصري حيث تم القيام ببناء علاقة ثقة مع الحالة من خلال قولي له: "أنا هنا لمساعدتك والاستماع إليك وكل ما يدور بيننا في الحديث يكون في سرية تامة" ولكن الحالة رفض التحدث قائلاً: "لا أتحدث مع الغرباء"

وحين تطرقنا إلى التاريخ النفسي والاجتماعي للحالة من خلال التعرف على المستوى الدراسي والتعليمي له صرح لنا بأنه كان ضعيف المستوى حيث قال: "مكنتش نبغي نقرا على خاطرش لي كان يقريني كان يكرهني" وهنا أظهر الحالة علامات القلق من خلال انعقاد في الحاجبين يدل على الغضب وهز الرجلين إضافة إلى فرقة في الأصابع وبعدها تم التعرف على المجال الاجتماعي للحالة من خلال التعرف على علاقاته الاجتماعية وطبيعتها وتم التأكد من أن الحالة لديه ضعف في صعوبة التواصل مع الآخرين وذلك من خلال قوله: "كون ميهدروش معايا منقدش نهدر معاهم" وتم التعرف على أن الحالة لديه صعوبة في ردود الأفعال والتواصل الحركي من خلال قوله: "منخربش فيهم بصح كيما يديرولي نديرلهم".

ومن أجل التعرف على السياق الأسري والمجال العلائقي له وعند دخول الحالة إلى المكتب كانت تظهر عليه علامات التعب والإرهاق وعند سؤالي له عن السبب رد قائلاً: "مرقدتش قاع ليل على خاطر إبراهيم كان بايت يهدر معيا وحتى لدرك مانيش راقد" حيث أن إبراهيم هم عبارة عن هلاوس

سمعية. وبعد ذلك سألته عن علاقته مع أمه فقال: " راهي مريضة مسكينة وغادي يدوني عندها " ثم سكت للحظات قليلة فقال: " أنا أمني نكرها علخاطرش كانت تضربني بزاف مين كنت صغير وتبغي خواتي كثر ميني " مع العلم أنه ليس لديه أخوات. ومن خلال المجال العلائقي تم التعرف على أن الحالة كان يريد الزواج بفتاة إلا أنها رفضت وكان هذا السبب الرئيسي الذي أدى به إلى دخول مصلحة الأمراض العقلية لتلقي العلاج.

وفي سؤاله عن الأسباب التي أدت به إلى دخول المصلحة رفض التحدث قائلاً: "منهدرش منهدرش" وغادر المكتب وبعد التحدث مع الأخصائية تعرفنا على أن الحالة كان سبب دخوله المصلحة هو حرق بيت والدته وكان ذلك بسبب رفض البنت للزواج إضافة إلى أنه كان يقوم برمي الحجر على النساء في الشارع.

في المقابلة الخامسة تم تطبيق مقياس اليقظة العقلية وأما في المقابلة السادسة فقد تم إجراء فحص الهيئة العقلية من خلال فحص الهيئة الخارجية له والقدرات العقلية وتحليل شبكة الملاحظة من خلال معرفة طبيعة الولادة وردود أفعاله عند تواجده مع الأطباء وعلاقته مع المجتمع والآخرين وطبيعة مزاجه..أما في المقابلة السابعة تم إجراء مقياس المهارات الاجتماعية

-الأعراض المستخلصة:

من خلال المقابلات العيادية والملاحظة العيادية تبين أن الحالة (و.إ) البالغ من العمر 45 سنة يعاني من اضطراب الفصام متوسط ويتضح ذلك من خلال الأعراض الملاحظة عليه وفق DSM5 منها: الهلاوس السمعية صعوبة في تنظيم الأفكار والكلام صعوبة في التركيز والانتباه العزلة الاجتماعية.

وتم التأكد من هذه الأعراض من خلال فحص الهيئة العقلية وشبكة الملاحظة:

-الهلوسة السمعية

-صعوبة في تنظيم الكلام وقلته

-العزلة الاجتماعية والانسحاب

-صعوبة في التركيز والانتباه

-صعوبة في إقامة علاقات اجتماعية

-عدم القدرة على التفاعل مع الآخرين

-الأسباب المستخلصة:

-وجود عامل وراثي (الأب كان مصاب بالفصام)

-الصدمة النفسية

-الحرمان العاطفي

-الإدمان على المخدرات (الحشيش)

نتائج تطبيق المقاييس على الحالة) حالة الفصام المتوسط(: -

نتائج تطبيق مقياس اليقظة العقلية-1

الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي أبدا
1					x
2			x		
3		x			
4			x		
5				x	
6					x
7				x	
8			x		
9				x	
10					x
11				x	
12					x
13					x

x		أحاول الاستفادة من آراء زملائي لحل مشكلة معينة.	14
	x	أمتلك القدرة على التنبؤ بالأحداث.	15
x		أتشوق لمعرفة ما الذي سأتعلمه من ملاحظتي للأشياء التي تثير انتباهي.	16
	x	من الصعب أن أجد الكلمات التي أصف بها ما أفكر فيه.	17
	x	أنا على وعي بكل ما لدي من أفكار ومشاعر للآخرين.	18
x		أجد نفسي بأنه يجب علي أن أفكر بطريقة أنا أفكر إذن أنا موجود.	19
	x	لدي فضول لمعرفة ما يدور في عقلي لحظة بلحظة.	20
x		أندمج في الفعاليات مع الآخرين دون أن أكون متأكد أنني منتبه إليهم.	21
x		أنا شخص مرن.	22
	x	أستطيع الحكم فيما إذا كانت أفكاري جيدة أو جيدة.	23
	x	أؤدي وظائف والمهام الموكلة إلي بشكل آلي دون أن أعني ما أفعله.	24
x		أتحدث عن أخطائي وأجدها سبيلا لتعلم منها.	25
x		أميل إلى تقييم فيما إذا كان ما أدركه صحيح أو خاطئ.	26
x		أميل إلى تجريب كل ما هو جديد.	27
	x	أنا على وعي بالعواقب الوخيمة لأفعالي.	28
x		أنا شخص مبدع.	29
	x	أحكم على الأمور التي تستحق الاهتمام ومالا قيمة لها من خلال خبرتي.	30

x	31	تمتع بروح الدعابة والفكاهة.
	32	أشعر بالقلق من أي تطورات تحدث في حياتي:
x	33	أجيد اختيار الكلمات التي تصف إحساسي.
x	34	أتقبل كل الأفكار السارة وغير السارة.
	35	أمتلك أفكار غير عقلانية.

مقياس المهارات الاجتماعية) حالة الفصام المتوسط-2:

العبارات:				
لا تنطبق علي إطلاقا	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي تماما	
			x	1 من الصعب على الآخرين أن يعرفوا أنني حزين أو مكتئب عندما أكون كذلك.
x				2 عندما يتحدث الناس معي أراقب حركاتهم وتصرفاتهم بقدر ما أستطيع إليهم.
		x		3 يستطيع الناس دائما أن يلاحظوا أنني متضايق منهم مهما بذلت من جهد لإخفاء مشاعري.
x				4 أستمتع بوجودي في الحفلات والاجتماعات.
		x		5 نادرا ما أشعر بالضيق وعدم الراحة من النقد أو التوبيخ.
x				6 أستطيع أن أنسجم مع كل الناس صغيروهم وكبيرهم غنيهم وفقيرهم.
x				7 سرعتي في الكلام تفوق معظم الناس.
x				8 القليل من الناس حساسين ومتفاهمين مثلي.
x				9 عادة ما يكون من الصعب علي أن أمنع نفسي من الابتسام والضحك عندما أحكي نكتة أو قصة هزلية.
		x		10 يستغرق الناس وقتا لمعرفةتي جيدا.
x				11 يعد الناس أكبر مصدر لسعادتي وأحزاني.

x	عندما أكون مع مجموعة من أصدقائي فغالبا ما أكون أنا المتحدث إليهم.	12
x	أثناء تواجدي في الحفلات أستطيع أن أدرك في الحال أي شخص يهتم بي.	14
x	دائما يستطيع الناس من خلال تعبيرات وجهي معرفة مدى ما أشعر به من ارتباك.	15
x	أحب أن أشارك في الأنشطة الاجتماعية.	16
x	أفضل أكثر أن أشارك في المناقشات السياسية بدلا من أن أجلس لألاحظ وأحلل ما يقوله الآخريين.	17
x	أجد أحيانا أنه من الصعب أن أنظر في وجوه الآخريين عندما أتحدث معهم.	18
x	أخبرني البعض بأنهم يعرفون مشاعري من عيناى.	19
x	أهتم بمعرفة كل ما يجذب انتباه الناس.	20
x	لست ماهرا تماما في ضبط انفعالاتي أو التحكم في مشاعري.	21
x	أفضل الأعمال التي تتطلب الاشتراك مع أكبر عدد ممكن من الناس.	22
x	أتأثر بدرجة كبيرة بالحالة النفسية بمن يحيطون بي.	23
x	لست ماهرا في إجراء المحادثات حتى ولو سبق الإعداد لها.	24
x	أشعر عادة بعدم ارتياح لتعاملي مع الناس الآخريين.	25
x	أستطيع بسهولة أن أفهم طبيعة أي شخص من خلال ملاحظته وهو يتعامل مع الآخريين.	26
x	أستطيع أن أخفي مشاعري الحقيقية عن أي شخص.	27
x	أختلط عادة بالآخريين أثناء الحفلات والاجتماعات.	28
x	هناك مواقف معينة أشعر فيها بالقلق بخصوص ما أقوله (أفعله) وهل هو صحيح أم لا.	29
x	أجد صعوبة في التحدث أمام جمع كبير من الناس.	30

x	أضحك عادة بصوت مرتفع.	31
x	أبدو دائما وكأنني أعرف المشاعر الحقيقية للناس الآخرين مهما حاولوا وبذلوا الجهد لإخفائها.	32
x	أستطيع أن أمنع نفسي عن الضحك حتى لو حاول أصدقائي أن يجعلوني أضحك أو أبتسم.	33
x	أبادر عادة لتقديم نفسي للغرباء.	34
x	أعتقد أحيانا أنني آخذ ما يقوله الناس بشكل شخصي أو علي أنه يمسني.	35
x	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص الأشياء الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها.	36
x	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون أنني غاضب أو منزعج لوجودي معهم.	37
x	أستطيع أن أفهم طبيعة أي شخص بعدما أقابله مرة واحدة.	38
x	من الصعب علي جدا أن أتحكم في انفعالاتي.	39
x	عادة ما أكون الشخص الذي يبادر بمحادثة الآخرين.	40
x	إن ما يعتقدده الآخرين عن تصرفاتي يؤثر علي قليلا وقد لا يؤثر إطلاقا.	41
x	عادة ما أكون ماهرا جدا في إدارة المناقشات الاجتماعية.	42
x	تعبيرات وجهي عموما تكون عادية.	43
x	يعد وجودي مع الناس من أعظم الأشياء التي تسعد حياتي.	44
x	لدي قدرة كبيرة على المحافظة على مظهري الهادئ حتى لو كنت قلق أو مضطرب.	45
x	عندما أحكي قصة لشخص ما أستخدم كثيرا من الإشارات والأمثلة لتوضيح ما أقوله.	46
x	غالبا ما أكون قلق ومشغول من أن يسيء الآخرين فهم شيء ما قلته لهم.	47

x	غالبا ما أشعر بعدم الانسجام مع الناس الآخرين الذين يختلفون عني في المستوى الاجتماعي.	48
x	نادرا ما أظهر غضبي.	49
x	أستطيع أن أكتشف المحتال منذ اللحظة الأولى التي أراه فيها.	50
x	أنسجم عادة بتصرفاتي وأفكاري مع أي مجموعة يتصادف وجودي فيها.	51
x	عندما أكون في مناقشة مع الآخرين فإنني أشارك بنصيب كبير في الحديث.	52
x	منذ صغري يؤكد لي والدي على ضرورة أن يكون سلوكي حسن في مخاطبة الناس ومعاملتهم.	53
x	لست ماهرا في الاختلاط بالناس أثناء الحفلات.	54
x	غالبا ما أقترب من أصدقائي أو ألامسهم عندما أتحدث إليهم.	55
x	أشعر بالضيق عندما يحكي لي الناس الآخرين عن مشاكلهم.	56
x	عندما أكون من الداخل متضايق وأكاد أنفجر أستطيع أن أخفي ذلك.	57
x	أستمتع في الاجتماعات والحفلات بالحديث مع مختلف الناس.	58
x	أناأثر بشدة بأي شخص يبتسم لي أو يكشر في وجهي.	59
x	أشعر بعدم الراحة أو بأني غريب في الحفلات التي يحضرها عدد كبير من الأشخاص المهمين جدا.	60
x	لدي القدرة على تحويل حفلة مملة إلى حفلة مليئة بالضحك والمرح.	61
x	أصرخ أحيانا عند رؤية مشهد حزين.	62
x	أستطيع أن أتظاهر بأني سعيد جدا في المواقف الاجتماعية حتى لو كنت غير ذلك في الحقيقة.	63
x	أعتبر نفسي شخص منعزل.	64
x	أنا حساس جدا للنقد.	65

x	ألاحظ أحيانا أن الناس من مختلف المستويات يشعرون بأنهم غير منسجمين أو متكيفين معي.	66
x	لا أحب أن أكون محل انتباه أحد.	67
	x لا أتأخر عن تقديم التشجيع ومعاونة أي شخص لديه مشكلة للتخفيف عنه.	68
x	نادرا ما أستطيع أن أخفي مشاعري القوية.	69
	x أستمتع الذهاب إلى الحفلات الكبيرة ومقابلة أشخاص جدد.	70
	x من المهم جدا أن يحبني الناس الآخرين.	71
x	أقول أحيانا أشياء خاطئة عندما أبدأ محادثة مع الغرباء.	72
	x نادرا ما أظهر مشاعري وانفعالاتي.	73
	x أستطيع أن أقضي ساعات لمجرد مشاهدة الناس الآخرين.	74
	x أستطيع بسهولة أن أنظاهر بالغضب والحزن حتى لو كنت فعلا أشعر بالسعادة.	75
x	لا أحب أن أتحدث مع الغرباء إلا إذا تحدثوا هم معي أولا.	76
x	أصبح عصبيا إذا اعتقدت أن شخصا ما يراقبني.	77
	x يتم اختياري غالبا لأكون قائد المجموعة.	78
	x يخبرني أصدقائي أحيانا بأنني أتحدث كثيرا.	79
	x يخبرني الآخرين غالبا بأنني شخص حساس وعاطفي.	80
	x يغلم الناس مشاعري حتى لو حاولت أن أخفيها عنهم.	81
	x أميل لأن أنعش أي حفلة وأن ادخل عليها الفرح	82
	x أهتم عموما بما أكونه عن الآخرين من انطباعات.	83
x	غالبا ما أجد نفسي في مواقف اجتماعية غير ملائمة لا أحسد عليها.	84
	x لا أعبر عن غضبي بالصياح أو الصراخ.	85
	x عندما يكون أصدقائي قلقين أو متضايقين فإنهم يقصدونني لأمد إليهم	86

يد العون وأساعدهم على تحقيق الهدوء والطمأنينة.

- x أستطيع بسهولة أن أغير من نفسي فأبدوا شخصا سعيدا في لحظة وحزين في لحظة أخرى.
- x أستطيع أن أتحدث لساعات عن أي موضوع.
- x أهتم غالبا بفكرة الآخرين وانطباعاتهم عني.
- x أستطيع أن أنسجم بسهولة وسرعة مع أي موقف اجتماعي.

87

88

89

90

-تحليل نتائج تطبيق الاختبارات ومناقشتها:

عرض نتائج تطبيق المقياس للحالة الاولى 1:

عرض نتائج تطبيق مقياس اليقظة العقلية للحالة الاولى ومناقشتها-1:

بعد تطبيق الاختبار للحالة الاولى وحساب الإجابات تحصل الحالة على درجة 57 درجة وهي درجة منخفضة لأنها أقل من الوسط الفرضي للمقياس (105) وعليه فإن درجة الانخفاض في مستوى اليقظة العقلية لدى الفصامي يدل على ضعف في القدرة على التركيز والوعي بالخبرات الحالية خاصة وأن البنية السيكوباتولوجية لاضطراب الفصام تتميز بنشأت الانتباه والانفصال عن الواقع وكذا اضطراب في التفكير إضافة إلى أن الحالة أظهر صعوبة في التركيز من خلال عدم إجابته على البند رقم 10 من المقياس وبعد إصرار وإلحاح مني تم الإجابة عنه وهذا يدل على أن الحالة لديه صعوبة في التركيز إضافة إلى شرود ذهني من خلال إجابته على البند رقم 13 إضافة إلى تشتت في الانتباه وذلك نتيجة الهلوس السمعية وتحدثه مع نفسه أثناء الإجابة .

كما أن الحالة أظهر ضعفا في القدرة على التعبير اللفظي عن المشاعر والأفكار وهذا ما أظهره البند رقم من المقياس حيث أثناء الإجابة كان متوترا ومترددا في إجابته وأثناء تساؤلي له عن 33 والبند رقم 17 ذلك رد قائلا: "واه منعرفش نقول شاره في راسي" هذا ما يدل على أن الحالة لديه افتقار في استعمال الكلمان والمفردات الانفعالية لوصف مشاعره وانفعالاته.

وعليه فانخفاض مستوى اليقظة العقلية عند الفصامي يعكس ضعفا في المرونة النفسية بالإضافة إلى الهلوس التي تتسبب في التشويش على عملية الانتباه والادراك وبالتالي فالحالة يكون في شرود ذهني وفي عالم مغاير ومختلف عن عالمه الواقعي يعيش فيه مع أفكاره وهلاوسه مما يقلل من قدرته على الوعي باللحظات الحالية.

عرض نتائج تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية للحالة الاولى ومناقشتها-2:

جدول رقم 08): يمثل نتائج مقياس المهارات الاجتماعية للحالة الاولى:

أبعاد المقياس:

درجة البعد:

الدرجة الكلية للمقياس:

-التعبير الانفعالي

درجة 22

-الحساسية الانفعالية	درجة 16
--الضبط الانفعالي	درجة 28
--التعبير الاجتماعي	درجة 18
-الحساسية الاجتماعية	درجة 20
-الضبط الاجتماعي	درجة 19

بعد تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية على الحالة (و.إ) وبعد حساب الإجابات أظهرت النتائج إلى وجود مستوى منخفض من المهارة والكفاءة الاجتماعية مما يشير إلى عجز في التفاعل الاجتماعي وبعد تحليل أبعاد المقياس تبين عن وجود خلل في أداء الحالة في جوانبها الاجتماعية المختلفة وذلك من خلال حصوله على درجة 22 في التعبير الإيجابي وهذه النتيجة تشير إلى ضعف في قدرة الفرد على الإفصاح والتعبير عن مشاعره وعواطفه وهذا ما يتطابق مع سمات وخصائص اضطراب الفصام وهذا ما يسمى بالبلادة أو الجمود الانفعالي أي أنهم يجدون صعوبة في الإفصاح والتعبير عن مشاعرهم للآخرين وغموض في التعبيرات العاطفية حيث تكون ملامحهم غير متطابقة مع مشاعرهم إضافة إلى أن طريقة كلامهم تكون خالية من الانفعالات هذا الضعف يؤدي إلى سوء التفاعل والفهم الاجتماعي مما يؤدي بهم إلى عدم القدرة على بناء علاقات اجتماعية سليمة وبالتالي عدم القدرة على التواصل مما يؤدي به إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي. أما في الحساسية الانفعالية فقد تحصل الحالة على 16 درجة وهي درجة منخفضة جدا مما يعكس ضعف في إدراك وفهم مشاعر الآخرين وهذا يعد من خصائص الفصاميين وبالتالي يؤدي إلى صعوبة في التواصل إضافة إلى الفهم والتفسير الخاطئ للمواقف مما يؤدي إلى انفصال عن الواقع والعزلة الاجتماعية. وفيما يخص الضبط الانفعالي فقد تحصل الحالة على 28 درجة وهي درجة أقل من المتوسط مما يشير إلى قصور في التنظيم والقدرة على التحكم والضبط في انفعالاته في مواقف اجتماعية مختلفة هذه الصعوبات تكون على شكل مشاعر انفعالية حادة أو لا تناسب مع الموقف الذي تعرض له كما أن الفرد الفصامي يعاني من خلل في تنظيم انفعالاته وهذا راجع لوجود اضطراب وتشوه في القدرات المعرفية. أما في التعبير الاجتماعي فقد بلغت الدرجة عند الحالة 18 درجة حيث هذه الدرجة ضعيفة جدا هذه الدرجة تدل على وجود ضعف شديد في مبادرة الحالة على القيام والانخراط في مختلف المواقف الاجتماعية وقدرته على بدء التفاعل كالبداية في الحوار والنقاش والمشاركة في الأحاديث بمختلف مواضيعها مع الآخرين هذا ما يتماشى مع سمات الفصام مما يؤدي إلى تعزيز الانسحاب الاجتماعي ويرجع ذلك إلى وجود القلق الاجتماعي وضعف الثقة بالنفس وتشويه العمليات المعرفية التي تعزز القدرة على الأداء الاجتماعي. وبالنسبة للحساسية الاجتماعية حصل الحالة على 20 درجة والتي تشير إلى ضعف في الإدراك والانتباه للإشارات الاجتماعية مما يؤدي به إلى القيام بسلوكيات غير مناسبة مع المواقف الاجتماعية وبالتالي مشكلات في التوافق الاجتماعي مما يزيد من شدة التهميش والنبذ من الآخرين أي الرفض الاجتماعي. وفيما يخص الضبط الاجتماعي تحصل الحالة على 19 درجة ما يدل على مستوى منخفض من المرونة في التفاعل الاجتماعي أي عجز في القيام بسلوكيات تتلاءم مع الموقف الاجتماعي الذي يتعرض له أي عدم قدرته على التكيف مما يجعله يظهر سلوكيات جامدة أو غير ملائمة وهذا ما يؤدي به إلى عجز في التواصل مع الآخرين.

(عرض نتائج الحالة الثانية) الفصام البسيط -2:

-البيانات الأولية للحالة:

-الاسم: ب, ن

-الجنس: ذكر

السن: 50 سنة

الرتبة داخل الأسرة: الرتبة الثالثة

عدد الإخوة: 4 إناث و2 ذكور (الأخ متوفي)

-المستوى التعليمي: السنة الأولى ثانوي

الحالة الاجتماعية: أعزب

المستوى الاقتصادي: متوسط

الوالدين: الأب متوفي -الأم على قيد الحياة

الاضطراب الذي يعاني منه: اضطراب الفصام

الأدوية الموصوفة له: Risperdal 2mg – Nozinan 25 mg

- فحص الهيئة العقلية:

تم استخدام هذا الفحص كأداة تحليلية تهدف إلى الوصول إلى تشخيص دقيق يتناسب مع الحالة إذ أنه يركز على الملاحظة المباشرة للاستجابات السلوكية الصادرة عن الحالة وكانت النتائج المسجلة كما يلي:

أ-الهيئة الخارجية:

البنية المورفولوجية: الحالة قصير القامة بنية الجسم بدين خمري البشرة لون العينين بنيين.

اللباس: غير متناسق في بعض الأوقات ومتناسق في بعض الأحيان.

ملامح الوجه: صارم

الهندام: غير نظيف في بعض الأوقات ونظيف في حين آخر.

المزاج والعاطفة: يشير إلى القلق والاكتئاب أحيانا و

ب-القدرات العقلية:

الذاكرة: لديه ذاكرة قوية خاصة في موت الأخ.

الاستعدادات: ليس لديه قدرة على مواجهة المشكلات.

الفهم: واضح.

الانتباه: قليل الانتباه جزئياً.

الحكم: لا يصدر أحكاماً.

الاستبصار: الحالة مستبصر بحالته ومشكلته.

محتوى التفكير: التفكير لديه مضطرب جزئياً.

-تحليل شبكة الملاحظة:

طبيعة الولادة: ولادة قيصرية.

السلوك اللفظي: عادي ولغة مفهومة.

ردود الفعل اتجاه الفحص والاتصال بالأخصائية: في البداية الشك ثم الثقة.

السلوك في الحياة اليومية: -مهمل المظهر أحياناً.

-أحياناً يشعر بالقلق.

-ليس هناك سلوكيات جنسية.

-سلوك طبيعي في الأكل.

علاقاته مع المجتمع: تعامل طبيعي مع الآخرين.

اضطرابات الذاكرة: استحضار ما حدث له.

المزاج: متقلب.

الهلوسة: في البداية كانت هلاوس ولكن بشكل ضئيل.

الانتباه والتركيز: عادي.

-جدول المقابلات:

جدول رقم 09): جدول سير المقابلات مع الحالة الثانية:

رقم المقابلة	التاريخ	المدة	مكان إجراء المقابلة	الهدف
رقم 01	مارس 30 2025	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسانية	-مقابلة تمهيدية للتعرف على الحالة والحصول على المعلومات الأولية وبناء علاقة ثقة.
رقم 02	أفريل 6 2025	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسانية	-التعرف على التاريخ النفسي والاجتماعي للحالة.

رقم 03	أفريل 9 2025	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسية	-التعرف على المجال العلائقي والسياق الأسري للحالة.
رقم 04	أفريل 15 2025	دقيقة 30	مكتب الأخصائية النفسانية	-التعرف على الأسباب المؤدية للاضطراب وتطور الأعراض.
رقم 05	أفريل 20 2025	دقيقة 35	مكتب الأخصائية النفسانية	-تطبيق مقياس اليقظة العقلية.
رقم 06	أفريل 23 2025	دقيقة 45	مكتب الأخصائية النفسانية	-القيام بالتشخيص من خلال إجراء اختبار فحص الهيئة العقلية وشبكة الملاحظة للحالة.
رقم 07	أفريل 27 2025	ساعة 1	مكتب الأخصائية النفسانية	-تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية

-عرض ملخص المقابلات:

بداية كان الحالة تبدو عليه علامات القلق والارتباك مع تجنب التواصل البصري حيث القيام ببناء علاقة ثقة من خلال قولي له: "أنا هنا لمساعدتك وفهم حالتك والاستماع إليك وكل ما تقوله سوف يكون في سرية تامة" ومع ذلك لا زال الحلة لديه علامات ونظرات الشك.

ثم تم التطرق إلى التاريخ النفسي والاجتماعي للحالة من خلال التعرف على المستوى التعليمي له حيث أكد بأنه كان متوسط المستوى من خلال قوله: "كنت نقرى شويا مليح نجيب 11-12 المعدل وكنت باغي نولي حاجة كبيرة باش نويرهم شكون أنا لخاطرش دارنا كانوا يكرهوني ويقولولي شوف خوك يقرا خير منك" وهنا الحالة ظهرت عليه علامات القلق وفرقعة الأصابع وبعدها تم التعرف على المجال الاجتماعي للحالة من خلال التعرف على علاقاته الاجتماعية وطبيعتها وتم التأكد من أن الحالة لديه تواصل طبيعي مع الآخرين وذلك من خلال قوله: "أنا مع الناس نورمال نهدر معاهم ونشيخ معاهم نورمال ونعاون أي واحد"

ومن أجل التعرف على السياق الأسري والمجال العلائقي له وعند دخول الحالة إلى مكتب الاخصائية النفسية كان الحالة يبدو جميل المنظر قائلا: "يادرا كي راني ليوم دوشت صباح" وبعدها تم بداية المقابلة لتحقيق الهدف منها أي التعرف على أسرته من خلال قولي له: "هل من الممكن التحدث لي عن عائلتك" وهنا الحالة تنهد وصمت لفترة محبطا رأسه ثم أجاب: "منبغيش نهدر عليهم درك نقولك أنا دارنا ميبغونيش وسيرتو مين جيت منقراش غاية كيما خويا وملي مات هو في أكسيدون زادوا كرهوني اكثر وأمي كون نخرج منا نقتلها علخاطرش هي لي جابتلي جدارميا للدار جابوني هنا" وبعدها الحالة رفض التحدث قائلا: "صاي صاي مانيش باغي نزيد نهدر عليهم"

وفي سؤالنا عن الأسباب المؤدية للاضطراب ذكر لنا أن أعراض الفصام بدأت تظهر عليه منذ وفاة أخيه الأكبر قائلا: "أنا ملي مات خويا لكبير موليتش غاية" وهنا صمت لفترة زمنية ولتفادي هذا الصمت سألته عن طبيعة علاقته بأخيه فأجاب: "كانت قوية بزاف سيرتو من مورا ما مات الوالد تاغي هو لي يولى في بلاصت الوالد وحتى الناس كانوا يغيروا منا كي يشوفونا مع بعض وملي مات تبدلت حياتي بزاف" ثم

سأبلته عن الأعراض التي ظهرت عليه حينذاك فصرح قائلاً: "وليت نبغي نقعد وحدي نبغي نقعد فدار ب3 أيام منخرجش وليت منبغيش نخرج برا لخطرش الناس نشوفهم يتفاهموا عليا وكانت تجيني الهدرة في راسي"

في المقابلة الخامسة قمنا بتطبيق مقياس اليقظة العقلية وفي المقابلة السادسة تم إجراء فحص الهيئة العقلية من خلال فحص الهيئة الخارجية له والقدرات العقلية وتحليل شبكة الملاحظة من خلال معرفة طبيعة الولادة وردود أفعاله عند تواجده مع الأطباء وعلاقته مع المجتمع والآخرين وطبيعة مزاجه.. أما في المقابلة الأخيرة فقد قمنا بتطبيق مقياس المهارات الاجتماعية لمعرفة علاقاته الاجتماعية وكيفية تعامله مع الآخر.

-الأعراض المستخلصة:

من خلال المقابلات العيادية والملاحظة العيادية تبين أن الحالة (ب. ن) البالغ من العمر 50 سنة يعاني من اضطراب الفصام ويتضح ذلك من خلال الأعراض الملاحظة عليه منها: فقدان القدرة على القيام بالأعمال اليومية اهمال للنظافة الشخصية هلاوس غير واضحة. وقد تم التأكد من هذه الأعراض من خلال فحص الهيئة العقلية وشبكة الملاحظة:

-قلة التفاعل مع الآخرين أحيانا

-تراجع خفيف في الأداء اليومي

-أحيانا عدم القدرة على القيام بالنظافة الشخصية

-هلاوس سمعية خفيفة

-الأسباب المستخلصة:

-الحرمان العاطفي

-اضطراب في التفاعل مع الأهل

-الصدمة النفسية نتيجة موت الأخ

-استعداد جيني

-تعاطي المخدرات (الكوكايين)

-نتائج تطبيق المقاييس على الحالة:

-نتائج تطبيق مقياس اليقظة العقلية-1:

الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي أبدا
3		x			
4			x		
5				x	
6				x	
7				x	
8				x	
9				x	
10			x		
11				x	
12		x			
13			x		
14			x		
15				x	
16			x		
17			x		

x	18	أنا على وعي بكل ما لدي من أفكار ومشاعر للآخرين.
x	19	أجد نفسي بأنه يجب علي أن أفكر بطريقة أنا أفكر إذن أنا موجود.
x	20	لدي فضول لمعرفة ما يدور في عقلي لحظة بلحظة.
x	21	أندمج في الفعاليات مع الآخرين دون أن أكون متأكد أنني منتبه إليهم.
x	22	أنا شخص مرن.
x	23	أستطيع الحكم فيما إذا كانت أفكاري جيدة أو جيدة.
x	24	أؤدي وظائف والمهام الموكلة إلي بشكل آلي دون أن أعني ما أفعله.
x	25	أتحدث عن أخطائي وأجدها سبيلا لتعلم منها.
x	26	أميل إلي تقييم فيما إذا كان ما أدركه صحيح أو خاطئ.
x	27	أميل إلي تجريب كل ما هو جديد.
x	28	أنا على وعي بالعواقب الوخيمة لأفعالي.
x	29	أنا شخص مبدع.
x	30	أحكم على الأمور التي تستحق الاهتمام ومالا قيمة لها من خلال خبرتي.
x	31	أتمتع بروح الدعابة والفكاهة.
x	32	أشعر بالقلق من أي تطورات تحدث في حياتي:
x	33	أجيد اختيار الكلمات التي تصف إحساسي.
x	34	أقبل كل الأفكار السارة وغير السارة.
x	35	أمتلك أفكار غير عقلانية.

نتائج تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية-2:

العبارات:	لا تنطبق علي إطلاقاً	تنطبق علي قليلاً	تنطبق علي	تنطبق علي كثيراً	تنطبق تماماً
1			X		
2		X			
3			X		
4		X			
5			X		
6		X			
7		X			
8	X				
9			X		
10		X			
11	X				
12	X				
13	X				

		أثناء تواجدي في الحفلات أستطيع أن أدرك في الحال أي شخص يهتم بي.	14
x		دائما يستطيع الناس من خلال تعبيرات وجهي معرفة مدى ما أشعر به من ارتباك.	15
x		أحب أن أشارك في الأنشطة الاجتماعية.	16
	x	أفضل أكثر أن أشارك في المناقشات السياسية بدلا من أن أجلس ألاحظ وأحلل ما يقوله الآخريين.	17
x		أجد أحيانا أنه من الصعب أن أنظر في وجوه الآخريين عندما أتحدث معهم.	18
	x	أخبرني البعض بأنهم يعرفون مشاعري من عيني.	19
	x	أهتم بمعرفة كل ما يجذب انتباه الناس.	20
x		لست ماهرا تماما في ضبط انفعالاتي أو التحكم في مشاعري.	21
	x	أفضل الأعمال التي تتطلب الاشتراك مع أكبر عدد ممكن من الناس.	22
	x	أتأثر بدرجة كبيرة بالحالة النفسية بمن يحيطون بي.	23
x		لست ماهرا في إجراء المحادثات حتى ولو سبق الإعداد لها.	24
	x	أشعر عادة بعدم ارتياح لتعاملي مع الناس الآخريين.	25
	x	أستطيع بسهولة أن أفهم طبيعة أي شخص من خلال ملاحظته وهو يتعامل مع الآخريين.	26
	x	أستطيع أن أخفي مشاعري الحقيقة عن أي شخص.	27
	x	أختلط عادة بالآخريين أثناء الحفلات والاجتماعات.	28
	x	هناك مواقف معينة أشعر فيها بالقلق بخصوص ما أقوله (أفعله) وهل هو صحيح أم لا.	29
x		أجد صعوبة في التحدث أمام جمع كبير من الناس.	30
	x	أضحك عادة بصوت مرتفع.	31

×	أبدو دائما وكأنني أعرف المشاعر الحقيقية للناس الآخرين مهما حاولوا وبذلوا الجهد لإخفائها.	32
×	أستطيع أن أمنع نفسي عن الضحك حتى لو حاول أصدقائي أن يجعلوني أضحك أو أبتسم.	33
×	أبادر عادة لتقديم نفسي للغرباء.	34
×	أعتقد أحيانا أنني آخذ ما يقوله الناس بشكل شخصي أو علي أنه يمسني.	35
×	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص الأشياء الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها.	36
×	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون أنني غاضب أو منزعج لوجودي معهم.	37
×	أستطيع أن أفهم طبيعة أي شخص بعدما أقابله مرة واحدة.	38
×	من الصعب علي جدا أن أتحكم في انفعالاتي.	39
×	عادة ما أكون الشخص الذي يبادر بمحادثة الآخرين.	40
×	إن ما يعتقده الآخرين عن تصرفاتي يؤثر علي قليلا وقد لا يؤثر إطلاقا.	41
×	عادة ما أكون ماهرا جدا في إدارة المناقشات الاجتماعية.	42
×	تعبيرات وجهي عموما تكون عادية.	43
×	يعد وجودي مع الناس من أعظم الأشياء التي تسعد حياتي.	44
×	لدي قدرة كبيرة على المحافظة على مظهري الهادئ حتى لو كنت قلق أو مضطرب.	45
×	عندما أحكي قصة لشخص ما أستخدم كثيرا من الإشارات والأمثلة لتوضيح ما أقوله.	46
×	غالبا ما أكون قلق ومشغول من أن يسيء الآخرين فهم شيء ما قلته لهم.	47
×	غالبا ما أشعر بعدم الانسجام مع الناس الآخرين الذين يختلفون عني في المستوى الاجتماعي.	48

x	نادرا ما أظهر غضبي.	49
x	أستطيع أن أكتشف المحتال منذ اللحظة الأولى التي أراه فيها.	50
x	أنسجم عادة بتصرفاتي وأفكاري مع أي مجموعة يتصادف وجودي فيها.	51
x	عندما أكون في مناقشة مع الآخرين فإنني أشارك بنصيب كبير في الحديث.	52
x	منذ صغري يؤكد لي والدي على ضرورة أن يكون سلوكي حسن في مخاطبة الناس ومعاملتهم.	53
x	لست ماهرا في الاختلاط بالناس أثناء الحفلات.	54
x	غالبا ما أقترب من أصدقائي أو ألامسهم عندما أتحدث إليهم.	55
x	أشعر بالضيق عندما يحكي لي الناس الآخرين عن مشاكلهم.	56
x	عندما أكون من الداخل متضايق وأكاد أنفجر أستطيع أن أخفي ذلك.	57
x	أستمتع في الاجتماعات والحفلات بالحديث مع مختلف الناس.	58
x	أتأثر بشدة بأي شخص يبتسم لي أو يكشر في وجهي.	59
x	أشعر بعدم الراحة أو بأني غريب في الحفلات التي يحضرها عدد كبير من الأشخاص المهمين جدا.	60
x	لدي القدرة على تحويل حفلة مملة إلى حفلة مليئة بالضحك والمرح.	61
x	أصرخ أحيانا عند رؤية مشهد حزين.	62
x	أستطيع أن أتظاهر بأني سعيد جدا في المواقف الاجتماعية حتى لو كنت غير ذلك في الحقيقة.	63
x	أعتبر نفسي شخص منعزل.	64
x	أنا حساس جدا للنقد.	65
x	ألاحظ أحيانا أن الناس من مختلف المستويات يشعرون بأنهم غير منسجمين أو متكيفين معي.	66

x	لا أحب أن أكون محل انتباه أحد.	67
x	لا أتأخر عن تقديم التشجيع ومعاونة أي شخص لديه مشكلة للتخفيف عنه.	68
x	نادرا ما أستطيع أن أخفي مشاعري القوية.	69
x	أستمتع الذهاب إلى الحفلات الكبيرة ومقابلة أشخاص جدد.	70
x	من المهم جدا أن يحبني الناس الآخرين.	71
x	أقول أحيانا أشياء خاطئة عندما أبدأ محادثة مع الغرباء.	72
x	نادرا ما أظهر مشاعري وانفعالاتي.	73
x	أستطيع أن أقضي ساعات لمجرد مشاهدة الناس الآخرين.	74
x	أستطيع بسهولة أن أتظاهر بالغضب والحزن حتى لو كنت فعلا أشعر بالسعادة.	75
x	لا أحب أن أتحدث مع الغرباء إلا إذا تحدثوا هم معي أولا.	76
x	أصبح عصبيا إذا اعتقدت أن شخصا ما يراقبني.	77
x	يتم اختياري غالبا لأكون قائد المجموعة.	78
x	يخبرني أصدقائي أحيانا بأني أتحدث كثيرا.	79
x	يخبرني الآخريين غالبا بأني شخص حساس وعاطفي.	80
x	يغلم الناس مشاعري حتى لو حاولت أن أخفيها عنهم.	81
x	أميل لأن أنعش أي حفلة وأن ادخل عليها الفرح.	82
x	أهتم عموما بما أكونه عن الآخرين من انطباعات.	83
x	غالبا ما أجد نفسي في مواقف اجتماعية غير ملائمة لا أحسد عليها.	84
x	لا أعبر عن غضبي بالصياح أو الصراخ.	85

86	عندما يكون أصدقائي قلقين أو متضايقين فإنهم يقصدونني لأمد إليهم يد العون وأساعدهم على تحقيق الهدوء والطمأنينة.	x
87	أستطيع بسهولة أن أغير من نفسي فأبدوا شخصا سعيدا في لحظة وحزين في لحظة أخرى.	x
88	أستطيع أن أتحدث لساعات عن أي موضوع.	x
89	أهتم غالبا بفكرة الآخرين وانطباعاتهم عني.	x
90	أستطيع أن أنسجم بسهولة وسرعة مع أي موقف اجتماعي.	x

-نتائج تطبيق الاختبارات ومناقشتها للحالة الثانية:

عرض نتائج تطبيق مقياس اليقظة العقلية للحالة الثانية ومناقشتها-1

بعد تطبيق الاختبار للحالة وحساب ما تم الإجابة عنه فقد تحصل (ب. ن) على 98 درجة وهي درجة متوسطة هذا ما يدل على أنه يتمتع بمستوى متوسط من اليقظة العقلية أي أنه يمتلك جزءا من القدرة على التركيز والانتباه إلا أن هذه القدرة قد تكون غير مستقرة إضافة إلى أنه يمتلك جزءا نسبي من الاستبصار بحالته إلا أن ذلك لا يرتبط بالتوازن والمرونة النفسية والانفعالية إضافة إلى أنه تظهر عليه في بعض الأحيان مؤشرات على التشتت الذهني وهذا ما دل عليه البند رقم 13 حيث أنه قد أكد عليه من خلال قوله: "واه نغيس وكون يكونوا يهدروا معايا خطرات منسمعهمش لخاطرش نكون ساهي" مما قد يؤثر هذا التشتت على ضعف التركيز.

عرض نتائج تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية للحالة الثانية ومناقشتها-2

جدول رقم 10: يمثل نتائج مقياس المهارات الاجتماعية للحالة الشاهد:

الدرجة الكلية للمقياس:	درجة البعد:	أبعاد المقياس:
درجة 175	درجة 34	-التعبير الانفعالي
	درجة 24	-الحساسية الانفعالية
	درجة 33	-الضبط الانفعالي
	درجة 29	-التعبير الاجتماعي
	درجة 26	-الحساسية الاجتماعية
	درجة 29	-الضبط الاجتماعي

بعد تطبيق مقياس المهارات الاجتماعية على الحالة (ب. ن) وبعد حساب الإجابات فقد أسفرت نتائج هذا المقياس إلى وجود مستوى متوسط من القدرة على التفاعل مع الآخرين والقيام بعدد من المهارات الاجتماعية وبعد تحليل أبعاد المقياس اتضح وجود تباين في أداء الحالة عبر الجوانب المختلفة التي تخص المهارات الاجتماعية وذلك من خلال حصوله على 34 درجة في التعبير الانفعالي وهذه النتيجة تشير إلى درجة متوسطة من التعبير مما يدل على أن الحالة لديه قدرة في الإفصاح والتعبير عن مشاعره

وعواطفه هذا ما يدل على أنه لديه قدرة في العمليات المعرفية لكنها قد تكون بشكل محدود نظرا لحالته النفسية والتغيرات المزاجية التي تطرأ عليه. أما في الحساسية الانفعالية فقد تحصل على 24 درجة وهي درجة أقل من المتوسط ما يشير إلى ضعف في فهم مشاعر الآخرين واستجابتهم له هذا الضعف قد يؤدي إلى سوء الفهم والتفاعل الاجتماعي إضافة إلى عجز في تفسير الإشارات العاطفية التي يصدرها الآخرون هذا ما يؤدي به إلى العزلة والانسحاب. وفيما يخص الضبط الانفعالي فقد تحصل الحالة على 33 درجة وهي درجة متوسطة مما يشير إلى قدرة الحالة على القدرة في التحكم في انفعالاته وعواطفه وتوجيهها بشكل يتناسب مع الموقف الاجتماعي وهذه ادرجة تعكس قدرة الفرد على تعلم واكتساب استراتيجيات ومهارات فعالة في الحفاظ وتعزيز قدرته على ضبط انفعالاته ومشاعره على حسب الموقف وطبيع التفاعل الاجتماعي. أما في التعبير الاجتماعي فقد بلغت الدرجة عند الحالة 29 درجة وهي درجة أقل من المتوسط هذه الدرجة تدل على وجود صعوبة في مبادرته على القيام بالتواصل اللفظي والغير اللفظي والقدرة على المحافظة على التواصل الاجتماعي هذا ما يجعله يظهر سمات انطوائية نظرا لافتقاره لكفاءة وقدرة استخدام التواصل اللفظي والغير اللفظي رغم أنه تكون لديه رغبة في التفاعل. وبالنسبة للحساسية الاجتماعية فقد حصل الفرد على 26 درجة وهي درجة منخفضة ما يشير إلى عجز في إدراك وفهم الإشارات الاجتماعية الغير المباشرة كإيماءات الوجه ونبرة الصوت سواء كانت منخفضة أو مرتفعة أو تحوي ألم...إلخ هذا الضعف راجع إلى طبيعة المعالجة الاجتماعية مما يؤدي إلى القيام بسلوكيات وردود أفعال قد لا تتناسب مع المواقف الاجتماعية. وفيما يخص الضبط الاجتماعي تحصل الحالة على 29 درجة وهذه الدرجة تقع في مستوى متوسط من قدرته على تكييف سلوكه حسب طبيعة الموقف الاجتماعي ما يشير إلى أن الفرد لديه القدرة على محاولات تساعده على التكيف لكنها ليست ناجحة في أغلب الأحيان أي عدم القدرة على المرونة في الاستجابة لذلك الموقف الاجتماعي.

ومن خلال هذا التحليل فإن الحالة يمتلك قدرة ذات مستوى متوسط في التعبير والضبط الانفعالي مما يدل على أنه يستطيع التعبير والافصاح عن مشاعره وانفعالاته والقدرة على التحكم فيها نسبيا إضافة إلى أنه يمتلك ضعف في الحساسية الانفعالية والاجتماعية والتعبير الاجتماعي مما يدل على صعوبة في إدراك وفهم مشاعر الأفراد الآخرين وفهم الإشارات الاجتماعية وبالتالي يؤثر على طبيعته تفاعله مع الآخرين.

. مناقشة النتائج على ضوء التساؤلات والفرضيات: II

1. مناقشة النتائج على ضوء تساؤلات الدراسة:

مناقشة النتائج على ضوء التساؤل الأول: -

وكان نصه: ما مستوى اليقظة العقلية لدى الفصامي

أظهرت النتائج من خلال المقياس المطبق على الحالة الاولى أن مستوى اليقظة العقلية جاء منخفضا وجاءت نتائج هذه الحالة متعارضة مع دراسة الزبيدي (2012) ودراسة أحلام مهدي عبد الله (2013) أما الحالة الشاهد فجاءت نتائج مستوى اليقظة العقلية متوسط وقد تطابقت هذه الحالة مع دراسة نهلة نجم الدين مختار أحمد (2016) ودراسة بوبلال (2020).

وتفسير ذلك أن اضطراب الفصام باعتباره اضطرابا ذهنيا معقدا يتسم بتشوهات في الإدراك والانتباه وهذا

راجع للتغيرات الناتجة في وظائف الدماغ وبالتالي في القدرة على الانتباه والصعوبة في التمييز بين الواقع والمجرد وبالتالي فالتفكير المفرط للهلاوس والاندماج فيها إضافة إلى قصور في الوعي الذاتي وكل هذا يمنع من اليقظة الواعية حيث تكون هناك تأثيرات على مستوى التواصل بين أجزاء الدماغ المسؤولة عن الوعي والتركيز كما يكون هناك خلل على مستوى الهرمونات مثل انخفاض انتقال الدوبامين في الدماغ الذي يؤثر على الوعي مما يفسر انخفاض مستوى اليقظة العقلية عند الفصامي) سالمان 2023 ص16)

إضافة إلى ضعف خلايا المخ وسببها تسمم الكائن الحي كله بما في ذلك المخ واختلال العمليات الميتابولية وخاصة البروتينية أما سبب هذا التسمم فليس معروفا حتى الآن وقد أثبت البحث الميكروسكوبي للمخ وجود اختلالا عضوية فيه) فرج الله 2017-2018 ص30) واختلالات في النواقل العصبية وضعفها خصوصا الوظائف العصبية المسؤولة عن الإدراك والانتباه كما أن نقص الأسيتيكولين يؤدي لنقص اليقظة خاصة وأنه ضروري لعملية الانتباه.

وقد فسرت نظرية التحليل النفسي أن انخفاض مستوى اليقظة العقلية حيث أرجعها فرويد بشكل رئيسي إلى تأثيرات على مستوى اللاوعي خاصة وأن الهلاوس هي العرض الرئيسي للفصام وبالتالي اللاوعي ينتج صورا وأفكار مشوهة إضافة إلى استخدام آليات دفاعية لاواعية بدائية مثل الإسقاط الإنكار الكبت... كما أن فرويد أكد أن اللاوعي عند الفصامي يتميز بالثبوت في مراحل النمو الأولية ويتمثل أساسا في المرحلة الفمية كما أن اللاوعي هنا يكون غير خاضع لرقابة الأنا الأعلى أو الوعي وهذا ما يفسر اضطراب في التفكير وحدوث السلوكيات الغريبة والغير المنظمة.

فالفرد الفصامي يفتقر لمهارات اليقظة العقلية لأن الاضطراب الذي يعاني منه يمس جوهر العمليات النفسية التي ترتكز عليها هذه المهارة مثل: عملية الانتباه الوعي الحالي التركيز... إلخ كما أن تشوش وتشتت الانتباه الناتج عن الهلاوس السمعية والبصرية يمنع الفصامي من وعيه وتركيزه على اللحظة الراهنة والحاضرة هذا ما يجعله في محتوى ذهني ذو طابع وهمي. كما أن الأدوية المضادة للذهان لها آثار جانبية حيث أنها تثبيط في النشاط العصبي وبالتالي خمول عقلي.

وبالتالي فالفرد الفصامي لديه اضطراب في اليقظة العقلية لأنه يفتقر أسس معرفية وانفعالية تسمح له بالوعي والانتباه في ما يقوم به فهو يعاني من خمول عقلي أو ما يعرف بالبلهارة العقلية الذي يكون ناتج عن تغيرات كيميائية في الدماغ مثل: الدوبامين والغلوتامات بالإضافة إلى صعوبة التركيز والانتباه أي يصبح المريض يعاني من جمود فكري كما أن الخمول العقلي يظهر أيضا في صعوبة التعبير اللفظي والغير اللفظي حيث تصبح أفعاله آلية تقريبا وتسبب له تشتت معرفيا إضافة إلى ضعف الإحساس بالهوية الذاتية مع غياب جزئي أو كلي للاستبصار بحالته.

مناقشة النتائج على ضوء التساؤل الثاني-2

وكان نصه: ما مستوى المهارات الاجتماعية لدى الفصامي

أظهرت النتائج من خلال المقياس المطبق على حالة الفصامي المتوسط أن مستوى المهارات الاجتماعية كان ضعيفا وجاءت نتائج هذه الحالة متعارضة مع دراسة الجهني (2011) ودراسة العلوان (2011) إضافة إلى دراسة الظفيري (2012) حيث اهتمت هذه الدراسات بدراسة المهارات الاجتماعية مع مختلف

المتغيرات النفسية في حين أظهرت نتائج المقياس على حالة الفصامي البسيط وجاء مستوى المهارات الاجتماعية متوسط.

وتفسير ذلك أن الفرد الفصامي يعاني من ضعف وأيضا تشوه في القدرات المعرفية التي كانت ستساعده على فهم الآخرين وبالتالي يؤدي إلى ضعف قدراته على التفاعل مع الأفراد الآخرين المحيطين به إضافة إلى أن الفصاميين يعانون من الانسحاب الاجتماعي بسبب النظرة السلبية للمجتمع لهم والوصمة الاجتماعية التي تعد من العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤدي بهم إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي حيث يتعرض للسخرية كونه فرد غير طبيعي هذا ما يجعله يشعر بالتهديد الاجتماعي ما يجعله يستخدم الانسحاب كآلية دفاعية وهذه الوصمة تؤدي به أيضا خفض تقديره لذاته مما يجعله يتبنى صورة سلبية عن ذاته تفقده بعض المهارات الاجتماعية .

كما أن غياب الدعم الاجتماعي يفاقم من أعراض الاضطراب ما يجعل العزلة ناتجة عن النبذ الاجتماعي إضافة إلى ضعف وصعوبة تفسير الإشارات وفهم نوايا ومشاعر الآخرين مما يؤدي إلى خمول اجتماعي الذي يعتبر حالة نفسية ناتجة عن قلة التفاعل مع الآخرين كما أن الهلاوس تجعل الفرد المضطرب يشك في نوايا الآخرين ويفسر سلوكهم وطريقة تعاملهم بطريقة غير منطقية فالفصامي لديه ضعف في إدراك الوظائف الاجتماعية مما يجعله من الصعب تعلم وممارسة مهارات اجتماعية جديدة.

إن عدم تعرض الفرد الفصامي لمواقف ونماذج لتعليم المهارات الاجتماعية وكيفية التعامل مع الآخرين الذي يكون عن طريق الملاحظة والنمذجة والتقليد يؤدي إلى محدودية أو ضعف في الأداء الاجتماعي وغالبا ما يكون هذا الفرد قد عانى من فترات مرضية متكررة من النمو وخاصة في المرحلة الحساسة وهي مرحلة المراهقة فإن هذا يؤثر سلبا على تنمية هذه المهارات أو حتى المحافظة عليها.

إن عدم حصول الفرد الفصامي على التعزيز اللازم يؤدي به إلى ضعف في الأداء الاجتماعي وذلك لعدم قدرته على فهم وتحليل الإشارات التي يستخدمها الأفراد مثل: إيماءات الوجه ونبرات الصوت وغيرها هذا ما يؤدي به إلى القيام بعدد من السلوكيات غير المتوقعة وبالتالي نبذ الآخرين له مما يدفعه إلى الانعزال والانسحاب من الآخرين بسبب شعوره بالخوف أو القلق هذا يمنع من تطوير قدرته في تكوين أو الحصول على علاقات اجتماعية صحية وعدم الحصول على منفعة اجتماعية التي تعتبر أساسية في تنمية الأداء الاجتماعي والمهارات الاجتماعية لأنها تتيح له فرصة لتطوير مهارات مختلفة في الحياة اليومية مثل: التفاعل والتواصل الفعال وبناء علاقات والقدرة على حل المشكلات.

3- مناقشة النتائج على ضوء التساؤل الثالث:

وكان نصه: ما طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية

أظهرت النتائج أن العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية عند الفرد الفصامي البسيط هي علاقة ارتباطية على غرار الفصامي المتوسط وهي علاقة ضعيفة وذلك لما يعانونه من اضطرابات في الانتباه والادراك إضافة إلى التشوهات المعرفية والشروود الذهني وصعوبة في إقامة علاقات اجتماعية.

إن اليقظة العقلية عامل أساسي في تعزيز القدرة على فهم الذات والآخرين الذي يساعد في تحسين التفاعل والأداء الاجتماعي وبالتالي فالفرد الفصامي يتدهور مستوى اليقظة العقلية لديه نتيجة التشتت والشروود الذهني والهلاوس وعدم الوعي بذاته هذا ما ينعكس سلبا على تكوين مهارات اجتماعية خاصة

وتفاعله الاجتماعي وانخفاض الكفاءة الاجتماعية.

الفرد الذي يتمتع بيقظة عقلية لديه القدرة على تنظيم انفعالاته والانتباه لما يحيط به والقدرة على التعبير على انفعالاته ومشاعره الذاتية وبالتالي تكون لديه القدرة على بناء وإقامة علاقات اجتماعية والقيام بأداء اجتماعي فعال لكن ضعف اليقظة العقلية يؤدي إلى انخفاض قدرة الفرد على الوعي والتنظيم الانفعالي وهذا ما يؤثر سلبا على قدرته للتفاعل والتواصل مع الآخرين حيث أن الأداء الاجتماعي لديهم يكون محدودا وبالتالي يؤدي بهم إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي.

إن ضعف العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية لدى الفصامي تكون نتيجة تشتت الانتباه لديه وفقدان التركيز فالتشتت المعرفي الذي يعاني منه هو نتاج الهلاوس سواء السمعية أو البصرية إضافة إلى غياب الاستبصار سواء الكلي أو الجزئي وفقدان تقييم الذات بالإضافة إلى وجود اضطراب في الحساسية الاجتماعية وبالتالي تشوه في تفسير الإشارات الاجتماعية نظرا لوجود هلاوس تضعف التفاعل الاجتماعي.

إن العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية هي علاقة تفاعلية حيث يساهم كل منهما في تعزيز الآخر وإدماج تقنيات ومهارات اليقظة العقلية في البرنامج العلاجي يؤدي إلى تحسين الوظائف والعمليات الاجتماعية والقدرة على التواصل الاجتماعي كما أن اليقظة العقلية تساعد في تطوير الفهم الذاتي من خلال ملاحظة وفهم المشاعر والانفعالات ما يعزز القدرة على التنظيم الانفعالي والتفاعل الاجتماعي

مناقشة النتائج على ضوء التساؤل الرابع-4

وكان نصها: هل يوجد فرق في مستوى اليقظة العقلية لدى الشخص الفصامي يعزى لمتغير شدة اضطراب الفصام

أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية بين الفرد المصاب بالفصام الخفيف والفرد المصاب بالفصام المتوسط وذلك بسبب شدة الأعراض ودرجة الاضطراب حيث أنه كلما زادت شدة الاضطراب زادت نسبة ظهور الأعراض كالهلاوس والعزلة والانسحاب الاجتماعي... إضافة إلى تدهور القدرات المعرفية مثل: الانتباه والتركيز فالفرد المصاب باضطراب الفصام الخفيف يكون عنده احتفاظ نسبي ببعض القدرات المعرفية ما يمكنه من الانتباه للحاضر كما أنه تكون لديهم صعوبة في التركيز والانتباه الدائم لكن بأقل حدة.

فالفرد المصاب باضطراب الفصام بدرجة متوسطة يعاني من اضطراب وتشوه في الوظائف المعرفية ما يجعله غير قادر على أداء اليقظة والتركيز هذا الضعف يرتبط غالبا بزيادة شدة الأعراض خاصة من حيث الهلاوس التي تؤدي إلى تشتت في العمليات المعرفية وهذا ما ينعكس سلبا على مستوى اليقظة كما أن الفصام المتوسط يكون لديه خلل في نشاط القشرة الجبهية الأمامية والمناطق المسؤولة عن الوعي والعمليات المعرفية هذا ما يؤدي إلى ضعف في اليقظة عند هذه الفئة من الأفراد كما أن الفرد الفصامي يعاني غالبا من الهلاوس والأوهام التي تؤدي إلى تشتت الانتباه وتقلل من قدرته على الوعي الذهني أي الخمول العقلي الذي يكون ناتج عن نقص في نشاط الغلوتامات إضافة إلى صعوبة في تنظيم وفهم مشاعره وانفعالاته والتعامل معها.

وبالتالي فإن مستوى اليقظة العقلية عند الفصامي بدرجتيه يختلف باختلاف شدة الأعراض ودرجة

الاضطراب إضافة إلى أن اليقظة العقلية عند هذه الفئة تتأثر بعامل الأدوية المضادة للذهان ومدة الإصابة بالاضطراب وقد تكون اضطرابات مصاحبة. وبهذا تكون الفرضية الفرعية قد تحققت.

مناقشة النتائج على ضوء التساؤل الخامس-5

وكان نصه: هل يوجد فرق في مستوى المهارات الاجتماعية يعزى لمتغير شدة الاضطراب

أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الفرد الفصامي البسيط والفصامي المتوسط وذلك بسبب شدة الأعراض ودرجة الاضطراب حيث أن الفصام المتوسط تكون أعراضه واضحة وتشمل اضطرابات التفكير والانسحاب والعزلة الاجتماعية وعدم القدرة على التواصل والحمول العقلي والجمود العاطفي هذا ما يؤثر على قدرته في إدراك وفهم مشاعر الآخرين وبالتالي صعوبة في التفاعل الاجتماعي وزيادة فرصة العزلة في المقابل الفصامي الخفيف أعراضه تكون أقل حدة ما يجعله قادر على إقامة علاقات اجتماعية وتطوير مهاراته.

إضافة إلى أن الفصامي يعاني من الانسحاب الاجتماعي بسبب النظرة السلبية للمجتمع له والوصمة الاجتماعية التي تعد من العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤدي به إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي حيث يتعرض للسخرية كونه فرد غير طبيعي هذا ما يجعله يشعر بالتهديد الاجتماعي ما يجعله يستخدم الانسحاب كآلية دفاعية وهذه الوصمة تؤدي به أيضا إلى خفض تقديره لذاته مما يجعله يتبنى صورة سلبية عن ذاته تفقده بعض المهارات الاجتماعية كما أن عدم تعرض الفرد الفصامي لمواقف ونماذج لتعليم المهارات الاجتماعية وكيفية التعامل مع الآخرين الذي يكون عن طريق الملاحظة والنمذجة والتقليد يؤدي إلى محدودية أو ضعف في الأداء الاجتماعي إضافة إلى نقص الاستبصار باضطرابهم هذا ما ينعكس على عجز في تطوير مهاراتهم وضعف دافعيتهم في المشاركة في الأنشطة

فالفصامي المتوسط يكون لديه حمول اجتماعي والذي يعتبر حالة نفسية ناتجة عن القلق أو الاكتئاب أو نقص الثقة في النفس أو عوامل اجتماعية كضعف التعزيز والنبد الاجتماعي وبالتالي يؤثر سلبا على جودة حياته ما يؤدي إلى الانسحاب والعزلة الاجتماعية. وبذلك تكون الفرضية الفرعية قد تحققت.



خاتمة والتوصيات

خاتمة:

إن اليقظة العقلية لدى المضطربين نفسيا وعقليا وتحديدًا الأفراد الذين يعانون من اضطرابات ذهانية ونخص بالذكر هؤلاء الذين يعانون من اضطراب الفصام تتأثر لديهم بشدة وذلك قد يكون بسبب طبيعة أعراض الاضطراب التي يعانون منها والتي تتمثل أساسا في الهلوس والهلذيات بالإضافة إلى ما يعانون منه من اضطرابات في التفكير كذلك العزلة الاجتماعية التي ت فرض عليهم بسبب الاختلاف الذي غالبا ما يعانوه منه. كما أن اليقظة العقلية لديهم تتأثر بمستوى الوعي وقدرتهم على الاستبصار بواقعهم بالإضافة إلى القدرة الضعيفة على التركيز وأيضا الانتباه. صف إلى ذلك طبيعة الدعم الأسري والاجتماعي الذي يتلقاه الفصامي والذي غالبا ما يكون قليلا وغير فعال. وعليه استنتجنا بأنه كلما زادت شدة الأعراض لديهم تراجع مستوى اليقظة العقلية لديهم واستخدامها بطريقة فعالة.

إن اليقظة العقلية لدى الفصامي وقدرته على اكتسابها تعد عاملا إيجابيا في تعزيز مهاراته الاجتماعية وتساعده على إدراك وفهم مشاعره واستبصار أفكاره وبالتالي فهم الآخرين والتفاعل معهم بطريقة إيجابية ومقبولة اجتماعيا في مختلف المواقف الاجتماعية. فعندما تتشكل اليقظة العقلية بشكل فعال لديه فإنها تفتح له فرصا لتكوين علاقات اجتماعية مستقرة وتساعده في خفض مستوى العزلة والانسحاب الاجتماعي وبالتالي تساعده على استقرار الاضطراب لديه وبالتالي الاندماج مع الآخرين في المحيط الاسري والاجتماعي وبالتالي تحسين جودة وطبيعة حياته.

التوصيات والاقتراحات:

وفي ضوء النتائج المتحصل عليها نقدم بعض الاقتراحات:

اقتراحات علمية:

- ✓ إجراء دراسات مماثلة حول موضوع اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية واختيار عينات بحث أخرى.
- ✓ إجراء دراسات تتناول متغيرات أخرى لمعرفة علاقتها باليقظة العقلية مثل: التوافق النفسي المعاش

النفسي....

اقتراحات عملية:

- √ الاهتمام بالمعاش النفسي للمصابين بالاضطرابات الذهانية.
- √ العمل على تعزيز برامج التأهيل الاجتماعي.
- √ العمل على توعية المحيط الأسري والمجتمع حول طبيعة الأمراض الذهانية وكيفية الدعم النفسي والاجتماعي وطرق العلاج.

اقتراحات علاجية:

علاج اضطراب الفصام:

-العلاج الدوائي بمضادات الفصام: الكلوبرومازين الثيروديازين فلوينتيكسول هالوبيريديول بموزايد بنفلوريديول فلوفينازين كلوينتيكسول كلوراسين أولاترايين ريسريدون أميسليراد.
-العلاج النفسي: وذلك باستخدام أساليب نفسية من أبرزها: الإيحاء التطهير الإقناع العقلي الاستبصار بالذات.

-العلاج التدميمي العلاج المعرفي السلوكي العلاج الالدينامي العلاج الأسري. (بوزياني 2013 ص36)

التدريب على المهارات الاجتماعية:

-تتضمن برامج التدريب على المهارات الاجتماعية ثلاثة أساليب رئيسية هي:

العائد-3 .الممارسة-2 .النمذجة-1

وغالبا ما تستخدم النمذجة عن طريق الشرائط السمعية أو شرائط الفيديو كما تتضمن الممارسة لعب الأدوار ويتضمن العائد تعليمات لبدائل الاستجابات وتدعيما للأداء الناجح وتستخدم هذه الإجراءات بصفة دائمة سواء في إطار فردي أو جماعي بغية العلاج.

هذا وأن التدريب على المهارة الاجتماعية يشمل ضمنا التدريب على المهارة السلوكية ومريض الفصام يكون بحاجة لها بعد شفائه وقد فقدها أثناء المرض ومنها: مهارات المبادرة قيادة السيارة التمرينات الرياضية.....ويمكن أن يقدم برامجها أخصائون نفسانيون أو اجتماعيون. (الخالدي 2006 ص376)

التدريب على اليقظة العقلية:

-تقنية الاسترخاء لتخفيف الضغط في الجسم

-فنية التأمل: من خلال التدريب على الجلوس الهادئ وملاحظة ورصد أي شيء يدخل في مجال إدراك الفرد مثل: الأفكار والانفعالات والأحاسيس.

-فنية إدراك الحواس: وتتضمن الانتباه لجميع الحواس

-فنية الوعي بالذات (محمد إسماعيل 2019 ص293)



قائمة المصادر والمراجع

- أبو بكر موسى سعاد وأحمد كمال بدرية (2019) الفروق بين الذكور والإناث في المهارات الاجتماعية مجلة كلية التربية 01: 117 جامعة المنصورة.
- أبو حجير لمعان محمد أحمد (2015) فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي لتنمية بعض المهارات الاجتماعية شهادة الماجستير في الصحة النفسية قسم علم النفس كلية التربية الجامعة الإسلامية فلسطين.
- أبو منصور خضر حنان (2011) الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً قسم علم النفس إرشاد نفسي كلية التربية الجامعة الإسلامية فلسطين.
- أحمد عبد الرحمان حنان (2020) اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية والرضا الوظيفي لدى عينة من موظفي بعض مؤسسات الدولة مجلة كلية التربية 4: 44 جامعة الأزهر القاهرة.
- أديب جودة الشيخ ريمان (2020) فاعلية برنامج إرشادي معرفي-سلوكي في تحسين المهارات الاجتماعية وخفض الشعور بالخجل لدى الطلبة المراهقين جامعة القدس المفتوحة فلسطين.
- أسعد عفاف حبيبة (2022) اضطراب ما بعد الصدمة للطفل المعتدى عليه تخصص علم النفس قسم العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة ابن خلدون تيارت.
- أعراب كريمة (2024) المهارات الاجتماعية بين المتوافقين وغير المتوافقين نفسياً ماستر علم النفس المدرسي قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة مولود معمري تيزي وزو.
- الخالدي محمد أديب (2006) مرجع في علم النفس الاكلينيكي (المرضي) الفحص والعلاج ط 1 دار وائل للنشر والتوزيع عمان الأردن.
- السفاسفة محمد إبراهيم (2023) فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مستوى المهارات الاجتماعية وخفض السلوك الإنسحابي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة مجلة العلوم التربوية 23 دار نشر جامعة قطر.
- الشربيني محمد (2023) المهارات الاجتماعية للأطفال ذوي التأخر اللغوي مجلة الطفولة 44 ص 830-858.
- الطوطو رانية موفق (2018) اليقظة العقلية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى طلبة جامعة دمشق مجلة جامعة البحث 40:04 جامعة دمشق.
- العايب كلثوم (2023) تأثير اليقظة العقلية والمرونة النفسية على الدافعية للإنجاز 01: 12 ص 763-780 مجلة البحوث التربوية والتعليمية جامعة الجزائر 02.
- العوفي عبد الرحمان وفرساس حسين (2021) أهمية تنمية المهارات الاجتماعية في تعديل السلوك العدواني للمعاقين عقلياً مجلة البحوث التربوية والتعليمية 02: 10 ص 261-282 جامعة محمد بوضياف المسيلة الجزائر.
- الفوزان خالد سارة (2023) تقييم المهارات الاجتماعية للأفراد ذوي الإعاقة الفكرية مجلة كلية التربية جامعة طنطا 89

-المالكي ماجد أحمد (2019) اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التفكير التحليلي لدى الطلاب المتفوقين
مرحلة الثانوية قسم التربية الخاصة كلية التربية 10: 35 جامعة الباحة المملكة العربية السعودية المجلة
العلمية لكلية التربية.

-المهدي أبوزيد هيام (2013) المهارات الاجتماعية وعلاقتها باضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط
الزائد والاندفاعية لدى أطفال المرحلة الابتدائية مجلة كلية التربية 14 جامعة بورسعيد.

-اليوسف رامي محمود (2013) المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي
العام مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية 01: 21 ص 327-365 الجامعة الإسلامية
فلسطين.

-بن جدو مسعودة وبوناصر خولة (2024) القدرة التنبؤية لليقظة العقلية بجودة الحياة لدى طلبة سنة أولى
ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

-بن شوك أسماء وآسيا عبد الله (2023) دراسة المهارات الاجتماعية عند الأطفال ذوي اضطراب فرط
الحركة وتشتت الانتباه مجلة أصيل للدراسات النفسية والتربوية والاجتماعية 03 ص 188-204 المركز
الجامعي الشريف بوشوشة أفلو الأغواط الجزائر.

-بوبلال رانيا (2020) اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم قسم النفس وعلوم التربية كلية العلوم
الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

-بوجلال سعيد (2009) المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالتفوق الدراسي شهادة الماجستير في علم النفس
الاجتماعي كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا جامعة الجزائر.

-بوحارة هناء (2023) اليقظة العقلية وعلاقتها بالإتزان الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين 01: 10 مجلة
العلوم الإنسانية جامعة أم البواقي.

-بوزياني وئام (2013) واقع التكفل النفسي بالمريض الفصامي داخل المؤسسة الاستشفائية شهادة
الماستر تخصص علم النفس العيادي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة
محمد خيضر بسكرة.

-بوعزة ربيعة (2020) فاعلية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية لتخفيض الضغط المدرك لدى أمهات
الأطفال المعاقين عقلي مخبر جودة الراج في التربية الخاصة والتعليم المكيف كلية العلوم الإنسانية
والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

-بوقزوز صباح (2020) المهارات الاجتماعية: أنواعها وأهميتها والنظريات المفسرة لها المجلة الجزائرية
للطفولة والتربية علي لونيبي جامعة البليدة 02.

-بوهلالة أحمد (2017) المهارات الاجتماعية وعلاقتها بفعالية الذات مذكرة ماستر في علم النفس العمل
والتنظيم قسم علم النفس والأرطوفونيا كلية العلوم الاجتماعية جامعة محمد بن أحمد جامعة وهران 02.

-بوشارب نوال وبن ناصر حمزة (2020) نوعية الأغلفة النفسية لدى الراشد المصاب بمرض الربو شهادة

- ماستر علم النفس العيادي كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس جامعة 8 ماي 1945 قالمة.
- تواتي نورة (2020) اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى الأطفال المتعرضين للاعتداءات المجلة الجزائرية للطفولة والتربية جامعة البليدة 2.
- حواس حسن محمد سارة (2019) المهارات الاجتماعية لدى الأطفال المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال جامعة المنصورة 06: 02.
- خنفر كريمة وخمقاني نسرين (2023) اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي قسم علم النفس وعلوم التربية كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- دغوش نورة (2020) اليقظة العقلية من منظور علم النفس الإيجابي 09: 04 ص 533-559 مجلة علوم الإنسان والمجتمع جامعة أبو القاسم سعد الله الجزائر2.
- رونالد ريجيو (2006) قائمة المهارات الاجتماعية دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع القاهرة.
- زروالي جيهان وآخرون (2023) فعالية مقياس الشخصية DSM-5 في تشخيص الاضطرابات الذهانية لدى عينة سريرية شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي قسم علم النفس كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة 8 ماي 1945 قالمة.
- سالمان محمود الشيماء (2023) فعالية برنامج علاجي سلوكي جذلي في خفض شدة أعراض الفصام مجلة الارشاد النفسي 9: 15 كلية التربية جامعة المنيا.
- سيبوكر إسماعيل ونجاحي نجلاء (2019) أهمية المنهج الوصفي للبحث في العلوم الإنسانية مخبر اللسانيات النصية وتحليل الخطاب جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- شريهان محمد علي الليثي (2022) مكونات كل من اليقظة العقلية وتنظيم الانفعال ودورها في العلاج النفسي مجلة كلية التربية: 120 جامعة المنصورة.
- طرفاني موسى وآخرون (2018) المهارات الاجتماعية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى مدربي كرة القدم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة أوكلي محند أولحاج البويرة.
- عبد العظيم حسن فاطمة الزهراء (2022) اليقظة العقلية كمتغير وسيط في العلاقة بين القلق الاجتماعي والاعتراب النفسي لدى المراهقين مجلة كلية الآداب: 20 جامعة بورسعيد.
- عثماني عبد المالك (2013) مفهوم وأهمية المنهج في البحث العلمي مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية 1: المركز الجامعي النعامة 1.
- علي عبد الله محمد (2025) متطلبات تنمية المهارات الاجتماعية للعاملين بالوحدات الاجتماعية في ضوء معايير الجودة مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية 20: 05 جامعة الأزهر الأسبوط.
- عمرون فضيلة وعمروش فاطمة (2023) المهارات الاجتماعية وتقبل المرض لدى الطلبة المصابين بمرض السكري شهادة الماستر في علم النفس العيادي تخصص علم النفس الصحة قسم علم النفس كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة مولود معمري تيزي وزو.

- فرج الله أمّنة (2018) الصورة النمطية لمريض الفصام لدى الشباب مذكرة ماستر في علم النفس الاجتماعي قسم علم النفس كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة 8ماي 1945 قالمة.
- فكري لطيف متولي (2016) دراسة حالة في علم النفس ط 1 مكتبة الرشد ناشرون كلية التربية جامعة أم القرى.
- لمغربي أسماء (2023) اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الحياة قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة غرداية.
- مجذوب أحمد محمد أحمد قمر (2022) درجة إسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالتوجه نحو الحياة 2: 02 مجلة المصباح جامعة دتفلا السودان.
- محمد إسماعيل سيد حميدة (2019) فعالية برنامج قائم على اليقظة الذهنية في تنمية التدفق النفسي وأثره على السعادة النفسية مجلة الارشاد النفسي 1: 6 كلية التربية جامعة عين شمس.
- محمد جمال صالح محمد (2022) تقويم المهارات الاجتماعية لدة تلاميذ الصف السادس ابتدائي المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية 30: 06 ص 646-607 جامعة أسوان.
- مريم سالم سعد عامر (2023) المهارات الاجتماعية لدى الأفراد العاديين والأفراد ذوي الإعاقة مجلة كلية التربية العلمية 14 كلية التربية جامعة بنغازي.
- هدى جمال محمد السيد (2018) اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين دراسات نفسية 04: 28 ص 945-833 كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس.



قائمة الملاحق



الملحق رقم 01: مقياس اليقظة العقلية:

الفقرات	تنطبق على دائما	تنطبق على غالبا	تنطبق على أحيانا	تنطبق على نادرا	لا تنطبق على أبدا
1	أجد نفسي قادر على الإصغاء إلى أحد الأشخاص وأن أعمل أشياء أخرى في الوقت نفسه.				
2	أنا محب للاستطلاع.				
3	يشغل جزء من تفكيري بعيدا عن العمل الذي أقوم به.				
4	أستخدم كل الأدوات المتاحة لتحسين قدرتي على الفهم.				
5	أحاول حل المشكلات سواء كانت سارة أو مزعجة.				
6	لدى القدرة على ابتكار الحلول المجردة للمشكلات.				
7	أميل إلى القيام بعدد من الأشياء في نفس الوقت.				
8	لا أحصر نفسي بطريقة واحدة لحل المشكلات التي تواجهين.				
9	أستخدم بعض استراتيجيات التفكير الجديدة لمواجهة المواقف الصعبة.				
10	أرى أن جميع المواد الدراسية مترابطة مع بعضها.				
11	أستخدم خبراتي السابقة لمواجهة المشكلات المشابهة في المستقبل.				
12	أشعر أنني أوجه آليا دون أن أكون على وعي بما أفعله.				
13	من السهل أن أصاب بالشروذ الذهني.				
14	أحاول الاستفادة من آراء زملائي لحل مشكلة معينة.				

أمتلك القدرة على التنبؤ بالأحداث.	15
أتشوق لمعرفة ما الذي سأتعلمه من ملاحظتي للأشياء التي تثير انتباهي.	16
من الصعب أن أجد الكلمات التي أصف بها ما أفكر فيه.	17
أنا على وعي بكل ما لدي من أفكار ومشاعر للآخرين.	18
أجد نفسي بأنه يجب علي أن أفكر بطريقة أنا أفكر إذن أنا موجود.	19
لدي فضول لمعرفة ما يدور في عقلي لحظة بلحظة.	20
أندمج في الفعاليات مع الآخرين دون أن أكون متأكد أنني منتبه إليهم.	21
أنا شخص مرن.	22
أستطيع الحكم فيما إذا كانت أفكاري جيدة أو جيدة.	23
أؤدي وظائف والمهام الموكلة إلى بشكل آلي دون أن أعني ما أفعله.	24
أتحدث عن أخطائي وأجدها سبيلا لأتعلم منها.	25
أميل إلى تقييم فيما إذا كان ما أدركه صحيح أو خاطئ.	26
أميل إلى تجريب كل ما هو جديد.	27
أنا على وعي بالعواقب الوخيمة لأفعالي.	28
أنا شخص مبدع.	29
أحكم على الأمور التي تستحق الاهتمام ومالا قيمة لها من خلال خبرتي.	30
أتمتع بروح الدعابة والفكاهة.	31

أشعر بالفلق من أي تطورات تحدث في حياتي:	32
أجيد اختيار الكلمات التي تصف إحساسي.	33
أقبل كل الأفكار السارة وغير السارة.	34
أمتلك أفكار غير عقلانية.	35

الملحق رقم 02: مقياس المهارات الاجتماعية:

العبارات:	لا تنطبق علي قليلا	تنطبق علي كثيرا	تنطبق تماما
1 من الصعب على الآخرين أن يعرفوا أنني حزين أو مكتئب عندما أكون كذلك.			
2 عندما يتحدث الناس معي أراقب حركاتهم وتصرفاتهم بقدر ما أستمع إليهم.			
3 يستطيع الناس دائما أن يلاحظوا أنني متضايق منهم مهما بذلت من جهد لإخفاء مشاعري.			
4 أستمتع بوجودي في الحفلات والاجتماعات.			
5 نادرا ما أشعر بالضيق وعدم الراحة من النقد أو التوبيخ.			
6 أستطيع أن أنسجم مع كل الناس صغيرهم وكبيرهم غنيهم وفقيرهم.			
7 سرعتي في الكلام تفوق معظم الناس.			
8 القليل من الناس حساسين ومتفاهمين مثلي.			

عادة ما يكون من الصعب على أن أمنع نفسي من الابتسام والضحك عندما أحكي نكتة أو قصة هزلية.	9
يستغرق الناس وقتنا لمعرفةني جيدا.	10
يعد الناس أكبر مصدر لسعادتي وأحزاني.	11
عندما أكون مع مجموعة من أصدقائي فغالبا ما أكون أنا المتحدث إليهم.	12
عندما أكتب أحاول أن أجعل الآخرين من حولي مكتئبين أيضا.	13
أثناء تواجدي في الحفلات أستطيع أن أدرك في الحال أي شخص يهتم بي.	14
دائما يستطيع الناس من خلال تعبيرات وجهي معرفة مدى ما أشعر به من ارتباك.	15
أحب أن أشارك في الأنشطة الاجتماعية.	16
أفضل أكثر أن أشارك في المناقشات السياسية بدلا من أن أجلس لأحظ وأحلل ما يقوله الآخرين.	17
أجد أحيانا أنه من الصعب أن أنظر في وجوه الآخرين عندما أتحدث معهم.	18
أخبرني البعض بأنهم يعرفون مشاعري من عيناى.	19
أهتم بمعرفة كل ما يجذب انتباه الناس.	20
لست ماهرا تماما في ضبط انفعالاتي أو التحكم في مشاعري.	21
أفضل الأعمال التي تتطلب الاشتراك مع أكبر عدد ممكن من الناس.	22
أتأثر بدرجة كبيرة بالحالة النفسية بمن يحيطون بي.	23
لست ماهرا في إجراء المحادثات حتى ولو سبق الإعداد لها.	24
أشعر عادة بعدم ارتياح لتعاملي مع الناس الآخرين.	25
أستطيع بسهولة أن أفهم طبيعة أي شخص من خلال ملاحظته وهو يتعامل مع الآخرين.	26
أستطيع أن أخفي مشاعري الحقيقية عن أي شخص.	27
أختلط عادة بالآخرين أثناء الحفلات والاجتماعات.	28

29	هناك مواقف معينة أشعر فيها بالقلق بخصوص ما أقوله (أفعله) وهل هو صحيح أم لا.
30	أجد صعوبة في التحدث أمام جمع كبير من الناس.
31	أضحك عادة بصوت مرتفع.
32	أبدو دائما وكأنني أعرف المشاعر الحقيقية للناس الآخرين مهما حاولوا وبذلوا الجهد لإخفائها.
33	أستطيع أن أمنع نفسي عن الضحك حتى لو حاول أصدقائي أن يجعلوني أضحك أو أبتسم.
34	أبادر عادة لتقديم نفسي للغرباء.
35	أعتقد أحيانا أنني آخذ ما يقوله الناس بشكل شخصي أو على أنه يمسنني.
36	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص الأشياء الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها.
37	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون أنني غاضب أو منزعج لوجودي معهم.
38	أستطيع أن أفهم طبيعة أي شخص بعدما أقابله مرة واحدة.
39	من الصعب على جدا أن أتحكم في انفعالاتي.
40	عادة ما أكون الشخص الذي يبادر بمحادثة الآخرين.
41	إن ما يعتقدده الآخرين عن تصرفاتي يؤثر على قليلا وقد لا يؤثر إطلاقا.
42	عادة ما أكون ماهرا جدا في إدارة المناقشات الاجتماعية.
43	تعبيرات وجهي عموما تكون عادية.
44	يعد وجودي مع الناس من أعظم الأشياء التي تسعد حياتي.
45	لدي قدرة كبيرة على المحافظة على مظهري الهادئ حتى لو كنت قلق أو مضطرب.
46	عندما أحكي قصة لشخص ما أستخدم كثيرا من الإشارات والأمثلة لتوضيح ما أقوله.

غالبًا ما أكون قلق ومشغول من أن يسيء الآخريين فهم شيء ما قلته لهم.	47
غالبًا ما أشعر بعدم الانسجام مع الناس الآخريين الذين يختلفون عني في المستوى الاجتماعي.	48
نادرا ما أظهر غضبي.	49
أستطيع أن أكتشف المحتال منذ اللحظة الأولى التي أراه فيها.	50
أنسجم عادة بتصرفاتي وأفكاري مع أي مجموعة يتصادف وجودي فيها.	51
عندما أكون في مناقشة مع الآخريين فإنني أشارك بنصيب كبير في الحديث.	52
منذ صغري يؤكد لي والدي على ضرورة أن يكون سلوكي حسن في مخاطبة الناس ومعاملتهم.	53
لست ماهرا في الاختلاط بالناس أثناء الحفلات.	54
غالبًا ما أقترب من أصدقائي أو ألامسهم عندما أتحدث إليهم.	55
أشعر بالضيق عندما يحكي لي الناس الآخريين عن مشاكلهم.	56
عندما أكون من الداخل متضايق وأكاد أنفجر أستطيع أن أخفي ذلك.	57
أستمتع في الاجتماعات والحفلات بالحديث مع مختلف الناس.	58
أناثر بشدة بأي شخص يبتسم لي أو يكشر في وجهي.	59
أشعر بعدم الراحة أو بأني غريب في الحفلات التي يحضرها عدد كبير من الأشخاص المهمين جدا.	60
لدي القدرة على تحويل حفلة مملة إلى حفلة مليئة بالضحك والمرح.	61
أصرخ أحيانا عند رؤية مشهد حزين.	62
أستطيع أن أتظاهر بأني سعيد جدا في المواقف الاجتماعية حتى لو كنت غير ذلك في الحقيقة.	63
أعتبر نفسي شخص منعزل.	64
أنا حساس جدا للنقد.	65

ألاحظ أحيانا أن الناس من مختلف المستويات يشعرون بأنهم غير منسجمين أو متكيفين معي.	66
لا أحب أن أكون محل انتباه أحد.	67
لا أتأخر عن تقديم التشجيع ومعاونة أي شخص لديه مشكلة للتخفيف عنه.	68
نادرا ما أستطيع أن أخفي مشاعري القوية.	69
أستمتع الذهاب إلى الحفلات الكبيرة ومقابلة أشخاص جدد.	70
من المهم جدا أن يحبني الناس الآخريين.	71
أقول أحيانا أشياء خاطئة عندما أبدأ محادثة مع الغرباء.	72
نادرا ما أظهر مشاعري وانفعالاتي.	73
أستطيع أن أقضي ساعات لمجرد مشاهدة الناس الآخريين.	74
أستطيع بسهولة أن أتظاهر بالغضب والحزن حتى لو كنت فعلا أشعر بالسعادة.	75
لا أحب أن أتحدث مع الغرباء إلا إذا تحدثوا هم معي أولا.	76
أصبح عصبيا إذا اعتقدت أن شخصا ما يراقبني.	77
يتم اختياري غالبا لأكون قائد المجموعة.	78
يخبرني أصدقائي أحيانا بأنني أتحدث كثيرا.	79
يخبرني الآخريين غالبا بأنني شخص حساس وعاطفي.	80
يغلم الناس مشاعري حتى لو حاولت أن أخفيها عنهم.	81
أميل لأن أنعش أي حفلة وأن ادخل عليها الفرح	82
أهتم عموما بما أكونه عن الآخريين من انطباعات.	83
غالبا ما أجد نفسي في مواقف اجتماعية غير ملائمة لا أحسد عليها.	84
لا أعبر عن غضبي بالصياح أو الصراخ.	85
عندما يكون أصدقائي قلقين أو متضايقين فإنهم يقصدونني لأمد إليهم يد العون وأساعدهم على تحقيق الهدوء والطمأنينة.	86

أستطيع بسهولة أن أغير من نفسي فأبدوا شخصا سعيدا في لحظة وحزين في لحظة أخرى.	87
أستطيع أن أتحدث لساعات عن أي موضوع.	88
أهتم غالبا بفكرة الآخرين وانطباعاتهم عني.	89
أستطيع أن أنسجم بسهولة وسرعة مع أي موقف اجتماعي.	90

الملحق رقم 03: ورقة التبرص:1