وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب

كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لدى المراهق

–دراسة عيادية لحالتين باستخدام اختبار تفهم الموضوع(TAT)

من إعداد الطالبة:

– دربال شيماء

تحت إشراف الأستاذ:

أ. بن عيسى عبد الحكيم

تاريخ المناقشة: 2026/06/15

تمت المناقشة علنا أمام اللجنة المكونة من:

	اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
أ.	زاوي امال	أستاذ محاضر – أ –	رئيسا
أ.	بن عيسى عبد الحكيم	أستاذ محاضر – ب –	مشرفا ومقررا
أ.	منقوشي فاطمة	أستاذ مساعد	مشرفا مساعدا
أ.	بن عيسى رحال نوال	أستاذ محاضر – ب –	مناقشا

السنة الجامعية 2025–2026

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عين تموشنت- بلحاج بوشعيب
كلية الاداب واللغات والعلوم الاجتماعية

Ministère de L'enseignement Supérieur et de La Recherche Scientifique
Université Ain Temouchent -Belhadj Bouchaib –
Faculté des lettres, langues et sciences sociales

الترخيص بإيداع مذكرة الماستر

اسم الأستاذ(ة) المشرف(ة): بن عيسى عبد الحكيم

مذكرة التخرج في الماستر الموسومة : التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لدى المراهق – دراسة يادية على حالتين باستخدام اختبار تفهم الموضوع

من انجاز الطالب (ة):

1 دربال شيماء

ميدان: العلوم الاجتماعية

عبة: علم النفس

صص: علم النفس العيادي

أشهد أن الطالب(بين) قد قام(ا) برفع كل التحفظات المطلوبة من طرف لجنة المناقشة إمكانه(ما) إيداع النسخة الالكترونية المصححة على مستوى المستودع الرقمي لجامعة ن تموشنت.

عين تموشنت في: .....

امضاء المشرف
الاسم واللقب
أ. عبد الحكيم بن عيس

امضاء رئيس اللجنة
الاسم واللقب
د. زاوي أمال

تأشيرة رئيس القسم
جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب
د. زاوي أمال
مستقو
تكوين في علوم اجتماعية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب

كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث علمي

(القرار رقم 1082 المؤرخ في 27 ديسمبر 2020 الذي يحدد القواعد المتعلقة بالوقاية من السرقة العلمية ومكافحتها)

أنا الممضي أسفله،

الطالب (ة): دربال شيماء

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 110041463003890009.

الصادرة في عين تموشنت **بتاريخ:** 09-01-2023

دائرة: عين تموشنت **ولاية** عين تموشنت

والمسجل بكلية الأداب و اللغات و العلوم الاجتماعية **قسم:** العلوم الاجتماعية

شعبة: علم النفس **تخصص:** علم النفس العيادي

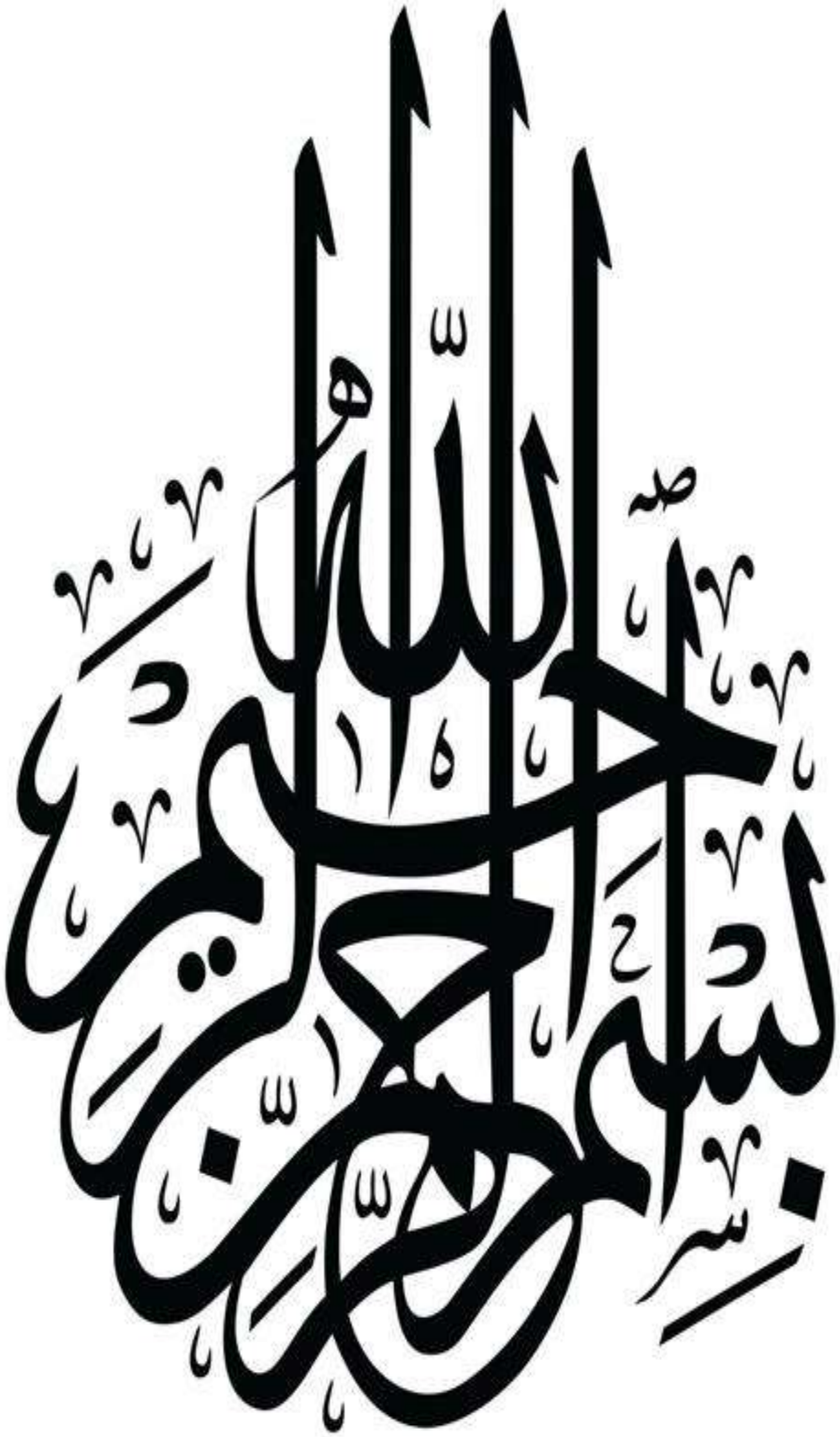
والمكلف بإنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر أكاديمي، الموسومة بعنوان:

التعبير الإنفعالي وسمات الشخصية لدى المراهق –دراسة عيادية على حالتين باستخدام اختبار تفهم الموضوع-

أصرح بشرفي أن ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقية المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في انجاز مذكرة الماستر المذكورة أعلاه.

عين تموشنت في: 29/06/2026

امضاء المعني


بسم الله الرحمن الرحيم

الإهداء

قد تنام العين وتغفو.... ولا ينام القلب فينسى ما وهبني الله من قوةٍ لا تُنسى

حمداً لله على نعمةٍ جعلها لا تزول.... وعقلاً مفعماً بالعلم يدهش العقول

ولو جُرحت الأيادي... لبقيت الأصابع تكتب حباً للمعرفة وداً

قد يقول البعض: نهدي هذه المذكرة لأغلى شخص... أما أنا فأقول: هي ثمرة جهدي وملكٌ لي قبل أن تكون لأي أحد.

أما سعادة الانتهاء منها سعادة تقديمها وسعادة الوصول لهذه المرحلة فأهديها لأقرب شخصين إليّ...لأمي وأبي اللذان رباني ووصلت لما أنا عليه الآن بتوفيق من الله... أهدي الشعور لا الكلام... فالكلام له نهاية.... أما الشعور فيبقى في الأعماق إلى الأبد.

شكر وتقدير

أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى كل من ساهم في إنجاز هذه المذكرة من قريب أو بعيد وقدم لي الدعم والمساعدة خلال مسيرتي البحثية

وأخص بالشكر الأستاذ المشرف "بن عيسى عبد الحكيم" على توجيهاته القيّمة ونصائحه التي كان لها بالغ الأثر في إتمام هذا العمل

كما لا يفوتني أن أشكر أيضا الأستاذة المساعدة "منقوشي فاطمة" على توجيهاتها القيمة التي أغنى هذا العمل أكثر

كما أتوجه بجزيل الشكر إلى جميع الأساتذة الذين أشرفوا علي في مشواري الدراسي وكل من ساهم في تكويني الأكاديمي خلال سنوات الدراسة

ولا يفوتني أن أشكر أيضا مؤسسة ثانوية البشير الإبراهيمي على فتحها لي الأبواب بقلب رحب وكذا الحالات على مشاركتهم في هذا البحث المتواضع وكل من وقف بجانبي وشجعني على إتمام هذه الدراسة ولو بكلمة طيبة.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن سمات الشخصية لدى المراهق من خلال تعبيره الانفعالي بالاعتماد على اختبار تفهم الموضـوع(TAT) كاداة اسـقاطية لاكتشـاف الديناميات النفسـية العميقة، وتحليل كيفية تجلي هذه السمات عبر البناء السردي للقصـص المنتجة من طرف المراهق، اين تم الاعتماد على حالتين (ذكر وانثى) تم اختيارهما بطريقة قصـدية، وباسـتخدام المنهج العيادي القائم على دراسـة الحالة، وبالاسـتعانة على مجموعة من الأدوات المتثملـة في (المقـابلـة العيـاديـة– الملاحظـة– مقيـاس التنظيم الانفعـالي(ERQ)– واختبـار تفهم الموضـوع(TAT))، اين أظهرت النتائج على أن التعبير الانفعالي لدى المراهقين يرتبط بسمات الشـخصـية، غير أن هذا الارتباط يتسـم بالطابع الدينامي وغير المسـتقر حيث يتباين بين الكبت والتعبير الانتقائي، والتجنب تبعا لاختلاف الحالات وطبيعة التوظيف النفسي والسياق الانفعالي.

الكلمات المفتاحية: سمات الشخصية، التعبير الانفعالي، المراهق، اختبار تفهم الموضوع(TAT).

Abstract;

The current study aimed to identify personality traits in adolescents through their emotional expression, using the Thematic Apperception Test (TAT) as a projective tool to uncover deep psychological dynamics, and to analyze how these traits manifest through the narrative structure of the stories produced by the adolescents. Two cases (one male and one female) selected purposefully, using a clinical case study approach, and employing a set of tools including (clinical interview, observation, the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) and the Thematic Apperception Test (TAT)). The results showed that emotional expression in adolescents is linked to personality traits; however, this link is dynamic and unstable, varying between repression, selective expression, and avoidance depending on the situation, the nature of psychological functioning, and the emotional context.

Keywords: personality traits, emotional expression, adolescents, Thematic Apperception Test(TAT).

قائمة المحتويات

المحتوى	الصفحة
الإهداء	أ
شكر وعرفان	ب
ملخص الدراسة	ج
قائمة المحتويات	د
قائمة الجداول	ز
قائمة الملاحق	ح
المقدمة	1
الجانب النظري	
الفصل الأول: الفصل التمهيدي للدراسة	
إشكالية الدراسة	03
فرضيات الدراسة	04
أهداف الدراسة	04
أهمية الدراسة	06
المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة	06
الفصل الثاني: التعبير الإنفعالي	
تمهيد	09
1. مفهوم التعبير الإنفعالي	09
2. نظريات التعبير الإنفعالي	10
3. الوظائف الأساسية للإنفعال	14
4. العوامل المؤثرة في التعبير الإنفعالي	14
5. التعبير الإنفعالي عند المراهق	17
خلاصة	18
الفصل الثالث: سمات الشخصية والمراهقة	

تمهيد	19
1. سمات الشخصية	19
1.1. مفهوم سمات الشخصية	19
2.1. النظريات المفسرة لسمات الشخصية	21
3.1. معايير سمات الشخصية	24
4.1. العوامل المؤثرة في سمات الشخصية	25
2. المراهقة	25
1.2. مفهوم المراهقة	25
2.2. مراحل المراهقة	26
3.2. خصائص المراهقة	28
4.2. النظريات المفسرة للمراهقة	31
5.2. خلل التنظيم الإنفعالي لدى المراهق	34
6.2. تطور سمات الشخصية عند المراهق	35
خلاصة	36
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	39
1. منهج الدراسة	39
2. حدود الدراسة	40
3. حالات الدراسة وطريقة اختيارها	40
4. أدوات جمع بيانات الدراسة	41
خلاصة	46
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	47
1. عرض وتحليل نتائج الدراسة	47
2. مناقشة فرضيات الدراسة	62

3. إستنتاج عام	65
الخاتمة	67
الاقتراحات	69
قائمة المراجع والمصادر	70
الملاحق	77

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	حالات الهوية الأربع حسب مارسيا(1966)	34
02	خصائص حالات الدراسة	40
03	سير المقابلات مع الحالة	42
04	استجابات الحالة الأولى للوحات	48
05	نتائج اختبار تفهم الموضوع(TAT) للحالة الأولى	51
06	السلوكات الملاحظة على الحالة الأولى في كل مقابلة	54
07	إستجابات الحالة الثانية للوحات	56
08	نتائج اختبار تفهم الموضوع(TAT) للحالة الثانية	59

قائمة الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مقياس التنظيم الإنفعالي(ERQ)	77
02	اجابات الحالة الثانية على المقياس	78
03	اجابات الحالة الأولى على المقياس	79
04	ترخيص إجراء الدراسة الميدانية	80
05	لوحات إختبار تفهم الموضوع(TAT)	81

مقدمة

مقدمة:

إن سمات الشخصية تعد جزءا أساسيا من بناء الشخصية ككل، ويمكن اعتبار طريقة التعبير عن الانفعالات أحد المظاهر التي تعكس هذه السمات، لذلك لا يمكننا الحكم على صفة معينة لدى الفرد دون فهم طريقة تعامله مع المواقف المختلفة، إذ إن هذا التعامل يظهر من خلال أسلوبه في التعبير الانفعالي، فلكل فرد طريقة خاصة في إدراك المواقف وتفسيرها والاستجابة لها. فالموقف الواحد قد يثير الغضب لدى مراهق بينما لا يثير نفس الانفعال لدى آخر، كما أن الاستجابة تختلف حتى داخل الفئة العمرية نفسها فهناك من يتجنب المواقف المخيفة بينما يواجهها آخرون بانفعال مباشر مثل الصراخ أو المواجهة وهذه الاختلافات تعكس طبيعة التعبير الانفعالي لدى كل فرد.

هذا الاختلاف لا يأتي من العدم بل ينتج عن تداخل مجموعة معقدة من العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية التي تعمل بشكل متكامل ومتفاعل لتشكل في النهاية نمطا خاصا بكل فرد في كيفية إدراكه للمواقف وتفسيره لها واستجابته الانفعالية تجاهها، مما يجعل لكل شخص بصمة انفعالية مميزة تميزه عن غيره وتعتبر العوامل النفسية مثل الخبرات السابقة وسمات الشخصية مهمة جدا في تشكيل طريقة الفهم والتقييم للمواقف.

وفي هذا السياق جاءت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لدى المراهقين من خلال تحليل الإنتاج الإسقاطي في اختبار تفهم الموضوع(TAT) ولتغطية الموضوع والإلمام بجميع متغيراته من مختلف جوانبه تم تقسيم الدراسة إلى جانبين: جانب نظري وجانب ميداني.

تضمن الجانب النظري ثلاثة فصول حيث خصص **الفصل الأول** الفصل التمهيدي للدراسة من خلال عرض الإشكالية وصياغة الفرضيات وفق المنهجية العلمية المتبعة في البحوث الأكاديمية إضافة إلى تحديد أهداف الدراسة وأهميتها، ثم ضبط المفاهيم الإجرائية لمتغيراتها. أما **الفصل الثاني** فقد تناول متغير التعبير الانفعالي من حيث المفهوم والخصائص والنظريات المفسرة والعوامل المؤثرة فيه مع التطرق إلى التعبير الانفعالي عند المراهق في حين تناول **الفصل الثالث** متغير سمات الشخصية والمراهقة، حيث تم عرض المفاهيم الأساسية والنظريات المفسرة ومعايير السمات والعوامل المؤثرة فيها إضافة إلى خصائص مرحلة المراهقة ونظرياتها مع التطرق إلى التنظيم الانفعالي لدى المراهق وتطور سمات الشخصية في هذه المرحلة.

أما الجانب الميداني فقد خصص للدراسة التطبيقية وتضمن فصلين: تناول **الفصل الرابع** الإجراءات المنهجية للدراسة من حيث المنهج المستخدم وحدود الدراسة الزمانية والمكانية والعينة والأدوات المستعملة، ثم خلاصة الفصل بينما خُصص **الفصل الخامس** لعرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة، يليها استنتاج عام، الخاتمة ثم الاقتراحات، وأخيرا قائمة المصادر والمراجع والملحقات.

الفصل الاول: الفصل التمهيدي للدراسة

تمهيد

إشكالية الدراسة

فرضيات الدراسة

أهداف الدراسة

أهمية الدراسة

المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة

اشكالية الدراسة:

تعد مرحلة المراهقة من اكثر المراحل النمائية حساسية وتعقيدا، اذ تتداخل فيها تغيرات بيولوجية ونفسية واجتماعية وانفعالية متسارعة تنعكس بشكل مباشر على العلم الانفعالي للمراهق، ففي هذه الفترة يبدأ المراهق ذكرا كان أم انثى في مواجهة مشاعر جديدة وتحديات مكثفة قد تتجاوز قدرته في كثير من الأحيان على فهمها أو ضبطها كالخوف والحيرة، والغضب، والاندفاعية، اضافة الى الرغبة الشديدة والملحة في الاستقلال والانخراط في عالم الكبار، حيث غالبا ما يواجه المراهق صعوبات واضحة في التعبير عن هذه الانفعالات نتيجة جملة من العوامل ابرزها الضغوط الأسرية والاجتماعية المتمثلة في تحميله طاقة تفوق قدرته كارتفاع سقف التوقعات التي يضعها الأباء لأبنائهم، فضلا عن الخوف من الرفض أو السخرية من قِبل الاقران، أو الشعور بعدم الانتماء، وهو ما يساهم في اضعاف كفائته اللغوية–الانفعالية بما يحد من قدرته على وصف مشاعره والتعبير عنها بدقة. يشير مفهوم صعوبة التعبير الإنفعالي إلى عجز وعدم قدرة المراهق على تحويل مشاعره الداخلية المرتبطة بمواقف او خبرات معينة إلى الفاظ أو سلوكيات واضحة ومفهومة، وغالبا ما تتخذ انماط التعبير الانفعالي في هذه الحالة اشكالا غير تكيفية كالتنظيم المفرط او الكبت، او التشويه، وهذا ما يجعل من المهم هنا دعم هذا المراهق ومساعدته على تنمية قدرته على التعبير الانفعالي بطرائق ملائمة كتشجيعه على الحديث عن يومياته ومشاعره ضمن بيئة آمنة قائمة على التفهم وخالية من الاحكام المسبقة، او تمكينه من استخدام الكتابة بوصفها وسيلة فعالة للتنفيس الانفعالي، أو حتى إدماجه في أنشطة ثقافية وترفيهية تسهم في تعزيز تفاعله مع الجماعة وتتيح له التعبير الغير مباشر عن مشاعره.

هنا تبرز أهمية الاختبارات الإسقاطية بوصفها أدوات تشخيصية فعالة تسهم في الكشف عن الديناميات النفسية الداخلية واللاشعورية خاصة لدى المراهقين الذين يواجهون صعوبات في التعبير اللفظي المباشر، اذ تتيح هذه الاختبارات الوصول إلى أعمق مستويات النفس اين تكمن وتتشكل الصراعات الداخلية والمخاوف والرغبات المكبوتة، ومن أبرز هذه الاختبارات اختبار رورشاخ، واختبار رسم الشخص ورسم العائلة، واختبار تفهم الموضوع(TAT)، وغيرها من الاختبارات الاسقاطية التي تحظى بقيمة تشخيصية كبيرة في البناء النفسي والانفعالي للمراهق.

فاختبار تفهم الموضوع(TAT) يعد من ابرز الاختبارات الاسقاطية في مجال علم النفس العيادي كما سبق الاشارة نظرا لقدرته العالية على الغوص في أعماق النفس البشرية، والكشف عن الجوانب الانفعالية الغير واعية، وقد استتخدم هذا الاخير في العديد من الدراسات التي أظهرت مصداقيته في تفسير الصراعات الداخلية وتحليل التعبير الانفعالي لدى فئة المراهقين، والتي من بينها دراسة فلور(Flore, 2013) التي هدفت الى تمييز المشاعر

من خلال تعابير الوجه عند المراهقين المصابين باضطرابات في الشخصية اين شملت الدراسة(118) مراهقا، منهم(42) مراهقا يعانون من اضطرابات شخصية، و(111) مراهقا سليما، و(28) مراهقا يعانون من اضطرابات نفسية أخرى دون اضطرابات شخصية، اذ استخدم الباحثون اختبار التعرف على الانفعالات(Emotion Recognition Task) لقياس قدرة المراهقين على تمييز المشاعر والانفعالات في وجوه الآخرين، والتي أظهرت نتائجها على أن المراهقين ذوي اضطرابات الشخصية ابدو دقة أعلى في التعرف على تعبيرات الوجه الانفعالية مقارنة باقرانهم الاسوياء، الى جانب حساسية اكبر اتجاه الانفعالات السلبية، وهناك ايضا دراسة أمال بن عبد الرحمان(2014) التي هدفت الى الكشف عن خصائص سياقات المرونة النفسية لدى الفرد السوي من خلال اختبار تفهم الموضوع(TAT)، اين اعتمدت الباحثة على المنهج العيادي عبر تحليل معمق لعشر حالات من الأفراد الأصحاء تم استقبالهم في العيادة النفسية، والتي أظهرت نتائجها أن سياقات المرونة لدى هؤلاء الأفراد تتميز بالعقلنة والرصانة النفسية، والقدرة على الدخول المباشر في التعبير بما يشمل التعليقات الشخصية والقصص المسرحية، إضافة إلى وجود تعابير وجدانية تعكس المشاعر الداخلية، والتركيز على العلاقات بين الأشخاص ونسج القصص على شكل حوار يظهر قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره والتكيف الاجتماعي، وهذا ما يظهر مصداقية هذا الإختبار في الكشف عن الصراعات الداخلية وقدرة على التعبير الإنفعالي، اضافة الى ذلك هناك دراسة صوفي وآخرون(2014) التي هدفت الى الكشف عن طرق تعبير المراهقين عن الانفعالات من خلال الموسيقى، وعلاقة ذلك بقدراتهم الاوسع في التواصل الانفعالي، حيث توصلت نتائجها الى أن قدرة المراهقين على التعبير العاطفي عبر الموسيقى ترتبط بارتفاع مستوى التعاطف وانخفاض مشكلات السلوك، وهو ما يؤكد أن التعبير الانفعالي يمثل مؤشرا واضحا على البناء الانفعالي والاجتماعي للشخصية، وهناك ايضا ميغان وآخرون(Megan at all, 2022) التي هدفت الى البحث عن انماط كبت التعبير الانفعالي في سياقات اجتماعية مختلفة، ولا سيما مع الأقران مقارنة بالوالدين ودور القرب العاطفي في ذلك، اين اظهرت نتائجها ان المراهقين يميلون إلى كبت التعبير العاطفي أكثر أثناء تواجدهم مع الأقران مقارنة بالعائلة، وأن القرب الاجتماعي يلعب دورا مهما في ضبط هذا السلوك، وهو ما يعكس تأثير السياق والعلاقات في تنظيم الانفعال لدى المراهقين، واخيرا دراسة باربيري وانتونيو(Barbi & Antinio, 2022) التي هدفت الى استكشاف الديناميات النفسية لدى المراهقين المصابين بالسمنة باستخدام اختبار تفهم الموضوع(TAT) وذلك في ضوء الإطار النظري للمدرسة الباريسية، حيث شارك في هذه الدراسة سبعة مراهقين تتراوح أعمارهم بين 12 و14 سنة، والتي أظهرت نتائجها أن أكثر المشكلات التي كشف عنها الاختبار شيوعا كانت الخوف من التعبيرات الدافعية، تليها عودة ظهور صراع أوديب والخوف من العجز، في حين ظهر كل من الاشتياق إلى الاستقلال وحداد الطفولة بدرجة أقل، اما

على مستوى الاليات الدفاعية فقد تبين ان سلسلة(C) المرتبطة بتجنب الصراع كانت الاكثر استخداما، تليها سلسلة(A) الدالة على الصلابة النفسية، ثم سلسلة(B) التي تعكس عدم الاستقرار، في حين كانت سلسلة(E) المرتبطة بظهور العمليات الأولية بالكاد مستخدمة، كما كشفت النتائج عن قابلية جيدة لتطوير العلاقات بين الأشخاص، غير أن سمات الكبح، وصعوبة الترمز، وضعف التعبير عن الدوافع بدت شائعة لديهم، اضافة الى استمرار خضوعهم النسبي للوالدين مع استثمار محدود في عالمهم الداخلي.

انطلاقا مما سبق يتبين وجود نقص واضح في البحوث التي تجمع بين متغيرات سمات الشخصية والتعبير الانفعالي واختبار تفهم الموضوع(TAT) في سياق مرحلة المراهقة، وعليه جاءت هذه الدراسة للاسهام في تعميق الفهم النفسي لهذه المتغيرات والكشف عن طبيعة تفاعلاتها لدى عينة من المراهقين بولاية عين تموشنت، وذلك من خلال استجاباتهم على تفهم الموضوع(TAT)، ومن هنا نطرح التساؤل العام:

– كيف تتجلى سمات الشخصية لدى المراهق من خلال تعبيره الانفعالي انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT)؟

التساؤلات الفرعية:

– كيف يتموضع المراهق في انفعاله داخل البناء السردي للقصص انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT)؟

– كيف يتحدد المستوى النفسي الدينامي لشخصية المراهق انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT)؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

– تتجلى سمات الشخصية لدى المراهق في توظيف نفسي دينامي هش يظهر من خلال تعبيره الانفعالي انطلاقا اختبار تفهم الموضوع(TAT).

الفرضيات الفرعية:

– يتموضع المراهق داخل البناء السردي في سياق انفعالي صراعي انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT).

– يتحدد المستوى الدينامي لشخصية المراهق في إطار توظيف نفسي غير مستقر انطلاقا اختبار تفهم الموضوع(TAT).

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى:

- الكشف عن سمات شخصية المراهق من خلال تعبيره الانفعالي كما تظهر في القصص التي ينتجها أثناء تطبيق تفهم الموضوع(TAT).
- فهم كيفية تموضع المراهق داخل البناء السردي للقصص التي يرويها أثناء تطبيق تفهم الموضوع(TAT).
- تحديد المستوى النفسي الدينامي لشخصية المراهق من خلال تحليل القصص الناتجة عن تفهم الموضوع(TAT).

أهمية الدراسة:

تكتسب اهمية هذه الدراسة اهمية علمية وتطبيقية معا لكونها تمثل اضافة نوعية تسهم في اثراء الميدان العيادي لا سيما في مجال فهم الديناميات النفسية والانفعالية لدى فئة المراهقين، اذ تعزز المعرفة العلمية المرتبطة باستخدام اختبار تفهم الموضوع(TAT) بوصفه اداة اسقاطية فعالة في تحليل انماط التعبير الانفعالي والكشف عن الصراعات الكامنة في هذه المرحلة النمائية الحساسة، كما تسهم نتائج هذه الدراسة في توسيع الاطر النظرية المتعلقة بالبناء النفسي للمراهق من خلال تقديم تصور اكثر شمولية لطبيعة التفاعلات بين السمات الشخصية والتعبير الانفعالي.

اما من الناحية التطبيقية فتوفر هذه الدراسة معطيات علمية يمكن ان يستفيد منها المختصون في المجال النفسي عند تصميم برامج التشخيص والتدخل العلاجي الموجه للمراهقين، كما تساعد في توجيه هذه الفئة نحو وعي أفضل بمشاعرهم ودوافعهم الداخلية، ومساعدتهم على التعبير عنها بطرق أكثر وضوحا وتكيفا، بما يعزز توافقهم النفسي والاجتماعي.

المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

- **التعبير الإنفعالي:** يعرف اجرائيا في هذه الدراسة على انه مجموعة من المشاعر والانفعالات التي يعبر عنها المراهق بشكل مباشر او غير مباشر من خلال القصص التي نستنتجها من استاجاباته على بطاقات اختبار تفهم الموضوع(TAT)، والتي يتم تحديدها وفق تحليل مضمون السرد من حيث نوع الانفعال وشدته، وطبيعة تمثيله داخل البناء القصصي.

- **سمات الشخصية:** تعرف سمات الشخصية اجرائيا في هذه الدراسة على انها مجموع الخصائص النفسية التابثة نسبيا التي يعكسها المراهق من خلال القصص التي ينتجها استجابة لبطاقات اختبار تفهم الموضوع(TAT).

- **المراهق:** هو الفرد الذي يتراوح عمره بين(15-18 سنة) والذي يظهر خصائص نمائية مميزة ترتبط بالتحولات الانفعالية والاجتماعية التي تسهم في إعادة تنظيم البناء النفسي لشخصيته وتشكيل هويته، ويتم تقييمه في هذه الدراسة من خلال استجاباته الاسقاطية على بطاقات اختبار تفهم الموضوع(TAT).

- **اختبار تفهم الموضوع (Thematic Aperception Test):** يعرف اجرائيا في هذه الدراسة على انه اداة اسقاطية تتكون من مجموعة من البطاقات المصورة التي يتم عرضها على حالات الدراسة، ويطلب منهم بناء قصة متكاملة حول كل بطاقة بهدف الكشف عن انماط التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لديهم.

الفصل الثاني: التعبير الإنفعالي

تمهيد

1. مفهوم التعبير الإنفعالي

2. نظريات التعبير الإنفعالي

3. الوظائف الأساسية للإنفعال

4. العوامل المؤثرة في التعبير الإنفعالي

5. التعبير الإنفعالي عند المراهق

خلاصة

تمهيد:

يعد التعبير الانفعالي وسيلة تمكن الفرد من إخراج ما يجول في داخله (من مشاعر مثل الغضب، الحزن، الفرح، أو الاشمئزاز) وتحويلها إلى سلوكيات قابلة للملاحظة والتجسيد الخارجي من خلال(الإيماءات، نبرة الصوت، وحركات ووضعيات الجسم).

في هذا الفصل سنتناول مفهوم التعبير الانفعالي محاولين فهم كيفية تفسير النظريات المختلفة لهذا المصطلح، مع الإجابة على سؤال أساسي: كيف يتأثر التعبير الانفعالي بالعوامل المحيطة؟ وما علاقته بسمات الشخصية وفترة المراهقة؟.

1. مفهوم التعبير الإنفعالي:

1.1. تعريف الإنفعال:

بالرغم من انتشار مفهوم الانفعال إلا أنه لا يقتصر على تعريف واحد محدد يتفق عليه العلماء في مجال علم النفس، فهو كما يرى بول توماس يونج(Young) انه يتمثل في طبيعة مركبة التي يجب تحليلها إلى أجزاء.(خليفة وآخرون، 1998، بدون صفحة)

ووفقا لقاموس أكسفورد الإنجليزي يعرف الانفعال(Emotion) بأنه «حالة ذهنية طبيعية وغريزية تنشأ من ظروف الفرد أو مزاجه، أو علاقاته مع الآخرين». يشير هذا التعريف الشائع إلى خصائص مهمة لطبيعة الانفعالات، إذ يفترض أن الانفعالات تتضمن عنصرا فطريا، أي شيئا نولد به، وغالبا ما تستحضر الانفعالات أثناء التفاعلات الاجتماعية، وتساعد في التواصل مع الآخرين من خلال إرسال الرسائل واستقبالها عبر تعبيراتها، التي قد تختلف باختلاف السياق. (Hwang, 2016, Pp 24)

أما في المراجع القديمة مثل فونت(Wundt) وماكدوجل(McDougal) كان ينظر إلى الانفعال على انه حدث شعوري، اذ يرى بعض العلماء أن الانفعال هو عبارة عن نماذج انعكاسية لاستجابات محددة مثل (الغضب، الخوف، السعادة، ...الخ) تتصل بالمراكز العصبية في الهيبوثلاموس، فالانفعال يشير إلى التغيرات التي تنعكس على الفرد بسبب التغيرات الفسيولوجية، وما ينتابه من مشاعر وأحاسيس ووجدان. (حواشين وآخرون، 2018، ص 349)

2.1. التعبير الإنفعالي:

هو عبارة عن مهارة الإرسال غير اللفظي حيث يعبر الأفراد على اختلافهم في كل مكان وزمان عن عدة انفعالات أساسية، ويعبرون عنها خلال تعبيرات معينه تظهر على وجوهم، فهناك من الأشخاص من يتسم

بالتلقائية والصدق في التعبير عن انفعالاته ومشاعره كما يتميز تفاعلهم مع الآخرين بلمسة من التعبير التلقائي عن الانفعالات، ويتميز هؤلاء الأشخاص عن غيرهم بالتعبير الواضح المتنوع لتعبيرات الوجه ونبرات الصوت كما أنهم يتسمون بالحيوية والحركة. (الخفاف، 2013، ص 129)

يمثل التعبير الانفعالي مجموعة من الإشارات السلوكية والفسيولوجية التي تنقل الحالة الداخلية للفرد إلى العالم الخارجي، سواء كان ذلك بوعي أو دون وعي، اذ ان هذه التعبيرات هي جزء أساسي من تجربة الإنسان الاجتماعية والتنظيم الذاتي.

وهو ايضا نظام تواصلي معقد يشمل تغييرات في الوجه والموقف الجسدي، ونبرة الصوت، والسلوكيات الحركية، والتغيرات الفسيولوجية التي يمكن قياسها مثل معدل ضربات القلب أو التعرق.

من الناحية الوظيفية يمكن تعريف التعبير الانفعالي بأنه العملية التي يتم من خلالها تحويل الحالة الانفعالية الداخلية التي تشمل مكونات معرفية وفسيولوجية وذاتية إلى شكل يمكن للآخرين إدراكه وتفسيره. (لوتي، 2025، ب ص)

يجب التمييز بين التعبير الانفعالي والخبرة الانفعالية، فالخبرة الانفعالية هي الشعور الذاتي الداخلي بالانفعال(مثل الشعور بالغضب أو الفرح)، بينما التعبير هو الإخراج الخارجي القابل للملاحظة لهذا الشعور، وقد لا يتطابق الاثنان دائما فقد يختبر الفرد انفعالا قويا دون أن يعبر عنه خارجيا، أو قد يعبر عن انفعال لا يشعر به حقا(التعبير المصطنع أو التزييف). هذا التباين يبرز دور التنظيم الانفعالي، حيث يختار الأفراد قمع أو تضخيم أو تعديل تعابيرهم لتناسب المتطلبات الاجتماعية أو لتحقيق أهداف معينة، مما يضيف طبقة من التعقيد لدراسة هذا المفهوم. (لوتي، 2025، ب ص)

يعرفه كينيدي ومور وواتسن(Kennedy & Moore, 2001) على أنه سلوكيات لفظية وغير لفظية قابلة للملاحظة، والتي توصل الخبرة الانفعالية أو ترمز لها، والخبرة الانفعالية هي شعور ذاتي بالاستجابات الانفعالية وليس بالضرورة ان تتطابق مع التعبير، بمعنى قد يمتنع الفرد عن التعبير رغم أنه يخبر مقدارا كبيرا من الانفعال أو قد يعبر بصخب بينما يخبر هو درجة قليلة من الانفعال. (غانم وآخرون، 2019، ص 373)

وبالتالي فإن التعبير الإنفعالي هو الطريقة التي يتم فيها إظهار إنفعالات داخلية قوية بطريقة ظاهرة وواضحة خارجيا كالحركات ونبرة صوت، او تعابير وجه.

2. نظريات التعبير الإنفعالي:

1.2. النظرية التطورية لداروين(Darwin):

في كتابه الكلاسيكي عام 1872 "تعبير العواطف عند الإنسان والحيوان"، جادل تشارلز داروين(Darwin) بأن العديد من أنماط التواصل غير اللفظي وخاصة التعبيرات العاطفية موروثة وأنها تطورت لأنها كانت ذات قيمة للبقاء، حيث ركز بشكل رئيسي على التعبير عن العاطفة من خلال تغييرات محددة في مظهر الوجه، وجادل بأن الوظيفة الأساسية للتعبير العاطفي هي إعلام الآخرين عن الحالة الداخلية للفرد، وبالتالي إعلامهم عن كيفية تصرفه المحتمل. على سبيل المثال عندما يكون الشخص غاضبا فإنه عادة ما يعبس ويكشف عن أسنانه، وإدراك المراقب لهذا الغضب يوحي بأن الفرد قد يتصرف بعدوانية، حيث غالبا ما يؤدي هذا التعبير (وفهم الهدف له) إلى انسحاب الهدف متجنبا بذلك صراعا فعليا. بالنسبة للحيوانات الاجتماعية التي تعيش في مجموعات، مثل البشر، فإن هذا التواصل السريع للحالات الداخلية هو تكيفي جدا. (Rieser, 2025)

2.2. النظرية التحليلية:

التعبير الانفعالي وفق المدرسة التحليلية ليس مجرد تفريغ للمشاعر المكبوتة، بل هو عملية منظمة تتحكم فيها آليات الدفاع النفسي. (Horowitz, 1999, n.p)

حيث تلعب هذه الآليات مثل الكبت، الإسقاط، والإنكار، دورًا أساسيا في تحديد طبيعة ونوع التعبير الانفعالي الذي يتخذه الفرد، كما تتحكم في محتوى الانفعال وشكله، أي كيفية التعبير عنه بالكلمات أو التصرفات الجسدية. إضافة إلى ذلك تؤثر آليات الدفاع على نماذج الشخصيات، حيث تعدل تصورات الفرد عن نفسه والآخرين لتوجيه الانفعالات بطريقة متوازنة.

ويرى سيغموند فرويد أن الانفعالات المكبوتة في اللاوعي والتي لم يتم التعبير عنها هي التي توجه ردود فعل الفرد في الوقت الحالي، وطريقة تعامل الفرد مع المواقف اليومية واتخاذ القرارات.

3.2. نظرية الإنفعال متعدد المكونات (أنظمة مكوناتية):

يعرف الانفعال بأنه حلقة (أو نوبة) من التغيرات المتشابكة والمتزامنة في حالات جميع – أو معظم – الأنظمة العضوية الخمسة، استجابةً لتقييم حدث مثير خارجي أو داخلي على أنه ذو صلة باهتمامات رئيسية للكائن الحي. (klause, 2005, Pp 669)

جاء بهذه النظرية العالم كلاوس شيرر(Klause Scherer) حيث قدم خمس أنظمة المشار إليها في التعريف وتكمن وراء الأنظمة العضوية الخمسة خمسةُ مكونات للانفعال، والتي عندما تنخرط في تغيرات منسّقة تجسِد الانفعالات، وهي: التقويم، والتغيرات الفسيولوجية اللاإرادية، ونزعة الفعل، والتعبير الحركي، والشعور الذاتي(Zelta, 2024, n.p)

المقصود هنا هو أن الإنفعال منطومة كاملة تشتغل فيها خمس مكونات في وقت نفسه منسجمة معا فأولا: يقيم الدماغ الموقف هل هو خطر؟، هل يهمني؟، تم بعدها تأتي تغييرات الفيسيولوجية(دقات القلب تزيد، شد العضلات بطريقة غير تلقائية) ثم بعدها نزعة الفعل: أي ما الذي يدفعك هذا الإنفعال لفعله(خوف = هرب)(غضب = هجوم)(حزن = إنسحاب)، ثم نصل لنقطة المهمة وهي التعبير الحركي وهو ما يظهر للخارج من ملامح الوجه، نبرة الصوت، وضعية الجسد، حركة اليد، وبعد كل هذا يأتي الشعور الذاتي بحيث يعبر عن مامر به لفظا فيقول مثلا: أنا خائف أو أنا غاضب.

4.2. نظرية "الانفعالات الأساسية" أو "الانفعالات البيولوجية":

تركز هذه النظرية على دور النظام العصبي الذاتي(ANS) في الانفعال البشري، وتبحث فيما إذا كانت هناك استجابات فسيولوجية مميزة لكل انفعال أساسي مثل الغضب، الخوف، الفرح، والحزن. من خلال مراجعة(134) دراسة تجريبية على الأفراد الأصحاء والتي وجدت في الأخير أن لكل انفعال أنماط فسيولوجية محددة يمكن تمييزها، خاصة عند النظر إلى مكوناته الفرعية. (Krebdge, 2010, Pp 397)

استعرضت الدراسة المكونات الفسيولوجية للاستجابة الذاتية عبر 3 مستويات:

المستوى الفسيولوجي: وظائف القلب، التنفس، الجهاز العصبي، والمواد الكيميائية في الجسم.

مستوى الدماغ والسلوك: كيف يجهز الدماغ الجسم للتصرف والتكيف مع المواقف المختلفة.

المستوى النفسي: كيف يقيم الدماغ الموقف، ويسترجع الذاكرة، ويحدد معنى الانفعال. (Krebdge, 2010, Pp 404)

كما تعد هذه الانفعالات بيولوجية لأنها تستثار مع الاستجابات الفسيولوجية من الجهاز العصبي المركزي والجهاز العصبي الذاتي، ونفسية لأنها تنطوي على عمليات ذهنية محددة ضرورية لاستثارتها وتنظيمها ولتوجيه الأنشطة العقلية، وتحفز السلوك، واجتماعية لأنها غالبا ما تستثار بواسطة عوامل اجتماعية، ولها معنى تواصلي اجتماعي عند ظهورها. (Hwang, 2016)

5.2. نظرية التقويم:

جاء بهذه النظرية لازاروس(lazarus) لتفسير كيف يمكن أن تنشأ انفعالات مختلفة من نفس الحدث عند أشخاص أو في مناسبات مختلفة. التقويم يستخدم المعلومات من الأحداث في سياقها، ومن اهتمامات الفرد وتجربته السابقة، ليكون العامل الرئيسي في تحديد جميع مكونات الاستجابة الانفعالية، وهو ما يجعل الانفعال نتيجة تقاطع المعرفة والإدراك مع الدوافع الشخصية. (Izard, 2010, Pp 364)

نظرية التقويم تحدد المتغيرات الأساسية للتقويم التي تميز الانفعالات مثل:

ملاءمة الهدف(Goal relevance) هل الحدث مهم بالنسبة لك؟، مثال: تم دعوتك لمسابقة كتابة ← مهم لهدفك بالتميز ← شعور بالحماس.

توافق الهدف(Goal congruence) هل الحدث يدعم أهدافك أم يعيقها؟، مثال: تعطلت سيارة في طريقك لحضور المسابقة ← يعارض هدفك بالمشاركة ← شعور بالإحباط أو القلق.

اليقين(Certainty) مدى معرفتك أو توقعك للحدث.

الفاعلية أو السيطرة(Coping potential / Control) هل تستطيع التعامل مع الحدث أو تغييره؟

الوكالة (Agency) أي من سبب الحدث: الذات، الآخرين، أو الظروف المحايدة. (ايزارد، 2010، ص365)

بعض النظريات تضـــيف متغيرات أخرى مثل: الحداثة: هل الحدث جديد أو مفاجئ؟، التوقع: هل كنت تتوقع حدوثه؟، الاستعجال: هل يستدعي رد فعل سريع؟، العدالة: توافق القيم يعني هل يتوافق مع قيمك أو لا.

6.2. نظرية العواطف الأساسية(BET):

وفقا لـبيت(BET) تعتبر الإنفعالات حالات مميزة وقصيرة تشمل مكونات فسيولوجية وذاتية وتعبيرية تمكن البشر من الاستجابة للمواقف المختلفة. (Kleinter, 2019, Pp 5)

الخصائص الخمسة للتعبيرات الإنفعالية غير اللفظية وفقا لـBET :

- أنماط سلوكية قصيرة ومتسقة: تتوافق غالبا مع تجارب ذاتية محددة.
- مؤشر على الحالة العاطفية: تعكس الحالة العاطفية الحالية، والنوايا، وتقييم الفرد للموقف المحفز.
- تشابه عبر الثقافات: تظهر درجة من التشابه في إنتاجها والتعرف عليها بين ثقافات مختلفة.
- جذور تطورية: تعود إلى سلوكيات الثدييات الأخرى في سياقات مشابهة للبشر، مثل: الإشارة إلى العدوانية أو التعاون.
- توافق مع الاســتجابات الفســيولوجية: غالبًا ما تتوافق مع اســتجابات جســدية مرتبطة بالعاطفة. (Kleinter, 2019, Pp 5)

الأدوار الثلاثة للتعبيرات الإنفعالية:

- إعلامية: تقدم معلومات تســاعد الآخرين على تعديل ســلوكهم، مثل معرفة مكانة الشــخص الغاضــب أو المطمئن.
- اســتثارية: تثير اســتجابات محددة لدى الآخرين، مثل الخوف عند مواجهة الغضــب أو التعاطف مع حزن الآخرين.
- تحفيزية: تشجع أو تكافئ سلوكيات معينة، مثل الابتسامات الدافئة التي تحفز التعاون أو الامتثال.

العواطف الأساسية الستة (وفق بول إيكمان)

- الغضب(Anger) تعبيره عادة يكون عبوس الحاجبين، ضغط الشفاه، أحيانًا فتح العينين.
- الخوف(Fear) توسيع العينين، رفع الحاجبين، فتح الفم أحيانًا.
- الحزن(Sadness) تدلي الزوايا الخارجية للفم، عيون نصف مغلقة، ميل الرأس للأسفل.
- الاشمئزاز (Disgust) تجعد الأنف والفم، انقباض العضلات حول الأنف والفم.
- الفرح/السعادة(Happiness/Joy) ابتسامة، رفع زاوية الفم أحيانا ابتسامة (Duchenne) تشمل عضلات العين.
- المفاجأة(Surprise) رفع الحاجبين، اتساع العينين، فم مفتوح قليلا. (Kleinter, 2019, Pp 7)

السؤال المحوري في BET هو أي العواطف لها إشارات مميزة؟، حيث أظهرت الأدلة الحديثة أن العواطف تتجاوز الستة الأساسية وتشمل: الإحراج، الفخر، الخجل، والحب، مع تعبيرات متعددة الوسائط وديناميكية مميزة، إذ ينظر لتعبيرات الإنفعالية كقواعد التفاعل الاجتماعي التي تشمل الابتسامات، الحركات الجسدية، النظرات، الإيماءات، واللمس، وتعمل على ربط الأفراد في التفاعلات الثنائية والجماعية. (Kleinter, 2019, Pp 8)

3. الوظائف الأساسية للانفعال:

- ✓ يقاطع/يغير المعالجة الجارية ويركز الانتباه واستجابة الفرد.
- ✓ يحفز الإدراك والفعل ويوفر معلومات للتكيف والرفاهية والعلاقات الاجتماعية.
- ✓ يزيد أو يقلل أهمية الحدث لتسهيل الارتباطات التكيفية أو غير التكيفية.
- ✓ يساهم في تنظيم السلوك والانفعالات.
- ✓ إشارة اجتماعية وتواصلية.
- ✓ يوفر مساحة عصبية لتجميع الحلول تحت تأثير الانفعال.
- ✓ لكل انفعال هيكل ووظيفة مختلفة. (Izard, 2010, Pp 366)

4. العومل المؤثر في التعبير الإنفعالي:

1.4. الفروق الثقافية في التعبير عن الانفعالات: قواعد العرض الثقافية هي معايير ثقافية تكتسب في وقت مبكر من الحياة، وتنظم كيفية التعبير الانفعالي تبعا للسياق الاجتماعي، وهي تحدد متى وأين وكيف ينبغي إظهار الانفعالات، وتختلف باختلاف الثقافات والسياقات والأطراف المتفاعلة، وتكمن أهميتها في أنها تفسر كيف يمكن للثقافات أن تتفاعل مع الانفعالات ذات الأساس البيولوجي الغير القابل للضبط الإرادي، وكيف تعدل

التعبيرات العالمية لتكون ملائمة اجتماعيا، وتكتسب هذه القواعد مبكرا، وبحلول سن الرشد يصبح استخدامها تلقائيا نتيجة الممارسة المستمرة. (david, 2016, Pp 228)

2.4. تعديل تعابير الانفعالات(Display Rules) : هناك عدة طرق يمكن أن تؤثر بها قواعد الثقافية على التعبير عن الانفعالات:

- التقليل عن الشعور الفعلي(Deamplification) اي إظهار شعور أقل مما يشعر به الشخص فعليا.
- المبالغة(Amplification) وهي إظهار شعور أكثر مما يشعر به الشخص فعليا.
- الحياد(Neutralization) وهي عدم إظهار أي شعور على الإطلاق.
- التعليق(Qualification) بمعنى إظهار شعور ما مع شعور آخر للتعليق عليه.
- الإخفاء أو التغطية(Masking) إخفاء الشعور الحقيقي وإظهار شعور آخر بدلا منه.
- المحاكاة(Simulation) وهي إظهار شعور معين بينما لا يشعر الشخص به فعليا.

بهذا قد بينت احدى دراسات فرايزن(Friesen, 1972) وجود هذه القواعد الثقافية، حيث شاهد المشاركون الأمريكيون واليابانيون أفلاما مثيرة للضغط النفسي أولا بمفردهم، ثم بحضور الباحث، وعندما كانوا وحدهم، أظهروا نفس التعبيرات المرتبطة بالغضب، الاشمئزاز، الخوف، والحزن. لكن عند وجود الباحث اختلفت التعبيرات بشكل ملحوظ. الأمريكيون استمروا في إظهار مشاعرهم السلبية، بينما ابتسم كثير من اليابانيين، وهذا ما جعل فرايزن(Friesen) يستنتج أن قواعد العرض الثقافية تمنع التعبير الحر عن المشاعر السلبية في وجود الآخرين في الثقافة اليابانية. (David, 2016, Pp 233)

3.4. عامل الجنس: يعد عامل الجنس أحد العوامل المؤثرة في التعبير الانفعالي خلال مرحلة المراهقة، إلا أن فهم الفروق بين الذكور والإناث لا يزال يشكل تحديا للعلماء، إذ أن الفروق ليست ثابتة كما يشاع أحيانا بأن النساء أكثر عاطفية من الرجال.

بهذا أظهرت الدراسات الطولية مثل دراسة كروتشتي وآخرون(Crocetti et al, 2017) أن الفتيات يمِلن إلى إظهار مستويات أعلى من السلوك المساعد والتعاطف مقارنة بالذكور، ويبدأن في تطوير هذا السلوك بشكل مبكر خلال المراهقة الوسطى، بينما يتأخر تطوره نسبيا لدى الذكور، ويرتبط هذا الاختلاف إلى حد كبير بأساليب التنشئة الاجتماعية التي تشجع الإناث على التعبير العاطفي واللطف والرعاية، مقابل تعزيز القيم الاستقلالية والتنافسية لدى الذكور.

من الناحية العصبية بينت دراسة لارونت وقييد(Lanroot & Giedd, 2010) أن الفروق بين الجنسين تتجلى أيضا في بنية الدماغ ووظائفه، فعلى الرغم من أن حجم دماغ الذكور أكبر نسبيا، إلا أن هذا لا يعكس تفوقا وظيفيا،

بل مجرد اختلاف بيولوجي، كما أشارت الدراسة إلى أن بعض البنى الدماغية، مثل الحُصين واللوزة الدماغية والمادة البيضاء، تتطور بوتيرة مختلفة بين الجنسين، وهو ما يرتبط بالنضج الانفعالي المبكر للإناث واستراتيجيات معالجة الانفعالات المتنوعة لدى الذكور والإناث.

تدعم الدراسات الحديثة هذه الفروق الديناميكية، فقد أظهرت دراسة عام 2023 حول الفروق بين الجنسين في معالجة الانفعالات واتخاذ القرار العاطفي أن الإناث أكثر دقة في تفسير الانفعالات السلبية، ويعتمدن على جمع معلومات أوسع قبل اتخاذ القرار، مما يعكس نمطا من التنظيم والتحكم في الاستجابة الانفعالية، وفي المقابل يميل الذكور إلى اتخاذ قرارات أسرع وأكثر اندفاعية، مع حساسية أقل للمنبهات الانفعالية السلبية، ما قد يؤدي إلى أنماط تعبير انفعالي مباشرة وأقل ضبطا.

ومع ذلك لا تتفق كل الدراسات على هذا النمط، ففي دراسة دانغ وآخرين(Ding et al, 2016) تبين أن التجربة العاطفية والتعبير الانفعالي قد لا يكونان متسقين دائما، إذ أظهرت النتائج أن الرجال قد يختبرون مشاعر أقوى أحيانا مثل الغضب والمتعة، بينما تعبر النساء عن مشاعر أقوى، لا سيما المشاعر السلبية كالخوف والاشمئزاز. كما أظهرت أيضا دراسة نزيب وآخرين (Nazib et al, 2025) أن الذكور في بعض السياقات وخصوصا الجامعية سجلوا درجات أعلى في التعبير العاطفي العلني مقارنة بالإناث، بينما تميل النساء إلى ضبط تعبيراتهن الانفعالية للحفاظ على الانسجام الاجتماعي، مما يدل على تأثير الثقافة والسياق على التعبير الانفعالي أكثر من تأثير الجنس وحده.

بناء على هذه الأدلة يمكن القول إن الفروق بين الذكور والإناث في التعبير الانفعالي ليست ثابتة، وإنما تتأثر بمجموعة معقدة من العوامل البيولوجية والاجتماعية والثقافية، ويعتمد التعبير الانفعالي بشكل كبير على السياق والظروف الفردية، وليس على الانتماء الجنسي وحده.

4.4. عامل سمات الشخصية: في مقال نشره كان وآخرون(kan et al, 2008) التي ركزت على الاختلافات الفردية في طريقة الناس للتعبير عن مشاعرهم وبينت أن كل شخص لديه أسلوبه الخاص في التعامل مع العواطف، متأثرا بشخصيته وتجارب حياته، حيث حدد الباحثون سبعة أنماط رئيسية للتعبير العاطفي:

شدة العاطفة: حيث يشعر الشخص بالمشاعر بعمق وقوة سواء كانت إيجابية أو سلبية.

- التردد في التعبير: أي شعور الشخص بالحيرة أو القلق من التعبير عن مشاعره خوفا من النتائج السلبية.
- الإفصاح عن المشاعر السلبية: أي التحدث مع الآخرين عن الحزن أو الغضب أو القلق.
- الإفصاح عن المشاعر العامة: أي الميل لمشاركة المشاعر سواء كانت إيجابية أو سلبية مع الآخرين.
- الإفصاح عن غياب العاطفة: أي الحديث عن حالات الهدوء أو اللامبالاة أو الانفصال العاطفي.

– التعبير عن المشاعر الإيجابية: مثل الضحك أو الفرح، والذي يكون غالبا غير لفظي.

– كتمان الأسرار: أي الاحتفاظ بالمعلومات الشخصية وعدم مشاركتها مع الآخرين. (كان وآخرون، 2008)

وتبين أن هذه الأنماط يمكن تقسيمها إلى فئتين رئيسيتين: الأولى "التعبير العاطفي الحر" حيث يميل الشخص لمشاركة مشاعره سواء كانت إيجابية أو سلبية، والثانية "القيود العاطفية" والتي يميل فيها الشخص إلى كتمان مشاعره والتردد في الإفصاح عنها، بما يشمل الاحتفاظ بالأسرار.

كما ارتبطت هذه الأنماط بسمات الشخصية، فالأشخاص المنفتحون عادةً يعبرون بحرية عن مشاعرهم، بينما الأفراد العصبيون أكثر ميلا لفرض قيود على تعبيرهم العاطفي، بينما الضمير والانضباط الشخصي فارتبطا بالقدرة على الإفصاح وعدم كتمان الأسرار.

من الناحية النفسية أظهرت النتائج أن كتمان المشاعر أو التردد في التعبير مرتبط بارتفاع أعراض القلق والاكتئاب، بينما التعبير عن المشاعر الإيجابية يرتبط بتقليل هذه الأعراض. (kahn et al, 2008)

يظهر هنا بوضوح أن التعبير الإنفعالي لا يحدث تلقائيا، بل له علاقة وطيدة بكيف هو تكوين وبناء شخصية الفرد، اذ البا ما يتم ربط الإنبساطية بالتعبير الإيجابي عن الإنفعالات بينما الإنطوائية بكبت هذه الإنفعالات وإخفائها، بينما العصابية تميل لحساسية أكبر تجاه المشاعر السلبية.

5. التعبير الإنفعالي في مرحلة المراهقة:

تتميز فترة المراهقة بالتحديات العاطفية المتكررة، والمشاعر المكثفة، واستخدام أعلى لممارسة كبح التعبير العاطفي مقارنة بالفئات العمرية الأكبر سنا، اين أظهرت دراسة وايلي(Waylie, 2022) أن المراهقين يستخدمون كبح التعبير بدرجة أقل عندما يكونون بمفردهم مقارنة عندما يكونون مع الآخرين، ويستخدمونه بدرجة أكبر عندما يكونون مع أقرانهم مقارنة بوجودهم مع العائلة، وكما أظهرت ايضا أن العلاقة القوية مع العائلة تتنبأ باستخدام أقل للكبح. بشكل عام قد يسعى المراهقون لإدارة انطباعاتهم أمام الأقران، وبالتالي قد يستخدمون الكبح لتجنب التداعيات السلبية للتعبير العاطفي أمامهم، في المقابل قد يكون المراهقون أقل ميلا للكبح أمام الأسرة لأنهم يتوقعون ردود فعل داعمة.

يرتبط التعبير الإنفعالي عند المراهق إرتباطا وثيقا بمراحل نموه وتطوره، ففي مرحلة النمو الإنفعالي يتسم المراهق بالحساسية والوعي بالمشاعر، حيث يتأثر بالأحداث من حوله ويكون أكثر ميلا للتعبير عن انفعالاته والتفاعل معها، ففي هذه المرحلة يسعى المراهق لتأكيد ذاته وإثبات شخصيته واكتشاف هويته، فيميل إلى الاهتمام

بالأشياء الجميلة من حوله، سواء في الطبيعة أو الأنشطة الإبداعية، ويكون لديه خيال واسع وحس جمالي يمكنه من تصور وتعبير المشاعر بطرق متعددة، مثل الرسم أو الكتابة أو التعبيرات اللفظية أو الحركية.

هذا التعبير الانفعالي يساعد المراهق على تنظيم مشاعره والتواصل مع الآخرين، ويقلل من الشعور بالوحدة والعزلة، ويعزز ثقته بنفسه ورضاه الذاتي. كما أن القدرة على التعبير عن الانفعالات تتيح له التعامل مع القلق والخجل والتردد، وتمكنه من مواجهة الضغوط الاجتماعية والنفسية بطريقة صحية، وتنمي مهاراته الاجتماعية والانفعالية. (زيان، 2013، ص 7-8)

خلاصة:

في الختام يمكننا القول أنه تمت الإجابة عن السؤال الأول الذي طرح في التمهيد، حيث ان التعبير الانفعالي باعتباره حالة نفسية مصحوبة بتغيرات داخلية وحركات خارجية لفظية أو غير لفظية يتأثر بعدة عوامل منها: الجنس، الثقافة، وسمات الشخصية. كما أن النظريات المختلفة فسرت التعبير الانفعالي من منظور كل منها وفق توجهها الخاص، وهذا بالإضافة إلى المراهقون يظهرون خصائص مميزة في التعبير الانفعالي مقارنة بالبالغين، وهو ما يعكس طبيعة نموهم في هذه المرحلة التي يمرون بها.

الفصل الثالث: سمات الشخصية والمراهقة

تمهيد

1. سمات الشخصية

1.1. مفهوم سمات الشخصية

2.1. نظريات سمات الشخصية

3.1. معايير سمات الشخصية

3.1. العوامل المؤثرة في سمات الشخصية

2. المراهقة

1.2. مفهوم المراهقة

2.2. مراحل المراهقة

3.2. خصائص المراهقة

4.2. النظريات المفسرة للمراهقة

5.2. خلل التنظيم الانفعالي لدى المراهق

6.2. تطور سمات الشخصية عند المراهق

خلاصة

تمهيد:

تعد الشخصية صورة متكاملة للفرد تعكس طريقة تفكيره ومشاعره وسلوكاته وتتكون أساسا من مجموعة من السمات التي تكون مستقرة نسبيا مع مرور الوقت، وتتأثر هذه السمات بعدة عوامل وتظهر بشكل أوضح خلال مرحلة المراهقة التي تعتبر من أهم المراحل في حياة الإنسان حيث تتميز بحساسية كبيرة على المستوى النفسي والاجتماعي والعاطفي وتشهد تغيرات ملحوظة في مختلف جوانب الشخصية.

سيتم التطرق في هذا الفصل إلى مفهوم سمات الشخصية مع التطرق إلى أهم العوامل التي تساهم في تكوينها إضافة إلى عرض بعض النظريات التي حاولت تفسيرها، كما سيتم التركيز على مرحلة المراهقة من حيث تعريفها ومراحلها المختلفة، وخصائصها النفسية والسلوكية والاجتماعية، مع محاولة الإجابة عن بعض التساؤلات مثل: كيف فسرت النظريات النفسية هذه المرحلة؟، وكيف يمكن أن يؤثر اضطراب تنظيم الانفعالات على قدرة الفرد في التعبير عن مشاعره بشكل سليم؟.

1. سمات الشخصية:

1.1. مفهوم سمات الشخصية:

1.1.1. تعريف الشخصية:

تعرف الشخصية على أنها مجموعة من السمات أو الخصال، التي تميز بين شخص وآخر، كما تظهر في ثلاثة جوانب هي: التفكير، والمشاعر، والسلوك. (عبد الخالق، 2021، ص1)

أما بالنسبة لفرويد(Freud) فالشخصية عنده تتكون من ثلاثة نظم أساسية هي "الهو والأنا والأنا الأعلى". (نواري، 2016، ص 8)

كما يعرفها أيضا وودورث وماركويس(Woodworth & Marquis) على انها الاسلوب العام لسلوك الفرد كما يظهر في عادات التفكيره وتعبيراته واتجاهاته وميوله وطريقته وسلوكه وفلسفته الشخصية في الحياة. (عبد المنعم، ب س، ص 293)

فالشخصية هي نسق نفسي عقلي واجتماعي متفاعل، يظهر على شكل استجابات لمثيرات داخلية وخارجية محيطة بالفرد، وعلى أساس هذا التفاعل والسلوك نستطيع أن نميّز بين الشخص السوي والشخص الشاذ.(صالحي، 2012، ص 32)

2.1.1. تعريف السمة:

المقصود بلفظ "سمة" أي خاصية يختلف فيها الناس أو تباين من فرد إلى أخر مثال ذلك نقول أن فلان مسيطر والأخر مستكين، أو هذا شجاع وذلك جبان، كما تتباين شدة الحساسية الانفعالية من شخص لأخر، وقد تكون السمة استعدادات فطريا كما لسمات المزاجية أو مكتسبة كالسمات الاجتماعية. (بوغاري وآخرون، 2015، ص 7)

ومن أشهر التعاريف هو لأولبورت(Allport) اذ اعتبر ان السمة هي: نظام عصبي نفسي مركزي عام يختص بالفرد، ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متعددة من السلوك التكيفي والتعبيري، ويستخدم تعبير السمة بهدف وصف السلوك أو التنبؤ به.

فعامة الناس يستخدمون السمات لوصف الأفراد فيقولون: أن فلانا منبسط أو كئيب أو مرح ...الخ، وللسمات تأثير في سلوك الأفراد، لأنها تخلق لديهم ميلا لاستجابات عريضة ودائمة نسبيا. (محمد عباس، 2011، ص 315)

وتعرف السمة على أنها استعداد دينامي أو ميل ثابت (نسبيا) نحو نمط معين من السلوك يظهر لدى الفرد في عدد كبير من المواقف المختلفة. (صالحي، 2012، ص 33)

أما سمات الشخصية بمفهومها العام فهي الصفات التي يمكن أن نفرق على أساسها بين فرد وآخر، ونظريات السمات ترى أن السمات هي استعدادات أو تكوينات نفسية تكون مسؤولة عن الانتظام والثبات الظاهري في سلوك الفرد.

ويعرفها أيزنك(Eysenck) بأنها مجموعة ملحوظة من النزعات الفردية للفعل، وبعبارة أخرى فإنها اتساق ملحوظ في عادات الفرد وأفعاله المتكررة والمعتادة. (بلخير، 2018، ص 256)

كما تعتبر عند ستاغنر(STAGNER) مفهوما ذا طبيعة مجردة، إذ لا تلاحظ السمة بطريقة مباشرة لدى الفرد، وإنما يستدل عليها من خلال مؤشرات وأفعال معينة.

من خلال التعاريف السابقة الذكر حول مفهوم السمات يتضح أنها تكوين فرضي يحمل صفات خاصة بكل فرد، ويقاس بمجموعة من الكيفيات التي تتصف بدرجة من الثبات في الأفعال والسلوكيات.

3.1.1. تعريف سمات الشخصية:

تعرف سمات الشخصية بأنها مجموعة من ردود الأفعال والاستجابات التي توضع تحت اسم واحد في معالجتها بذات الطريقة في الأحوال ذاتها حيث أنها مجموعة من الأفعال السلوكية التي تتغير معاً، وتعد مفاهيم نظرية أكثر من إنها وحدة حسية ومفهوم أساسي في الشخصية.

كما تم تعريفها بأنها: النمط من الأفكار والمشاعر الخاصة التي تميز شخصا عن آخر، والتي تستمر عبر الزمن، والمواقف باعتبارها مجموع الأسس البيولوجية والسلوك المنبثق من التعلم والذي يشكل الاستجابة الشخصية المتفردة للإنسان بالنسبة للمثير البيئي. (أحمد حسين وآخرون، 2021، ص 6)

تعرف الشخصية بأنها مزيج من السلوك والعاطفة والتحفيز وأنماط التفكير التي تميز الفرد. (خطاب، 2022، ص 134)

أما السمة فتعرف في قاموس(Reber) على انها صفة او ميزة ثابتة في الفرد تستطيع ان تقدم تفسيرا في تحليل الاتساقات الملاحظة في السلوك، بمعنى ان السمة هي تكوين نظري مفترض وتكوين داخلي يستخدم في تفسير ثبات واتساق السلوك، وكذلك الفروق بين الافراد. (بشكر وآخرون، 2022، ص 13)

ومنه يمكننا القول أن سمات الشخصية هي مجموعة من الخصائص الثابتة نسبيا، والتي تميز الفرد عن اخر في سلوكاته وتفكيره وتصرفاته، منه الشخصية هي الصورة المتكاملة عن الفرد، وأما سمات الشخصية هي الأجزاء التي تكون هذه الصورة.

2.1. نظريات سمات الشخصية:

1.2.1. نظرية سيجموند فرويد:

لم يشر فرويد(Freud) بالمعنى الصريح إلى مصطلح السمات مباشرة، ولكنه قدم ثلاثة عناصر رئيسية: الهو، الأنا، والانا الاعلى التي تتكون منها الشخصية.

فالهو يمثل دوافعنا الغريزية والميول الفطرية، مثل الرغبة في المتعة أو الغضب، وهو غالبا ما يكون خفيا عن وعينا، لكنه يؤثر على تصرفاتنا اليومية بشكل كبير.

والأنا من جهته هو العقلاني والمنظم الذي يعمل على موازنة رغبات الهو مع متطلبات الواقع، ويظهر في سلوكنا الذي يعكس ضبط النفس والتخطيط والتنظيم.

أما الانا الاعلى فهو الضمير الداخلي الذي يحمل القيم والمعايير الأخلاقية التي تعلمناها من مجتمعنا ومن الوالدين، فيولد شعورا بالمسؤولية أو بالذنب بحسب تصرفاتنا. (freud, 1923, Pp 19-28)

الصراعات بين هذه المكونات الثلاثة تولد جزءا كبيرا مما نسميه بالتوتر أو القلق النفسي حسب سيجموند فرويد(1923)، ويستخدم الأنا آليات دفاعية مثل: الكبت أو التبرير كميكانيزم دفاعي لحماية الشخص من هذه الضغوط. (فرويد، 1923، ص 28–19)

من هنا يمكننا ربط هذه العمليات النفسية بالسمات الشخصية فالهو قد يعكس اندفاعية الشخص وميوله نحو المتعة، والأنا يرتبط بالانضباط والتحكم الذاتي، والانا الاعلى يعكس الالتزام بالقيم والتوافق مع المجتمع، حيث قد يطغى الهو على الفرد، فبالتالي يصبح إندفاعيا أو قد يغلب الأنا الأعلى على شخصية الفرد فيوصف بشخص ملتزم بالقيم والأخلاق، أو قد يكون شخصا يميل لضبط ذاته.

2.2.1. نظرية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري(Costa & Mccrae, 2017):

يعد نموذج العوامل الخمسة نموذجا مهما من نماذج نظريات الشخصية، فقد أعطى نموذجا جيدا في تحديد سمات الشخصية وتنظيمها، والذي يتمثل في خمسة عوامل رئيسة هي: العصابية، والانبساط، والانفتاح على الخبرة، والمقبولية، ويقظة الضمير. (الحسيني، 2012، ص 147)

وهنا يأتي توضيح لكل بعد من أبعاد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

- **العصابية:** يمكن التعرف على الأشخاص العصابيون بأنهم سريعوا الانفعال وأغلب سلوكياتهم غير إيجابية، يجدونهم أشخاص قلقون ومكتئبون ولديهم عدوانية، كما أنهم غير مستقرين في انفعالاتهم. لديهم ارتباك ومندفعين في ردود أفعالهم، وقد يصعب عليهم العودة إلى وضعهم الطبيعي أثناء الانفعال أو بعده. لديهم شعور بالرضا عن الذات ضعيف وصعوبة التكيف مع متطلبات الحياة، وضعف الثقة بالنفس والشعور بعدم القدرة والعار.(اليعقوبية، 2025، ص 97)

- **الانبساطية:** من السمات الشخصية التي تركز على قوة العلاقات والتواصل الاجتماعي، ويتميز صاحب هذه الشخصية بأنه شخص يتقبل حقائق الحياة بدون ضجر، وصاحب عقلية منفتحة، وسلوكه مبني على أساس الأحاسيس النفسية أكثر من اعتماده على الفكر والمنطق، ومن مظاهر الانبساطية: الدفء، وتأكيد الذات، والنشاط، والبحث عن الأثر الإيجابي، بعكس الانطوائيين، فهم غير ودودين ومستقلين. (القصبي، 2023، ص5)

- **الانفتاح على الخبرة:** يشير إلى الأصالة والبعد عن التقليدية وتفضيل التجديد والإبداع العلمي والفني، حيث يتميز صاحب هذه الشخصية بالفضول وحب الاستطلاع والتجريبية بعكس الشخصية المنغلقة، فأصحابها يفضلون ما هو مألوف، واستجاباتهم العاطفية أقل تنوعا، وحياتهم أكثر رتابة. المنفتحون بالفضول بشأن البيئة الداخلية والخارجية لديهم استعداد أكبر للتكيف مع التغيير، ولديهم قدر الاستقبال وتبني أفكار وأعمال جديدة، ولديهم قبول لفرص العمل الاستقصائية والتجريبية. (اليعقوبية، 2025، ص 97)

- **المقبولية:** يتصف أصحابها بالكفاءة الذاتية والثقة بالنفس، وبالاستقامة، والتسامح والإيثار، ويكونون محبين للغير ومتعاونين، ويضم سمات الإذعان أو الطاعة والتواضع، واعتدال الرأي. (القصبي، 2023، ص 6)

– **يقظة الضمير:** تعكس مستوى عال من التنظيم والمسؤولية، اذ ان الأشخاص هنا حريصون ومنظمون، ولديهم إحساس بالمسؤولية وقدرة على ضبط الذات، ويتقنون العمل بدقة ويستطيعون التحكم بذواتهم. يتصفون بالعزم والإصرار والتوجه نحو الإنجاز، وحسن التخطيط، والإخلاص والاستمرارية في العمل، وهم مستعدون للامتثال لمعايير المجموعة، وللضوابط والقواعد التنظيمية، ويظهر لديهم خصائص أخرى كالثبات وضبط النفس والتصميم.(الحسيني، 2012، ص 121)

3.2.1. نظرية جوردن البورت(Gordon Allport):

يعد البورت(Allport) من السيكولوجيين الأمريكيين الأوائل الواضعين لمفهوم السمات، وهو يؤكد على أن السمات هي خصائص نفسية وعصبية تحدد كيفية السلوك لذلك فالسمة شيء موجود بالفعل، إلا أننا لا تستطيع رؤيتها، وإنما نستدل على جودها فعلا من خلال ملاحظتنا للأنماط السلوكية الثابتة لدى الفرد في مواقف عدة، مما يمكننا من قياسها كميا.

ويرى ألبورت أنه بإمكاننا أن تصنف السمات إلى ثلاثة أنواع، وذلك بناءا على درجة تحديدها للسلوك وهي كالتالي:

السمات الأصلية أو الرئيسية: وهي السمة المسيطرة على غالبية نشاطات الفرد أو سلوكه، حتى أنه يمكن للفرد أن يعرف بها، ويصبح مشهورا من خلالها مثل الشخصية الهستيرية والانطوائية والاستقلالية.

السمات المركزية: يمكن من خلالها وصف شخصيات الأفراد والتنبؤ بسلوكهم، كون هذه السمات أكثر تحديدا لسلوك الفرد وأكثر شيوعا بين الأفراد، ويمكن استنتاجها وقياسها بسهولة وهي تعطي الفرد طابعا خاصا، وتدفعه للتصرف على نحو معين. (بوغازي، 2019، ص 21)

السمات الثانوية: حسب البورت فإن تأثير هذه السمات في شخصية الفرد يكون ضعيفا، لذلك فهي تعد أقل أنواع السمات من حيث الأهمية، فهي تعد هامشية أو ضعيفة فيما يخص تحديد سلوك الفرد والتنبؤ به.

يصنف البورت(Allport) السمات حسب عموميتها وفرديتها إلى نوعين هما:

سمات خاصة أو فردية: وهي سمات حقيقية، يمتلكها الفرد، وهي ليست ما يمكن أن تتوصل إليها من خلال المتوسطات أو الدرجة الشائعة لدى الأفراد، وإنما هي استعدادات شخصية تظهر على شكل سلوك فريد، يتميز به الفرد عن غيره.

سمات عامة أو مشاركة: وهي سمات افتراضية قابلة للقياس من البناء النفسي، وقد تكون هذه السمات شائعة بين عدد كبير من الأفراد وفي حضارات متعددة، لكنها توجد بدرجات متفاوتة بينهم لأن الفارق فيها كميا، وليس نوعيا.(المعاضيدي، 2014، ص 17–18)

4.2.1. نظرية هانز ايزنك(Hans Eysenck):

اقترح ايزنك(Eysenck) نظرية للشخصية تعتمد على العوامل البيولوجية، حيث يجادل بأن الأفراد يرثون نوعا من الجهاز العصبي يؤثر على قدرتهم على التعلم والتكيف مع البيئة جاء ببعدين:

المنفتحون(Extraverts) اجتماعيون يحبون الإثارة والتغيير، وبالتالي يسهل شعورهم بالملل، ويميلون إلى أن يكونوا مبتهجين متفائلين، ومندفعين، وأكثر عرضة للمخاطرة ويبحثون عن الإثارة، حيث يعتقد آيزنك أن السبب هو أنهم يرثون جهازا عصبيا أقل إثارة، لذا يسعون إلى التحفيز لاستعادة مستوى الإثارة الأمثل.

الانطوائيون(Introverts) يقعون على الطرف الآخر هم هادئون ومتحفظون، كما هم بالفعل مفرطوا الإثارة ويتجنبون التحفيز والمثيرات، ويميلون إلى التخطيط لأفعالهم وضبط عواطفهم، والجدية، والاعتماد على النفس، والتشاؤم.

ثم أضاف بعد آخر ثالثا يسمى:

الذهانية(Psychoticism) والتي تتميز بـ: نقص التعاطف، القسوة، الانعزال، العدوانية والمشاكسة، حبث ارتبطت الذهانية بمستوى التستوستيرون، أي كلما ارتفع مستوى التستوستيرون ارتفعت الذهانية، في حين ترتبط المستويات المنخفضة بسلوك متوازن وسوي. (Mclaoud, 2024, n.p)

3.1. معايير سمات الشخصية:

تتميز سمات الشخصية بثلاثة معايير أساسية تحدد وجودها وفعاليتها:

– الاتساق عبر المواقف(Consistency): لكي تعتبر السمة سمة شخصية يجب أن يظهر الفرد قدرا من الاتساق في سلوكياته المرتبطة بهذه السمة عبر المواقف المختلفة.

على سبيل المثال إذا كان الشخص ثرثارا في المنزل، فمن المرجح أن يكون ثرثارا في العمل أيضا. (diener et all ,nd,n.p)

– الاستقرار عبر الزمن(Stability): يجب أن تكون السمة ثابتة نسبيا مع مرور الوقت، فالشخص الذي يظهر سلوكا معينا مرتبطا بالسمة في سن الثلاثين من المتوقع أن يظهر سلوكا مشابها في سن الاربعين.

– الفروق الفردية(Individual Differences): السمات تظهر فقط في السلوكيات التي تختلف بين الأفراد.

استخدام اللغة أو المشي على القدمين وحده ليس سمة شخصية، لأن معظم الناس يقومون بهما بنفس الطريقة تقريبا، لكن الأشخاص يختلفون في عدد المرات التي يتحدثون فيها، أو في مستوى نشاطهم، وهنا يظهر الفرق الذي تُعبر عنه السمات الشخصية مثل الثرثار والنشاط البدني. (diener et all ,nd,n.p)

4.1.العوامل المؤثرة في سمات الشخصية الشخصية:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر على تطور شخصية الفرد وسماته، ويمكن تصنيفها بشكل عام إلى الفئات التالية:

- **العوامل الوراثية:**

تعد العوامل الوراثية من أهم العوامل التي تؤثر في شخصية الفرد، الوراثة تعني الصفات أو الخصائص التي تنتقل من الأجداد إلى الأفراد، والتي تتشمل الجوانب البيولوجية للشخص مثل: البنية الجسدية، شكل الجسم، الجاذبية والمظهر الخارجي، الطول والوزن، لون الجسم والشعر والعينين، الأمراض الوراثية والانتقالية، والذكاء.

- **العوامل النفسية:**

تصف هذه الفئة العوامل النفسية التي تحدد شخصية الفرد ان أهم عامل نفسي هو الصحة العقلية، وعوامل نفسية أخرى تشمل: النضج العاطفي، الذكاء العاطفي، الطموحات، القدرات العقلية(Aptitude)، الميول والاهتمامات، التحفيز والدافع، الإبداع، التفكير والقدرة على الاستدلال، السمات المزاجية، الذكاء الأخلاقي، الذاكرة والانتباه، القدرة على التكيف. (Rafeedali, 1988, Pp 7)

- **عوامل اسرية:**

يمكن تصنيف البيئة الأسرة إلى ثلاث أنواع:

الأسرة الاحتفالية(Celebrating) الأسرة التي يعيش جميع أعضائها في سعادة وفرح.

الأسرة الصامتة(Cemetery) بيئة هادئة تمامًا مع تواصل لفظي نادر بين الأعضاء، خصوصا بين الوالدين.

الأسرة المشحونة بالمشاكل(Warfield) بيئة مليئة بالخلافات والمشاحنات.

- **العوامل البيئية:**

بجانب العوامل البيولوجية والنفسية والعائلية هناك عوامل خارجية تشمل: الحي والمجتمع المحيط، مجموعة الأقران(الأصدقاء)، البيئة الثقافية، والبيئة السياسية والدينية والاجتماعية، وسائل الإعلام، المنهج المدرسي والانضباط المدرسي. (Rafeedali, 1988, p 8-9)

2. المراهقة:

1.2. مفهوم المراهقة:

تعد المراهقة مرحلة انتقالية يمر فيها الفرد بجملة من التغيرات البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وقد عرفها هول(Hall) بأنها: مرحلة تتسم بالتغيير والشدة وصعوبات التوافق، إذ تمثل فترة لا يمكن تجنبها في حياة الإنسان، وتشهد خلالها الشخصية تطورا مفاجئا في بعض الغرائز، مما يؤدي إلى ظهور دوافع قوية تؤثر في السلوك. (أزعبي، 2010، ص 18)

المراهقة(Adolescence) مشتقة من الفعل اللاتيني(Adolescero) بمعنى التدرج نحو النضج الجنسي والجسمي والعقلي والاجتماعي والسلوكي، فهي فترة نمو تبدأ بالبلوغ حيث يتحقق النضج الجنسي ونهايتها الرشد، حيث يتحقق النضج الاجتماعي والانفعالي، لكن يتفاوت من فرد لآخر تبعا لعوامل الوراثة والصحة والغذاء. (بوشارب وآخرون، 2022، ص 287)

كما استخدم هول(Hall) مفهومي العواطف والتوتر لوصف هذه المرحلة نظرًا لما تتسم به من تعارض داخلي وصراع بين الأنانية والمثالية، وبين القسوة والرقة، وبين العصيان والحب. (أزعبي، 2010، ص 18)

أما من الناحية اللغوية فمصطلح المراهقة مشتق من الفعل "راهَقَ"، والذي يعني الاقتراب والدنوّ من الشيء، وبذلك يدل المصطلح على الانتقال من مرحلة الطفولة نحو مرحلة الرشد.

ومن الجانب البيولوجي: تشير المراهقة إلى مرحلة يقترب فيها الفرد من النضج الجسمي والعقلي والنفسي، إلا أنه لا يبلغه بالكامل إلا بعد سنوات قد تمتد إلى عقد كامل، وتمتد مرحلة المراهقة لدى الإناث ما بين 11 و21 سنة، ولدى الذكور بين 12 و21 سنة، مع وجود فروق فردية بين الجنسين. (النجار، 2023، ص 2)

ويضيف عبد المنعم الزيادي(2020) أن المراهقة فترة زمنية تتسم بالتمرد والانتقال المزعج بين الطفولة والرشد، وتشهد الشخصية خلالها تقلبات قد تؤثر في سلوكيات المراهق واتجاهاته. (الزيادي، 2020، ص 8)

و هي فترة من الحياة تقع بين الطفولة ذات النمو المستمر إلى غاية سن الرشد، وهي عبارة عن فترة جاحدة تتميز بالتغيرات الجسمية والنفسية التي تبدأ من 12 و13 سنة وتنتهي حوالي 18 إلى 20 سنة، حدودها غامضة وغير دقيقة لأن ظهورها ومدتها تتنوع حسب الجنس، الأصل، الظروف الجغرافية، وكذلك حسب المحيط الاجتماعي الاقتصادي. أما من الناحية النفسية، فتتميز بالنشاط الغريزي الجنسي والرغبة في الاستقلالية. (سارة، 2021، ص 139) فبالتالي مرحلة المراهقة هي مرحلة انتقالية وتحولية من الطفولة إلى مرحلة تغيرات جسدية ونفسية وعقلية ومعرفية، وهي أساس تكوين شخصيته.

2.2.مراحل المراهقة:

تمر مرحلة المراهقة بعدة مراحل تتميز كا منها بخصـــائص نموية وســـلوكية معينة تعكس التغيرات النفســـية والجسدية والاجتماعية التي يختبرها الفرد، تتمثل هذه المراحل فيما يلي:

- **المراهقة المبكرة (من 12 إلى 14 سنة):**

تتميز هذه المرحلة بتغيرات بيولوجية سريعة تمتد من بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفسيولوجية الجديدة بحوالي عام تقريبا، اذ تتسم باضطرابات القلق والتوتر والصراع الناتج عن المشاعر المتضاربة، وبصفة عامة تعد المراهقة المبكرة فترة تقلبات عنيفة وحادة، مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم ووظائفه، مما يؤدي إلى الشعور بعدم التوازن.

كما يظهر خلالها بروز الصفات الجنسية الثانوية وضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيف يكبحها أو يسيطر عليها، وعادة ما تتجلى هذه الاضطرابات الانفعالية في شكل ثورات مزاجية حادة ومفاجئة، وتقلب دوري بين الحزن والفرح، إضافة إلى شعور بالضياع وعدم معرفة ما سيحدث له. (بوشان، 2025، ص 61)

- **المراهقة المتوسطة (من 15 إلى 17 سنة):**

وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية التي تمتاز بالشعور النسبي بالهدوء والاتجاه نحو تقبل الحياة بما تحمله من اختلافات أو غموض، مع قدرة أكبر على التوافق، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بطاقة هائلة وقدرة على العمل، وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين، إلا أن هذه العلاقات غالبا ما تستمر لفترات طويلة.

من أبرز سمات هذه المرحلة الشعور بالمسؤولية الاجتماعية، والميل إلى مساعدة الآخرين، والاهتمام بالجنس الآخر على شكل ميول وإقامة علاقات، إضافة إلى وضوح الاتجاهات والميول لدى المراهقين. (زهران، 1995، ص 73)

- **المراهقة المتأخرة (من 18 إلى 20 سنة):**

يصبح الشاب أو الفتاة في هذه المرحلة إنسانا راشدا من حيث المظهر، اذ يسعى المراهق خلالها إلى لمّ شتاته وتوحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألفة من مجموع أجزائه ومكونات شـــخصـــيته، كما يتميز كذلك في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلالية، ووضوح الهوية، والالتزام وتحمل المسؤولية.

يشير الباحثون إلى أن مرحلة المراهقة المتأخرة تعد مرحلة التفاعل وتوحيد الأجزاء الشخصية والتناسق فيما بينها، وذلك بعد أن أصبحت الأهداف واضحة والقرارات مستقلة، وبعد أن انتهى المراهق من الإجابة عن التساؤلات المتعددة التي كانت تشـــغل باله في المراحل الســـابقة، مثل: من أنا؟ من أكون؟ إلى أين أســـير؟ ما هو هدفي؟.(الزهران، 1995، ص 108)

3.2.خصائص المراهقة:

تعد مرحلة المراهقة فترة غنية بالتحولات العميقة التي تمس مختلف المجالات النمائية لدى الفرد، سواء العضوية أو النفسية أو العقلية والاجتماعية، حيث تسهم هذه التحولات في إعادة تشكيل شخصية المراهق، وتفسير الكثير من السلوكيات التي تميز هذه المرحلة.

1.3.2. خصائص النمو الجسدية والفيزيولوجية لدى المراهق:

تشهد مرحلة المراهقة جملة من التغيرات الجسدية والفيزيولوجية العميقة التي تعد الأساس في انتقال الفرد من الطفولة إلى الرشد.

فعلى المستوى الجسدي يزداد طول المراهق ووزنه بشكل متسارع، ويحدث نمو واضح في العضلات والعظام، بينما تظهر في الجانب الفيزيولوجي السمات الجنسية الأولية والثانوية لدى الجنسين مثل نضج الغدد التناسلية، وظهور الشعر في مناطق مختلفة من الجسم وتغير الصوت عند الذكور، وامتلاء بعض المناطق عند الإناث. تؤدي هذه التحولات المتسارعة إلى تغيير واضح في تناسق أجزاء الجسم لدى كل من الذكور والإناث، وقد تشكل أحداثا جديدة وغير مألوفة بالنسبة لهم، ما يجعلها تؤثر مباشرة على الجانب النفسي للمراهق. (زلوف، 2016، ص 204)

ومع بروز هذه التغيرات قد يشعر المراهق بشيء من الارتباك نتيجة فقدانه الإحساس بالسيطرة على أعضاء جسمه التي باتت أكثر ضخامة أو اختلافا عن السابق، كما قد ينتابه الخجل من بعض الأجزاء البارزة، خاصة لدى الإناث. وتُجذب انتباه المراهق بشكل مفاجئ إلى جسده، فيبدأ بإعادة بناء صورته الجسمية، وهو ما قد ينعكس عليه من خلال مظاهر مثل الخجل، الانطواء، التمركز حول الذات، والتردد الناتج عن انخفاض الثقة بالنفس خصوصا في بداية هذه المرحلة.

وإلى جانب ذلك يظهر التوتر النفسي لدى العديد من المراهقين، وقد يبدون مهمومين ومتضايقين، أو متجنبين للآخرين، حيث يعد الشعور برغبة قوية في الاستقلالية أحد أبرز المظاهر النفسية المصاحبة للتغيرات الجسمية، اذ يسعى المراهق إلى تثبيت ذاته ككائن مستقل عن الأسرة، ويبذل جهودا للبحث عن قيم وقناعات تتناسب مع تطلعاته وهويته الناشئة. (المرجع السابق، ص 205)

2.3.2. خصائص النمو النفسي:

يسجل المراهق خلال هذه المرحلة مجموعة من التحولات النفسية المعقدة نتيجة التغيرات العضوية والفيزيولوجية التي يمر بها، والتي تفرز مشاعر شعورية ولا شعورية جديدة.

يرى فرويد(1986، ص 15) أن المراهقة تمثل بداية المرحلة الجنسية الراشدة، حيث تعاود الدوافع الجنسية الظهور بقوة بعد المرور بالمراحل النفس–جنسية الأولى (الفمية، الشرجية، القضيبية، ثم فترة الكمون)، ومع مرحلة البلوغ تتفتح الغرائز الجنسية من جديد، ويصبح المراهق قادرا —داخل التصور الفرويدي— على توجيه طاقاته الجنسية نحو علاقة ناضجة مع الجنس الآخر بغرض تحقيق اللذة.

وقد انعكس هذا التحول النفسي–الجنسي في ظهور مشاعر التوتر، الاندفاع، الاغتراب الذاتي، والبحث عن الهوية نظرا لعدم استقرار الدوافع النفسية التي يعيشها المراهق.

3.3.2. خصائص النمو العقلي:

تتسم المراهقة بتحول جوهري في البنية الفكرية، إذ ينتقل الفرد —بحسب بياجيه —من مرحلة العمليات الملموسة إلى مرحلة العمليات الصورية أو التجريد

تشير كبيسي(2018، ص 51) إلى أن المراهق يصبح أكثر قدرة على استخدام المنطق، التفكير الرمزي، التعامل مع الفرضيات، وبناء الاستدلالات العقلية.

ويظهر المراهق اتساعا في قدراته المعرفية مثل الاستيعاب والتوافق، والتأقلم، والمماثلة، والبرهنة، إضافة إلى قدرات أعلى على التحليل، والتأمل، والتفكير في قضايا معنوية مثل العدالة، الخير، الشجاعة، ومعنى الحياة. لهذا تعد المراهقة —وفق كبيسي— مرحلة تتسم ب "الفلسفة المعقلنة"، نتيجة نمو الدماغ الذهني–العصبي والقدرات الفكرية التي تمنح المراهق رغبة في الاستغراق في التفكير والإبداع والتجريد. (المرجع السابق، ص 52)

4.3.2. خصائص المراهقة الاجتماعية:

تعد الخصائص الاجتماعية من أهم المظاهر التي تبرز سلوك المراهق في تفاعله مع الآخرين، إذ تتحدد من خلال السمات المميزة لعلاقاته الاجتماعية وما يرافقها من تغيرات، ويمكن تلخيصها فيما يأتي:

– الانتماء لجماعة الرفاق: حيث يميل المراهق إلى اختيار الأصدقاء والاندماج في مجموعات من نفس السن، بهدف إشباع حاجته للانتماء وتحقيق الأمن الاجتماعي، كما يسعى من خلال جماعة الرفاق إلى تعويض سلطة الأسرة بسلطة جديدة تمنحه شعورا بالاستقلالية الشخصية.

– إبراز الذات والسعي للمكانة الاجتماعية: اذ يسعى المراهق إلى تأكيد ذاته والبحث عن مركز اجتماعي داخل محيطه، وغالبا ما يبالغ في إبراز شخصيته وحب الظهور بهدف الحصول على الاعتراف من الجماعة، كما يعمل على جذب انتباه أقرانه ليكون محور اهتمامهم. (عمران، 2018، ص 372)

– الشعور بالمسؤولية الاجتماعية والتوجه نحو بناء المستقبل: يبدأ المراهق في تطوير إحساس متزايد بالمسؤولية الاجتماعية والرغبة في تكوين أسـرة مسـتقبلية، مما يدفعه إلى الاهتمام بالعلاقات مع الجنس الآخر، كما يعتني بمظهره وهندامه، وقد يلجأ أحيانا إلى سلوكيات متهورة رغبةً في لفت انتباه الآخرين.

– السعي للاستقلال الاجتماعي والاقتصادي: يسعى المراهق إلى تحقيق استقلاليته عن الأسرة من خلال تبني نمط حياة خاص به، ويترافق ذلك مع رغبة في الاعتماد على النفس ماديا، والبحث عن وسـائل لتوفير المال وتعزيز الإحساس بالاستقلال. (المرجع السابق، ص 372)

في مقال لخوسـيموفا(khusimova, 2023) تظهر مرحلة المراهقة مجموعة من الخصـائص النفسـية والاجتماعية التي ترتبط أساسا بأنشطة الدراسة والتواصل والعمل، إذ يصبح التواصل مع الأقران نشاطا محوريا للمراهق، ويعد إتقان قواعد الصداقة وتعلم أسس التعامل مع الآخر من أهم مهارات هذه المرحلة.

ويتميز التواصـل بين المراهقين بخضـوعه التام لما يعرف "بقانون الصـداقة"، حيث تعد قيم الرفقة والولاء، والمساعدة المتبادلة، واحترام الشرف والمساواة من المبادئ الأساسية لديهم، كما يحتل الأصدقاء مكانة أكبر من تأثير الوالدين والمعلمين، نظرًا لبحث المراهق عمن يفهم رغباته ويدعمه.

ويظهر المراهق رغبة قوية في أن يكون جزءا من جماعة، وفي ان يحظى بالقبول والتقدير داخلها، مما يجعل رفض الأصدقاء او عدم رغبتهم في التواصل معه أشد المواقف إيلاما بالنسبة له. كما تتسم علاقته بالراشدين بمحاولة تأكيد استقلاليته ورفض التدخل في شؤونه الخاصة، مع حاجته في الوقت نفسه إلى دعمهم وفهمهم. ويُظهر المراهق سـعيا لتأكيد ذاته من خلال القيام بأنشـطة قد تتجاوز قدراته، بهدف إثبات هويته والتأثير في محيطه، وقد يلجأ إلى السلوكيات السلبية إذا لم يجد سبيلا إيجابيا لإبراز ذاته.

5.3.2. خصائص النمو الإنفعالي:

تتميز الإنفعالات لدى المراهقين بأنها شديدة التقلب تزداد خلالها حدتها خاصـة في مرحلة مراهقة مبكرة، إذ أنها قد تكون شديدة وردود أفعال قوية فهم يغضبون بسرعة ولأتفه الأمور، كما يفرحون أيضا لأبسط أمور. أيضا إن سلوك المراهقين يتميز بالتذبذب فقد يظهر المراهق أحيانا اجتماعيا وأحيانا أخرى انطوائيا، وقد يكون محبوبا لدى زملائه في بعض المواقف، بينما يبدو كارها لهم في مواقف أخرى. كما قد يتسـم بالطاعة لوالديه في أوقات معينة، وبالعناد والتمرد في أوقات أخرى، إذ يتصرف في الغالب وفقًا لما تمليه عليه حالته الانفعالية الراهنة.

ويلاحظ كذلك حدوث تغيرات واضحة في سلوك المراهقين حيث تغلب ساعات الحزن لديهم على ساعات الفرح، ويظهر ذلك في تقلب مزاجهم وسرعة تأثرهم بالمواقف المختلفة، مما يعكس طبيعة هذه المرحلة التي تتسم بعدم الاستقرار الانفعالي. (سقوالي، 2019، ص 36)

فمع النمو الإنفعالي يظهر على المراهق انفعالات يلونها الحماس وتتطور لديه مشـــاعر الحب، مع ملاحظة الحساسية الانفعالية، حيث تكون ردود فعله أحيانا غير متناسبة مع المثير سواء في الفرح أو الحزن. وفي مثل هذه الحالات يراعى عدم المبالغة في التأنيب، ومعالجة المشـــكلة بأســـلوب تربوي، ويميل المراهق إلى التمرد والاستقلالية ويغضب كثيرا، وقد يمر بحالات اكتئاب، كما تظهر لديه ثنائية في المشاعر تجاه نفس الشخص، إضافة إلى شعوره بالخجل والانطواء.

ومن مظاهر النمو الانفعالي أيضا ظهور الخيال الخصب وأحلام اليقظة، واتصاف الحياة الانفعالية بعدم الثبات والتناقض الوجداني، إضافة إلى الشعور بالقلق والاستعداد لإثبات الذات. (قاسي، 2021، ص 156)

4.2.النظريات المفسرة للمراهقة:

1.4.2. نموذج ثنائي الأنظمة:

في مقال سترانغ(Strang, 2013) أوضح كيف تغير فهم العلماء لمرحلة المراهقة من مجرد فترة انتقالية وفوضوية إلى مرحلة تفسر من خلال نموذج معقد يسمى النموذج ثنائي الأنظمة. (Dual Systems Model)

كمت يربا العديد من الباحثين أن سلوك المراهق يتأثر بتفاعل نظامين في الدماغ ينضجان في أوقات مختلفة:

– النظام الحوفي(Limbic System): ينضـــج بســـرعة في بداية المراهقة، وهو المســـؤول عن البحث عن الإثارة والاندفاع، والرغبة في المكافآت، مما يجعل المراهق ميالا للسلوكيات الخطرة.

– النظام التنفيذي في القشرة الجبهية(Prefrontal Cortex) : ينضـج ببطء ويمتد تطوره إلى بداية العشرينات، اذ هذا النظام مسؤول عن التحكم في الذات واتخاذ القرار، والتوازن العاطفي والتخطيط.

لذلك يحدث سلوك المراهق «المتناقض» لأن نظام الإثارة أسرع في التطور من نظام الضبط، ومع وجود أصدقاء تزداد رغبة المكافأة في الدماغ فيصبح قرار المراهق أكثر اندفاعا.

كما يشـــير المقال إلى أن العوامل الاجتماعية والثقافية (مثل الدين، الأســـرة، الأقران، والتعليم) تؤثر في درجة اندفاع المراهق بدرجات مختلفة تبعا للبيئة التي يعيش فيها.

2.4.2. نظرية اريكسون(Erikson):

يشـير اريكسـون(Erikson, 1968, Pp 128-135) الى ان المرحلة الخامسـة من التطور النفسـي الاجتماعي التي وضـعها إريكسـون "الهوية مقابل ارتباك الدور" تعبتر بالغة الأهمية خلال مرحلة المراهقة (من سـن 12 إلى 18

عاما)، حيث في هذه المرحلة يواجه المراهقون مهمة النمو المتمثلة في صياغة هوية شخصية مميزة، وهي عملية تتأثر بالتغيرات الاجتماعية والنفسية والبيولوجية النموذجية لهذه الفترة.

يستكشف المراهقون بشكل طبيعي أدوارا وسلوكيات وأيديولوجيات مختلفة أثناء خوضهم في أسئلة معقدة حول مفهوم الذات، متسائلين "من أنا؟" و"ما هو مكاني في العالم؟". يؤدي الحل الناجح لهذه المرحلة إلى إحساس متماسك ومستقر بالذات يمكنه تحمل التحديات والتطور مع النضج.

كما يشير اريكسون(Erikson, 1968) إلى استكشاف الهوية وتجربة الأدوار غالبا ما يقوم المراهقون بتجربة أدوارا متنوعة لتحديد الأدوار الأكثر توافقا مع معتقداتهم وتطلعاتهم الشخصية، حيث قد يتضمن هذا الاستكشاف اهتمامات أكاديمية ومهنية وانتماءات اجتماعية وأنظمة القيم.

وفقا لإريكسون تتكون الرحلة الناجحة عبر هذه المرحلة من التجربة والخطأ، حيث يختبر المراهقون هويات مختلفة حتى يجدوا تكوينا يتردد صداه مع دوافعهم وأهدافهم الجوهرية. تؤثر العلاقات بين الأقران والتفاعلات الاجتماعية أيضًا بشكل كبير على تطوير الهوية حيث يسعى المراهقون إلى المصادقة والقبول وردود الفعل من دوائرهم الاجتماعية.

وقد وصف إريكسون استجابتين نموذجيتين لارتباك الدور:

- الانسحاب الاجتماعي: حيث يعزل الأفراد أنفسهم عن أقرانهم وأسرهم.
- الميل إلى الاندماج في الحشد: والتضحية بالمعتقدات الفردية من أجل التوافق، اذ تعيق هذه الاستجابات تطوير شعور قوي بالذات، ويمكن أن تؤدي إلى هوية غير مستقرة تفتقر إلى المرونة في مواجهة تحديات الحياة الحتمية. (Erikson, 1968, Pp 128-135)

3.4.2. نظرية سيجموند فرويد(Sigmund Freud):

ترى نظرية التحليل النفسي لسيغموند فرويد(Frued, 1905, Pp201) أن المراهقة ليست بداية جديدة للنمو، بل مرحلة يعاد فيها تنشيط الصراعات النفسية التي مر بها الفرد في الطفولة، خاصة تلك المرتبطة بالمرحلة الأوديبية.

فمع البلوغ تزداد قوة الدوافع الجنسية مما يؤدي إلى صراع حاد بين مطالب "الهو" التي تبحث عن الإشباع، وقيود "الأنا الأعلى" الذي تشكل خلال سنوات الكمون ويراقب السلوك وفقا للمعايير الأخلاقية والاجتماعية، وفي وسط هذا التوتر يحاول "الأنا" إيجاد توازن عبر استخدام آليات الدفاع مثل الكبت والعقلنة، والإنكار. ويفسر فرويد الاضطرابات الانفعالية والسلوكية في المراهقة بأنها نتيجة مباشرة لهذا الصراع الداخلي بين الغرائز والضوابط،

مما يجعل هذه المرحلة فترةً حساسة تتسم بعدم الاستقرار النفسي حتى يحقق الفرد تكامله الشخصي في نهاية المرحلة التناسلية.

أما آنا فرويد بدأت حياتها المهنية متأثرة بنظريات والدها، اذ تميزت أعمالها بدراسة الآليات الدفاعية ضد نزوات الهو، فهي تعتبر أن الأنا في مرحلة البلوغ يستخدم جميع الوسائل الدفاعية التي يملكها لاسترجاع التوازن الذي ينهار نتيجة لطغيان النزوات المتأتية عن الهو وسيطرتها على الأنا.

ومن هذه الآليات:

– التقشف أو الزهد(التعفف): ويظهر بسبب خوف المراهقين من فقدان السيطرة على نزواتهم، وبالتالي يمارسون ضبطا على أنفسهم من خلال التخلي عن المتعة البسيطة مثل الطعام المفضل أو الملابس الجذابة. (قندوسي، 2021، ص 128)

ومن مظاهر التعفف المتطرف المخاطرة بالصحة كارتداء الملابس التي لا تتلاءم مع الطقس، أو إلزام النفس بالنهوض باكرا. إذن الرفض هنا هو رفض قاطع لجميع أنواع النزوات، بما فيها تلك التي تحاول أو تظهر بشكل مقنع. (معالقي، 2007، ص 61)

– أما آليات الدفاع الأخرى فترى "الأنا" أنه إذا كان التعفف هو الصد لنزوات "الهو"، فإن هدف آلية العقلنة هو إعطاء هذه النزوات محتوى فكريا أو عقلانيا، وإخضاعها لحكم العقل، حيث يحول المراهق النزعات الجنسية إلى أفكار مجردة يمكن ملاحظتها. (قندوسي، 2021، ص 129)

4.4.2. نظرية جميس مارسيا لرتب الهوية:

يوفر نموذج رتب الهوية لجيمس مارسيا(James Marcia) إطارا لفهم كيفية تكوين المراهقين لهويتهم من خلال مستويات مختلفة من الاستكشاف والالتزام، حيث يعتمد هذا النموذج على نظريات إريكسون(Erikson) في التطور النفسي الاجتماعي، مع التركيز على كيفية توازن المراهقين بين تطلعاتهم الشخصية وتوقعات المجتمع.(Marcia, 1966, Pp 551)

ويرى مارسيا(Marcia, 1966, Pp 552) إلى أن تكوين الهوية كعملية ديناميكية ينتقل فيها المراهقون بين حالات مختلفة وفقًا لمستوى التزامهم ومساحة استكشافهم للخيارات.

الأبعاد الأساسية:

– **الاستكشاف(Exploration):** هو عملية نشطة يبحث فيها المراهق عن معنى حياته من خلال تجربة أدوار ومعتقدات وخيارات مهنية مختلفة، بهدف اكتشاف الذات.

- **الالتزام(Commitment):** يمثل الاستثمار الشخصي في هوية معينة بعد اتخاذ قرارات مدروسة حول الدور الذي سيؤديه الفرد في المجتمع، وهي ما يوضحها الجدول الموالي:

جدول(01): رتب الهوية الأربع حسب لجيمس مارسيا(James Marcia, 1966)

الحالة	مستوى الإستكشاف	مستوى الإلتزام	الوصف
تشتت	منخفض	منخفض	المراهق لا يستكشف ولا يلتزم، غالبا يشعر بالارتباك وعدم وضوح الاتجاه.
التعليق أو التأجيل	مرتفع	منخفض	المراهق يستكشف خيارات مختلفة دون الالتزام بعد بمسار محدد، يجرب أدوارا وقيما مختلفة.
الإنغلاق	منخفض	مرتفع	المراهق يلتزم بهوية مفروضة عليه من الأسرة أو المجتمع دون استكشاف بدائل.
تحقيق الهوية	مرتفع	مرتفع	المراهق استكشف الخيارات المختلفة واختار مسارًا معينا، مع استثمار شخصي قوي في هويته، مما يعزز استقرار الذات والشعور بالغرض.

يتضح من خلال الجدول(1) أن بناء الهوية لدى المراهق يعتمد على بعدين أساسيين هما الاستكشاف والالتزام، حيث يمثل الاستكشاف بحث المراهق عن البدائل الممكنة في القيم والأدوار والأهداف بينما يعكس الالتزام تبنيه لاختيارات محددة واستثماره الشخصي فيها ومن خلال التفاعل بين هذين البعدين تتحدد حالات الهوية الأربع التي اقترحها جيمس مارسيا(James Marcia) فإذا ارتفع كل من الاستكشاف والالتزام تحقق للمراهق بناء هوية ناضجة ومستقرة أما انخفاض كلاهما فيؤدي إلى تشتت الهوية وغياب الاتجاه الواضح، وفي حالة ارتفاع الاستكشاف مع ضعف الالتزام يظهر وضع التعليق أو التأجيل كما هو موضح في الجدول حيث يبقى المراهق في مرحلة البحث دون حسم بينما يؤدي ارتفاع الالتزام مع غياب الاستكشاف إلى انغلاق الهوية حيث يتبنى المراهق اختيارات جاهزة مفروضة من المحيط دون فحص بدائلها.

5.2. خلل التنظيم الانفعالي لدى المراهق:

يعرف تنظيم العواطف(Emotion Regulation - ER) بأنه القدرة على التعرف على العواطف وتقييمها وتعديلها وإدارتها بطريقة مقبولة شخصيا واجتماعيا، من أجل الحفاظ على السيطرة العقلية على المشاعر القوية والوصول إلى أداء تكيفي. (باولوس، 2021، ب ص)

اما اختلال التنظيم العاطفي(ED) فيعرف بأنه عدم القدرة على تنظيم شـــدة ونوعية المشـــاعر (مثل الخوف، الغضـــب، الحزن)، بهدف توليد اســـتجابة عاطفية مناســـبة، والتعامل مع الإثارة، وعدم اســـتقرار المزاج، وفرط التفاعل العاطفي، والعودة إلى مستوى عاطفي طبيعي. (Paulus, 2021, n.p)

وهناك بعض الاضـطرابات النفسـية التي تتميز بوجود خلل في التنظيم الإنفعالي التي من بينها اضـطراب نقص الانتباه وفرط النشـاط(ADHD)، حيث يظهر المراهقون المصـابون به تعبيرا أكبر عن المشـاعر السـلبية مقارنة بالإيجابية.

كما تندرج ضمن هذه الاضطرابات اضطرابات المزاج مثل الاكتئاب واضطراب ثنائي القطب، ويعاني المراهقون المصـــابون باضـــطراب ثنائي القطب من فرط نشـــاط الجهاز اللمبي، الذي يضـــم اللوزة الدماغية، والحصـــين، والوطاء(الهيبوثالاموس) وهو الجهاز المسـؤول عن معالجة المشـاعر مثل الخوف، والحزن، والفرح، والغضـب، إضافة إلى تنظيم الاستجابة للتوتر والخطر.

ويرافق ذلك ضـــعف في الســـيطرة التنفيذية للفص الجبهي المســـؤول عن تنظيم الانفعالات وضـــبط الســـلوك الاندفاعي، إلى جانب صـــعوبات في تفســـير تعبيرات الوجه بدقة، وفي بعض الحالات الشـــديدة قد ينظر إلى الانتحار كحل نتيجة فشل وانهيار مختلف آليات التعبير والتنظيم الانفعالي.

6.2. تطور سمات الشخصية عند مراهق:

السمة الأولى البارزة في سلوك المراهق تتمثل في التناقض في السلوك، حيث نلاحظ أنوية شديدة وانانية مفرطة من ناحية يقابلها رغبة في التضحية بالذات من اجل قضية، حيث يظهر انفتاحا واضحا على الاخرين يقابله ميل الى العزلة والانطواء، ورغبة قوية بالشـهوات الجسـدية التي يقابلها ميل الى الزهد وقهر الجسـد، وحماسـا واندفاعا يقابلهما حياء وتردد، واصالة وابتكارية يقابلهما تقليد وتماه للآخرين.

بينما السمة الثانية البارزة في المراهقة فهي روح المعارضـة والمبالغة في اثبات الذات عن طريق اعتماد الاسلوب الى الشـراهة والحاجة الجنس، الى جانب الخروج عن القواعد، والحاجة الى التزين، صـراعات المسـتهجن الغريب المتطرف الذي يلفت الانظار ويصدم الكبار، واخيرا العدوانية والجنوح. (Klimstra & Luyckx et al, 2020)

وأخيرا السمة الثالثة التي تتمثل في عدم الاستقرار العاطفي وسرعة التقلب والاثارة وشدة الحساسية والميل الى السلبية والاستغراق في عالم الدوامات والانكماش على الذات.

أظهرت الأبحاث الحديثة أن سمات الشخصية تستمر في التطور خلال فترة المراهقة بدل أن تظل ثابتة بالكامل، وأن هذا التطور يرتبط بنمو الجوانب النفسية والاجتماعية للفرد، حيث نشرت في دراسة طولية بعنوان "سمات الشخصية وتشكل الهوية التعليمية لدى المراهقين" لكليمسترا ولوككس وآخرون(Klimstra & Luyckx et al, 2020) اين وجدوا أن تغير سمات العوامل الخمسة الكبرى (بما في ذلك الانبساط والضمير والعصابية والانفتاح والليونة) لا يكون فقط ثابتا عبر الوقت، بل يرتبط كذلك بتطور هوية الطالب الأكاديمية وقدرته على التكيف مع متطلبات الدراسة.

كما أظهرت دراسات أخرى أن سمات مثل الضمير والليونة والانفتاح عادة ما تميل إلى الزيادة مع التقدم في المراهقة، بينما العصابية تميل إلى الانخفاض، مما يعكس نموا في النضج النفسي والتحكم في العواطف، رغم وجود اختلافات حسب الجنس والعمر في بعض الحالات.

وفي دراسة أحمدوفا وسلوبودسكايا(Ahmadova & Slobodskaya, 2013) بعنوان التغيرات العمرية في سمات الشخصية لدى المراهقين تشير معظم البيانات إلى أنه في مرحلة المراهقة، تزداد الانفتاح على التجربة، والضمير الحي، والتوافقية، والانبساط، بينما تنخفض العصابية، مما يعكس زيادة النضج النفسي والقدرة على التكيف، على الرغم من أن بعض الحالات قد تظهر أنماطاً سلبية مرتبطة بصعوبات هذه المرحلة العمرية. (Ahmadova & Slobodskaya, 2013)

خلاصة:

في الختام يتضح أن مرحلة المراهقة تعد من أكثر المراحل تعقيدا وتنوعا وهو ما أكدته مختلف النظريات النفسية التي حاولت تفسيرها، كما تبين أنها مرحلة تتميز بخصائص نمائية تشمل الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية وتؤثر بشكل كبير في تشكيل شخصية الفرد. ومن جهة أخرى يظهر أن خلل تنظيم الانفعالات يمكن أن ينعكس بشكل مباشر على قدرة المراهق في التعبير عن مشاعره بطريقة سليمة ومتوازنة مما يبرز أهمية اكتساب مهارات التنظيم الانفعالي خلال هذه المرحلة الحساسة. وفيما يتعلق بسمات الشخصية فهي تمثل ما يميز كل فرد عن غيره حيث يمتلك كل شخص خصائصه الخاصة التي تتشكل وتتطور عبر الزمن متأثرة بعدة عوامل من بينها أساليب التنشئة داخل الأسرة منذ الطفولة إضافة إلى بعض المتغيرات مثل الجنس إذ قد يميل الذكور والإناث إلى إظهار أنماط مختلفة من السمات الشخصية.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. منهج الدراسة

2. حدود الدراسة

3. حالات الدراسة وطريقة اختيارها

4. ادوات جمع بيانات الدراسة

خلاصة

تمهيد:

يهدف هذا الفصـــل إلى عرض الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراســـة الميدانية من خلال توضـــيح المنهج المعتمد وتحديد مجال إجراء الدراسة إضافة إلى التعريف بعينة البحث وكيفية اختيارها ثم عرض مختلف الأدوات المســـتخدمة في جمع البيانات والمتمثلة في (المقابلة العيادية والملاحظة ومقياس التظيم الانفعالي واختبار تفهم الموضوع(Thematic Apperception Test) وذلك بما يتماشى مع طبيعة موضوع الدراسة.

1. منهج الدراسة:

يشـير مصـطلح المنهج(Method) الى الأسـاليب والمداخل المتعددة التي يسـتخدمها الباحث في جميع البيانات اللازمة لبحثه، والتي سيصل من خلالها إلى نتائج أو تفسيرات أو تنبؤات أو نظريات.

فالمنهج بشكل عام هو الطريقة التي يسلكها الباحث للإجابة على الأسئلة التي تثيرها المشكلة موضوع البحث، فعندما يواجه الباحث مشكلة ما فإنه يبدأ بالتفكير كيف سيحل هذه المشكلة، والمنهج هو طريقة الحل ننطلق من الملاحظة والتجريب ونستعمل أدوات البحث العلمي. (أبراش، 2009، ص 66)

في ضوء طبيعة موضوع الدراسة والذي يهدف الى الكشف عن أنماط التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لدى المراهقين كان من الضـروري اختيار منهج يتيح تحليلا دقيقا، فمن خلال هذا تم الإعتماد في هذه الدراسـة على المنهج العيادي بإسـتخدام دراسـة حالة وتقنية الإسـقاطية نظرا لكونه الأنسـب لتحقيق اهداف الدراسـة من خلال تحليل استجابات المراهقين على اختبار تفهم الموضوع(TAT).

يعرفه دانيال لاقاش(D, Lagache) على انـه تنـاول للســـيرة الذاتيـة في منظورهـا الخـاص للتعرف على موافق وتصـرفات الفرد اتجاه وضـعيات معينة، محاولا بذلك إعطاء معنى لها للتعرف على بنيتها تكوينها، كما يكشـف عن الصراعات التي تحركها ومحاولات الفرد لحلها. (بن شريف وآخرون، 2022، ص 40)

ظهر هذا المنهج كرد فعل على التجارب المخبرية التي افتتحها فوندنت فيير وفشنر(W, wundt & G, Fechner) وغيرهم كما انه منهج يستخدم في دراسة الحالات الفردية بشكل شامل ومعمق بهدف فهم الحالة المدروسة وتقديم حلول عمليه ويعتمد هذا المنهج بشـكل كبير في المجال علم النفس وعلم الاجتماع ويسـتخدم ادوات عديده اثناء دراســة الحالة مثل المقابلة الإكلينيكية والملاحظة وغيرهما كما يعرف المنهج العيادي او الاكلينيكي بانه "طريقه تعتمد على دراسـة الحالة بهدف الكشـف عن المشـكلات النفسـية او الاجتماعية التي يعاني منها الفرد باسـتخدام ادوات مثل المقابلة والملاحظة واختبارات القياس النفسي. (بعوشي وآخرون، 2025، ص 5)

2. حدود الدراسة:

- **الحدود الزمانية:** أُجريت الدراســـة الميدانية في الفترة المتددة مابين 15 فبراير 2026 إلى غاية 17 مارس 2026.

- **الحدود المكانية:** تم إجراء الراسة الميدانية بوحدة الطب الوقائي الواقعة الكائنة بثانوية البشير الإبراهيمي بولاية عين تموشنت.

3. حالات الدراسة وطريقة اختيارها:

تضمنت الدراسة حالتين(2) من فئة المراهقين(ذكر وأنثى) تم اختيارهما وفق الطريقة القصدية التي تعتمد عندما: يسـعى الباحث للحصـول على معلومات من شـريحة محددة قادرة على توفير المعلومات، إما بسـبب موقعهم أو لأن بعض المعايير التي وضـــعها الباحث تتوفي فيهم، حيث يتم اختيار وحدات العينة بناء على الخبرات في موضوع قيد الدراسة". (خليفي واخرون، 2017، ص 286)

وانطلاقا من هذا تم إنتقاء حالتي الدراســة بالتنســيق مع مســتشــارة التوجيه بما يتوافق مع الشــروط والمعايير المعتمدة، والجدول الموالي يبين خصائص هاتين الحالتين.

جدول(02): خصائص حالات الدراسة

الحالة	الجنس	العمر	المستوى التعليمي	الشعبة	المستوى الإقتصادي
الحالة الأولى	ذكر	17	الثانية ثانوي	تقني رياضي	متوسط
الحالة الثانية	أنثى	17	الأولى ثانوي	أدب عربي	جيد

يظهر خلال الجدول(02) أن الحالتين تنتميان إلى فئة المراهقة (17 سـنة)، ما يحقق نوعا من التجانس العمري ويساعد على ضبط هذا المتغير عند دراسة التعبير الانفعالي وسمات الشخصية، كما تختلف الحالتان من حيث المســتوى التعليمي والشــعبة والمســتوى الاقتصــادي، وهو ما قد يثري التحليل الكيفي للنتائج. أما فيما يتعلق بالجنس، فقد تم اختيار حالة ذكر وأخرى أنثى، ولم يكن ذلك مبنيا على اعتبار مقصــود في الدراســة، بل جاء بشكل عرضـي، نظرا لأن هدف البحث لا يتمثل في المقارنة بين الجنسين أو دراسة الفروق بينهما، وإنما يركز على تحليل التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لدى المراهقين من خلال اختبار تفهم الموضوع(TAT)، وبالتالي يفهم هذا الاختلاف في الجنس على أنه عامل غير متحكم فيه منهجيا، ولا يؤثر على توجه الدراســة التي تعتمد أساسا على التحليل العيادي المتعمق لكل حالة على حدة.

4. أدوات جمع بيانات الدراسة:

لتحقق من فرضيات الدراسة تم الإعتماد على مجموعة الأدوات تتناسب مع موضوع الدراسة وأهدافه ومنهجه نجملها فيما يلي:

2.4. الملاحظة العيادية:

تعد الملاحظة العلمية بالنسبة لأي باحث أداة منهجية يعتمدها للكشف عن تفاصيل الظواهر المختلفة لمحاولة استكشاف العلاقات التي تربط بين عناصرها.

فالباحث لا يرى الأشياء بطريقة عرضية، وإنما يعرف بالتحديد ما الذي يركز انتباهه عليه، وكيف يسجل ما يراه وما يسمعه وما يحسه بدقة تامة، وبذلك فإن الملاحظة ستمكن الباحث من مشاهدة ظاهرة من الظواهر فى ميدان البحث أو الحقل أو المختبر عن قرب مما يتيح له إمكانية تسجيل ملاحظاته وتجميعها مستعينا بذلك إما على الملاحظة المباشرة أو من خلال الاستعانة بالآلات السمعية والبصرية. فالملاحظة بهذا الشكل هي " كل ما يؤدي إلى الكشف عن حقائق الظواهر المدروسة وعن العلاقات التي تربط بين عناصرها وعناصر الظواهر الأخرى المشابهة لها". (بلوفة، 2024، ص 225)

تمّ الاعتماد على الملاحظة العيادية من خلال الاتصال المباشر بحالات الدراسة أثناء الوضعية العيادية والإسقاطية، بهدف رصد كل ما يظهر على الحالتين من أعراض وسلوكيات وإيماءات وتعبيرات جسدية، لفظية وغير لفظية. (منقوشي، 2023، ص 174)

كما تم الإستعانة بالملاحظة العيادية المنظمة من خلال شبكة ملاحظة تضمنت مجموعة من المؤشرات السلوكية واللفظية وغير اللفظية، حيث تم تسجيلها أثناء المقابلة بشكل مباشر وفق ما يظهر من استجابات الحالة.

1.4. المقابلة العيادية:

المقابلة هي تفاعل بين شخصين عن طريق لغة مفهومة من الطرفين، فهي محادثة منظمة وهادفة بين المستجوب والمستجوب مع حضور الجانبين، والتي قد تختلف من حيث البنية والهدف. (سماح، 1997، ص 27)

كما تعرف بأنها "محادثة منظمة أو غير منظمة يجريها الباحث بهدف استقصاء نوع معين من المعلومات لاستخدامها في البحث أو التشخيص والعلاج". (أبو شنار، 2023، ص 149)

وتعرف أيضـــا بأنها" طريقة للتعامل مع الأســـئلة بطريقة مباشـــرة وجمع بيانات عن الأســـئلة المطروحة، وقد استخدمها بياجي وتعرف باسم المقابلة العيادية". (الحلو، 2009، ص 14)

وهي أيضـا "محادثة تتم وجها لوجه بين المبحوث والاختصـاصـي النفسـي الإكلينيكي، والتي تهدف إلى معرفة المشكلات التي يواجهها المبحوث والمساهمة في تحديد مدى توافقه، ويتضمن ذلك التشخيص والعلاج". (مقارني وآخرون، 2022، ص 58)

على هذا الأســـاس تم الاعتماد على المقابلة العيادية كأحد الأدوات العيادية المهمة التي تفيدنا في جمع المعلومات عن الحالة.

سارت المقابلات العيادية مع حالات الدراسة وفق أربع حصص سطرت من خلالها الأهداف التالية:

- تحديد الانشغالات النفسية من خلال التاريخ النفسي للحالة وراهنها.(Anamnèse et Catamnèse)
- لتعمق أكثر مع الحالة + تطبيق مقياس التقرير الذاتي وتمهيد للإختبار القادم
- الفحص الإسقاطي من خلال تطبيق اختبار تفهم الموضوع(TAT).
- ختم المقابلات وإلمام بمعلومات التي كانت ناقصة أو تحتاج فهم إضافي

ثم تحليل المعطيات المتحصل عليها من خلال المقابلات العيادية وفق مستويين متكاملين:

- مستوى نفسي–دينامي: ويهدف إلى فهم المضامين الكامنة في خطاب الحالة المراهقة، من خلال الكشف عن الصـراعات الداخلية، وآليات الدفاع، وطبيعة التوظيف النفسـي (الهش/غير المسـتقر)، بما يسـمح بتأويل التعبير الانفعالي في ضوء البنية النفسية العميقة.
- مستوى تحليلي/ وصفي: ويعنى بدراسة خصائص التعبير الانفعالي في خطاب الحالة، من حيث غناه، ومرونته، وتماسكه، وقدرته على الترميز، وذلك من خلال تحليل البنية السردية ومدى تماسكها، بهدف ربط كيفية التعبير الانفعالي بسمات الشخصية وتحديد تجلياتهما في الخطاب.

الجدول(03): يوضح سير المقابلات مع الحالات

رقم المقابلة	التاريخ	مدة المقابلة	الهدف من المقابلة	مكان تطبيق المقابلة
1	17 فيفري 2026	30 دقيقة	التعرف على الحـالـة وجمع معلومـات أولية	مكتب المستشارة التربية

2	18 فيفري 2026	45 دقيقة	التعمق أكثر مع الحالة + تطبيق مقياس التقرير الذاتي وتمهيد للإختبار القادم	مكتب المستشارة التربية
3	22 فيفري 2026	ساعة	تطبيق إختبار تفهم الموضوع(TAT)	مكتب مستشارة التوجيه
4	02 مارس 2026	45 دقيقة	ختم المقابلات وإلمام بمعلومات التي كانت ناقصة أو تحتاج فهم إضافي	المكتبة

يوضح الجدول(03) سير المقابلات الإكلينيكية المطبقة على الحالة خلال فترة زمنية محددة حيث تم تنظيم العمل عبر أربع مقابلات متتالية لكل منها هدف إجرائي واضح.

بدأت المقابلة الأولى بتاريخ 17 فيفري 2026 واستغرقت 30 دقيقة، وهدفت إلى التعرف على الحالة وجمع معلومات أولية تمهيدًا لبناء العلاقة الإكلينيكية، أما المقابلة الثانية فتمت في 18 فيفري 2026 لمدة 45 دقيقة وتم خلالها التعمق في دراسة الحالة مع تطبيق مقياس التقرير الذاتي والتحضير لاختبار تفهم الموضوع(TAT)، وفي المقابلة الثالثة بتاريخ 22 فيفري 2026 والتي استغرقت ساعة كاملة، تم تطبيق اختبار تفهم الموضوع(TAT) باعتباره أداة إسقاطية تهدف إلى الكشف عن الجوانب الديناميكية العميقة للشخصية. أما المقابلة الرابعة فقد أجريت يوم 02 مارس 2026 لمدة 45 دقيقة، وخصصت لاستكمال المعلومات الناقصة والتأكد من شمولية المعطيات المتحصل عليها بهدف إنهاء المقابلات بشكل متكامل.

3.4. مقياس التنظيم الإنفعالي(Emotion Regulation Questionnair - ERQ):

✓ **وصف المقياس:** تم الاعتماد ايضا في هذه الدراسة على مقياس التنظيم الانفعالي الذي تم تطويره من طرف جيمس غروس وأوليفر جون(James Gross & Oliver John)، وهو أداة تقرير ذاتي يتكون من 10 بنود تهدف الى قياس الاستخدام المعتاد لإستراتيجتين لتنظيم الانفعال واعادة التقييم المعرفي والكبت التعبيري. Gross et al, (2003, np)

– الكبت التعبيري(Expressive Suppression): الذي يتكون من 4 بنود (2، 4، 6، 9)، ويقيس مدى ميل الفرد لكبح مشاعره ومنعها من الظهور.

– إعادة التقييم المعرفي(Cognitive Reappraisal): الذي يتكون من 6 بنود(1، 3، 5، 7، 8، 10)، والذي يقيس مدى إستخدام الفرد لتغيير طريقة تفكيره بهدف تقليل أو زيادة المشاعر.

✓ **طريقة التصحيح:** تجاب البنود وفق مقياس ليكرت سباعي من (لا أوافق بشدة=1) إلى (أوافق بشدة=7)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى استخدام أعلى للاستراتيجية. (Mehri, 2015)

لا يوجد "درجة قصوى" أو "درجة مقطوعة" تحدد الصح أو الخطأ، بل يصحح عن طريق مقارنة الدرجات بين البعدين، ويعتبر البعد الأكبر درجة هو الإستراتيجية الأكثر إستخداما. (Gross et al, 2003, np)

✓ **خصائص السيكومترية للمقياس:**

صدق المقياس:

من بين الدراسات التي اشارت الى صدق مقياس تنظيم الانفعال(Emotion Regulation Questionnair - ERQ) على مستوى البيئة العربية دراسة مهري وكازاريان(Merhi et Kazarian, 2015) بعنوان– فحص استراتيجيتين لتنظيم الانفعال لدى عينة مجتمعية لبنانية: تقنين النسخة العربية من استبيان تنظيم الانفعال– اين أُجريت الدراسة على عينة مكونة من(221) فردا من المجتمع اللبناني بنسبة(55.5%) من الإناث، اين تم التحقق من صدق المقياس باستخدام أسلوبي التحليل العاملي الاستكشافي والتحليل العاملي التوكيدي(Confirmatory Factor Analysis) حيث أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن استخراج عاملين أساسيين هما: إعادة التقييم المعرفي والكبت الانفعالي، وقد فسرا(30.5%) من التباين الكلي مع وجود تشبع مشترك للبند الخامس على العاملين، أما نتائج التحليل العاملي التوكيدي فقد أظهرت مؤشرات ملاءمة جيدة للنموذج الثنائي إذ بلغت قيمة مؤشر المقارنة(CFI=0.94)، ومؤشر توكر–لويس(TLI=0.92) بينما بلغت قيمة جذر متوسط مربعات خطأ التقريب (RMSEA=0.05)، وهو ما يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق. (Mehri, 2015,p2-3)

ثبات المقياس:

أما فيما يتعلق بثبات المقياس فقد قامت الباحثتان في نفس الدراسة–سبق ذكر العنوان والعينة– بحساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ(Cronbach's alpha) حيث بلغت قيمة ألفا لبعد إعادة التقييم المعرفي(0.66)، وبلغت قيمة ألفا لبعد الكبت الانفعالي(0.62)، وهي قيم تعد مقبولة وتدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات مما يجعله صالحا للاستعمال. (Mehri, 2015, p2-3)

4.4. إختبار تفهم الموضوع(TAT):

يعتبر اهتبار تفهم الموضوع أحد الاختبارات الاسقاطية التي تسمح بدراسة الشخصية وفهم السير النفسي للفرد، وتحديد بنيته النفسية من خلال التعرف على الآليات الدفاعية المستعملة من طرفه. (خديجة وآخرون، 2014، ص 69)

✓ **وصف الاختبار**: يتكون اختبار تفهم الموضوع المعد من طرف هنري موراي(Henry Moray) تعاونا مع كريستينا(Christina) من ثلاثين إلى واحد وثلاثين لوحة، تحتوي كل منها على منظر أو مشهد غامض يشمل

شخصا واحدا أو أكثر، بحيث تسمح بالتفسيرات والإدراك على مستويات مختلفة، حيث يطلب من المفحوص أن يبتدع قصـة حول كل لوحة، ويفترض أن القصـص التي يسـردها تعكس خبراته الشـخصـية ورغباته، ونزعاته، وصراعاته ومخاوفه، إذ يسقط الفرد ذاته على أحداث القصة ويتخيل أن أحد أبطالها هو هو نفسه.

من خلال هذا الإجراء يمكن الكشف عن الانفعالات المكبوتة والرغبات الداخلية والأزمات التي تؤثر في شخصية الفرد دون أن يشعر بها مباشرة، حيث تتماهى خبراته الخاصـة مع مواقف أبطال القصـة. (فيصل، 1997، ص 27–28)

يشمل الاختبار 12 لوحة تظهر شخصا واحدا في موقف غامض، و15 لوحة تضم أكثر من شخص في مواقف غير محددة، بالإضافة إلى 3 لوحات تصور مشاهد طبيعية متنوعة، ولوحة واحدة بيضاء رقم 16 تسمح بالإبداع الحر. (فكري، 2017، ص 61)

تم تصـــنيف اللوحات المرقمة من 1 إلى 20 ضـــمن أربع مجموعات بحســـب العمر والجنس، حيث تطبق مجموعتان على الذكور والإناث أقل من 14 ســنة، ومجموعتان على الذكور والإناث أكثر من 14 ســنة، ومن بين هذه اللوحات توجد إحدى عشرة لوحة مشتركة بين جميع الفئات العمرية والجنسين، وهي تحمل الأرقام: 1، 2، 3، 4، 5، 10، 11، 14، 15، 16، 19، 20، في حين تم تخصيص بقية اللوحات لجنس أو عمر معين، وتم الإشارة إليها بالرموز التالية (B) للصبيان أقل من 14 سنة، و(G) للبنات أقل من 14 سنة، و(M) للرجال أكثر من 14 سنة، و(F) للبنات أكثر من 14 سنة. (حسن مصطفى، 2003، ص 274)

✓ **طريقة التطبيق والتحليل المحتوى:** حسب موراي(Moray) يتم تطبيق(20) لوحة، ويطلب من المفحوص سرد أو تخيل حكاية لكل لوحة مع تركيز الفاحص على البداية والنهاية والبطل، ويتمحور تحليل المحتوى حول 5 نقاط أساسية:

- الدوافع والعوامل الداخلية والسمات العامة للبطل.
- قوة المحيط المؤثر على البطل.
- عرض وتسلسل أحداث القصة.
- تحليل الموضوعات.
- الإهتمامات والأحاسيس. (الشرتوني، 2018، ص41)

مع تسجيل زمن الرجع وزمن الإستجابة لكل لوحة، وينطلق الفاحص في تفسيره على: المحور الرئيسي للقصة، البطل الرئيســي للقصــة، الحاجات الرئيســية للبطل، تصــور المفحوص للعالم، صــور الاشــخاص في نظر

المفحوص، الصـراعات ذات الدلالة، انواع القلق وطبيعته، الحيل الدفاعية وقوة الذات العليا. (حفصـي، ب.س، ص19)

تمثل مجموع اللوحات المقدمة للمفحوص وضـعيات ترجع إلى صـراعات عالمية وتشـمل كل لوحة على محتوى ظاهري في كل ما هو مصـور في أجزاء اللوحة وعلى محتوى كامن الذي ينشـط ظهور الذكريات والهوامات عن طريق مبدأ اللذة على خلاف المحتوى الظاهري الذي يخضع لمبدأ الواقع. (شيخوني، 2021، ص82)

✓ **شبكات التحليل في(TAT):** تحتوي شبكات الفرز وسياقات(TAT) على 04 سلاسل مختلفة سلسلة(A) – سلسلة(B) – سلسلة(C) – سلسلة(E).

سلسلة(A) سياقات الرقابة: بحيث تمثل الصراع النفسـي الداخلي في مكونات الجهاز النفسـي حسـب الموقعية الأولى والثانية لفرويد.

سلسلة(B) سياقات المرونة: يتعلق الوضع بالصراع العلائقي أي ما بين هيئات الجهاز النفسي، وهذا راجع من خلال العلاقات بين الأشـخاص التي تكون بمثابة مقاومة من طرف أنظمة الجهاز النفسـي، حيث يسـتثمر الفرد عالمه الداخلي ويعبر عن الصراع من خلال سرد أحداث ووضعيات علائقية.

سلسلة(C) سياقات التجنب: التي تمثل التجنب أو الكف الصراعات. وتتكون من 5 أنواع تعبر عن أنماط دفاعية سلسلة بنود الكف CP والسياقات النرجسية CN والسياقات الهوسية او الضد الاكتتابية CM والسياقات السلوكية CC والاستثمار المفرط للواقع الخارجي CF.

سلسلة(E) العمليات الأولية الشديدة: أي النفوذية التي تكون من خلال وظيفة ما قبل الشعور، حيث تسمح بمرور كل من الهوامات والانفعالات بحيث يعبر وجودها بكمية كبيرة الى توظيف نفسي ذهاني، كما قد تدل على أنماط توظيف مرضية أخرى. (قورماط، 2012، ص 205)

✓ **تعليمة الإختبار:**

تكون كالآتي: سـأريك بعض الصـور، الواحدة تلو الأخرى، وسـيكون عليك تأليف لكل واحدة منها قصـة مفعمة بالحياة على قدر الإمكان. وتقوم بتوضيح سبب هذا الحدث الجلي في الرسم، ووصف ما يحدث في هذه اللحظة، وما تفكر وتشعر به الشخصيات ومن ثم تتكلم عن الخاتمة في الرواية. عبر عن أفكارك كما تخطر في ذهنك. هل تفهمني جيدا؟. (الشرتوني، 2018، ص 43)

خلاصة:

تضــمن هذا الفصــل مجموعة من الإجراءات التي قامت عليها الدراســة والتي ســمحت لنا بتعرف على التعبير الإنفعالي لدى المراهق ولاختبار فرضيات الدراسة تم اعتماد المنهج العيادي القائم على دراسة الحالة، وذلك على حالتين تم اختيارهما بطريقة قصدية وفق مواصفات وشروط منهجية محددة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1. **عرض وتحليل نتائج الدراسة**
2. **مناقشة فرضيات الدراسة**
3. **استنتاج عام**

تمهيد:

يتناول هذا الفصـــل عرض حالات الدراســـة وتفســـير النتائج المتحصـــل عليها من خلال تطبيق اختبار تفهم الموضـــوع(TAT) إلى جانب مقياس تنظيم الانفعال(ERQ) وذلك بهدف الكشـــف عن الكيفية التي تتجلى بها سمات الشخصية لدى المراهق عبر أنماط التعبير الانفعالي والتنظيم النفسي الدينامي.

1. عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1.1. عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى:

1.1.1. تقديم الحالة:

- الاسم: ل.ن
- العمر: 17 سنة
- الجنس: ذكر
- سكن: عين تموشنت
- الحالة المدنية: أعزب
- المستوى الدراسي: السنة الثانية ثانوي
- المستوى الاقتصادية: متوسطة
- مكان الإقامة: مع الوالدين وأخ أصغر

2.1.1. عرض وتحليل نتائج مقياس التنظيم الإنفعالي للحالة:

1.2.1.1. عرض نتائج مقياس التنظيم الإنفعالي:

الحالة(ل.ن) ثم تطبيق عليه مقياس التنظيم الإنفعالي والذي يقيس بعدين أســاســين هما الكبت الإنفعالي وإعادة التقييم المعرفي من أجل معرفة مســتوى تنظيمه الإنفعالي، حيث تشــير نتائج الحالة(ل.ن) إلى ميل نســبي نحو استخدام الكبت الانفعالي مقارنة بإعادة التقييم المعرفي، حيث سجل درجة(18) مقابل(15). ويعكس ذلك اعتمادا أكبر على كبح التعبير عن الانفعالات بدل معالجتها معرفيا، غير أن الفارق بين البعدين ليس كبيرا مما يدل على أن الحالة لا تزال تستخدم إعادة التقييم المعرفي بدرجة متوسطة.

2.2.1.1. تحليل نتائج مقياس التنظيم الإنفعالي:

يمكن تفسير هذا الميل نحو الكبت الانفعالي في ضوء خصائص مرحلة المراهقة التي تتسم عادة بعدم الاستقرار الانفعالي والحساسية الزائدة والتقلب في الاستجابات وهو ما قد يدفع المراهق إلى ضبط انفعالاته أو كبحها خاصة في المواقف الاجتماعية التي تتطلب التحكم في التعبير.

كما أن الحاجة إلى إثبات الذات وتجنب التقييم السلبي أو الرفض من طرف الأقران قد تعزز استخدام الكبت كاستراتيجية دفاعية تهدف إلى حماية صورة الذات أمام الجماعة والحفاظ على القبول الاجتماعي داخل المحيط. ويُفهم هذا النمط أيضا في إطار قواعد التعبير الثقافية(Display Rules) التي تنظم كيفية إظهار الانفعالات داخل السياقات الاجتماعية حيث قد يلجأ الفرد إلى تعديل أو إخفاء مشاعره بما يتوافق مع المعايير الاجتماعية السائدة مما يساهم في تعزيز الإحساس بالانتماءوهو ما ينسجم مع وظيفة الكبت الانفعالي.

لا يمكن ايضا إغفال دور سمات الشخصية في هذا السياق إذ تشير بعض الدراسات مثل دراسة(Kahn et al 2008) إلى أن الأفراد الذين يميلون إلى كتمان المشاعر أو التردد في التعبير عنها يكونون أكثر ميلا لاستخدام استراتيجيات الكبت الانفعالي ضمن ما يسمى بالقيود العاطفية والتي تتمثل في صعوبة الإفصاح عن الانفعالات أو تنظيمها بشكل مباشر.

ومن هنا يمكن القول إن ارتفاع درجة الكبت الانفعالي لدى الحالة (ل.ن) يعكس ميلا نسبيا نحو نمط تنظيمي يعتمد على كبح الانفعال أكثر من معالجته معرفيا مع بقاء قدرة متوسطة على استخدام إعادة التقييم كآلية تنظيمية مساعدة.

4.1.1. عرض وتحليل نتائج إختبار تفهم الموضوع(TAT):

1.4.1.1. عرض نتائج إختبار تفهم الموضوع(TAT):

كان الحالة(ل.ن) هادئ جدا أثناء الفحص الإسقاطي ويتكلم بصوت منخفض، ويأخذ وقتا طويلا في تقديم الإجابات وقد ثم تطبيق الإختبار في ظروف مناسبة وقد ثم إستخدام مسجل الصوت بعد الإستئذان من الحالة وجمع الإستجابات نعرضها في الجدول الآتي:

الجدول(04): يمثل إستجابات الحالة الأولى للوحات

رقم اللوحة	زمن الرجع	الزمن الكلي للإستجابة	الاستجابة الحرفية	نوع الحاجة
1	1min	52:1	راه مركز كيفاه يعزف .... معنديش فكرة	حاجة للإنجاز

2	1:06	18:5	عادات وتقاليد ...صـــورة تع بكري ...راجل راه يخدم ويشقى	حاجة للإنتماء حاجة للإنجاز
3	sec 16	3:35	دار خطأ وراه زعفان ...وحزين وندمان وباغي يصححه وغادي يصححه	حاجة لتنجب الذنب + حاجة للإصلاح
4	43 sec	2:16	رومنسية والحب	حاجة للحب
5	1min	4:15	تفتح الباب وتتفقد الاشياء في المنزل	حاجة للأمن
6	50sec	4:03	ينتظر دوره ...يحترم الكبار وناس ويقادرهم	حاجة للإنتماء
7	1min	2:14	صـــداقة... هذا صـــاحبه ...صـــاحبه راه يتقلش عليه ومقيمهش	حاجة للصداقة + حساسية تجاه الرفض
8	55sec	4:46	قتل ....قتل لانو دار حاجة ماشي مليحة معاه	حاجة للتعبير عن العدوان المكبوت
9	1:58	3:33	هذا راجل أعمال ، غني راقي و يعتمد على نفسه	حاجة للإنجاز والإستقلال
10	42sec	2:50	والد يعنق في بنته ....يحبها ويحب بناته	حاجة للحب الأسري
11	1min	4:10	مرح والتســـلي ....هذو زوج اشـــخاص راهم فرحانين صحاب	حاجة للإنتماء
12	2:11	3:15	يشعر بالحزن لمرض ابنته وهو يدعو لها بالشفاء	حاجة للتعاطف
13	1:19	4:22	بكاء، حزن، يأس ...هو يشعر هكذا لأن زوجته ماتت	حاجة للتعبير عن الفقدان (السلبية)
14	47sec	3:21	يفتح نافدة الغرفة المغلقة لكي يخرج من النافدة لانه يشعر بضيق	الحاجة للحرية والهروب من الضغط
15	60sec	2:29	هذا المسيحي، عادتهم زيارة القبور علبيها راه ف مقبرة	حاجة للإنتماء

16	4:01	5min	لون الابيض الخير والامل: شخص يتصدق على شخص اخر فقير ويساعده	حاجة للإيثار
17	1min	3:36	يتسلق الحبل محاولا الهروب من مأزق دار شيء وهرب	حاجة للهروب
18	57sec	2:11	هو فاقد الوعي لانه شاف شيء مستحيل يتحقق ويشعر باكتئاب	حاجة للأمان
19	42sec	2:01	منظر طبيعي، جبال صحراء ومنحوتات	حاجة للتأمل
20	2min	4:49	منطقة مظلمة شوية ضوء وثلج ...صورة توحي باليأس	حاجة للأمان

يوضح الجدول(04) استجابات الحالة(ل.ن) للوحات اختبار تفهم الموضوع(TAT) حيث يتضمن رقم اللوحة، زمن الرجع، زمن كل استجابة، الاستجابة الحرفية، ونوع الحاجة حسب موراي وعند مقارنة الأزمنة نلاحظ أن اللوحة الأولى كانت الوحيدة التي سجلت زمن استجابة قصير نسبيا مقارنة بباقي اللوحات بينما سجلت اللوحة الثانية زمنا مرتفعا بلغ حوالي (5 دقائق و18 ثانية) وهي لوحة ارتبطت بحاجتي الانتماء والإنجاز أما بقية اللوحات فقد تراوح زمن الاستجابة فيها بين دقيقة إلى حوالي أربع دقائق مما يعكس تباينا في سرعة المعالجة من لوحة إلى أخرى.

سجلت اللوحة رقم(16) أعلى زمن من حيث زمن الرجع حيث بلغ حوالي(4 دقائق و1 ثانية) وهي لوحة ذات محتوى إسقاطي يتطلب بناء دلالات أعمق.

ومن حيث الحاجات المتكررة فقد برزت بشكل واضح حاجة الانتماء وحاجة الإنجاز إضافة إلى الحاجة للأمن في عدة لوحات.

وبخصوص المحتوى فقد اتسمت استجابات الحالة بوجود طابع سلبي أو سوداوي في عدد من اللوحات مثل الإشارة إلى اليأس في اللوحة(20) والاكتئاب في اللوحة(18) والهروب في اللوحة(17) والضيق في اللوحة(14) والحزن واليأس في اللوحة(13) إضافة إلى الشعور بالحزن في اللوحة(12) ومحتوى العدوان في اللوحة(8) الذي تضمن القتل نتيجة فعل غير مقبول كما ظهرت استجابة في اللوحة(3) تعكس الشعور بالخطأ والندم والرغبة في الإصلاح.

تضـــمنت بعض اللوحات محتوى إيجابيًا أو محايدًا مثل اللوحة(1) التي تعكس التركيز واللوحة(2) المرتبطة بالعادات والتقاليد واللوحة(4) التي تعكس الرومانسية والحب واللوحة(5) المتعلقة بالتفقد والحذر واللوحة(6) التي تعكس احترام الكبار واللوحة(7) المتعلقة بالصداقة رغم وجود حساسية للرفض إضافة إلى اللوحة(9) التي تعكس صورة إيجابية عن رجل أعمال مستقل واللوحة(10) التي تعبر عن الحب الأسري واللوحة(11) التي تشير إلى الفرح والتسلية واللوحة(15) ذات الطابع الديني واللوحة(19) التي تتضمن منظرا طبيعيا.

الجدول(05): يوضح نتائج اختبار(TAT) للحالة الأولى

السياقات A الرقابة	السياقات B المرونة	السياقت C تجنب الصراع	السياقات E بروز العمليات الأولية
A2−1 = 7 A2−8 = 5 A4−3 = 4 A3−1 = 4 A2−2 = 3 A1−3 = 2 A2−3 = 1 A1 = 1 A1−2 = 1 A3−3 = 1 A4−2 = 1 A = 30	B1−3 = 6 B1−1 = 4 B1 =1 B = 11	CP1 = 20 CP2= 5 CP3 = 1 CF1 = 4 CF2 = 2 CN9 = 1 C=33	E4.2 = 4 E4.2 = 1 E=5
المجموع = 52			

2.4.1.1 تحليل نتائج إختبار تفهم الموضوع(TAT):

تم تحليل نتائج بروتوكول TAT وفق المدرسة التحليلية الفرنسية اعتمادا على طريقة شنتوب، حيث يرتكز التحليل على محورين: المحتوى الظاهر كما هو موضـــح في الجدول (04)، والمحتوى الكامن كما تكشـــفه نتائج الجدول(05) تبيّن أن المفحوص يعيش حالة انفعالية داخلية يغلب عليها الطابع الصراعي تظهر من خلال تكرار

مشـــاعر الحزن والفقدان والقلق وهو ما ينعكس في ارتفاع الســـياقات المرتبطة بتجنب الصـــراع (C = 33) والسـياقات الرقابية(A = 30) مقابل انخفاض واضـح في السـياقات الدالة على المرونة (B = 11) والعمليات الرمزية(E = 5)

إن ارتفاع سـياقات الرقابة (A) يدل على حضـور قوي لآليات الضـبط النفســي الداخلي المرتبطة بالأنا الأعلى حيث لا تأتي الاستجابات بشكل عفوي بل تمر عبر فلترة ومراجعة داخلية قبل التعبير عنها وهو ما يتعزز أيضا من خلال مؤشـر CP1 المرتبط بصـرامة الأنا الأعلى إضـافة إلى التوقفات المتكررة قبل الإجابة مما يعكس ثقل الرقابة الداخلية أثناء الإنتاج القصصي.

يمكن تفســير هذا النمط ضــمن منظور التحليل النفســي الفرويدي حيث يعيش المفحوص صــراعا بين الدوافع الانفعالية المتمثلة في (الحزن، العدوان، الهروب، الفقدان) من جهة وبين الرقابة الأخلاقية والاجتماعية التي يمثلها الأنا الأعلى من جهة أخرى وهو ما يؤدي إلى استخدام آليات دفاعية متعددة أبرزها الكبت الذي يظهر في ضعف التعبير المباشر عن الانفعالات إلى جانب العقلنة التي تتجلى في تبرير السلوك وفق معايير أخلاقية مثل احترام الآخرين والتسامح بالإضافة إلى التجنب من خلال الاختصار وقلة التوسع في بناء القصص مما يعكس صعوبة في المواجهة المباشرة للمحتوى الانفعالي.

كما يظهر البعد العاطفي بشكل واضح داخل المحتوى القصصي حيث يتم التعبير عن الانفعالات السلبية بطريقة غير مباشــرة عبر الإســقاط وهو ما يفســر التناقض بين الهدوء الظاهري أثناء المقابلة والغنى الانفعالي داخل القصص مما يشير إلى تفريغ غير مباشر للانفعالات المكبوتة في سياق رمزي.

ويعزز ذلك انخفاض السياقات الرمزية(E = 5) والذي يدل على ضـعف نسبي في تحويل الخبرات الانفعالية إلى تمثيلات منظمة مما يشــير إلى اعتماد الأنا على آليات دفاعية بدلا من المعالجة الناضــجة للانفعالات وهو ما يفسر الميل نحو الكبت بدل التنظيم النفسي العميق.

لوحظت على الحالة أيضـا مؤشرات دالة على صـراعات داخلية مرتبطة بالبناء الانفعالي والشـخصـي مع ظهور ملامح عصابية تتمثل في الميل إلى القلق والتوتر دون وجود مؤشرات واضحة على نزعة نرجسية بارزة بل يغلب على البنية النفسية الطابع الدفاعي أكثر من التمركز حول الذات.

ومن هنا يمكننا القول إن نتائج اختبار TAT تعكس وجود صـراع نفسـي داخلي غير محلول يتم التحكم فيه على المســـتوى الظاهري عبر الرقابة والكبت بينما يظهر على المســـتوى الكامن من خلال الإســـقاط في المحتوى القصصي.

3.1.1. تحليل المقابلات العيادية للحالة:

الحالة(ل.ن) يبلغ من العمر 17 سنة يعيش في أسرة نووية تتكون من الأب والأم وأخ أصغر منه ويصف علاقته بوالديه بأنها إيجابية وهو ما يظهر من خلال عبارات مثل: "**نبغي نفرحهم**" و"**نحس بتأنيب ضمير كي نزعفهم**" "**مكانش مشاكل بينا**". وتعكس هذه المعطيات حضورا واضحا لوظائف الأنا الأعلى في الشخصية وفق منظور فرويد حيث يظهر ذلك من خلال الإحساس بالذنب والالتزام بالمعايير الأسرية والسعي إلى إرضاء الوالدين مما يدل على وجود ضمير أخلاقي نشط يوجه السلوك نحو التوافق مع القيم الاجتماعية.

يتم تفسير بعض سلوكاته مثل صعوبة قول لا"**منقدرش نقول لا لواحد يطلب مني حاجة** " والميل إلى التبرير عندما يخطأ مع والديه والندم بعد الفعل حسب سيجموند فرويد عل هيمنة الأنا الأعلى حيث يقوم الأنا باستخدام آليات دفاعية مثل الكبت والتبرير لتخفيف التوتر الناتج عن ضغط الأنا الأعلى ومتطلبات الواقع مما يعكس نمطًا من الضبط الذاتي المرتفع.

بخصوص هواياته أظهر الحالة اهتماما واضحا بالرياضة خاصة كرة القدم "**نبغي نلعب بالو**" والتي تمثل له مصدر متعة وتفريغ انفعالي ما يشير إلى استخدامها كوسيلة غير مباشرة للتعبير عن الانفعالاته

وفق نموذج العوامل الخمسة الكبرى(Costa & McCrae) تشير المعطيات إلى ارتفاع نسبي في يقظة الضمير ويتجلى ذلك في الشعور بالمسؤولية ومراجعة الذات والسعي لإصلاح الأخطاء. كما يظهر مستوى مرتفع نسبيا من المقبولية من خلال الميل لتجنب الصراع وصعوبة الرفض والرغبة في الحفاظ على العلاقات الاجتماعية في المقابل توحي محدودية علاقاته الاجتماعية كما قال "**عندي غي صاحب واحد منديرش بزاف** "وحصرها في دائرة ضيقة بوجود ميل نحو التحفظ الاجتماعي دون أن يصل إلى انطواء حاد.

وبالرجوع إلى معايير السمات الشخصية يظهر لدى المفحوص بوضوح وجود قدر من الاتساق في سلوكياته خاصة في تجنب الرفض، السعي لإرضاء الآخرين وهي أنماط تتكرر عبر مواقف متعددة (أسرة، أقران). كما تبدو هذه السمات مستقرة نسبيًا في سلوكه الحالي مما يدعم اعتبارها سمات شخصية وليست استجابات ظرفية عابرة.

وفيما يخص مفهوم الذاته فإن وصفه لنفسه بكلمتي "**عادي**" و"**طبيعي**" بعد صمت طويل وتفكير يعكس محدودية في تمثل الذات أو حذرا في التعبير عنها مع وجود تقدير متوسط لذاته في جانب التسامح (10/7) "**نمد لروحي 7 من 10 في التسامح**" ما يشير إلى صورة ذاتية متوازنة نسبيًا لكنها غير متبلورة بشكل واضح، وهو ما يوضحه الجدول الموالي:

الجدول(06): يوضح السلوكات الملاحظة على الحالة في كل مقابلة

المقابلة	السلوكات الملاحظة عليه
الاولى	مظهر عام جيد، اتصال بصري متجنب، توتر حركي نسبي، نبرة صوت منخفضة جدا تكاد لا تسمع، محدودية في العلاقات مع الأقران.
الثانية	استمرار تجنب الاتصال البصري، نبرة صوت مترددة ومنخفضة، سرعة كلام بطيئة إلى طبيعية، توتر جسدي واضح، فترات صمت طويلة، دفاعية واضحة أثناء الإجابة، حساسية مرتفعة تجاه التقييم، وانخفاض شديد في وضوح التعبير الانفعالي.
الثالثة	اتسمت الإجابات بـ: اختصار شديد، كلمات قصيرة، غياب البناء القصصي المتكامل، عدم الترابط في عدد من اللوحات(من 1 إلى 20). كما لوحظ: صمت طويل جدا، دفاعية مرتفعة، النظر إلى الصورة بسرعة ثم تجنبها، عض الشفة السفلية، فرقعة الأصابع، توتر واضح على مستوى الوجه والحاجبين، حكة في الذقن، ردود فعل فقيرة، إخفاء اليدين تحت المكتب، ورغم ذلك كانت سرعة الكلام متوسطة.
الرابعة	راحة أكبر نسبيًا مقارنة بالمقابلات السابقة، استمرار انخفاض شدة الصوت، بقاء بعض الكلمات غير واضحة، تنفس عادي، حركة عين سريعة، غياب الضحك.

يوضح الجدول(06) الملاحظات التي لوحظت على الحالة أثناء المقابلات أظهرت وجود نمط ثابت يتمثل في توتر نفسي وجسدي واضح يتجلى في انخفاض نبرة الصوت، تجنب الاتصال البصري، التوتر الحركي إضافة إلى الصمت المتكرر. كما لوحظت سلوكيات دفاعية مثل الاختصار في الإجابات وضعف بناء الخطاب كما أن السلوك الدفاعي والاختصار في الإجابة قد يعكسان استخدام آليات دفاعية مثل الكبت والتجنب واستخدم الحالة أحيانا آلية العقلنة كوسيلة لتقليل التوتر الناتج عن المواقف التقييمية.

2.1. عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية:

1.2.1. تقديم الحالة:

- الاسم: إ.ر
- العمر: 17 سنة

- سكن: عين تموشنت
- الجنس: أنثى
- الحالة المدنية: عزباء
- المستوى الدراسي: السنة الأولى ثانوي
- المستوى الإقتصادي: جيد
- البنية الأسرية: تنتمي إلى أسرة تضم الوالدين وثلاثة إخوة لكنها مقيمة عند الجدة.

2.2.1. عرض وتحليل نتائج مقياس التنظيم الإنفعالي للحالة:

1.2.2.1. عرض نتائج مقياس التنظيم الإنفعالي

بعد تطبيق مقياس التنظيم الإنفعالي على الحالة(إ.ر) أظهرت نتائج المقياس ما يلي:

- درجة مرتفعة في إعادة التقييم المعرفي بلغت 17
- درجة منخفضة في الكبت الانفعالي بلغت 11

إذ أن الفرق بين إعادة التقييم المعرفي والكبت الإنفعالي 6 نقاط وهذا يوضـــح تباين بين درجتين وبتالي تميل الحالة(إ.ر) إلى استخدام نمط تعبير انفعالي أكثر مرونة ووضوحًا مع انخفاض في استخدام الكبت الانفعالي.

2.2.2.1. تحليل نتائج مقياس التنظيم الإنفعالي للحالة:

يمكن تفسـير النتيجة المتحصـل عليها من تطبيق مقياس التنظيم الانفعالي أن الحالة (إ.ر) تميل إلى الوضـوح النسبي في التعبير الانفعالي وهو ما يعكس اعتمادها على إعادة تفسير المواقف الانفعالية بدل اللجوء إلى قمعها أو كبتها بشـكل مباشـر ويترجم هذا النمط إلى أسـلوب تنظيمي يتسـم بالمرونة حيث يتم التعامل مع الانفعالات بطريقة تســـمح بإدراكها وفهمها وإعادة توجيهها بدل إلغائها مما يقلل من حدتها ويجعل التعبير عنها أكثر توازنا وواقعية دون إفراط أو مبالغة.

كما يمكن فهم هذا النمط على أنه يشير إلى وجود درجة من التنظيم المعرفي للانفعال حيث لا يبقى الانفعال في شـكله الخام بل يخضـــع لعملية معالجة ذهنية تســمح بإعادة تقييم الموقف وتخفيف شـــحنته الانفعالية وهو ما ينعكس إيجابا على قدرة الحالة في التكيف مع المواقف الضاغطة نسبيا.

ومن منظور التحليل النفســي لسـيغموند فرويد إن هذا التوازن النسـبي يعكس اشـتغال مكونات الجهاز النفســي الثلاثة: "الهو" باعتباره مصـــدر الدوافع والانفعالات، و"الأنا" الذي يتولى مهمة التنظيم والتوفيق بين هذه الدوافع ومتطلبات الواقع، و"الأنا الأعلى" الذي يمثل القيم والمعايير الداخلية.

في حالة (إ.ر) يبدو أن "الأنا" يؤدي دورا تنظيميا أكثر فاعلية حيث لا يلجأ إلى كبت الانفعالات بشكل صارم أو إلغائها بل يعمل على إعادة تنظيمها عبر آليات أكثر مرونة مثل إعادة التفسير العقلي للمواقف مما يساهم في تخفيف حدة الصراع الداخلي بين الدوافع من جهة والضوابط النفسية والاجتماعية من جهة أخرى.

ولكن مع ذلك لا يمكن اعتبار هذه النتائج كافية وحدها لبناء حكم نهائي حول البنية النفسية الكاملة للحالة لأن مقياس التنظيم الانفعالي يعكس بعدا محددا من الشخصية يتعلق بطريقة التعامل مع الانفعال فقط وليس البنية العميقة للشخصية في مختلف أبعادها لذلك يتم دعم هذه المعطيات بأدوات أخرى مثل اختبار تفهم الموضوع (TAT)والمقابلة العيادية من أجل الوصول إلى تصور أكثر شمولية ودقة حول دينامية الشخصية لدى الحالة.

4.2.1. عرض وتحليل نتائج إختبار تفهم الموضوع(TAT)

1.4.2.1. عرض نتائج إختبار تفهم الموضوع(TAT)

قد ثم تطبيق الإختبار مع الحالة (إ.ر) في ظروف مناسبة إذ ثم إستخدام مسجل الصوت بعد الإستئذان من الحالة وجمع الإستجابات نعرضها في الجدول الآتي:

الجدول(07): يمثل إستجابات الحالة الثانية للوحات

رقم اللوحة	زمن الرجع	الزمن الكلي للإستجابة	الاستجابة الحرفية	نوع الحاجة
1	30sec	1min	يركز كيف يعزف الكمان وفي الأخير سيعزف الكمان.	حاجة للإنجاز
2	9sec	40sec	فتاتان واحدة تحمل الكتب لتدرس ورجل يحصل وإمرأة أخرى تبقى في المنزل	حاجة للإنجاز وتحمل المسؤولية
3	6sec	26sec	تبانلي راها مريضة شادة راسها وحيط بيها حاجة	تجنب الأذى
4	7sec	37sec	هذي غادي نقولك من الفهامة تاعي هي تبغيه هو مدايهاش فيها من شوفة تاعها فيها اعجاب	الحاجة للإنتماء الرفض
5	5sec	1:01	إمرأة حلت الباب تتفقد فدار تشوف غرفة كي دايرة	الحاجة للفهم
6	12sec	45sec	هذي مرا وراجل يشوفو ف بعضهم البعض هذا هو الشيء الوحيد لي فهمته	الحاجة للإنتماء العاطفي
7	3sec	24sec	طفلة صغيرة وخادمتها تحمل الكتاب خدامة باغي تقرالها قصة بصح البنت الصغيرة معطاتهاش قيمة	الحاجة للرعاية

8	2sec	28sec	مرا مجمعة وحدها وتخمم متقدريش تعرفي فاش راها تخمم هي لي تعرف	حاجة للإنعزال
9	2sec	33sec	زوج شيرات واحدة تطل على الأخرى تعس فيها تتجسس عليها تنظر إليها من بعيد	العدوان الغير مباشر وغيرة
10	12sec	59sec	هذا راه يبانلي كي راجل... زوج رجال يتبادلان شـــعور الحب متبادل	الحاجة للإنتماء والأمان
11	5sec	46sec	حرب أشرار إعصار وتنين وباخرة في الماء	العدوان والخوف
12	11sec	1min	صـــورة تع بكري الزوجة راجلها مقيمهاش وجابت هذه الشيبانية باش تسحرله	الحاجة للإنتماء مقابل الضغط العاطفي والتعلق
13	3sec	55sec	زوجته بين الحياة والموت وهو مهوس بها	الحاجة للانتماء + القلق من الفقدان التعلق الشديد
14	2sec	32sec	شخص راه مجمع ف نافدة ...نافدة ضيقة	الحاجة للأمان مقابل الإحساس بالحصار
15	7sec	48sec	امرأة في المقبرة مسيحية لأنها شخص سيء	الحاجة لتجنب الذنب + الخوف من العقاب
16	14sec	22sec	حفلة زفاف	الحاجة للإنتماء والإستقرار
17	4sec	57sec	الحمـان فتـاة تحـاول تهرب... راهـا تصـــرخ لكن مـا تصابش شكون يعاونها	الحاجة للحماية مقابل العجز

18	3sec	19sec	خدامة تبغي المدير قاتله تزوجني ومبغاش راه متغاشي	الضغط الخارجي وفقدان الاستقلالية
19	2sec	29sec	دار في التلج وكهف دافئ	الإنتقال من القلق إلى الأمان
20	4sec	28sec	شخص فالغربة توحش الأم والعائلة	حاجة للأمان

يوضح الجدول(07) استجابات الحالة (إ.ر) للوحات تفهم الموضوع(TAT)، حيث يتضمن رقم اللوحة زمن الرجع، الزمن الكلي للاستجابة، الاستجابة الحرفية، ونوع الحاجة حسب موراي من خلال تحليل الأزمنة نلاحظ أن أغلب الاستجابات تميزت بسرعة واضحة إذ تراوح زمن الرجع بين(2 إلى 14 ثانية) في معظم اللوحات وهو ما يدل على سرعة في التداعي الفكري مع انخفاض نسبي في عمق القصص و التردد أو الصراع الداخلي الظاهر في حين سجلت بعض الاستجابات الأطول نسبيا مثل اللوحة(1) بـ(30 ثانية) واللوحة(16) بـ(14 ثانية) لكنها تبقى ضمن المجال الزمني القصير مقارنة بالحالة الأولى

أما الزمن الكلي للاستجابة فقد تراوح بين(19 ثانية) و(1 دقيقة) وهو زمن قصير يعكس اقتصار الاستجابات على وصف مباشر وسريع دون تعمق كبير في بناء قصة إسقاطية معقدة ما يشير إلى مستوى محدود من الإغناء الخيالي أو إلى ميل نحو الاقتصاد في التعبير.

برزت بعض الحاجات النفسية بشكل واضح مثل الحاجة للإنتماء بمختلف أشكالها(الانتماء العاطفي، الاجتماعي، والأمان) حيث ظهرت في عدة لوحات مثل(4، 6، 10، 12، 13، 16) مما يدل على أهمية العلاقات في حياة الحالة لكن هذه الحاجة غالبا ما كانت مصحوبة بمؤشرات سلبية مثل الرفض ،التعلق أو القلق من الفقدان وهو ما يعكس عدم استقرار في إشباع هذه الحاجة.

كما ظهرت الحاجة للأمان بشكل متكرر(لوحات 10، 14، 19، 20) وغالبا في سياق تهديد أو فقدان أو شعور بالحصارمما يشير إلى حساسية مرتفعة تجاه عدم الأمان والحاجة إلى الحماية كذلك برزت بعض الحاجات الأخرى مثل تجنب الأذى في لوحة(3)، الفهم(5)، الرعاية(7)، والانعزال(8)، ما يعكس تنوعًا نسبيًا في الديناميات النفسية.

بنسبة للمحتوى فقد غلب عليه الطابع السلبي أو القلقي على عدد معتبر من الاستجابات مثل الخوف والعدوان في اللوحة(11) الغيرة والتجسس في اللوحة(9) الضغط العاطفي والتعلق في اللوحة(12) القلق من الفقدان في

اللوحة(13) الإحساس بالحصار في اللوحة(14) الخوف من العقاب في اللوحة(15) العجز والحاجة للحماية في اللوحة(17) والضغط الخارجي في اللوحة(18) هذه المضامين تشير إلى وجود توتر داخلي وصراعات مرتبطة بالعلاقات وبالإحساس بالأمان.

ظهرت ايضا بعض الاستجابات ذات طابع إيجابي أو محايد مثل اللوحة(1) التي تعكس التركيز والإنجاز واللوحة(2) المرتبطة بالدراسة وتحمل المسؤولية واللوحة(6) التي تعكس تواصلا عاطفيا واللوحة(16) التي تشير إلى الاستقرار من خلال الزواج إضافة إلى اللوحة(19) التي تعكس الانتقال من القلق إلى الأمان.

أما اللوحات التي ضحكت فيها الحالة هي اللوحة رقم(3) واللوحة رقم(4) اضافة الى اللوحة رقم(10)، في هذا السياق يفهم الضحك كآلية دفاعية ففي اللوحة(3) تشير إلى موضوع المرض، أما لوحة(4) تشير إلى الرفض، واللوحة(10) تشير إلى الحب، والضحك هنا قد يشير إلى أنها في بعض مواقف لا تواجه مشاعرها مباشرة بل تميل الى تخفيف التوتر بطرق غير مباشرة خصوصا في المواضيع الحساسة.

الجدول(08): يوضح نتائج اختبار(TAT) للحالة الثانية

السياقات A	السياقات B	السياقات C	السياقات E
A1.3 = 2	B1.1 = 8	C.1 = 1	E2.2 = 1
A4.3 = 1	B1.3 = 3	CP.1 = 1	E4.3 = 2
A2.7 = 1	B2.1 = 1	CP.2 = 1	**E = 3**
A2.3 = 1	B2.2 = 1	CF.1 = 4	
A2.1 = 1	B2.4 = 2	CF.2 = 1	
A3.1 = 2	B3.1 = 2	CN.9 = 2	
	B3.2 = 1	CL.4 = 1	
	B1.2 = 1	**C=11**	
A = 8	**B = 19**		
المجموع	41		

2.4.2.1. تحليل نتائج إختبار تفهم الموضوع(TAT):

تم تحليل النتائج وفق المدرسة الفرنسية "شنتوب" حيث تعتمد هذه الطريقة على محورين لتحليل البروتوكول: المحتوى الظاهر كما هو موضح في الجدول (07) والمحتوى الكامن كما يتضح من نتائج اختبار تفهم الموضوع (TAT) في الجدول (08).

تُظهر الحالة (إ.ر) نمطا غير متوازن نسبيا في السياقات الإسقاطية حيث جاءت سياقات المرونة (B = 19) في المرتبة الأولى مقارنة بباقي السياقات تليها سياقات تجنب الصراع(C = 11) ثم سياقات الرقابة(A = 8) بينما احتلت سياقات العمليات الأولية (E = 3) المرتبة الأخيرة.

يشير هذا التوزيع إلى أن طريقة عمل الشخصية تميل أساسا إلى التفاعل المرن والاهتمام بالعلاقات بين الأشخاص خاصة وأن أغلب الاستجابات في سياق (B1.1) ركزت على التفاعل الاجتماعي وبناء العلاقات وهذا يتماشى مع المعطيات الإكلينيكية التي تفيد بأن الحالة اجتماعية ولديها شبكة من المعارف إلا أن دائرة الثقة لديها تبقى محدودة وتتركز أساسا داخل الأسرة وخاصة مع الأم مما يعكس انتقائية في العلاقات أكثر من كونه انفتاحا اجتماعيا واسعا.

أما ارتفاع سياقات تجنب الصراع (C) يوحي بوجود توترات أو انفعالات داخلية يتم التعامل معها بشكل غير مباشر أو يتم تفاديها داخل السرد القصصي حيث تظهر بعض المضامين المرتبطة بالقلق أو الغيرة أو الضغط الانفعالي دون مواجهتها بشكل صريح.

أما سياقات الرقابة (A) فهي موجودة بدرجة متوسطة مما يعكس وجود ضبط ذاتي نسبي في التعبير ومحاولة تنظيم الاستجابات وفق ما هو مقبول اجتماعيا وأخلاقيا دون إفراط في الكبت أو التحكم الصارم.

في المقابل يدل انخفاض سياقات العمليات الأولية (E) على ضعف نسبي في المعالجة الرمزية والخيالية للخبرات الانفعالية حيث تبقى الاستجابات أقرب إلى الواقع المباشر من كونها غنية بالرمز أو الإسقاط العميق.

وبالعودة إلى الإطار النظري للتحليل النفسي لسيغموند فرويد تشير هذه النتائج الى التفاعل بين مكونات الشخصية حيث يظهر "الهو" من خلال بعض المضامين المرتبطة بالقلق والحاجة إلى الانتماء بينما يظهر "الأنا الأعلى" من خلال وجود رقابة نسبية على التعبير في حين يحاول "الأنا" تحقيق نوع من التوازن بين الدوافع والانفعالات والضوابط الاجتماعية ولكن بطريقة تميل إلى التكيف السريع أكثر من المعالجة العميقة.

ومنه يمكن فهم أن الحالة تميل إلى التعبير الانفعالي المباشر في المواقف التي تشعر فيها بتهديد لذاتها بينما تميل إلى التعبير غير المباشر أو التلميح في المواقف العاطفية الحساسة مع حضور سمات مثل الانبساطية لكنها مقترنة بدرجة من التحفظ والانتقائية في العلاقات.

3.2.1. تحليل المقابلات العيادية للحالة الثانية:

حالة(إ.ر) تبلغ من العمر 17 سنة تعيش مع جدتها ولديها ثلاثة إخوة، كما أنها أعادت السنة ودخلت المجلس التأديبي وهو ما قد يعكس وجود صعوبات في التكيف الدراسي أو ضعف في الالتزام بالقواعد أحيانا.

لا تملك الحالة هوايات محددة ما قد يدل على ضعف في توجيه الطاقة نحو أنشطة ثابتة أو غياب اهتمامات مستقرة تساعد على التفريغ الانفعالي لكنها تذكر أن علاقتها بالله قريبة وتقول"**كي نتنارفا ولا نروح نصلي**" وهذه العبارة تعكس أن الدين لديها ليس فقط ممارسة بل أيضا وسيلة تنظيم انفعالي وتهدئة داخلية عند التوتر أو الغضب.

تظهر الحالة ميولا واضحة نحو التفاعل مع الآخرين وتفضل الأنشطة الجماعية لكنها في الوقت نفسه تقول"**عندي صحبة وحدة فقط ولي هي أمي**" وهذا يعكس تناقضا ظاهريا لكنه في الحقيقة يشير إلى فرق بين القدرة على التفاعل وبناء حلقة معارف وبين الثقة العاطفية فهي تستطيع التفاعل لكنها لا تمنح الثقة بسهولة ويتأكد هذا من قولها"**مبقاش لمان فهذا وقت**" حيث قد تعكس هذه العبارة خبرة سابقة أو قناعة داخلية بأن الثقة بالآخرين أصبحت محدودة أو مشروطة أي أن لديها نمط حذر في العلاقات

أما في التعبير الحالة عن الذات تقول"**كي متعجبنيش حاجة نقولها**" وهذه العبارة تدل على وضوح في التعبير الانفعالي وعدم ميل للكتمان خصوصًا في المواقف اليومية البسيطة أي أنها لا تكبت الانزعاج بل تخرجه مباشرة بحركات ظاهرية مثل رفع اليد ونبرة الصوت خاصة المواقف التي تمس الكرامة أو الذات فتظهر لديها استجابة انفعالية قوية حيث تؤكد"**أنا عاقلة بصح على خاطر كرامتي منسمع تا بواحد**"

لكن عند الحديث عن الحب والعاطفة تتغير طريقة التعبير بشكل واضح حيث تقول"**أنا نشر وفاهم يفهم**" هذه العبارة تحمل معنى غير مباشر فهي لا تصرح بالمشاعر بل تترك المجال للآخر للفهم ما يدل على تحفظ عاطفي أو خوف من فقدان السيطرة على الصورة الذاتية أو التعرض للرفض وبالتالي فهي لا ترفض الحب لكنها ترفض التصريح المباشر به.

تكرار كلمة "**أنا**" هنا ليست اعتباطية بل يوحي إلى بروز تمركز حول الذات أثناء السرد بما يعكس حضورا واضحا للأنا (ego) مع دلالة على الحاجة إلى تأكيد الهوية وإثبات الذات في المواقف الاجتماعية والانفعالية خاصة عندما يتعلق الأمر بالدفاع عن الكرامة أو التعبير عن الموقف الشخصي

من هذا كله يتضح أن التعبير الانفعالي لدى الحالة انتقائي مباشر وقوي في مواقف الغضب والدفاع عن الذات خاصة عند المساس بالكرامة والحذر في المواقف العاطفية وهو ما يعكس تنظيما انفعاليا يعتمد على حماية الكرامة وضبط الصورة الاجتماعية أكثر من كبت الإنفعالات والمشاعر بشكل كامل.

بمعنى أن الحالة (إ.ر) قد تظهر انفعالية في المواقف التي تشعر فيها بأن حدودها الشخصية تُخترق أو أن جزءا من ذاتها أو كرامتها مهدد ويتجلى ذلك في تعبيرها الانفعالي حيث تشير إلى أنها "**تصبح حمراء**" وهو مؤشر على شدة الاستثارة الانفعالية ودلالة على أهمية الموقف بالنسبة لها.

ووفقا لنظرية الأنظمة المكوِنية للانفعال يفهم هذا التفاعل على أنه عملية ديناميكية تمر عبر عدة مكونات متداخلة من بينها :التقييم المعرفي للموقف بوصفه ذا طابع تهديدي أو ماس بالذات والاستجابة الفسيولوجية التي تظهر في شكل احمرار الوجه كنتيجة لتنشيط الجهاز العصبي اللاإرادي.

2. مناقشة فرضيات الدراسة:

1.2 . مناقشة الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على أن :تتجلى سمات الشخصية لدى المراهق في توظيف نفسي دينامي هش يظهر من خلال التعبير الانفعالي انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT) .

أظهرت نتائج الدراسة أن سمات الشخصية لدى المراهقين تتجلى من خلال الكيفية التي يعبرون بها عن انفعالاتهم داخل الوضعيات الإسقاطية. فقد تميزت الحالة الأولى (ل. ن) بسيطرة الكبت والرقابة النفسية مع حضور مشاعر الحزن والفقدان والعدوان المكبوت، في حين أظهرت الحالة الثانية (إ. ر) قدرا أكبر من المرونة مع وجود انتقائية في التعبير الانفعالي حسب طبيعة الموقف.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة صوفي وآخرون(2014) التي أكدت أن التعبير الانفعالي يمثل مؤشرا أساسيا على البناء الانفعالي والاجتماعي للشخصية، وأن أساليب التعبير عن المشاعر تكشف عن خصائص الفرد النفسية كما تنسجم مع دراسة فلور (Flore, 2013) التي أوضحت أن المراهقين يظهرون حساسية خاصة تجاه الانفعالات، وأن معالجة المشاعر تشكل جزءا مهما من بناء شخصيتهم.

كما تتوافق نتائج الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة بارانتشك(Barańczuk, 2019)، التي أشارت إلى أن سمات الشخصية تؤثر في طريقة التعامل مع الانفعالات، حيث يرتبط الكبت الانفعالي ببعض السمات الأقل تكيفا، بينما ترتبط المرونة الانفعالية بسمات أكثر إيجابية. ويمكن تفسير ذلك من خلال الاختلاف الواضح بين

الحالتين، إذ اعتمدت الحالة الأولى بدرجة أكبر على الكبت والتجنب، في حين أظهرت الحالة الثانية قدرة نسبية على التعبير عن بعض الانفعالات بصورة مباشرة.

وعليه فإن نتائج الدراسة تؤكد أن **الفرضية العامة تحققت** إذ تبين أن سمات الشخصية لدى المراهقين تتجلى من خلال أنماط مختلفة من التعبير الانفعالي تعكس طبيعة توظيفهم النفسي ومستوى توازنهم الانفعالي.

2.2 مناقشة الفرضية الفرعية الأولى:

نصت الفرضية الفرعية الأولى على أن :المراهق يتموضع داخل البناء السردي في سياق انفعالي صراعي انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT).

أظهرت النتائج أن الصراع الانفعالي كان حاضرا في قصص الحالتين بدرجات متفاوتة فقد برز لدى الحالة الأولى صراع واضح بين الرغبات الانفعالية ومتطلبات الضبط الأخلاقي والاجتماعي بينما ظهر لدى الحالة الثانية في شكل مخاوف مرتبطة بالعلاقات والغيرة والخوف من الفقدان والحاجة إلى الانتماء.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة باربيري وأنتونيو(Barbi & Antonio, 2022) التي أكدت قدرة اختبار(TAT) على الكشف عن الصراعات النفسية الداخلية لدى المراهقين حيث أظهرت نتائجها حضور مخاوف وصراعات مرتبطة بالاستقلالية والعلاقات والاعتماد على الآخرين

كما تدعم هذه النتيجة دراسة أمال بن عبد الرحمن(2014) التي بينت أن اختبار تفهم الموضوع يسمح بالكشف عن المضامين الوجدانية والصراعات النفسية من خلال البناء القصصي الذي يقدمه المفحوص.

ويمكن تفسير ظهور هذه الصراعات بكون مرحلة المراهقة مرحلة انتقالية تتسم بإعادة تنظيم التغيرات النفسية والانفعالية مما يجعل المراهق يعيش تناقضا بين حاجته إلى الاستقلال من جهة ورغبته في المحافظة على العلاقات والدعم الأسري من جهة أخرى وهو ما انعكس بوضوح في القصص المقدمة من طرف الحالتين.

وبناء على ذلك يمكن اعتبار **الفرضية الفرعية الأولى متحققة** لأن البناء السردي للمراهقين حمل بالفعل مضامين صراعية وانفعالية عكست جوانب من عالمهم النفسي الداخلي.

3.2. مناقشة الفرضية الفرعية الثانية:

نصت الفرضية الفرعية الثانية على أنه: يتحدد المستوى الدينامي لشخصية المراهق في إطار توظيف نفسي غير مستقر انطلاقا من اختبار تفهم الموضوع(TAT).

أظهرت نتائج الدراسة أن المستوى الدينامي للشخصية لدى المراهقين يتسم بدرجة من عدم الاستقرار النسبي حيث يختلف أسلوب التوظيف النفسي باختلاف المواقف الانفعالية فقد أظهرت الحالة الأولى (ل. ن) سيطرة

واضحة لآليات دفاعية تتمثل أساسا في الكبت والتجنب مع ارتفاع مؤشرات الرقابة النفسية وضعف العمليات الرمزية(E = 5) كما اتسمت بعض الاستجابات بضعف البناء السردي وغلبة المضامين الصراعية والانفعالية السلبية.

ورغم أن النتائج أظهرت وجود بعض مؤشرات التنظيم النفسي من خلال احترام الوالدين والشعور بالذنب ومحاولة إصلاح الخطأ بعد وقوعه وهو ما يعكس قدرا من الضبط السلوكي المقبول إلا أن ظهور ارتفاع في الكبت الانفعالي(18) وانخفاض نسبي في إعادة التقييم المعرفي(15) إضافة إلى ضعف التعبير الرمزي وغلبة الصراعات الداخلية يشير إلى وجود تباين بين التحكم الظاهري والانفعالات الكامنة ويعكس هذا التباين اعتماد المفحوص على الكبت أكثر من اعتماده على المعالجة النفسية العميقة للانفعالات مما يدل على عدم تكامل التوظيف النفسي بشكل كامل.

أما الحالة الثانية (إ. ر) فقد أظهرت قدرة أفضل على إعادة التقييم المعرفي ومرونة أكبر في التعامل مع المواقف الانفعالية إلا أنها لم تخل من بعض مظاهر التذبذب حيث تراوحت استجاباتها بين التعبير المباشر عن المشاعر والتحفظ عليها مع اللجوء أحيانا إلى آليات دفاعية خفيفة كالتهوين أو التخفيف من شدة المواقف الحساسة.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة باربيري وأنتونيو(2022) التي بينت شيوع آليات تجنب الصراع والكبح الانفعالي وصعوبة الترمز لدى المراهقين حيث ظهر لدى بعضهم اعتماد واضح على الكبت مع محدودية في التعبير عن الدوافع والانفعالات الداخلية وتتوافق ايضا مع دراسة ميغان وآخرون(2022) التي أكدت أن المراهقين يلجؤون إلى الكبت الانفعالي بدرجات مختلفة تبعا للسياق الاجتماعي وطبيعة العلاقات مما يعكس عدم ثبات أساليب التنظيم الانفعالي.

اذ تلتقي هذه النتائج مع دراسة هاغ وباغروديا وبونانو(2024) التي أشارت إلى أن المراهق لا يعتمد أسلوبا انفعاليا واحدا بل يوظف استراتيجيات متعددة مثل الكبت أو التعبير أو التعديل الانفعالي بحسب الموقف وهو ما ظهر في نتائج الدراسة الحالية حيث اعتمدت الحالة الأولى بدرجة أكبر على الكبت والتجنب في حين أظهرت الحالة الثانية تنوعا أكبر في أساليب التعبير الانفعالي.

كذلك تتفق مع دراسة دانيال غريشام وإليونورا غولوني(2012) ودراسة بارانتشك(2019) اللتين أكدتا أن الاختلاف في سمات الشخصية والعوامل البيئية ينعكس على نوع الاستراتيجيات الانفعالية المستخدمة.

اذن يمكن القول إن **الفرضية الفرعية الثانية قد تحققت** أيضا إذ أظهرت النتائج أن المستوى الدينامي للشخصية لدى المراهق يتسم بعدم الاستقرار النسبي ويتأرجح بين التنظيم والانفعال وبين المواجهة والتجنب تبعا لطبيعة الموقف والخبرة الانفعالية التي يعيشها الفرد.

3. إستنتاج عام:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية يمكن الإستنتاج أن الفرضية الرئيسية متحققة حيث توصلت إلى أن التوظيف النفسي لدى الحالتين لا يتخذ شكلا ثابتا أو متجانسا بل يتسم بنوع من التذبذب وعدم الاستقرار النسبي وهو ما برز من خلال استجابات اختبار تفهم الموضوع(TAT).

ويمكن تلخيص أهم مميزات الإنتاج الإسقاطي بما يلي:

في الحالة الأولى (ل.ن) يبدو أن التوظيف النفسي يميل إلى الضبط والكبت حيث برزت رقابة داخلية واضحة من الأنا الأعلى رافقها حضور متكرر لمضامين انفعالية سلبية مثل الحزن، الفقدان، والضيق، إضافة إلى بعض المؤشرات على العدوان غير المباشر ويشير ذلك إلى أن الحالة تميل إلى التحكم في انفعالاتها أكثر من التعبير عنها مما يجعل التعبير الانفعالي محدودا ويغلب عليه الطابع غير المباشر

أما الحالة الثانية (إ.ر) فقد أظهرت نمطا أكثر مرونة نسبيا مقارنة بالحالة الأولى حيث بدت قادرة على التعبير المباشر عن انفعالاتها في بعض المواقف المرتبطة بالدفاع عن الذات غير أن هذا التعبير لم يكن ثابتا إذ لوحظ عليها نوع من التحفظ في المواضيع العاطفية الحساسة مثل موضوع الحب أو الرفض حيث تميل الحالة(إ.ر) إلى التعبير غير المباشر أو التلميح بدل التصريح كما ظهر استعمال بعض الأساليب لتخفيف التوتر مثل الضحك في مواقف ذات طابع انفعال وهو ما يمكن فهمه كطريقة لتجنب المواجهة المباشرة لبعض المشاعر

يمكننا القول إن الحالتين تشتركان في وجود نوع من الصراع الداخلي خاصة فيما يتعلق بالعلاقات والانتماء غير أن طريقة التعبير عن هذا الصراع تختلف حيث يظهر لدى الحالة الأولى في شكل كبت وضبط زائد بينما يظهر لدى الحالة الثانية في شكل تعبير انتقائي ومتذبذب

يمكننا القول إن الحالتين تشتركان في وجود نوع من الصراع الداخلي خاصة فيما يتعلق بالعلاقات والانتماء، غير أن طريقة التعبير عن هذا الصراع تختلف، حيث يظهر لدى الحالة الأولى في شكل كبت وضبط زائد، بينما يظهر لدى الحالة الثانية في شكل تعبير انتقائي ومتذبذب.

وفي الأخير يمكن الاستنتاج أن التعبير الانفعالي لدى المراهق يرتبط بشكل وثيق بسمات الشخصية غير أن هذا الارتباط لا يتخذ شكلا ثابتا بل يتأثر بطبيعة المواقف والخبرات الانفعالية التي يمر بها الفرد وهو ما أكدته نتائج الدراسة الحالية وأثبت تحقق الفرضية الرئيسية.

الخاتمة:

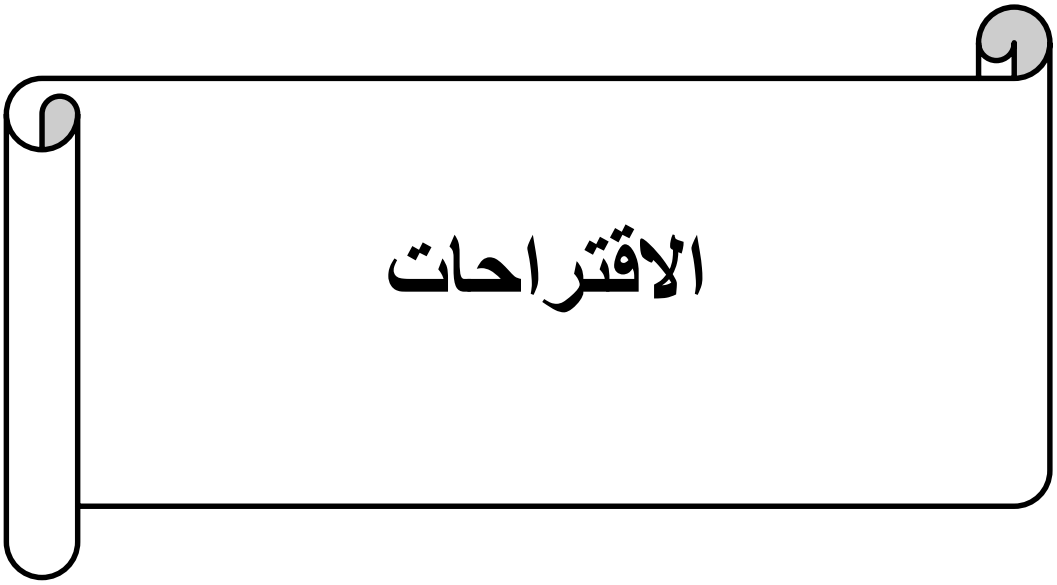
في الختام تناولت الدراسة الحالية موضوع التعبير الانفعالي والسمات الشخصية لدى المراهقين من خلال اختبار تفهم الموضوع(TAT)، وقد كشفت النتائج عن وجود علاقة بين طبيعة السمات الشخصية والتعبير الانفعالي لديهم حيث تبين أن السمات الشخصية تلعب دورا مهما في تحديد كيفية إدراك المراهق للمواقف الانفعالية والاستجابة لها.

وعلى الرغم من اختلاف نتائج هذه الدراسة مع نتائج بعض الدراسات السابقة وبعض الطروحات النظرية في بعض الجوانب إلا أن دراسة الحالة تبقى دراسة فريدة لا تسمح بالتعميم بقدر ما تساهم في فهم خصوصية كل حالة على حدة. كما أن المعرفة العلمية تبقى قابلة للمراجعة والتطوير في ضوء المعطيات الجديدة خاصة في مجال علم النفس الذي يتعامل مع ظواهر إنسانية معقدة تتأثر بعوامل متعددة ومتداخلة منها ما هو نفسي واجتماعي وثقافي وأسري.

ومن خلال تطبيق اختبار تفهم الموضوع(TAT) أمكن الكشف عن الجوانب اللاشعورية والديناميات الداخلية للشخصية التي يصعب الوصول إليها بالأساليب المباشرة مما ساهم في فهم أعمق لطبيعة التفاعل بين السمات الشخصية والتعبير الانفعالي لدى المراهقين.

تؤكد هذه الدراسة ايضا أهمية الاهتمام بمرحلة المراهقة باعتبارها مرحلة حساسة في بناء الشخصية وتنظيم الانفعال وضرورة توفير بيئات نفسية واجتماعية داعمة تساعد المراهق على التعبير عن انفعالاته بصورة سليمة ومتوازنة بما يسهم في تحقيق توافقه النفسي والاجتماعي.

وفي الأخير يمكن القول إن فهم العلاقة بين السمات الشخصية والتعبير الانفعالي لدى المراهقين من خلال الاختبارات الإسقاطية مثل اختبار تفهم الموضوع(TAT) يمثل مدخلا مهما في المجال العيادي ويساهم في تحسين أساليب التكفل بهذه الفئة وفهم احتياجاتها النفسية بصورة أعمق.


الاقتراحات

الاقتراحات:

بناءا على ما توصلت إليه الدراسة من نتائج يمكن اقتراح ما يلي:

- إجراء دراسات أخرى مشابهة تتناول موضوع التعبير الانفعالي وسمات الشخصية لكن على فئات عمرية مختلفة مثل الراشدين حتى يمكن فهم الفروق بين المراحل العمرية بشكل أوضح.
- كما يستحسن ايضا في الأبحاث القادمة عدم الاكتفاء بدراسة التعبير الانفعالي فقط بل التوجه أكثر نحو استراتيجيات التنظيم الانفعالي وربطها بسمات الشخصية بشكل أعمق لأن ذلك يعطي صورة أوضح عن كيفية تعامل الفرد مع انفعالاته.
- التعمق أكثر في دراسة سمات الشخصية لدى المراهقين وكيف تؤثر هذه السمات في طريقة استجابتهم للمواقف الضاغطة وانفعالاتهم اليومية مع توسيع استخدام أدوات وأساليب بحث متنوعة تسمح بفهم أدق وأقرب للواقع النفسي لهذه الفئة مثل قياسها باستخدام إختبار رورشاخ واختبارات الشخصية لتوصل الى نتائج مختلفة ومكملة أكثر لهذه الدراسة.

قائمة المراجع
والمصادر

المراجع والمصادر:

- أبراش، إبراهيم (2009). ***المنهج العلمي وتطبيقاته في العلوم الاجتماعية*** .المنهل.
- أبو شنار، فؤاد أحمد (2023). *المنهج الإكلينيكي والفحص النفسي والمقابلة العلاجية*. دار اليازوري للنشر والتوزيع.
- أحمد، أحمد حسين نور الدين، الشرقاوي، وفتحي مصطفى، الألفي، ريم محمد، وزكي، دينا جمال. (2021). دراسة لبعض سمات الشخصية وعلاقتها بالقدرة على اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى عينة من المديرين في بعض المؤسسات الحكومية، ***مجلة العلوم البيئية***، 12(50)، ص ص 1-25.
- بدوي، عبد الرحمن .(1988). ***مناهج البحث العلمي***. (ط. 3). وكالة المطبوعات.
- بعوشي، زكرياء، أرشوم، يعقوب، وبلعمري، عبد القادر (2025). المنهج العيادي في علم النفس .مؤسسة نور بوك https://www.noor-book.com/ .
- بلخير، فايزة، وماحي، إبراهيم. (2018). الحِرمان الأسري وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المراهق المتمدرس .مجلة المعيار الجامعي، (1)، 224-211.
- البلوفة، بلحضري. (2024). الملاحظة العلمية .مجلة الناصرية، (2)15، 261-253.
- بن شريف، نبيل، وإبراهيمي، بودية .(2022) .مستوى تقدير الذات لدى تلميذ التعليم المتوسط ذو السلوك العدواني: دراسة عيادية لحالتين [مذكرة ماستر غير منشورة]. جامعة بلحاج بوشعيب.
- بوشارب، فوزية، وزعرور، لبنى. (2022). المشكلات النمطية للمراهقين من منظور المراهق، الولي والأستاذ .مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، (2)6، 296-284.
- بوشان، عبير سليمة، ومالك شواهدة، بثينة .(2025) .اضطراب كرب ما بعد الصدمة عند المراهقات المتحرش بهن جنسياً: دراسة عيادية لثلاث حالات [مذكرة ماستر غير منشورة]. جامعة 8 ماي 1945.
- بوغاري، الحبيب، ربح، صالح، ونواري، العنترى .(2015) .السمات الشخصية ومقارنتها وفقاً لمتغير النشاط الممارس والتخصص الدراسي لدى طلبة التربية البدنية والرياضية [مذكرة تخرج غير منشورة]. جامعة أحمد بن يحيى الوشريسي.
- حدة، عمران. (2018). المراهقة: خصائص وحاجات .مجلة سوسيولوجيا، (1)2، 382-368.
- حسيني، هشام حبيب .(2012) .العوامل الخمسة للشخصية: وجهة جديدة لدراسة بنية الشخصية في الامتحانات والتقويم التربوي (ط. 1). مكتبة الأنجلو المصرية.

- حواشـــين، مفيد نجيب، وموســـى، جواد ســـامي. (2018). التعبير الانفعالي والدعم الاجتماعي المدرك وعلاقتهما بالإدمان على الفيسبوك .مجلة العلوم التربوية، (2)3، 345–344.

- الخفاف، إيمان عباس .(2013) .الذكاء الانفعالي .المنهج للنشر والتوزيع.

- الخليفة، معتز ســيد عبد الله، وعبد الله، طيف محمد .(1998) .الدوافع والانفعالات .كلية الآداب، جامعة القاهرة.

- الزعبي، أحمد محمد .(2010) .سيكولوجية المراهقة: النظريات، جوانب النمو، المشكلات وسبل علاجها . دار زهران للنشر والتوزيع.

- زهران، حامد عبد السلام .(1995) .علم النفس النمو: الطفولة والمراهقة (ط. 5). عالم الكتب.

- الزيادي، عبد المنعم .(2020) .أنت والمراهقة .وكالة الصحافة العربية.

- زيان، عبد الوهاب. (2013). المقاربة بالكفاءات كآلية تفعيل دور المراهق الثانوي .مجلة الأســرة والمجتمع، (2)1، 105–89.

- زيتوني، محمد زين العابدين، وابن دومة، نور الدين. (2021). قلق الانفصـــال ودلالاته في اختبار تفهم الموضوع (TAT) لدى التلاميذ الراسبين في شهادة البكالوريا: دراسة عيادية .مجلة التمكين الاجتماعي، (1)3، 95–78.

- سماح، عبد الواحد. (1997). دليل المقابلة: المبادئ التقنية .دراسات نفسية وتربوية، (1)13، 34–27.

- صالحي، سعيدة. (2012). سمات الشخصية في منظور العوامل الخمسة الكبرى للشخصية .مجلة الباحث، (1)4، 41–32.

- عاشوري، صونيا. (د. ت.). تشخيص الاضطرابات النفسية باستخدام الأساليب الإسقاطية (اختبار الروشاخ واختبار تفهم الموضوع كنموذج) .مجلة جامعة باجي مختار.

- عبد الخالق، أحمد محمد. (2021). القائمة العربية للعوامل الخمســة الكبرى للشــخصــية: الخصــائص السيكومترية لعينة من طلاب الجامعة .المجلة المصرية للدراسات النفسية، (113)31، 14–1.

- عبد المعطي، حسن مصطفى .(2003) .السيكوسوماتية: الأمراض، التشخيص، الأسباب، العلاج .دار القاهرة للنشر.

- فرويد، سيجموند .(1986) .الكف، العرض، الحصر (جورج طرابيشي، مترجم؛ ط. 1). دار الطليعة للنشر.

- فكري، تونس. (2017). بعض سمات الشخصية لدى المرأة المتعرضة للإجهاض المتكرر: دراسة عيادية من خلال تطبيق اختبار تفهم الموضوع .(TAT) الممارسات النفسية والتربوية، (55)، 20–1.

- قاسي، سليمة. (2021). مرحلة المراهقة: المفهوم، الخصائص، الحاجات والمشكلات .مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية، 5(2)، 171–150.

- القصبى، عطا الله، وكمال، هبة. (2023). العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية والقيادة الأخلاقية .المجلة المصرية للدراسات التجارية، 47(2)، 77–50.

- قندوسي، سعدية. (2021). مرحلة المراهقة: نظرياتها وخصائصها .مجلة التمكين الاجتماعي، 3(4)، 142–121.

- قورماط، ناريمان، ومليوح، خليدة. (2025). محتوى الهذيان لدى الفصامي من خلال تطبيق اختبار تفهم الموضوع .(TAT) مجلة المحترف، 12(3)، 220–200.

- كبيسي، إيمان .(2018) .المراهق بين القلق والفن (ط. 1). دار أمجد للنشر والتوزيع.

- لوتي، محمد .(2025) .التعبير العاطفي .Emotional Expression – عرب سايكلوجي . https://arabpsychology.com/

- المعاضيدي، صائب .(2014) .نفس الشخصية، الموهبة العقلية والإبداع من منظور علم النفس .دار النشر والتوزيع.

- النجار، مصطفى .(2023) .المراهقة وسنينها: برنامج عملي في فنون التعامل مع المراهقين ومهارات احتوائهم .دار البشير للثقافة والعلوم.

- نواري، ريم. (2016). مفهوم الشخصية بين الثقافة والفعل الاجتماعي .مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية، 4(8)، 174–162.

اليعقوبية، رحمة بنت ثويني، والمشيقرية، محفوظة. (2025). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى أخصائي التوجيه المهني بسلطنة عمان .مجلة الشرق الأوسط للعلوم التربوية والنفسية، 5(1)، 110–92. https://meijournals.com/ara/index.php/mejeps/article/view/849

المراجع والمصادر الأجنبية:

- Ahmetova, O. A., & Slobodskaya, E. R. (2013). Age-related changes in personality traits among adolescents: A literature review. *Cultural-Historical Psychology*, *9*(4), 65–72.

- Barańczuk, U. (2019). The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, *139*, 217–227.

- Deng, Y., Chang, L., Yang, M., Huo, M., & Zhou, R. (2016). Gender differences in emotional response: Inconsistency between experience and expressivity. *Frontiers in Psychology*, *7*, Article 123.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (n.d.). *Personality traits*. Noba Project. https://nobaproject.com/textbooks/introduction-to-psychology-the-full-noba-collection
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton.
- Freud, S. (1905). *Three essays on the theory of sexuality*. F. Deuticke.
- Freud, S. (1923). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 19, pp. 1–66). Hogarth Press.
- Gel, B. K., Paludis, E. M., Minozzi, L., Shah, N., & Boylan, K. (2024). Neural correlates of emotion dysregulation in adolescents: A systematic review. *Discover Psychology*, *4*, Article 31. https://doi.org/10.1007/s44202-024-00123-x
- Gresham, D., & Gullone, E. (2012). Emotion regulation strategy use in children and adolescents: The explanatory roles of personality and attachment. *Personality and Individual Differences*, *52*(5), 616–621.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*(2), 348–362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348
- Haag, A.-C., Bagrodia, R., & Bonanno, G. A. (2024). Emotion regulation flexibility in adolescents: A systematic review from conceptualization to methodology. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *27*, 697–713.
- Horowitz, M., & Znoj, H. (1999). Emotional control theory and the concept of defense: A teaching document. *Journal of Psychotherapy Practice and Research*, *8*(3), 243–254.
- Hwang, H. C., & Matsumoto, D. (2016). Emotional expression. In C. Abell & J. Smith (Eds.), *Understanding emotions: Part II – Psychological perspectives*. Cambridge University Press. https://www.cambridge.org/core
- Izard, C. E. (2010). The many meanings/aspects of emotion: Definitions, functions, activation, and regulation. *Emotion Review*, *2*(4), 363–370. https://doi.org/10.1177/1754073910374661
- Kahn, J. H., Barr, L. K., & Schneider, J. W. (2008). Individual differences in emotion expression: Hierarchical structure and relations with psychological distress. *Faculty Publications - Psychology*, *2*, 1–15.
- Keltner, D., Sauter, D., Tracy, J. L., & Cowen, A. S. (2019). Emotional expression: Advances in basic emotion theory. *Journal of Nonverbal Behavior*, *43*(2), 133–160. https://doi.org/10.1007/s10919-019-00293-3
- Khosimova, D. (2023). Psychological characteristics of adolescence. *American Journal of Pedagogical and Educational Research*, *13*, 1–6.
- Klimstra, T. A., Luyckx, K., Germeijs, V., Meeus, W. H. J., & Goossens, L. (2012). Personality traits and educational identity formation in late adolescents: Longitudinal associations and academic progress. *Journal of Youth and Adolescence*, *41*(3), 529–541. https://doi.org/10.1007/s10964-011-9734-7

- Kreibig, S. D. (2010). Autonomic nervous system activity in emotion: A review. *Biological Psychology*, *84*(3), 394–421. https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2010.03.010
- Lenroot, R. K., & Giedd, J. N. (2010). Sex differences in the adolescent brain. *Brain and Cognition*, *72*(1), 46–55. https://doi.org/10.1016/j.bandc.2009.10.008
- Merhi, R., & Kazarian, S. S. (2015). Examination of two emotion regulation strategies in a Lebanese community sample: Validation of the Arabic Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, *3*(4), 1–7.
- McLeod, S. (2024, January 29). *Theories of personality: Hans Eysenck, Gordon Allport & Raymond Cattell*. Simply Psychology. https://www.simplypsychology.org/personality
- Na Zeb, R., Khan, M., Bibi, R., & Qadir, M. (2025). Gender differences in emotional expressivity and its impact on personal growth initiative. *Sociology & Cultural Research Review*, *4*(1), 757–765. https://www.scrrjournal.com/index.php/14/article/view/356
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Möhler, E., Plener, P. L., & Popow, C. (2021). Emotional dysregulation in children and adolescents with psychiatric disorders: A narrative review. *Frontiers in Psychiatry*, *12*, Article 1195. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.663119
- Rafeedali, E. (n.d.). *Personalities and its theories* [E-Resource 004]. College of Teacher Education, Maulana Azad National Urdu University.
- Rieser-Danner, L. A. (2025). *Emotional expression*. EBSCO Knowledge Advantage. https://www.ebsco.com/research-starters
- Strang, N., Chein, J. M., & Steinberg, L. (2013). The value of the dual systems model of adolescent risk-taking. *Frontiers in Human Neuroscience*, *7Tracker*, Article 223. https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00223
- Van der Graaff, J., Carlo, G., Crocetti, E., Koot, H. M., & Branje, S. (2018). Prosocial behavior in adolescence: Gender differences in development and links with empathy. *Journal of Youth and Adolescence*, *47*(5), 1086–1099. https://doi.org/10.1007/s10964-017-0786-1
- Wylie, M. S., De France, K., & Hollenstein, T. (2023). Adolescents suppress emotional expression more with peers compared to parents and less when they feel close to others. *International Journal of Behavioral DevelopmentToggle*, *47*(1), 62–73. https://doi.org/10.1177/01650254221111300
- Zalta, E. N. (Ed.). (2024). Emotion. In *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2024 ed.). Stanford University. https://plato.stanford.edu/archives/spr2024/entries/emotion/

قائمة الملاحق

الملحق(01) مقياس التنظيم الإنفعالي

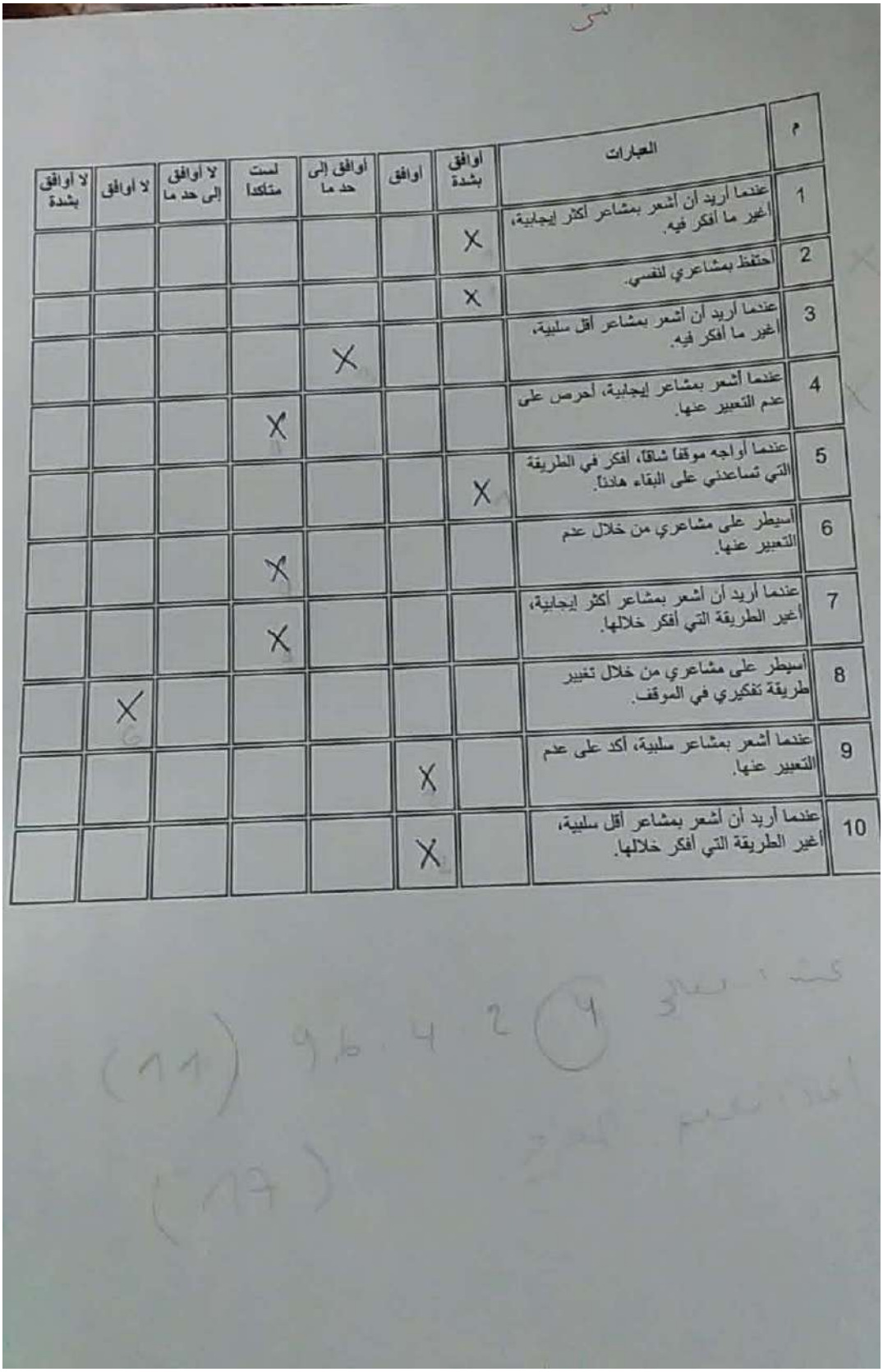
البيانات الشخصية:

الاسم:..... الجنس: ..... السن:.....

نود أن نسـألك بعض الأسـئلة عن حياتك الانفعالية بوجه خاص، وهي كيف يمكنك التحكم (بمعنى آخر تنظيم وإدارة) في انفعالاتك. وتشـتمل الأسـئلة التالية على جانبين أسـاسـيين في حياتك الانفعالية: الأول هو التجربة الانفعالية، أو ما تشعر به داخلياً، والثاني هو التعبير الانفعالي، أو كيف تظهر مشاعرك في أسلوب كلامك، أو إشـاراتك، أو تصـرفاتك. وبالرغم من وجود بعض الأسـئلة قد تبدو مشـابهة لبعضـها البعض، إلا أنها تختلف في جوانب مهمة؛ لذا يرجى قراءة كل عبارة بعناية واختيار التقييم الذي يمثل حالتك بدقة.

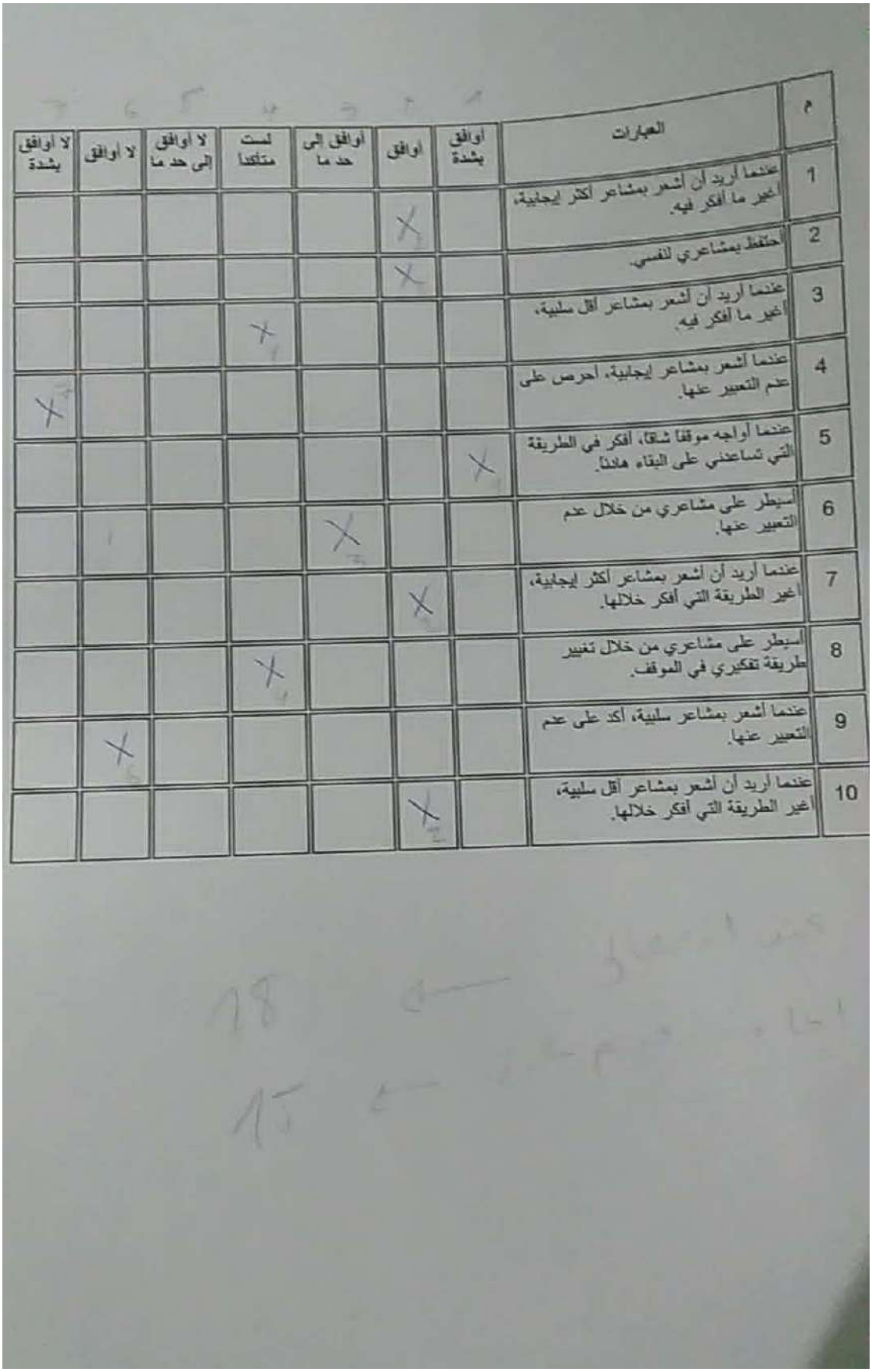
الرقم	العبارات	أوافق بشدة	أوافق إلى حد ما	لست متأكداً	لا أوافق إلى حد ما	لا أواف ق	لا أوافق بشدة
1	عندما أريد أن أشـعر بمشـاعر أكثر إيجابية، أغير ما أفكر فيه.						
2	أحتفظ بمشاعري لنفسي.						
3	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أقل سلبية، أغير ما أفكر فيه.						
4	عندما أشـعر بمشـاعر إيجابية، أحرص على عدم التعبير عنها.						
5	عندما أواجه موقفاً شـاقاً، أفكر في الطريقة التي تساعدني على البقاء هادئاً.						
6	أسيطر على مشاعري من خلال عدم التعبير عنها.						
7	عندما أريد أن أشـعر بمشـاعر أكثر إيجابية، أغير الطريقة التي أفكر خلالها.						
8	أسيطر على مشاعري من خلال تغيير طريقة تفكيري في الموقف.						
9	عندما أشـعر بمشـاعر سـلبية، أكد على عدم التعبير عنها.						
10	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أقل سلبية، أغير الطريقة التي أفكر خلالها.						

الملحق(02) اجابات الحالة الثانية على المقياس



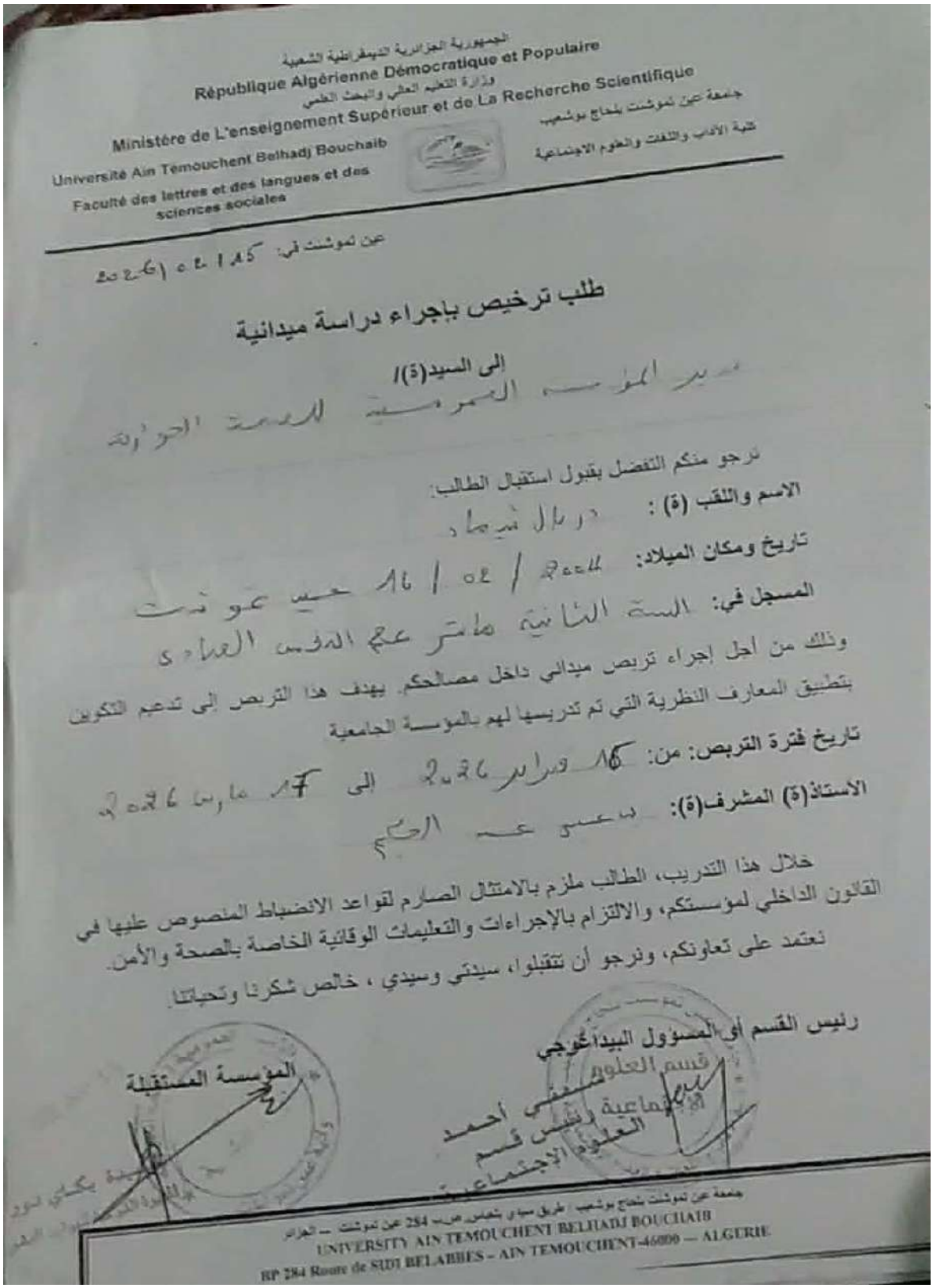
م	العبارات	أوافق بشدة	أوافق	أوافق إلى حد ما	لست متأكدا	لا أوافق إلى حد ما	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أكثر إيجابية، أغير ما أفكر فيه.	X						
2	أحتفظ بمشاعري لنفسي.	X						
3	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أقل سلبية، أغير ما أفكر فيه.			X				
4	عندما أشعر بمشاعر إيجابية، أحرص على عدم التعبير عنها.				X			
5	عندما أواجه موقفا شاقا، أفكر في الطريقة التي تساعدني على البقاء هادئا.	X						
6	أسيطر على مشاعري من خلال عدم التعبير عنها.				X			
7	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أكثر إيجابية، أغير الطريقة التي أفكر خلالها.				X			
8	أسيطر على مشاعري من خلال تغيير طريقة تفكيري في الموقف.						X	
9	عندما أشعر بمشاعر سلبية، أكد على عدم التعبير عنها.		X					
10	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أقل سلبية، أغير الطريقة التي أفكر خلالها.		X					

الملحق(03) اجابات الحالة الاولى على المقياس



م	العبارات	أوافق بشدة	أوافق	أوافق إلى حد ما	لست متأكدا	لا أوافق إلى حد ما	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أكثر إيجابية، أغير ما أفكر فيه.		X					
2	أحتفظ بمشاعري لنفسي.		X					
3	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أقل سلبية، أغير ما أفكر فيه.				X			
4	عندما أشعر بمشاعر إيجابية، أحرص على عدم التعبير عنها.							X
5	عندما أواجه موقفا شاقا، أفكر في الطريقة التي تساعدني على البقاء هادئا.	X						
6	أسيطر على مشاعري من خلال عدم التعبير عنها.			X				
7	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أكثر إيجابية، أغير الطريقة التي أفكر خلالها.		X					
8	أسيطر على مشاعري من خلال تغيير طريقة تفكيري في الموقف.				X			
9	عندما أشعر بمشاعر سلبية، أكف على عدم التعبير عنها.						X	
10	عندما أريد أن أشعر بمشاعر أقل سلبية، أغير الطريقة التي أفكر خلالها.		X					

الملحق(04) ترخيص اجراء الدراسة الميدانية



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministère de L'enseignement Supérieur et de La Recherche Scientifique
جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب
Université Ain Temouchent Belhadj Bouchaib
كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية
Faculté des lettres et des langues et des sciences sociales

عين تموشنت في: 15/04/2026

طلب ترخيص باجراء دراسة ميدانية

إلى السيد(ة)/

ترجو منكم التفضل بقبول استقبال الطالب:

الاسم واللقب (ة) : [illegible]

تاريخ ومكان الميلاد: 16/04/2004 [illegible]

المسجل في: السنة الثانية ماستر علم النفس العيادي

وذلك من اجل إجراء تربص ميداني داخل مصالحكم. يهدف هذا التربص إلى تدعيم التكوين بتطبيق المعارف النظرية التي تم تدريسها لهم بالمؤسسة الجامعية

تاريخ فترة التربص: من: 15 فبراير 2026 **إلى** 17 مارس 2026

الأستاذ(ة) المشرف(ة): [illegible]

خلال هذا التدريب، الطالب ملزم بالامتثال الصارم لقواعد الانضباط المنصوص عليها في القانون الداخلي لمؤسستكم، والالتزام بالإجراءات والتعليمات الوقائية الخاصة بالصحة والأمن.

نعتمد على تعاونكم، ونرجو أن تتقبلوا، سيدتي وسيدي ، خالص شكرنا وتحياتنا.

رئيس القسم أو المسؤول البيداغوجي

المؤسسة المستقبلة

جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب - طريق سيدي بلعباس ص.ب 284 عين تموشنت – الجزائر
UNIVERSITY AIN TEMOUCHENT BELHADJ BOUCHAIB
BP 284 Route de SIDI BELABBES - AIN TEMOUCHENT-46000 — ALGERIE

الملحق(05) لوحات اختبار تفهم الموضوع