

جامعة البحرين

قسم علم النفس



كلية الآداب

أساليب التواصل الأسري وعلاقتها ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين

رسالة مقدمة كجزء من متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد الأسري

إعداد

عبدالله جاسم عيسى درويش

الرقم الجامعي: ٢٠١٤٠١٥٠

إشراف

د. سامي محمد المحجوب

أستاذ علم النفس المساعد
جامعة البحرين

د. توفيق عبد المنعم

أستاذ علم النفس المشارك
جامعة البحرين

مملكة البحرين

مارس ٢٠٢٣ م

جامعة البحرين



قسم علم النفس

كلية الآداب

أساليب التواصل الأسري وعلاقتها ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين

رسالة مقدمة كجزء من متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد الأسري

إعداد

عبدالله جاسم عيسى درويش

الرقم الجامعي: ٢٠١٤٠١٥٠

إشراف

د. سامي محمد المحجوب

أستاذ علم النفس المساعد
جامعة البحرين

د. توفيق عبد المنعم

أستاذ علم النفس المشارك
جامعة البحرين

مملكة البحرين

مارس ٢٠٢٣ م

نموذج رقم (2)
صفحة الاعتماد من قبل لجنة التحكيم



جامعة البحرين

قسم علم النفس

برنامج الماجستير في الارشاد الاسري

ناقش الطالب / عبد الله جاسم عيسى درويش (20140150) الاطروحة التي استكملت بها متطلبات
الحصول على درجة الماجستير في الارشاد الاسري

وعنوان الاطروحة: أساليب التواصل الاسري وعلاقتها ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين
بمملكة البحرين

وذلك يوم الخميس 01 يونيه 2023 م الموافق 12 ذي القعدة 1444 هـ

وتوصي اللجنة بمنحه درجة الماجستير في الارشاد الاسري بتقدير: pass
(لجنة المناقشة)

التوقيع

الاسم

مشرفاً

د. توفيق عبد المنعم

مشرفاً مشاركاً

د. سامي المحجوب

ممتحناً داخلياً

د. شيخة احمد الجنيد

ممتحناً خارجياً

د. نادية التازي

الختم

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين، اختيرت العينة عن طريق كرة الثلج، البالغ عددها (216)، حيث طبق عليهم مقياس التواصل الأسري للمرشدي (2019)، كما وطبق عليهم مقياس المشكلات الانفعالية للمراهقين من إعداد الباحث. اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهداف الدراسة، وأوضحت نتائج الدراسة أن الأسلوب التوكيدي من أكثر الأساليب التواصل الأسري شيوعاً بين أفراد الأسرة، ومشكلة الغضب هي المشكلة الأكثر شيوعاً عند المراهقين كما وأظهرت نتائج الدراسة أن المراهق الذي يتعرض لأسلوب اللوم الهجومي وأسلوب غير التوكيدي عند التواصل داخل أسرته كان القلق والاكتئاب مرتفعاً لديه على خلاف المراهق الذي تستعمل أسرته معه الأسلوب التوكيدي والعقلاني والمناور فقد أوضحت النتائج انخفاض القلق والاكتئاب لديه، وتوصي الدراسة بضرورة تثقيف الآباء بأهم المشكلات الانفعالية التي تظهر عند الأبناء في مرحلة المراهقة للوقاية منها، عن طريق تشخيصها وعلاجها في مرحلتها المبكرة، وذلك قبل أن تتأزم وتتفاقم المشكلة لدى المراهق.

إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى:

أمي وأبي في دعائهما لي بالنجاح والتوفيق.

زوجتي المخلصة الوفية الصبورة المشجعة لي باستمرار.

إلى جميع أفراد عائلتي.

إلى صديقي المقرب أحمد مكي الذي أكن له معزة خاصة في قلبي.

إلى جميع الأساتذة الذين لهم الفضل في تعليمي وتشجيعي.

إلى من يهتم بالعلم والمعرفة.

شكر وعرفان

أحمد الله عز وجل وأشكره على أن وقّفتني لإنجاز هذا البحث المتواضع.

وأَتَقَدِّمُ بخالص الشكر والعرفان للدكتور توفيق عبد المنعم لتفضله بالإشراف على هذه الرسالة، فقد رافقني طوال فترة عملي على الدراسة حتى أتممتها، وأضاف لي الكثير من علمه وخبرته وإرشاداته القيمة، حتى تم إنجاز هذه الدراسة بهذه الصورة، فله مني كل الشكر والتقدير.

كما أتقدم بالشكر الجزيل للدكتور سامي محمد المحجوب لمشاركته بالإشراف على الرسالة وما قدمه لي من النصح والتوجيه والإرشاد حتى أتممت دراستي، فله مني كل الشكر والتقدير والاحترام.

وأحب أن أشكر جميع أساتذتي بقسم علم النفس بجامعة البحرين فلهم الفضل بعد الله فيما وصلت إليه، فقد أمدوني بعلمهم وخبرتهم وإرشاداتهم السديدة بكل حب وسعة صدر فلهم مني كل الشكر والتقدير.

وأخيراً أتقدم بالشكر الجزيل لعائلتي فقد شجعتني على إكمال مسيرتي الدراسية وتحملوا انشغالي، فلهم مني كل الشكر والتقدير، أرجو من الله أن يعينني على رد جميلهم وتعويضهم عما بذلوه من جهد وعناء في سبيل إكمال دراستي.

الباحث

عبدالله درويش

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	صفحة الاعتماد من قبل لجنة التحكيم
ب	ملخص الدراسة
ج	إهداء
د	شكر وعرفان
هـ	قائمة المحتويات
ط	قائمة الجداول
ك	قائمة ملاحق الدراسة
الفصل الأول: المدخل إلى الدراسة	
1	مقدمة
3	مشكلة الدراسة
5	أسئلة الدراسة
5	أهداف الدراسة
6	أهمية الدراسة
6	حدود الدراسة
7	مصطلحات الدراسة
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	

أولاً: الاختيار الزواجي	
9	مقدمة
10	تعريف التواصل
11	مشكلة أساليب التواصل
11	العوامل المؤثرة على أساليب التواصل الأسري
12	أهمية التواصل الأسري
13	مكونات التواصل الأسري
14	طرق التواصل
17	أهم أسباب ضعف التواصل
18	أهم النظريات التي تناولت التواصل
22	أنواع التواصل الأسري
23	ضعف التواصل الأسري
24	مواقع التواصل الاجتماعي والأسرة
26	الحوار التواصلي الأسري وأنواعه
28	معوقات الحوار الأسري
ثانياً: المشكلات الانفعالية	
30	مقدمة
33	تعريف المشكلات الانفعالية
34	أنواع الانفعالات
34	أسباب الإصابة بالمشكلات الانفعالية

35	النظريات المفسرة للمشكلات الانفعالية
38	أهم المشكلات الانفعالية في مرحلة المراهقة
40	طرق علاج المشكلات الانفعالية
ثالثاً: دراسات سابقة	
41	دراسات سابقة في أساليب التواصل الأسري
46	دراسات سابقة في المشكلات الانفعالية لدى المراهقين
تعليق على الدراسات السابقة	
48	الدراسات التي تناولت التواصل الأسري
49	الدراسات التي تناولت المشكلات الانفعالية
50	مدى استفادة الباحث من الدراسات السابقة
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	
51	منهج الدراسة
51	مجتمع الدراسة
51	عينة الدراسة
53	أدوات الدراسة
57	الأساليب الإحصائية المستخدمة
الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات	
أولاً: الإجابة على أسئلة الدراسة	
59	نتائج السؤال الأول
64	نتائج السؤال الثاني

70	نتائج السؤال الثالث
ثانيًا: مناقشة النتائج	
71	مناقشة نتائج السؤال الأول
72	مناقشة نتائج السؤال الثاني
72	مناقشة نتائج السؤال الثالث
73	ثالثًا: التوصيات
74	رابعًا: الدراسات المقترحة
المصادر والمراجع	
75	المصادر والمراجع العربية
83	المصادر والمراجع الأجنبية
85	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
51	التوزيع النسبي للعينه الاستطلاعية حسب الجنس	1
52	التوزيع النسبي للعينه الاستطلاعية حسب العمر	2
52	التوزيع النسبي للعينه الأساسية حسب الجنس	3
53	التوزيع النسبي للعينه الأساسية حسب العمر	4
55	معاملات الارتباط بين أبعاد المشكلات الانفعالية والدرجة الكلية	5
55	معاملات ألفا كرونباخ لثبات لمقياس خصائص الشخصية الانفعالية	6
57	معاملات ألفا كرونباخ لثبات لمقياس أساليب التواصل الأسري	7
59	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور أسلوب اللوم الهجومي	8
60	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب غير التوكيدي	9
61	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب التوكيدي	10
62	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب العقلاني	11
62	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب المناور	12

13	ترتيب أساليب التواصل من الأكثر استعمالاً إلى الأقل استعمالاً داخل الأسرة	64
14	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الخوف	64
15	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الخجل	65
16	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الغيرة	66
17	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الغضب	66
18	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الحزن	67
19	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور التشاؤم	68
20	التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الوحدة	68
21	ترتيب أبعاد المشكلات الانفعالية من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً	69
22	ترتيب محاور بعد القلق من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً	69
23	ترتيب محاور بعد الاكتئاب من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً	69
24	معامل سبيرمان للارتباط الخطي بين أساليب التواصل والمشكلات الانفعالية	70

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الملحق
86	أسماء السادة المحكمين لمقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية.	1
87	استمارة تحكيم مقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية.	2
97	مقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية بعد التحكيم (الصورة النهائية).	3

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة
- أسئلة الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

مقدمة

الإنسان كائن اجتماعي بالفطرة يبحث عن الآخر ليتواصل معه، وقد أدرك الإنسان قديماً هذه الحقيقة، فعاش ضمن جماعاتٍ، وطور من أدوات التواصل الشفهية وغير الشفهية ليتمكن من التواصل مع الآخرين بصورةٍ فعالةٍ.

إن التواصل الجيد هو المفتاح لأي علاقة، فدائماً ما يحظى المتحدث الجيد واللبق بامتيازات لا يحظى بها غيره، فهو يملك العديد من الأصدقاء وينجح في الحصول على الوظيفة بعد المقابلة التي يظهر فيها حسن تواصله المباشر وغير المباشر مع اللجنة خصوصاً الوظائف التي تتطلب احتكاك مباشر بالآخرين كمندوب المبيعات والإداري والمعلم والمحامي وغيرها، وهذا أمرٌ طبيعي، فقدرته على التواصل الجيد مع الآخرين تعطي انطباعاً جيداً عنه، فتعكس مدى ثقته بنفسه وحسن نواياه وصدق مشاعره اتجاه الطرف الآخر الذي يبادلته الحديث. (قتال ودوداح، 2022)

وتلعب البيئة دوراً هاماً في إكساب المرء هويته من خلال التفاعل مع الأشياء والتواصل مع الآخرين، فإن تسنى له الإحاطة بتلك البيئة الخلاقة نتوقع حينها أن يكون إنساناً مجتهداً طموحاً يسعى إلى الارتقاء، فطريقة تواصل المرء مع الآخرين تعكس بالضرورة ما هو موجود في داخله، فالتواصل ما هو إلا إفصاح عما في مكونات النفس بشكلٍ مباشر أو غير مباشر، فالأسرة غير السوية لا نتوقع منها إلا تواصل هش يناسب وضعها، وهذا التواصل السلبي سرعان ما ينتشر في أرجاء المكان لينتج مجموعة من الاضطرابات داخل أفراد الأسرة (عبد الغفار، 2021)، وفي حقيقة الأمر لو فتشنا عن أسباب حدوث النزاعات بين الزوجين رغم علاقة الحب التي جمعتهم قبل الزواج سنجد أنها متصلةٌ بشكلٍ مباشرٍ برداءة الاتصال، حيث إن الرجل والمرأة في بداية علاقتهما يعمدان إلى إظهار نفسيهما بالمظهر المثالي، فيحرصان على إخفاء بعض الجوانب التي سرعان ما تظهر بعد الزواج، وبغياب المكاشفة والصراحة والحوار بعد الزواج تبدأ العلاقة في التدهور، ليكون ضحيتها الأبناء، فالأسرة قناة التواصل الأولى عند الطفل فإن صلحت صلح ما سواها، فيها يكون، وأي خلل في هذه القناة قد يترتب عليه أضرار كبيرة على الطفل يصعب حصرها، وسرعان ما تتبلور هذه الأضرار، فتظهر في سن المراهقة بعد أن كانت محبوسة داخل أعماق هذا الطفل المسكين الذي كان ضحية لرداءة جودة التواصل داخل أسرته. (مطلاوي، 2020)

إن مرحلة المراقبة مرحلة حساسة جدًا لا تخلو من الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات الفيزيولوجية يمازجها تغيرات فكرية، وقد يشعر المراهق في هذه الفترة بأنه غريب عن أسرته، فأسرته لا تفهمه وهو لا يتقبلها فيحاول نتيجة لذلك أن يتمرد فيتحدى الوالدين ليحصل على الاستقلال، وقد يصاب بعد ذلك بمجموعة من الاضطرابات كالانطواء والقلق، والاكتئاب والمخاوف والوساوس بسبب جهل الأسرة بالطرق المثلى للتعامل والتواصل معه حيث يود من الأسرة أن تفهم أفكاره ومشاعره وأن تتقبله وتشعره بالأمان، فالأسرة السوية هي التي تبحث عن أساليب التواصل الفعالة لتقوية روابطها الأسرية لينعم أبناءها بالطمأنينة والاستقرار النفسي، فحديث الأسرة عن المشكلة ومحاولة وضع حلول لها هو الخيار الأمثل أما تجاهلها وإنكارها سيؤدي بالطبع إلى تفاقمها وتضخمها، ولا ينفع الندم بعد زلة القدم. (الزبون، 2015)

ويرى الباحث أن من المهم ألا يفهم من الكلام السابق أن العلاقة بين التواصل والمشكلات الانفعالية هي علاقة سببية أحادية الجانب، بل هي في الواقع علاقة ارتباطية تبادلية، فكلما زاد الإحساس بالأمان والسلامة كلما زاد الإحساس بالترابط وتبادل المشاعر، فعندما لا نشعر بالأمان، فإننا نميل إلى التفاعل بطريقة خاطئة حيث تتغير نبرة الصوت والملامح وتعايير الوجه لدينا، وغيرها من طرق التواصل، فإحساسنا بالإهمال أو الخطر والتهديد يقلل من تحملنا للآخرين وقدرتنا على التعامل اللائق والمناسب معهم، ويزيد من نسبة الهجوم والدفاعية.

إن انعدام الإحساس بالأمان والسلامة عند المراهق يؤدي إلى الانسحاب ويحدث ذلك بعد أن يشعر بالإحباط الشديد، فما تقوله أو تفعله أسرته يؤثر عليه فلا بد من فهم مكان الضغط عنده لتجنب وقوع اضطراب أو مشكلة لديه، وبناءً على ذلك يجب على أسرته أن تحاول الإجابة على أسئلة لماذا والتي تتعلق بابنهم المراهق وهي: لماذا يظهر على ابني المراهق القلق أكثر من غيره من أفراد الأسرة؟ لماذا يقوم بإخفاء القلق؟ لماذا يلجأ إلى الصمت والانسحاب من الأسرة؟ لماذا يلجأ إلى الشارع؟ ولماذا لا يلجأ إليّ؟ فالإجابة على هذه الأسئلة من شأنها أن تحسن العلاقة بين المراهق وأفراد أسرته وتقوية الروابط، فعلى الأسرة أن تعرف ما هو ظاهر وما هو خفي في علاقتهم بابنهم المراهق، فعلى سبيل المثال: عندما يظهر ابنهم المراهق العصبية والتوتر والصوت العالي فهل هذا يعني فعلاً وجود خوف في المشاعر الداخلية لديه؟ عندما تكون الإجابة نعم يجب أن تسأل الأسرة نفسها لماذا إذا لا يشاركنا هذا الخوف؟ (حسن ومحمد، 2021)

فلا بد من جلسة مصارحة بين الآباء وابنهم المراهق لتوسيع المنطقة المفتوحة أي المنطقة المعروفة للمراهق ووالديه، وتضييق المنطقة العمياء التي لا يدركها المراهق ويدركها والديه، والمخفية التي يدركها المراهق ولا يدركها والديه، والمجهولة التي لا يدركها المراهق ولا يدركها والديه، فبعض التصرفات عند المراهق تمنح شعور كاذب بالأمان مثل السكوت وعدم الإفصاح عن مشاعره، حيث يؤدي إلى شعور زائف بالأمان، فلا بد من التخلص منها عن طريق المكافحة. (طايبي وبوشلول، 2020)

فإن استطاعت الأسرة أن تستوعب بأن أغلب الاضطرابات التي تحدث لابنهم المراهق ترجع إلى طريقة تواصلهم معه سيساهم هذا الأمر في تحسين الوضع بأكبر قدر ممكن، فعدم إدراك مساهمة الآباء في خلق المشكلة والسعي الدائم للوم ابنهم المراهق، وتبرئة أنفسهم سيؤدي إلى مواجهة صعوبات في إيجاد الحلول للمشكلة وتفاقمها.

مشكلة الدراسة

مشكلة التواصل رغم قدم عهدها إلا أنها شهدت تطور في الآونة الأخيرة خصوصاً بعد قدوم مواقع التواصل الاجتماعي إلى حياتنا والتأثير الكبير الذي خلقه في نسيجنا الأسري ودور العولمة والحدثة المتسارعة وتعقيدات الحياة، ففي الزمن الماضي كانت تربية الأبناء مسؤولية مجتمعية يتشارك فيها جميع أبناء المنطقة حيث يشرف الكبار على سلوك الصغار، وكانت أساليب التواصل أكثر انفتاحاً وأقل تعقيداً من زماننا الحاضر حيث انطوت أغلب الأسر على نفسها وأصبحت العلاقات أشد تعقيداً مع ازدياد الأسر النووية وتقلص أعداد الأسر الممتدة مما جعل من دراسة تأثير أساليب التواصل الأسري على الأفراد حاجة ملحة في زماننا الحاضر، فهي من المشكلات الكبيرة التي تهدد استقرار وطمأنينة الأسرة والتي يمكن أن تنتج أضراراً كبيرة تبدأ مع الزوجين لتصل إلى الأبناء، ومع وصول الابن إلى سن المراهقة قد نشهد تبلور المشكلات والاضطرابات لديه بعد أن تم التمهيد لظهور هذا الاضطراب في مرحلة طفولته المبكرة التي كانت خالية من التواصل الإيجابي الفعال بين أفراد هذه الأسرة. (قوراي، 2020).

إن النسيج الأسري المترابط والمنسجم مع متطلبات واحتياجات الأسرة والذي يراعي التباين بين أفرادها والتوفيق بين فوارقه النفسية والشخصية سينتج بالتأكيد بنية تواصلية إيجابية تدفع بالأبناء إلى سلم الارتقاء وسيشيع الشعور بالمحبة ومشاعر الألفة بين أعضائه. (رفيق، 2015)

ليس المقصود بالتواصل الإيجابي هو الانغماس والانصهار والمبالغة في الاتصال، بل المقصود هنا القدرة على إظهار التفهم والمحبة والود والاحترام بصورة إيجابية بناءة، فمن المعروف أن زيادة الشيء كنقصه، فالمبالغة في إظهار مثل هذا النوع من المشاعر قد يؤدي إلى تزييف المشاعر ومحاولة إخفاءها وتغيب المصارحة والمكاشفة مما يخلق مجموعة من الأزمات داخل الأسرة يعجز أفرادها عن حلها ليقوموا بعدها بتجاهلها حتى تكون ظاهرة للعيان. (العكايشي، 2020)

فالتواصل السلبي داخل الأسرة يلعب دور جوهرياً في هدم شخصية الأبناء، حيث يؤثر التواصل غير السوي من قبل الوالدين على ثقة الأبناء بأنفسهم ويزيد من الخوف والقلق لديهم مما ينعكس سلبيًا على صحتهم النفسية، فالجو الأسري المتوتر والمشحون بالصراع والذي يستعمل العنف كوسيلة تواصل مع الأبناء قد ينتج أمراضاً نفسية وعقلية واضطرابات سلوكية تصيب المراهق لتترك آثارها المدمرة عليه. (عبيدي، 2020)

فالأسرة السوية ذات التواصل الإيجابي التي تشبع حاجات أفرادها تعد العامل الأهم في توافق الابن وسعادته؛ أما الأسرة غير السوية ذات التواصل الرديء، فهي بلا شك مرتع خصب للانحرافات السلوكية والمشكلات الانفعالية حيث يختل النمو النفسي واللاتزان الانفعالي لدى المراهق نتيجة لفقدانه الأمن النفسي والعاطفي وتعرضه المستمر للمواقف الضاغطة والإحباط جراء غياب التواصل الفعال بين أفراد هذه الأسرة. (عبد الغفار، 2021)

وقد تم استخراج مشكلة الدراسة بناءً على مجموعة من المعطيات اكتسبها الباحث بعد اطلاعه على العديد من الدراسات والأبحاث النفسية والتربوية التي تبحث في تأثير العلاقات التواصلية الأسرية على الجانب النفسي والانفعالي لدى الأبناء، حيث لاحظ الباحث ندرة الدراسات على الصعيد المحلي بالرغم من وفرتها عالمياً، وهذه الوفرة تؤكد لنا حقيقة كون موضوع التواصل من المواضيع المركبة والمتشعبة والتي لا يمكن أن تسدّها دراسة من الدراسات، فيكفي أن ننظر نظرة سريعة لأي دراسة من الدراسات التي أعدت قبل 10 سنوات ونقارنها بدراسة أعدت في عامنا

الحالي سنجد اختلافاً شاسعاً في الموضوع رغم كونها معنونةً بالعنوان عينه_ أساليب التواصل_ حيث أن الدراسات الأولى والمتقدمة ركزت على مسألة الأساليب المناسبة للتواصل الأسري في ضوء انشغال الأسرة عن الأبناء خصوصاً بعد النهضة التي حدثت للمرأة العربية ودخولها معترك سوق العمل وما يرتبط به من تأثير على نسيج التواصل بين أفراد الأسرة، أما الدراسات الأقرب لعامنا هذا كدراسة ذياب وضيف (2020) ركزت أكثر على التغير الكبير في تفكير المراهق نتيجة لتعرضه المستمر للمواقع التواصل الاجتماعي وما يحمله من ثقافات وقيم لا تتسجم مع توجهات الأسرة ليشعر بعدها المراهق بالوحدة لأن أسرته لم تعد تفهمه فيخلق لنفسه عالماً افتراضياً يتواصل ويتعاطف معه، ومن المقرر على الإنسان في السنوات القادمة أن يعيش المزيد من التطورات على الصعيد الاتصالي والتواصل الذي سيضيف على الحياة المزيد من التعقيد والتشعب، فبتالي ستستمر عملية البحث في الجانب الاتصالي للعثور على حلول تواكب عملية التطور.

وبناءً على ما سبق تتلخص مشكلة الدراسة في تحديد العلاقة بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين.

أسئلة الدراسة

الأسئلة التي تحاول الدراسة الإجابة عليها هي:

1. ما أساليب التواصل الأسري السائدة داخل الأسرة لدى عينة الدراسة؟
2. ما المشكلات الانفعالية الأكثر شيوعاً لدى الأبناء المراهقين من أفراد عينة الدراسة؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين؟

أهداف الدراسة

الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة العلاقة بين أساليب التواصل الأسري والمشكلات الانفعالية لدى عينة من المراهقين بمملكة البحرين، فالدراسة تحاول تحقيق الأهداف التالية:

1. التعرف على أساليب التواصل الأسري السائدة داخل الأسرة لدى عينة الدراسة.
2. الكشف عن المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين.

3. التعرف على العلاقة الارتباطية بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين.

أهمية الدراسة

يمكن إبراز أهمية الدراسة الحالية من الجانب النظري والتطبيقي من خلال النقاط التالية:

1. إن أهمية نتائج هذه الدراسة ستدفع الوالدين في التفكير ملياً في أساليب التواصل التي يمارسونها على أبنائهم.
2. تشجيع البحوث والدراسات المستقبلية على التطرق لموضوعات تتعلق بالجانب البيئي في الإصابة ببعض المشكلات الانفعالية عوضاً عن التركيز على الجانب الوراثي.
3. زيادة الوعي بدور الأسرة في رفع وخفض احتمالية الإصابة ببعض المشكلات الانفعالية عند أبنائهم المراهقين.
4. يمكن الاستفادة من النتائج التي ستتوصل إليها الدراسة في تخطيط وعمل البرامج الإرشادية والوقائية والعلاجية.

حدود الدراسة

يمكن تحديد حدود الدراسة بالحدود التالية:

الحدود الموضوعية: تهتم الدراسة بأساليب التواصل الأسري وعلاقتها ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء.

الحدود البشرية: اقتصرَت الدراسة على عينة من المراهقين بمملكة البحرين، حيث بلغ عدد أفراد العينة الاستطلاعية 40 مراهقاً أما العينة الأساسية فقد بلغت 216 مراهقاً.

الحدود الزمانية: حددت لتكون في سنة 2022 – 2023.

مصطلحات الدراسة

أساليب التواصل الأسري:

تعرفه الفريجات ومقابلة (2018) بأنه نمط التواصل وطبيعة التفاعلات والمناقشات التي تحدث بين أفراد الأسرة والآباء.

وتعرفه رحمانى (2018) بأنه كل فعل لفظي وغير لفظي يتيح معالجة المعلومات بين أفراد الأسرة بهدف إنجاز مهام معينة أو التعبير عن آراء أو مشاعر.

أما التعريف الإجرائي لأساليب التواصل التي اعتمدت عليه الدراسة هو تعريف المرشدي (2019) حيث يعرف التواصل بكونه الطريقة الاتصالية التواصلية التفاعلية التي يتم فيها الاتصال بين الوالدين والأبناء في إطار الأسرة، وتقاس درجة أساليب التواصل الأسري في البحث الحالي من مجموع الدرجات التي يحصل عليها كل مراهق على مقياس أساليب التواصل الأسري المعد لهذه الفئة والذي يتكون من خمسة أبعاد هي (أسلوب اللوم الهجومي - الأسلوب غير التوكيدي - الأسلوب التوكيدي - الأسلوب العقلاني - الأسلوب المناور).

المشكلات الانفعالية:

يعرف أنه الانحراف الواضح والملحوظ في مشاعر وانفعالات الفرد حول نفسه وحول بيئته. ويستدل على وجود الاضطراب الانفعالي عندما يتصرف الفرد تصرفاً يؤدي في نفسه أو الآخرين، في هذه الحالة نقول إن هذا الفرد في حالة من الاضطراب الانفعالي (السرطاوي وسياسم، 1992).

ويعرف أيضاً بأنه عجز الفرد عن التحكم بانفعالاته والسيطرة عليها، تجاه ما يواجهه من مواقف ومشكلات، بشكل يتصف بالتهور والتطرف والمبالغة في الاستجابة لها، مع إصدار أحكام انفعالية متسعة تجاهها. (Kumar, 2013)

أما التعريف الإجرائي للمشكلات الانفعالية التي اعتمدت عليه الدراسة فهو عدم قدرة الفرد على التحكم والسيطرة على انفعالاته وما ينتج عنه من قلق وما يشمله من مشاعر انفعالية (كالخوف والخجل والغيرة والغضب) والاكنتاب وما يشمله من مشاعر انفعالية (كالحزن والتشاؤم والوحدة).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

• أساليب التواصل الأسري

مقدمة

مشكلة أساليب التواصل

العوامل المؤثرة على أساليب التواصل

أهمية التواصل

تعريف التواصل

مكونات التواصل

طرق التواصل

أهم أسباب ضعف التواصل

أهم النظريات التي تناولت التواصل

أنواع التواصل الأسري

ضعف التواصل الأسري

مواقع التواصل الاجتماعي والأسرة

الحوار التواصل الأسري وأنواعه

معوقات الحوار الأسري

• المشكلات الانفعالية

المقدمة

تعريف المشكلات الانفعالية

أنواع الانفعالات

أسباب الإصابة بالمشكلات الانفعالية

النظريات المفسرة للمشكلات الانفعالية

أهم المشكلات الانفعالية في مرحلة المراهقة

طرق علاج المشكلات الانفعالية

ثانياً: الدراسات السابقة

أساليب التواصل

مقدمة

في زمننا الحاضر بات موضوع التواصل يشكل أهمية كبيرة في حياتنا المعاصرة لا سيما فيما يتعلق بتواصل أفراد الأسرة مع بعضهم البعض حيث إن الأسرة تعد نقطة الانطلاقة الأولى للفرد التي يكتسب من خلالها الخبرات الحياتية التي سيحتاج إليها في السنوات المقبلة القادمة فأى خلل في هذه الانطلاقة قد يكلف الفرد تكلفة باهظة لا يمكنه تحملها. (رحماني، 2018)

لو نظرنا إلى أساليب التواصل في الزمن الماضي لوجدناها أكثر انفتاحًا وأقل تعقيدًا من زماننا الحاضر، حيث كانت تربية الأبناء مسؤولية مجتمعية يتشارك فيها جميع أبناء المنطقة حيث يشرف الكبار على سلوك الصغار، ومع مرور الوقت انطوت أغلب الأسر على نفسها وأصبحت العلاقات أشد تعقيدًا مع ازدياد الأسر النووية وتقلص أعداد الأسر الممتدة. (جديد، وأولاد حيمودة، وبن طاهر، 2018)

بالرغم من الانغلاق النسبي للأسر إلا أن هناك نوع جديد من التواصل فرض نفسه على الأسرة وجعلها أكثر تعقيدًا مما هي عليه وله تأثير شديد وخفي عليها، وهو عبارة عن طريقة تواصل غير مباشرة بين الفرد والعالم الخارجي وتعرف به مواقع التواصل الاجتماعي. (الناصر، 2019)

حيث يجد الابن المراهق من مواقع التواصل متنفسًا يهرب من خلاله من سلطة الوالدين فيجد فيها البيئة التي تفهمه وتحتضنه، ولكن سرعان ما تخلق هذه المواقع مجموع من الاضطرابات لدى الابن المراهق كالانطواء وفقدان الثقة بالنفس والاكتئاب نتيجة لكونها تعرض صورة خيالية منافية للواقع الذي يعتقد المراهق أنها حقيقية، فيشعر بالإحباط والكدر والقلق مما جعل من دراسة تأثير أساليب التواصل الأسري على الأفراد حاجة ملحة في زماننا الحاضر بسبب كونها أشد تعقيدًا من الزمن الماضي. (ذياب وضيف، 2020)

عندما يحاول الابن المراهق الاستقلال عن أسرته نجد بعض الأسر تتجه إلى تعنيفه وتوبيخه، وتحاول أسر أخرى اقتحام خصوصيته والتضييق عليه بشكل أكبر في محاولة منهم لمعرفة

أسباب تغيره عليهم متجاهلين المرحلة الاستثنائية التي يعيشها ابنهم والتي تتطلب إشعاره بأنه صديق ورفيق قادر على تحمل بعض المسؤوليات وأن باب الحوار والنقاش والمكاشفة مفتوح معه، فليس عليه أن يكتب مشاعره، بل عليه أن يصرح بها بأسلوب مناسبٍ ولائقٍ يبتعد فيه عن التجريح، فإن فشلت الأسرة في هذا الأمر نتوقع حينها ظهور بعض المشكلات الانفعالية لدى ابنهم المراهق. (جميات، 2019)

تعريف التواصل

تعريف التواصل في اللغة: جاء في معجم اللغة العربية المعاصر تواصل يتواصل، تواصلًا، فهو مُتواصل.

- تواصل الشخصان وغيرهما: اجتماعا واتّفاقا، ضدّ تصارما وتقاطعا "تواصلًا بعد فراق.
- تواصلت الأشياء: تتابعت ولم تنقطع "تواصلت الدُروس في الجامعة/ تواصل عطاؤه. (مختار، 2008)

وعرفه ابن منظور (2005: 788) حيث قال: "التواصل لغة من وصل الشيء بالشيء، يصله وصلا وصلة، والوصل ضد الهجران وهو خلاف الفصل، والتواصل ضد التصادم".

تعريف التواصل من الناحية الاصطلاحية:

المقصود بالتواصل مجموع العمليات التي تكون سببا في تبادل المعلومات والمعاني بين الأشخاص في موقف اجتماعي معين، فهو آلية إيصال والتقاط البيانات بين أطراف الاتصال عن طريق إقامة علاقة وترابط وتبادل وتراسل وإرسال وإخبار وإعلام (رحماني: 2018)

ويعرفه ابراهيم (2004) بكونه الطريقة التي تجعل الفرد مفهوما من جماعته، وذلك من خلال عملية تبادل المشاعر والأحاسيس والمعلومات والأفكار بينه وبين الآخر، ومن يبدأ عملية التواصل يدعى (المرسل) والذي توجه له الرسالة يدعى (المستقبل).

ويعرف ريتشمان (1995) التواصل بأنه: عملية اتصال تسير في اتجاهين، وهي تشمل محاولة فهم الأفكار والمشاعر التي يعبر عنها الآخرون والاستجابة أو الرد بطريقة نافعة ومساعدة،

وهذا يعني أن قيام تواصل جيد يحتاج إلى مهارات الإصغاء إلى الآخرين ومراقبتهم، وفهم الرسالة التي يعبرون عنها ومهارات في إيصال الأفكار والمشاعر بطريقة مساعدة.

مشكلة أساليب التواصل

تعد مشكلة التواصل من المشكلات الخطيرة التي تزعزع الأمن والاستقرار داخل الأسرة والتي يمكن أن تنتج أضرارًا جسيمة تبدأ مع الزوجين لتصل إلى الأبناء ومع وصول الابن إلى سن المراهقة قد نشهد ظهور مجموعة من المشكلات والانحرافات لديه بعد أن تم التمهيد لظهور هذا الاضطراب في مرحلة طفولته المبكرة التي كانت خالية من التواصل الإيجابي الفعال بين أفراد هذه الأسرة.

إن التواصل الأسري المترابط والمنسجم مع متطلبات واحتياجات الأسرة والذي يراعي التباين بين أفرادها والتوفيق بين فوارقه النفسية والشخصية سينتج بالتأكيد بنية تواصلية إيجابية تدفع بالأبناء إلى سلم الارتقاء وسيشيع الشعور بالمحبة ومشاعر الألفة بين أعضائه، والمقصود بالتواصل الإيجابي هو القدرة على إظهار التفهم والمحبة والود والاحترام بصورة إيجابية بناءة. (رفيق، 2015)

العوامل المؤثرة على أساليب التواصل الأسري:

1- شخصية الزوجين: حيث لا نتوقع من التواصل الشخص مع الآخرين إلا ما يتناسب مع شخصيته فالشخص العصبي على سبيل المثال نتوقع منه أن يظهر مشاعر الغضب والانفجار على أبنائه على أنه الأسباب، والشخص الهادئ الرزين نتوقع منه القدرة على إدارة مشاعر الغضب عند الطرف الآخر ومحاولة إرجاعه إلى هدوئه واتزانه الانفعالي بأفضل صورة ممكنة.

وتلعب الانقباضية والانبساطية لدى الزوجين دورًا مهمًا في تسيير التواصل داخل الأسرة فالشخصية الانقباضية على سبيل المثال تميل إلى الانغلاق على نفسها بأكبر قدر ممكن، ولكن بالرغم من ذلك قد نجد الشخص الانقباضي يحاول تعويض انقباضيته نحو العالم بانبساطيته نحو أسرته فيغرق عليهم بمشاعر الحب والعطف والود وقد يصل به الغلو إلى حد الانصهار، والعكس صحيح

قد نجد الشخص الانبساطي مع العالم الخارجي انقباضي مع أسرته يتجاهل احتياجاتها العاطفية والنفسية والوجدانية.

2- تقدير الذات: يلعب تقدير الذات دوراً مهماً في بناء تواصل إيجابي فما يراه الإنسان عن نفسه ينعكس بصورة مباشرة على معاملته للآخرين فكلما أرتفع تقدير الذات عند الفرد نتوقع حينها أن يتواصل مع الآخرين بصورة إيجابية.

3- البيئة: تلعب البيئة دوراً كبيراً في تحديد طرق التواصل التي يستعملها الفرد عند تواصله مع الآخرين حيث يقوم بمحاكات الأساليب التي تعلمها من بيئته التي تربي فيها ليقوم بتطبيقها على أبنائه.

4- مستوى التعليمي والثقافي: حيث يميل الأشخاص ذوي المستوى التعليمي والثقافي العالي إلى استعمال أساليب تربوية عند تواصلهم مع أولادهم.

أهمية التواصل الأسري

إن التواصل والارتباط الوجداني يعد بوصلة العيش في أجواء يسودها الأمان والاطمئنان والشعور الغامر بالاستقرار، والتواصل الأسري الفعال لا يمكن أن يكون عن طريق ضغطة زر، بل يحتاج إلى جهود كبيرة ومثابرة من قبل جميع أفراد الأسرة، فعليه يقتضي الأمر أن تبحث الأسرة عن نقطة الالتقاء التي يتفق عليها الجميع ليكون الارتقاء نتيجة للعيش في بيئة إيجابية يرتاح لها الجميع، وسنذكر الآن بعض النقاط عن أهمية التواصل وهي:

1- إن التواصل أداة للتفاعل بين الأفراد والجماعات وإحداث التأثير والتغيير في أفكار الفرد واتجاهاته وسلوكياته.

2- يعتبر التواصل الإيجابي بين أعضاء الأسرة مؤشراً دالاً على الصحة النفسية للأسرة فالتواصل الفعال بين أفراد الأسرة يؤدي إلى الشعور بالرضا ويخفف من النزاعات داخل أفراد الأسرة. (Hopkins، 2013)

3- كلما تحسن الاتصال تحسنت العلاقات داخل الأسرة حيث يشعر الأفراد بالتقارب رغم الاختلاف.

- 4- يساهم التواصل الإيجابي داخل الأسرة في التكيف مع الأحداث الضاغطة.
- 5- خفض مستوى المشكلات والاضطرابات الانفعالية حيث يتيح المجال للتنفيس وإخراج المشاعر وعدم كبتها.
- 6- تعزيز نقاط الالتقاء بين أفراد الأسرة والبحث عن الأنشطة والهويات التي يحبها الجميع من أجل قضاء وقت ممتع.
- 7- حل القضايا الصعبة التي تنهك الأسرة عوضًا عن تجاهلها والذي سيؤدي إلى زيادة تفاقمها.
- 8- يعد التواصل جزءًا أساسيًا من حياتنا اليومية حيث يأخذ أشكالًا وأساليب متنوعة تلعب دورًا هامًا في تسيير حياتنا.

وبناءً على ما سبق يتضح لنا أهمية التواصل في حياتنا بشكلٍ عام ودوره في تأسيس أسرة سوية تشبع احتياجات أفرادها بشكلٍ خاص، فليست العائلة السوية من لا ترتكب الأخطاء وتعيش بمثالية مفرطة، بل هي من تحاول التفاعل والتواصل مع بعضها من أجل إيجاد نقاط القوة لديها والكشف عن مكامن الخلل في العلاقة الأسرية من أجل إصلاحها وتطويرها لتكون بصورة أفضل من السابق.

مكونات التواصل:

من أجل أن يحدث التواصل لابد أن تتوفر مجموعة من المكونات المهمة وهي:

- 1- المرسل: صاحب الرسالة ومصدرها ومنه تبدأ عملية الاتصال والتواصل.
- 2- المستقبل: وهو من توجه له الرسالة ليقوم باستقبالها عن طريق الحواس (السمع والبصر واللمس والشم والذوق) ويقوم بعد ذلك بفك الرموز والمفردات اللفظية وغير اللفظية ويحاول فهم مقاصدها ودلالاتها.
- 3- الرسالة: وهي الأفكار والمعاني المتمركزة حول موضوع معين الذي يريد المرسل (صاحب الرسالة ومصدرها) أن ينقله إلى المستقبل (من توجه له الرسالة)، ويتم عادة التعبير عنها عن طريق مجموعة من الرموز والمفردات اللفظية وغير اللفظية.
- 4- القناة: وهي الآلية والوسيلة المتبعة لنقل الرسالة من المرسل إلى المستقبل.

5- الاستجابة: وهي إعادة توجيه الرسالة من المستقبل إلى المرسل وتلقيه لها وتأكده من أنه تم فهمها واستيعابها، والمرسل في هذه الحالة يلاحظ قبول أو رفض محتوى الرسالة. (الحري، 2000).

طرق التواصل:

هناك العديد من الطرق لإجراء الاتصال والتواصل حيث إنها تختلف وتتوسع فمنها:

1- الوسائل الشفوية: وهي الوسيلة التي يتم من خلالها تبادل المعرفة والمعلومات بين المرسل والمستقبل شفويا باستعمال الكلمات المنطوقة مثل: (المحاضرات، الحوار والمناقشات، المؤتمرات والندوات، المقابلات الشخصية، والمكالمات الهاتفية، والاجتماعات) وتعد هذه الوسيلة من أقصر الوسائل لتبادل المعرفة والأفكار وأشدّها صراحةً وأكثرها يسرًا وسهولة، وبالرغم من ذلك يعاب عليها تعرض المعلومات للتشويه والتحريف، أي تغير بعض المعلومات والمعاني نتيجة لسوء الفهم في بعض الأحيان، فهي تشمل الكلام والأقوال المحكية في مجال اللغة المستعملة وأنماطها وأشكالها المتنوعة تتأثر بالمناخ الحسي والنفسي السائدين وما يشمله من تبادل، وتفاعل، ونبر وتصويت. (أبو بكر، 2006)

ومن أهم المهارات التي يجب إتقانها عند التواصل الشفوي هي:

أ-مهارات التحدث: وتشمل ما يلي:

-يجب على المتحدث الاهتمام بالمعلومات الأساسية والمهمة وعدم التركيز على الموضوعات الثانوية والتفاصيل غير المفيدة.

-استخدام اللغة والمفردات التي يفهما الطرف الآخر بشكلٍ سهلٍ خالٍ من التعقيد لتجنب سوء الفهم مع مراعاة عامل السرعة عند الحديث فيجب أن تكون السرعة معتدلة.

-الصراحة وعدم المجاملة عندما يستدعي الوضع ذلك ولا بأس باستخدام بعض المزاح والدعابة اللطيفة لتخفيف حدة الأجواء المشحونة بالقلق والتوتر.

-الامتناع عن التهديد والترهيب عند المناقشة.

-تجنب الحكم السريع على الأشخاص والمواقف والأحداث.

-ضرورة التحكم في حركات الحواجب والشففتين بصورة جيدة.

ب-مهارات الاستماع: وتشمل ما يلي:

-عدم تشتيت النفس بالقيام بأمر آخر أثناء الاستماع لضمان تلقي الرسالة بشكل صحيح.

-توقف عن الكلام واصمت فلا تستطيع الإصغاء وأنت تتحدث فلا بد أن تكون صبوراً تستمع للآخرين قبل أن تتحدث وتحرص على عدم مقاطعتهم.

-اضبط نفسك حيث إن الطرف الآخر عند الغضب يستقبل المعنى بصورة خاطئة فلا بد من عدم الانفعال عليه.

-عليك أن تضع المتحدث في وضع مريح وطبيعي خالي من الاضطراب لكي يتمكن من التحدث بكل أريحية وصراحة فلا بد من إشعاره برغبتك في الاستماع إليه وأهمية ما يقوله وأنت تفهمه وتتعاطف معه، فوضع الآخرين في موقف دفاعي قد يدفعهم إلى الغضب والانفجار عليك. (شفيق، 2011)

2- الوسائل المكتوبة: وهي الوسائل التي يتم من خلالها تبادل المعارف والمعلومات بين المرسل والمستقبل باستعمال الكلمات المكتوبة مثل (المؤلفات والكتب، القوانين والأنظمة، التقارير والمنشورات، المقترحات والشكاوى، المذكرات والتعاميم...ألخ)، ويعد هذا الأسلوب هو المأخوذ به في أغلب المؤسسات الحكومية، وهناك خمسة شروط للوسيلة المكتوبة، وهي أن تكون صحيحة، كاملة، واضحة، لطيفة، مختصرة.

وتتمتع الوسائل الكتابية بمزايا أهمها: حماية المعلومات والمعارف من التحريف، سهولة وصول شريحة كبيرة من الناس لها وإمكانية الاحتفاظ بها والرجوع لها عند الحاجة وعدم ضياعها.

أما أهم عيوبها فهي: احتمال الفهم غير الصحيح لها خاصةً عندما تصاغ بطريقة معقدة نوعاً ما أو غير جيدة ويكون للكلمات المستعملة أكثر من معنى ودلالة، ومن عيوبها أيضاً البطء في إيصال المعلومات. (العثيمين، 1995، أبو بكر، 2006)

أهم الإرشادات لتحسين مهارات التواصل الكتابي هي:

- عدم استخدام التواصل الكتابي عندما يكون نقل المشاعر أمراً مهما لتجنب حدوث سوء الفهم.
- حدد الهدف والغرض الأساسي من الرسالة التي تود كتابتها.
- أحسن تقديم الخطاب أو الرسالة مع استخدام الكلمات البسيطة والمتنوعة وتجنب الكلمات الثقيلة والمكررة عند الكتابة.
- يجب مراعاة عناصر المرتبطة بالكتابة وتنظيم الرسالة أو الخطاب إلى فقرات من حيث المقدمة والعرض والخاتمة. (شفيق، 2011)

3-الوسائل غير اللفظية: وهي الوسائل التي يتم من خلالها تبادل المعارف والمعلومات بين المرسل والمستقبل عن طريق السلوك أو الإشارات والإيماءات أي لغة الجسد وما تحمله من تعبيرات الوجه، اهتزاز الرجلين، ارتجاف اليدين، حركة العينين، تنكيس الرأس، الملامسة الجسدية، الاقتراب والابتعاد، طريقة الجلوس والوقوف، إفرازات الجسم، الملابس، الألوان...ألخ.

فهي كل ما هو غير لفظي أو كتابي ويكون مثيراً لردود استجابية سلوكية متنوعة تعمل على صنع وبدء عملية التواصل الاجتماعي وتنشيطها وقد تكون هذه الإشارات والتلميحات متعمدة أو غير متعمدة، ويغلب استعمال هذا النوع من التواصل عندما يتعلق الأمر بالمشاعر والأحاسيس خاصة إذا كان اللسان يعجز عن التعبير عنها وتختلف الدلالات والمعاني والنتائج لهذه الوسائل غير اللفظية باختلاف الثقافة والجماعة والأفراد. (العثيمين، 1995، أبو بكر، 2006)

بعد أن تحدثنا عن طرق التواصل وقمنا بتقسيمها إلى ثلاثة أقسام نود الحديث الآن عن أشكال التواصل بشكل عام مع بعض التركيز على القسم الثالث وهو نمط التواصل غير اللفظي حيث يشمل مجموعة من الجوانب وهي:

1. لغة الجسد: إن هيئة الجسد ووضعه من الممكن أن يزيد أو يقلل من عملية التفاعل البين شخصية، فاتجاه الجسد قليلاً إلى الأمام مع الاتصال البصري تستقبل من قبل الطرف الآخر بشكل إيجابي؛ لأنها تبعث له محتوى يتضمن الاهتمام به.

2. التقارب الجسدي: إن القرب الجسدي والمسافة الشخصية بين الزوج والزوجة يلعبان دورًا مهمًا في الاتصال، ويلعب اللمس دورًا مهمًا في جعل شريك الحياة يشعر بالرغبة في المشاركة والانفتاح.

3. إيقاع الصوت: إن إيقاع الصوت يعد من الجوانب المهمة في التعبير عن الاهتمام أثناء الاتصال، وهي تعبر عن جودة الحياة في الأسرة، فنغمة ودرجة الصوت الدافئة السارة المريحة التي تدل على روح الدعابة تعكس بوضوح جانب الاهتمام، والرغبة في المشاركة والاستماع، كما أن حجم الصوت وطبقته ومعدله يقوم بنقل العديد من المشاعر بين أفراد الأسرة

4. الاتصال البصري: هي النظرة المليئة بالتركيز والانتباه والتي يرسل الطرف الأول بها رسالته إلى الطرف الثاني، فهي ليست مجرد نظرة جامدة أو متحجرة لا دلالة لها، بل هي نظرة اهتمام وتعاطف وإصغاء.

5. الصمت والانصات: يعتبر الصمت من الفنيات والمهارات الأساسية التي يمكن تعليمها للأسرة، والذي يحفز الاتصال الجيد، كما إن الصمت مرغوب به أثناء إجراء الحديث فعلى جميع أفراد الأسرة تبادل الحديث والصمت معاً، والمقصود بالصمت هو الأسلوب الذي يصل بين أجزاء الحديث عن طريق إرسال رسائل للطرف الآخر مفادها أنا صامت من أجل أن أنصت إليك وأنا أفهمك وأستمع إليك فليس المقصود بالصمت التوقف عن التواصل.

6. المسلك اللفظي: هو التحدث بين أعضاء الأسرة بطريقة سليمة ومقبولة بعيدة عن السخرية والاستهزاء أو الإطالة أو مقاطعة كلام الآخر. (كفاي، 1999)

أهم أسباب ضعف التواصل:

1- اللغة المستخدمة: تعد اللغة من أهم العناصر المستخدمة في الاتصال إلا أن العديد من المفردات شائعة الاستعمال بين الأفراد في التواصل تحمل معانٍ وتفسيرات مختلفة ومتعددة مما يؤدي إلى حدوث صعوبة وسوء الفهم بين طرفي الاتصال.

2- الانتقاء: يميل الأفراد إلى التقاط شطر من الخطاب وترك المعلومات الأخرى لعدة عوامل منها الرغبة في تجنب التناقضات المعرفية للشخص نفسه (المتلقي) لذلك يتجه الأفراد إلى إهمال

المعلومات التي تتنافى مع الاعتقادات الراسخة فيهم، ويحدث هذا النوع من الإدراك الانتقائي حينما يبدأ المتلقي بتقويم أسلوب التواصل الذي يشمل شخصية ودور الدوافع والقيم عند المرسل.

3- ضيق الوقت: يعد الوقت من أعمدة الاتصال فالشعور بضيق الوقت قد يؤدي إلى اختصار طرق الاتصال وعدم إيصال الرسالة بالطريقة الصحيحة والمعتادة فبتالي ينتج منه مشكلة تحريف المعلومات المتبادلة بين أطراف الاتصال

4- صفات المتلقي : تختلف استجابة الأفراد لنفس الرسالة لعوامل فردية مختلفة ومتنوعة، كالأسباب التي تعود إلى التعلم أو التجارب السابقة، ولذلك تختلف الاستجابة الانفعالية للأفراد القادمون من بيئات مختلفة حول نفس الرسالة فكلّ يقرأها على حسب ما لديه من مدركات ومعارف فيستجيب لها على حسب ما توصل له، كما قد تؤثر الأسباب الشخصية في حل شفرة الخطاب وتفسيره فالشخص الذي يتمتع بالحاجة الملحة للتقدم، ويتصف بالحماس والتفاؤل قد يعلل ابتسامة أحد الأفراد له وتعليقه العارض عليه كدلالة على أنه شخص يحبه الناس ويحترمون قدراته وأن هناك شيء جميل قادم في الطريق، أما الشخص الذي يفتقر إلى الحاجة للتقدم ويميل للتشاؤم قد يفسر الموقف نفسه على أنه مجرد مجاملة وفي أسوء الحالات قد يعتبرها سخرية واستهزاء به. (سيزلاقي وولاس، 1990)

أهم النظريات التي تناولت التواصل:

1-نظرية التواصل لفريجينيا ساتير:

أكدت فريجينيا ساتير على أهمية التواصل الإنساني القائم على اللمس والنظرة والصوت واختيار الكلمات المناسبة في خلق أجواء أسرية سليمة وصحية، حيث إن اختلال التواصل الأسري يعد علامة تدل على اضطراب وظيفة الأسرة. (نحوي، 2008)

وبينت أن للتواصل خمسة أركان رئيسية وهي: 1-المرسل 2-الرسالة 3-فهم وإدراك متبادل بين طرفي التواصل 4-استجابة المستقبل 5-التغذية الراجعة (عبد السلام، 2005).

وقد تحدثت عن أنماط التواصل المرتبطة بنظام الأسرة ومدى علاقتها بتقدير الذات حيث قدمت خمسة أنماط من الاتصال وهي:

أ-المسترضي: ذو شخصية مهزوزة، تتصاع للطلبات والأوامر، وتتجنب المواجهة، وتميل للاعتذار، وتبحث عن قبول الآخر، والسبب في ذلك هو انخفاض تقدير الذات والشعور بعدم القيمة فيميل الشخص نتيجة لذلك إلى الاهتمام بالطرف الآخر متجاهلاً احتياجاته.

ب-اللوام: يرى نفسه دائماً على حق والآخرين ليسوا على صواب إذا خالفوه، ويجب حينها تأنيبهم وتقريعهم حتى يستجيبوا لأوامره.

يكون نتيجة لما يلي:

-ضعف تقدير الذات بسبب تعرضه المستمر للتوبيخ والانتقاد في الماضي مما نتج ردة فعل عنيفة اتجاه الطرف الآخر فهي أشبه بمحاولة لإثبات الذات عن طريق لوم الآخرين والانتقاص منهم.

-الآمال الكبيرة التي كان يتوقعها من الطرف الآخر.

ت-المثالي: عقلاني ومنطقي، هادئ، وغير عاطفي، قادر على ضبط انفعالاته، ويتصف بالجمود في علاقته مع الآخرين.

ث-المشتت: يبدو دائماً في صورة من لا علاقة له بما يحدث داخل الأسرة ليتجنب محاولة حل الصراعات والمشكلات الموجودة، ويكون ذلك نتيجة ضعف تقدير الذات حيث يجد نفسه لا يملك شيئاً بمقدوره حل المشكلة فبتالي يلجأ إلى التهرب من المشكلة عن طريق تصوير نفسه بصورة من لا علاقة له بما يحدث.

وقد يكون السبب عدم إيمانه بواجب العطاء في العلاقة الزوجية حيث يميل للأخذ فقط.

هذه الأنماط الأربع من التواصل السلبي كلها مرتبطة بشكل مباشر بمفهوم الذات السلبي، فأني تغيير في مفهوم الذات سيؤدي إلى تغيير في نمط الاتصال.

وعليه فإن فرجيننا ساتير تحاول إصلاح مفهوم الذات عند الأسرة التي تعاني من مشاكل من أجل تحقيق نمط اتصال إيجابي وفعال تسميه النمط المنسجم.

ج- النمط المنسجم عند ساتير هو: التكيف والتواصل الفعال مع أفراد الأسرة حيث يتصف الفرد بالانفتاح والمرونة والبعد عن التصلب، ويكون ذلك نتيجة للاحترام الكبير للذات حيث يجد في نفسه القدرة على العطاء والثوق في الآخر مما ينعكس بشكل إيجابي على التواصل Satir, (1994).

2- نظرية بيرلو: تتكون النظرية من مرسل ومستقبل ورسالة ووسيلة، ويرى بيرلو أننا نتواصل مع الأفراد كي نؤثر فيهم، وإن لا بد أن يكون لعملية التواصل هدف ترغب في تحقيقه، فالأفراد يسعون دائما للتأثير في الآخرين وفي البيئة المحيطة بهم، وكذلك يجب على المرسل معرفة الهدف الذي يطمح في تحقيقه، وأن يضع هذه الرغبة أمام ناظره، ويرجع بيرلو الفشل في الاتصال إلى عامل ضياع الهدف وفقدان الإحساس به، وعدم القدرة والكفاءة في إيصال الرسالة في حين يقوم نجاح الاتصال على أداء المرسل، واتجاهاته نحو ذاته ونحو الوسيلة التي يستعملها، وكذلك نحو الأفراد الذين يسعى للتأثير فيهم عند استقبالهم لرسالته. (Dervien & Roight, 1994)

3- نظرية التحليل التفاعلي التبادلي في التواصل

تقوم نظرية بيرن على أساس المعاملة البنكية أي بمعنى تقديم شيء مقابل شيء، فتفاعلاتنا مع بعضنا البعض قائمة على المصالح المشتركة على حسب وجهة نظره فالوقت الذي أتواصل فيه مع الآخر أتوقع أن أحصل منه على مكسب وكذلك يتوقع هو. (قنديل، 2012)

4- المنظور السوسيولوجي للتواصل عند هابرماس

يرى هابرماس أن الهدف من التواصل هو العثور عن نقاط التفاهم مع الآخرين وتوافق معهم وليس الهدف منه التأثير فيهم، فالتفاهم هو الغاية القصوى للتواصل لديه وأي محاولة للتأثير من طرفٍ على طرفٍ آخر من شأنه إفشال التواصل (عالي، 2013).

5- الفلسفة التفاعلية

ترى هذه الفلسفة أن يجب معاملة عملية التواصل على أنها نسق متصل لا يمكن فهم الجزء بمعزلٍ عن الآخر، فهي ترفض النظر إلى عملية التواصل بكونها نموذجا بسيطا للفعل وردة الفعل، وحسب هذا التوجه يصبح من غير الصواب الاعتقاد بأن العلاقة بين طرفي التواصل يمكن أن تكون بدون

أن نراعي كيفية تفاعل العناصر والمكونات الأخرى في النسق التواصلي مع بعضها البعض (كفاي، 1999).

6-نظرية التوجه المشترك

تعتقد هذه النظرية بوجود عاملين رئيسيين للتواصل هما: عامل الوعي وعامل الاتفاق، حيث تعبر الدقة في الاتصال عن قدرة طرفي التواصل على تفسير وفهم رسالة الطرف الآخر، ومناقشة جوانب الاختلاف بينهما بصورة واضحة ودقيقة عوضًا عن تجنب المناقشة، مما يزيد من قدرة الطرفين على الإدراك والفهم المتبادل لأفكارهما ومشاعرهما (Fitzpatriz, 1988)

7-النظرية التفاعلية الرمزية

تبحث هذه النظرية في العلاقات الأسرية الموجودة بين الشريكين معا، وبينهما وبين الأولاد، مع اعتبار الأسرة وحدة متكاملة من الأفراد المتفاعلين الذي ينبغي دراستهم من خلال العمليات التفاعلية بين أعضائها.

وطبقا لهذه النظرية يؤدي تتابع التواصل إلى تكوين حلقة دائرية للفهم المتبادل من خلال حوار واضح ومفهوم، خال من التناقض، بينما يؤدي سوء التواصل أو عدمه إلى نشوء الصراعات والأمراض النفسية، لأنه يعني عجز الفرد عن توصيل أفكاره إلى الآخرين أو إساءة الآخرين لفهم رسائله. (sieburg,1985)

8-نموذج التبادل السلوكي

يعتقد أصحاب هذا التوجه أن الأشخاص يبنون علاقاتهم مع الآخرين على أساس العائد والتكلفة، ويجدون التواصل يحتوي في طياته على تفاعلات تبادلية إيجابية أو سلبية، مما يدفعنا إلى الشروع في العلاقات التي يمكننا فيها زيادة عوائدنا وخفض تكلفتنا، ونبحث دائما عن إقامة العلاقات والتفاعلات التي نرجو منها أن تكون مفيدة وممتعة (Rice, 1993).

التواصل الأسري

أنواع التواصل الأسري:

قسم التواصل الأسري، بالاستناد إلى عامل الوضوح وعامل المباشرة باعتبارهما أساسيين في نجاح أو فشل العلاقات داخل الأسرة، إلى أربعة أنواع وهي:

1- التواصل الواضح والمباشر: التواصل الذي يتصف بالوضوح والمباشرة، وهو أكثر فعالية ويتم بتقديم رسالة مفهومة وواضحة لا تتطلب اجتهادًا ولا تخمينًا ولا تحتمل أكثر من تأويل، وتكون موجهة بطريقة مباشرة للأفراد المقصودين بالأمر، كقول أحد الوالدين لابنه " أشعر بالحزن لأنك لم تذهب لتتجز واجبك دون أن أذكرك".

2- التواصل الواضح وغير مباشر: نمط هذه الرسالة يكون واضحًا لكن تكون موجهة نحو الشخص الذي لا أنوي إرسال له الرسالة أو الحديث عموماً كقول أحد الوالدين مخاطباً ابنه: إنه لمن المخبى للأمال أن ينسى بعض الناس إتمام الواجبات الخاصة بهم، في هذه الحالة قد لا يدرك الابن بالضرورة أنه المقصود.

3- التواصل المبهم والمباشر: يتميز هذا النمط أنه يوجه لأفراد معينين لكن بأسلوب غير واضح، قد يحتمل أكثر من معنى وهو ما يسمى بالرسائل الخفية كقول أحد الوالدين لابنه: يا بني من لا يتعب في صغره لا ينتظر مستقبلاً باهراً (يقصد أنه يريد من ابنه انجاز دروسه).

4- التواصل المبهم وغير مباشر: يعتبر أسوأ أنواع التواصل فهو غير موجه إلى الأشخاص المعنيين وفي نفس الوقت لا يتم ذكر موضوع الرسالة بطريقة واضحة كأن يقول أحد الوالدين لابنه: شباب اليوم كسالى للغاية.

إن التواصل الواضح والمباشر هو أفضل الأنواع لأنه يساعد في نقل الرسالة من المرسل إلى المستقبل دون تشويه أو تأويل ومن المهم استعماله خاصة في المواقف الحرجة والمشاكل المستعصية سواء بين الأزواج أو بين الآباء والأبناء. (رحماني، 2018).

ضعف التواصل الأسري:

إن أسلوب التواصل وجودته داخل الأسرة له دور كبير في حصول الأبناء على صحة النفسية جيدة مستقرة ومطمئنة بعيدة عن الانحرافات السلوكية والمشكلات الانفعالية، وكثيراً ما لا يتمكن المراهق من التواصل مع أسرته بالشكل المطلوب، ونجد الآباء أحياناً غير مدركين مكان تواجد أولادهم وماذا يعملون في الخارج، وقد يستغل المراهق جهل والديه بذلك بالقيام ببعض السلوكيات غير الصحيحة في الخارج، وفي المقابل نجد بعض الأسر تتبالغ في التضيق على ابنهم المراهق حتى يصل إلى مرحلة الاختناق فيثور عليهم، فمن الصواب أن يلم ولي الأمر بوضع ابنه وأن يقوم بمراقبته من بعيد من أجل إعطاء متنفس لابنه المراهق ولكي لا يشعر أن أباه ينتهك خصوصيته، و في حقيقة الأمر لا يوجد للوالدين أسلوب تواصل وحيد وناجح عليهما اتباعه عند تواصلهم مع أولادهم ولكن من الضروري الاستماع وإتاحة فرص للحوار والمناقشة من أجل معرفة ميولهم واهتماماتهم بكل لطف واحترام ومحبة مع الابتعاد عن المبالغة في إظهار ردود الفعل حيال ما يقوله الابن المراهق. (أراجيل، 1993، الحديدي، 2011)

وتنقسم أسباب ضعف التواصل إلى قسمين فالقسم الأول هو القسم العام الذي يخص تواصل الفرد مع الآخر من غير تقييد بإطار مكاني أو ظرف أو بيئة محددة -قد ذكرناها سابقاً في هذا البحث- ومنها ما هو خاص بالتواصل بين أفراد الأسرة، فمن أهم أسباب ضعف التواصل الأسري هي:

1- عدم إلمام الأسرة بأساليب التواصل الإيجابي الممكنة، فمن واجب الزوجين البحث عن سبل التواصل ثم تمريرها إلى الطفل بعد اطلاعهم على قدراته التواصلية ليتعلم أصول المناقشة والحوار وآداب التعامل.

2- أثر التنشئة الأسرية على الوالدين، حيث ينقل الوالدان أساليب التواصل التي تعلمها من أسرتهن الأصلية إلى أبنائهم.

3- ظروف الأسرة الخاصة وطرق التعامل مع ضغوطات الحياة.

4- دور مواقع التواصل الاجتماعي التي صارت بديلاً عن التواصل الأسري.

5-وجود فجوة كبيرة بين الآباء والابناء يجعل الآباء يجهلون رغبات أولادهم واحتياجاتهم فتصل الأسرة إلى طريق مسدود، فالأب لا يفهم ابنه والأم لا تفهم ابنتها. (رويم، وغربي، 2013)

مواقع التواصل الاجتماعي والأسرة

لمواقع التواصل الاجتماعي تأثير كبير في حياة الأفراد نتيجة ما يحتويه من خصائص مهمة في حياتنا المعاصرة فمن خصائص مواقع التواصل الاجتماعي:

- المشاركة: فهي تشجع على المساهمات وردود الفعل (التعليقات) من أي مهتم، وتلغي الخط الفاصل بين وسائل الإعلام والمتلقين.

- الانفتاح: معظم شبكات التواصل الاجتماعي عبارة عن خدمات مفتوحة لردود الفعل والمشاركة، وتبادل المعلومات والتعليقات، ونادرا ما يوجد حواجز أمام الوصول إلى المحتوى والاستفادة منه، لأن حمايته بكلمة مرور غير موجود نهائيا.

-المحادثة: تعتمد شبكات التواصل الاجتماعي على المحادثة باتجاهين، بعكس وسائل الإعلام التقليدي التي تعتمد مبدأ بث المعلومات ونشرها باتجاه واحد لجميع المتلقين.

-التجمع: تتيح شبكات التواصل الاجتماعي إمكانية التجمع بسرعة والتواصل بشكل فعال ويربط تلك التجمعات اهتمامات مشتركة مثل حب التصوير الفوتوغرافي، والقضايا السياسية، الاجتماعية وغيرها. (ذياب وضيف، 2020)

ولم تكن هذه المميزات والخصائص لمواقع التواصل الاجتماعي لتمر بدون أن تدفع الأسرة بعض الضرائب حيث أثرت على النسيج الأسري وتواصل الآباء والابناء فمن أضرارها:

1- إن قضاء ساعات طويلة على تلك الشبكات يعرض الأطفال والمراهقين لسلبات عديدة منها زيادة الشعور بالوحدة ودرجة الاكتئاب، ويشجع على تقليل الاتصال والتواصل مع أفراد الأسرة لدى المستخدمين الأصحاء نفسيا وغير المكتئبين فماذا عن الذين يعانون من الاكتئاب؟ فإن وضعهم أخطر بالطبع.

2- تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي على المدى البعيد فالأطفال والمراهقون من شباب وشابات الذين يعانون من مشكلات نفسية ويفتقدون إلى تأكيد الذات قد يحصلون على هذا

التأكيد من أشخاص آخرين جانحين يعززون السلوك غير الإيجابي لديهم وفقا لتلك الهوية الجديدة المؤكدة والتي قد تضرهم لاحقًا.

3- أن في زمن التقدم التكنولوجي المذهل أصبح المنزل يعيش فيه مجموعة من الأفراد تجمعهم علاقة الدم، وتفرقهم تقنيات ووسائل الاتصال الحديثة، فلكل فرد من أفراد الأسرة عالم خاص في داخله ووسائل منفصلة للوصول إلى مصادره الاتصالية.

4- أن مكوث الأبناء الطويل على أجهزة الاتصال الحديثة وتفاعلهم معها أضعف من علاقة الأبناء بوالديهم ونشر الأمراض النفسية بينهم مثل الاكتئاب وحب العزلة والانطوائية مما يؤدي إلى التقليل من قابليتهم على قبول قيم المجتمع وثوابت الدين، واستبدالها بقيم رواد مستخدمي الأجهزة التكنولوجية.

5- أن استخدام تلك المواقع يؤدي إلى تسارع الشباب للفكاك والتحرر من طاعة الكبار سواء كان أبا أو أما أو أخا كبيرًا.

6- الأسرة كوحدة تقليدية هي المسؤولة عن عملية التنشئة الاجتماعية باعتبارها من أهم وظائفها الاجتماعية إلى أن ظهرت تلك الأجهزة التي أصبحت مصدرا أساسيا في عملية التنشئة الاجتماعية مما ينتج عنه تعارض بين مضامين عملية التنشئة الاجتماعية، الأمر الذي نتج عنه تصدير رسائل متضاربة في تنشئة الأبناء تؤدي إلى اضطرابات نفسية وخلل اجتماعي فضلا عن تراجع دور الأسرة في ممارسة عملية الضبط الاجتماعي مما يؤدي إلى تفكك أفرادها عن بعضهم.

7- إن انشغال الأسر في أمور الحياة، وتواجدهم معظم الوقت خارج المنزل أدى إلى وقوعهم في بعض التناقضات على المستوى العملي والميل إلى الانسحاب واللامبالاة إزاء علاقة أبنائهم بالإنترنت، ما جعلهم يتعلقون بهذه الشبكة وذلك نتيجة عوامل عاطفية ووجدانية مرتبطة بالفراغ الروحي والحرمان العاطفي من الأسرة والأقارب مما أدى إلى خلق جو من العزلة والانطوائية لديهم. (الناصر، 2019).

الحوار التواصلي الأسري وأنواعه:

إن الطفل السعيد هو الطفل الذي يعبر عن مشاعره عندما يشعر بها ولا يتركها تتراكم بحيث تظهر بعد ذلك في تعابير مدمرة. وهذا يعني أن المشاكل السلوكية والانفعالية التي يعاني منها المراهق يمكن أن ترد بشكل أو بآخر إلى ظاهرة الصمت والعزلة داخل البيت الأسري، فجنوح المراهقين وانعزالهم عن الأبوين راجع إلى شعورهم بالاختلاف التام وعدم القدرة على الانتماء لكيان الأسرة نتيجة غياب ثقافة الحوار وضعف الاتصال الأسري (خمداد، 2019)، وقد قُسم الحوار إلى نوعين هما:

أ. الحوار الأسري الإيجابي: وهو طريقة التواصل التي تساعد على دعم الروابط بين الزوجين وينمي لغة التفاهم مع الأبناء ويتطلب مهارة في التعبير ومهارة في الإنصات، فهناك ثلاثة أمور تميز الأسرة الأكثر حوارًا واندماجًا وهي: تبادل رسائل واضحة ومباشرة، الاستماع الفاعل والتعبير اللفظي وغير اللفظي (رحماني، 2018)، ويكون ذلك بأحد الطرق الآتية:

- الحوار النقاشي: وهو من أكثر الأساليب التي يتم من خلالها الحوار بين طرفين خصوصًا في الأمور التي تتحى منحى الجدبة أكثر وقد تختصر مراحل كثيرة في التفاهم بين الطرفين، وكثير من الأسر لم تتعود على هذا النوع من الحوار الزوجي مع أهميته وتأثيره الكبير في الحياة الزوجية. فالأولى بالزوجين عدم غلق هذا النوع من أنواع الحوار، بل يجب طرح أي موضوع خصوصًا فيما يتعلق بحياتهما بوصفهما زوجين وبما يتعلق بأمور أبنائهم ليتم الحوار فيه والاتفاق حوله.

-الحوار العابر: وهو من أكثر أنواع الحوارات الشائعة داخل الأسرة بين الزوجين أو مع الأبناء، وممارسة هذا الحوار عادة يكون تلقائيًا وبدون الشعور أنه حوار كالتعليق على حدث ما أو شرح لموضوع معين، فمثل هذه المداخلات تكون مدخلا جيدا مناسبًا للحوار.

- الحوار عن طريق العيون: في كثير من الأحيان تجد العيون وسيلة من الوسائل التي تعبر عن كثير من الكلام، فقد يحاور الإنسان شخصا آخر ويفهم من عينيه أكثر مما يفهم من كلامه فنظرات الإنسان وحركاته هي جزء من حوار مع أي طرف.

الحوار الشعاري الإيجابي: ليس شرطًا أن يكون الحوار الأسري للمسائل الخلافية فقط أو للاتفاق حول أمر ما، فقد يكون هناك حوار يتبادل فيه الزوجان المشاعر العاطفية وأحاسيس كل طرف

اتجاه الطرف الآخر، وهناك حوار شاعري وإطراء ايجابي على سلوكيات الأبناء فهذا من شأنه أن يزيد الألفة والمحبة بين أفراد الأسرة ويقوي روابط الحب بينهم، فتستخدم المشاعر الايجابية في إيقاف دائرة الخلاف الأسري.

- حوار مرآة الآخر: وهو نوع من الأنواع المهمة ويعني وضع الذات في مكان الشخص الآخر ويرتبط ذلك ايجابيا بالرضا عن العلاقة والعكس صحيح، فينتج عن ذلك أن يعدل أفراد الأسرة سلوكهم في المواقف الاجتماعية المختلفة كنتيجة لفهم وجهة نظر الآخر، فالأسرة القادرة على وضع وجهة نظر الآخر في الحسبان تظهر اهتماما أكبر بحاجات الآخر واهتماماته ورغباته. (جديد، وأولاد حيمودة، وبن طاهر، 2018)

ب. الحوار الأسري السلبي:

يعد التواصل اللفظي الخاطئ أو ما يسمى بالحوار السلبي مصدرا للمشكلات الأسرية فهذا النوع من الحوار يسبب قدرا كبيرا من الإحباط لدى أفراد الأسرة فتتضح على ملامحها الحياة غير السعيدة، وذلك لأنهم كثيرا ما يعتقدون مشكلاتهم ويزيدونا توترا عن طريق التواصل اللفظي الخاطئ، حيث يكون التعبير غير واضح وكامل مشحون بالتصيد على كلمات الطرف الآخر (رحماني، 2018)، ويكون ذلك بأحد الطرق الآتية:

- الحوار التعجيزي: وفيه لا يرى أحد طرفي الحوار أو كلاهما إلا السلبيات والأخطاء والعقبات وينتهي الحوار إلى أن لا فائدة منه.

- حوار المناورة (الكر والفر): حيث ينشغل الزوجان أو أحدهما بالتفوق اللفظي في المناقشة بصرف النظر عن الثمرة الحقيقية والنائية لتلك المناقشة، وهو نوع من إثبات الذات بشكل سطحي.

- الحوار المبطن: وهنا يعطي ظاهر الكلام معنى غير ما يعطيه باطنه وذلك لكثرة ما يحتوي من التورية والألفاظ المبهمة وهو يهدف إلى إرباك الطرف الآخر.

- الحوار التسلطي (اسمع واستجب): هذا الحوار هو نوع شديد من العدوان حيث يلغي طرف كيان الطرف الآخر ويعدده أدنى من أن يحاور، بل عليه فقط الاستماع إلى الأوامر الفوقية والاستجابة دون مناقشة أو تضجر.

- **الحوار المغلق:** كثيراً ما تتكرر تلك العبارة فيه "لا داعي للحوار فلن نتفق" وهو نوع من التعصب والتطرف الفكري وانحسار مجال الرؤية.

- **الحوار العدواني السلبي:** وهو اللجوء إلى الصمت والعناد والتجاهل رغبة في مكابدة الطرف الآخر بشكل سلبي دون التعرض لخطر المواجهة. (طايبي، وبوشول 2020)

فعلى الزوجين استعمال أساليب التواصل والحوار الإيجابية وتمريضها إلى الأبناء لضمان الاستقرار النفسي لهم وضمان قدرتهم على تفهم ابنهم المراهق واحتضانه.

معوقات الحوار الأسري:

مما لا شك فيه أن عملية الحوار الأسري لا تتم دوماً في ظروف حسنة نتيجة تعرضها لعدة صعوبات وعوائق تتأرجح عموماً على ثلاث مستويات المتحدث (المرسل)، الموضوع (الرسالة)، المصغي (المستقبل). (حسن، ومحمد، 2021)

1- معوقات ذات صلة بالمتحدث: وهذا الأخير يتوقف على سوء اختيار المكان والزمان والجو المناسب للحوار.

2- معوقات ذات صلة بالمصغي : وفي هذا فإن الخلل الذي يحدث على مستوى الحوار الأسري لا يفترض دوماً التقصير من المتحدث فقد يكون الخلل منوطاً بالمصغي أو المنصت لا سيما إن كان في وضعية مستمع فقط أي يصعب عليه الإلمام بعناصر الحوار كما لا يمكن له التواصل مع المتحدث وهذا الإشكال إما أن يكون عن غير وعي كحالات الشرود الذهني وأحلام اليقظة التي تصيب كثير من الشباب داخل أسرهم أو أن يكون عدم الإصغاء عن وعي حينما يكون الشاب جالساً ككتلة بشرية فقط وذهنه منصب حول هاتفه الذكي أو الكمبيوتر لحظة الغوص في العالم الافتراضي.

3- معوقات ذات صلة بموضوع الحوار والجو العام: وفي هذا نقصد بالجو العام للحوار المحيط الأسري وكل ما يتعلق به من عناصر داخلية كعدم ملائمة المكان لموضوع الحوار وعناصر خارجية كالأصوات المزعجة ورنات الهاتف وغيرها مما يسبب انقطاع الحوار عدة مرات إضافة إلى عدم وجود وسائل الراحة التي تساعد على نجاح عملية الحوار مثل عدم ملائمة المقاعد أو

التهوية السيئة هذا وقد يشكل موضوع الحوار في حد ذاته معيقاً لنجاح الحوار الأسري لا سيما وإذا كان الموضوع محل النقاش غير واضح الطرح وغير محدد الأهداف أو قد يكون مكرراً كذا من مرةٍ ولا فائدة منه فيخلق حالة روتينية وملل لدى المستمع فيخرجه عن دائرة التفاعل ، في حين فإن المواضيع الشخصية والمتعلقة بالمتحدث فقط أو المتحدث وشخص آخر تشكل لدى البقية حالة من عدم الاهتمام والانشغال فتضعف حلقة الحوار. (عبد الستار، 2020).

المشكلات الانفعالية

يعد النمو الانفعالي من أكثر جوانب النمو للإنسان أهمية، إذ تؤثر المشاعر والانفعالات في كافة أعمال الإنسان ونشاطاته التي يؤديها في حياته، فلا يكاد يخلو أي نشاط أو موقف تعليمي أو عملية تفكير من نوع معين من الانفعالات والمشاعر والأحاسيس (أبو غزال، 2009)

على الرغم من تشابه الأنماط الانفعالية للمراهق مع ما كان سائداً في مرحلة الطفولة، إلا أنها تختلف في المثيرات التي تحرك هذه الانفعالات، كما أنها أكثر أهمية في تدريب المراهقين لضبط التعبير عن هذه الانفعالات، وهناك مظاهر متعددة للنمو الانفعالي للمراهق كما تتباين الفروق في تلك المظاهر بين الجنسين. وتتصف الانفعالات في مرحلة المراهقة بأنها انفعالات عنيفة متهورة لا تتناسب مع مثيراتها. وفي كثير من الحالات لا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في المظاهر الخارجية لها، وبالتالي، فليس هناك ثبات انفعالي في هذه المرحلة ويظهر التذبذب الانفعالي لدى المراهق، وتقلب سلوكه بين سلوك الأطفال تارة وسلوك الكبار تارة أخرى. كما تلاحظ لدى المراهق التناقض الانفعالي وثنائية المشاعر نحو نفس الشخص أو الشيء أو الموقف، فيتذبذب انفعاله بين الحب والكره وبين الشجاعة والخوف، وبين التدين والالحاد، وبين الانعزالية والاجتماعية وبين الحماس واللامبالاة إلى غير ذلك من مظاهر السلوك (العمور، 2015)

وفي مرحلة المراهقة تبدأ إدراكات المراهق للحياة تختلف من خلال الخبرات التي تتشكل باحتكاك الفرد بالبيئة الاجتماعية ومن خلال العلاقات الاجتماعية بينه والعالم الخارجي ومن هنا فإن مفهوم الفرد عن ذاته ينمو نتيجة تفاعله مع البيئة الاجتماعية، وبالتالي فهذا المفهوم من وجهة نظر روجرز هو المسؤول عن سلوك الفرد حيث إن الخبرات التي تتطابق مع مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية تؤدي إلى الارتياح والتوافق النفسي فيما تشكل تلك الخبرات التي تتعارض مع المعايير الاجتماعية ومفهوم الذات تهديداً يؤدي إلى سوء التوافق والتكيف وظهور اضطرابات انفعالية كالتوتر والخوف والقلق والخجل. كما أن المراهق الذي يحمل نظرة سلبية عن مفهومه الذاتي سيكون في واقع الأمر أكثر قلقاً ومعاناة وتخريباً من الذين يتمتعون باحترام وتقدير الذات (محمد، 2004).

ويتسم المراهقون نتيجة التغيرات الفسيولوجية والجسدية، والرغبة في تكوين الروابط العاطفية والاجتماعية مع الجنس الآخر أحياناً بالقلق والتوتر، وقد تتطور إلى الانسحاب، وقد يتمرد المراهق على المجتمع تعبيراً عن غضبه أو عدم قدرته على تحقيق مبتغاه مما ينعكس على علاقته التفاعلية مع مصادر المساندة الاجتماعية (الزعبي، 2009)

وتُعد الأسرة من أهم المؤسسات التي تقدم الرعاية لأفرادها، وذلك بما توفره من خبرات تعليمية واجتماعية تؤثر بشكل كبير في تنمية الجوانب الشخصية المختلفة لهم، وبالتالي فإن أي تقصير من الأسرة في القيام بواجباتها الأساسية في التنشئة، قد ينعكس أثره في النمو النفسي لجميع أفرادها بشكل عام وعلى الأطفال والمراهقين بشكل خاص. (بدارنة، 2012).

ومن المهم ملاحظة أن الأطفال والمراهقين أكثر قابلية للتأثر بالمظاهر السلبية الشائعة في الأسرة وذلك لعدة أسباب من أهمها: صعوبة التعبير والرفض الذي يعاني منه الطفل والمراهق، ونقص قدراتهم، وافتقارهم إلى المهارات اللازمة للتعامل مع المواقف الضاغطة أو المؤلمة، مما يجعلهم أكثر عرضة إلى التأثر بالنزاعات الأسرية وإمكانية حدوث أشكال مختلفة من الاضطرابات النفسية والسلوكية نتيجة تدهور مستوى صحتهم النفسية (بنات، 2004).

ويلعب المناخ الأسري الصحي دوراً هاماً في إشباع حاجات الأبناء بطريقة سوية دون إفراط أو تفريط وبشكل متوازن حسب أولويات الحاجات وأهميتها وتتاسبها مع كل مرحلة نمائية كما يبدي المناخ الاسري السيئ المتوتر إلى عدم أو سوء إشباع الحاجات النفسية للأبناء او إحباطها بشكل يدفع الأبناء الى القلق والتوتر والاندفاع نحو السلوك السلبي المنحرف. (الواللي، 2014)

ولعل الآثار السلبية لاضطراب البيئات الأسرية والتصدع الأسري داخل الجو الأسري، والمناخ غير المستقر يسهم في معاناة المراهقين من مشكلات انفعالية وسلوكية واجتماعية متنوعة؛ فالتواصل الأسري السلبي يؤدي دوراً جوهرياً وحاسماً في ظهور الاضطرابات النفسية لدى الأبناء، فالشد والتوتر وضغوط الحياة اليومية التي يعاني منها الآباء والأمهات تنعكس بصورة مباشرة على الأبناء فالأطفال الذين يشاهدون حالات العنف من الأب ضد الأم أو الأخوة معرضون لنسب عالية جداً من المشاكل العاطفية والانحرافات السلوكية، والخوف الدائم، والاكتئاب، وضعف التحصيل

الدراسي، وضعف الثقة بالنفس، والعصيان والتعرض إلى أحلام مزعجة، والتعرض بشكل مستمر إلى اضطرابات جسدية . (عبد الهادي والعزة، 1999)

ويرى هولهان وموس (1985) Holahan & Moos أن أساليب التواصل القائمة على تشجيع الأبناء لإبداء آرائهم والتعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بحرية واستقلالية وإشعارهم بالدفء والحب والتقبل تؤدي إلى التوافق الانفعالي والاجتماعي للأبناء، بينما يؤدي المناخ الأسري الذي يسوده التسلط والتقييد والإيذاء البدني والنفسي إلى سوء التوافق الانفعالي والاجتماعي.

وهذا ما أكدته بولبي (1988) Bowlby في أن السلطة الوالدية الناجحة القائمة على الرعاية والحب والثقة هي مفتاح الصحة النفسية والتوافق السليم للأبناء، بينما تؤدي خبرات الطفولة المؤلمة إلى شعور الأبناء بالعجز وعدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة، وبالتالي تؤدي إلى سوء التوافق وظهور مشكلات انفعالية.

ويرى روزنبرغ وجوتمان (2003) Rosenberg & Guttman، أن المستوى المرتفع من النزاعات الأسرية تؤدي إلى ظهور مشكلات انفعالية لدى الأبناء، وتؤثر بشكل سلبي على علاقتهم بوالديهم، كما أن ضعف العلاقة بين المراهق ووالديه ترتبط بشكل سلبي مع قدرته على التوافق الانفعالي والاجتماعي، بالمقابل يؤدي الدفء في العلاقة بين الأبناء مع الأب أو الأم إلى التوافق الانفعالي والاجتماعي.

ويمكن القول إن هنالك علاقة ارتباطية بين التواصل الأسري السلبي وحدوث بعض المشكلات انفعالية المختلفة للمراهقين كالقلق، والاكتئاب، فيجب الحرص على تقوية الروابط الأسرية وتحسين جودة الاتصال بين الآباء والمراهقين لضمان حصولهم على صحة نفسية جيدة.

تعريف المشكلات الانفعالية:

يعرف أنه الانحراف الواضح والملحوظ في مشاعر وانفعالات الفرد حول نفسه وحول بيئته. ويستدل على وجود الاضطراب الانفعالي عندما يتصرف الفرد تصرفاً يؤذي في نفسه أو الآخرين، في هذه الحالة نقول إن هذا الفرد في حالة من الاضطراب الانفعالي (السرطاوي وسيسال، 1992). ويعرفها كمال دسوقي (1979) بأنها عدم قدرة الفرد على تركيز انتباهه وشعوره بالارتباك، وعدم ثقته بنفسه، وعدم اطمئنانه إلى ذاته، وميله للهروب أو الانسحاب من مواجهة أي موقف من مواقف الحياة.

وهي حالة مؤلمة تنشأ عن إحباط متواصل لدافع أو أكثر من الدوافع القوية وتقترب بحالة من التردد، والحيرة، والقلق، والتوتر. (Sadiq & Haddad, 2000) وهي عند العنزي، (2009) تعد حالة تكون بها ردود الفعل الانفعالية غير مستقرة من ناحية مستوى انخفاضها وارتفاعها.

أما زهران، (2005) فيفصل فيه فيقول: هي حالة تكون فيها ردود الفعل الانفعالية غير مناسبة لمثيرها بالزيادة أو بالنقصان، فالخوف الشديد كاستجابة لمثير مخيف حقا لا يعد اضطرابا انفعاليا، بل يعد استجابة انفعالية عادية وضرورية للمحافظة على الحياة، أما الخوف الشديد من مثير غير مخيف فإنه يعد اضطرابا انفعاليا.

وعرفتها سمعان (2010) بأنها حالة من الاختلال في التوازن الداخلي أو الخارجي التي ينتج عنها حاجة غير مشبعة، أو عائق يحول دون إشباع حاجات الفرد.

ويعرف أيضًا بأنه عجز الفرد عن التحكم بأنفعالاته والسيطرة عليها، تجاه ما يواجهه من مواقف ومشكلات، بشكل يتصف بالتهور والتطرف والمبالغة في الاستجابة لها، مع إصدار أحكام انفعالية متسرعة تجاهها. (Kumar, 2013)

وتعد المشكلات الانفعالية حالة داخلية تشمل الإنسان في جميع جوانب شخصيته، وتتصف بجوانب معرفية خاصة إحساسات وردود أفعال فسيولوجية وتؤثر في سلوكه الخارجي ومشاعره، ويصعب التحكم فيها كالتعبير بالألفاظ والإيماءات. (البلوشي، والظفري 2019)

أنوع الانفعالات:

1- الانفعالات البسيطة أو الأولية:

يمكن اعتبارها عناصر أساسية في دوافع الإنسان الفطرية الأولية أو الغرائزية مثل غريزة البحث عن الطعام (انفعالها بالجوع والبكاء والصياح)، وغريزة الهرب (انفعالها بالخوف والقلق والانهازم)، وغريزة المقاتلة والمضاربة (انفعالها بالغضب)، وغريزة الجنس (انفعاله الشهوة)، وغريزة الجبن والاستسلام والخضوع (انفعالها الشعور بالنقص والمهانة والذل).

2- الانفعالات المركبة أو الثانوية:

الانفعالات المركبة تحدث نتيجة مجهود عقلي، ذهني، وتحدث عند الأطفال مع تقدمهم في السن بعد الرابعة وتظهر بوضوح بعد الثامنة فما فوق من عمر الطفل، وتتميز الانفعالات المركبة من أنها تبين انفعالات أولية بسيطة، ويستخرج فيها أكثر من انفعال مما يؤدي إلى انفعال جديد مركب.

3- الانفعالات المشتقة:

هذا النوع من الانفعالات يحدث كنوع من الاشتقاق من انفعالات أخرى، ومن مواقف معينة يوجهها أو واجهها الإنسان في حياته، فالقلق عند الإنسان مثلاً ولد لديه شعوراً بالخوف وشعوره بالخوف ولد لديه شعوراً بالهروب، فإذا ما حدث الفرد أثناء هروبه فإنه قد يصاب بنوع من اليأس والقنوط من النجاة أو الوصول إلى مكان الأمان عن طريق هروبه، ولذا فإن الأمل في النجاة عن طريق الهروب أو اليأس من النجاة يسمى انفعالاً مشتقاً. (أبو زرافة، 2021)

أسباب الإصابة بالمشكلات الانفعالية:

الأسباب الحيوية:

القصور الجسدي والإصابات، والعاهات والتشوهات الجسمية، والمرض المزمن مثل الصرع وعدم التوافق مع هذه الحالات.

الأسباب النفسية:

الإحباط والفشل، والصراع بين الرغبة الجنسية والإشباع الجنسي، وعدم إشباع الحاجات الجنسية، والرفض والجوع الانفعالي ونقص الأمن الانفعالي، والصدمات العنيفة في الطفولة، والتوحد مع الوالدين المضطربين انفعالياً أو أحدهما، وعدوى الخوف، والتسلط والقسوة في المعاملة، والضغط الموجهة إلى الفرد ووجود الفرد في مواقف جديدة دون الاستعداد لها والصعوبات التي يواجهها المراهقون في التوافق وحل مشاكلها والقصور العقلي.

الأسباب الاجتماعية:

البيئة الأسرية المضطربة (السلوك المنحرف) والشجار والانفصال والطلاق والانفصال عن الوالدين وغياب أحد الوالدين أو كليهما والحرمان العاطفي، و الوالدين العصبيان، وأسلوب التربية الخاطئ كما في نقص وخطأ التربية الجنسية وأخطاء التدريب على النظافة وغيرها، والفرقة في المعاملة بين الأخوة وتفضل جنس على الآخر، والسلطة الوالدية الزائدة والتدخل الزائد عن الحد في شؤون الفرد، والاتجاهات السلبية لدى الوالدين، والبيئة المدرسية المضطربة مثل إهمال المدرسين وتهكمهم، وسوء المعاملة والعقاب، واضطراب العلاقة مع الزملاء، والامتحانات القاسية والمخيفة. (زهران، 2005)

النظريات المفسرة للمشكلات الانفعالية:

1- النظرية السلوكية:

تعتقد النظرية السلوكية أن المشاكل الانفعالية هي سلوكيات متعلمة شأنها في ذلك شأن السلوك المتعلم السوي، وهي نتاج تعلم خاطئ في التربية (أبو جاموس، 2009)

وقد أشار واطسون Watson إلى الانفعال باعتباره نمطاً وراثياً من الاستجابة. يتضمن تغيرات جسمية في جسم الكائن ككل وخاصة في الأنظمة الحشوية والغددية وافترض ثلاث انفعالات أساسية عند الولادة هي: الخوف والغضب والحب. أما باقي الانفعالات فهي متعلمة عن طريق الارتباط بمنبهات جديدة.

أما تولمان Tolman فيرى بأن الانفعال عبارة عن استجابة لتنبه معين. وإن الانفعال لا يمكن تحديده بواسطة المنبهات فقط. أو الاستجابات فقط. ولكن في ضوء العلاقة بينهما. (العمور، 2015)

2- النظرية البيئية:

تقوم النظرية البيئية على مبدأ أن الاضطرابات الانفعالية التي تحدث للطفل لا تحدث من عدم أو من الطفل وحده، بل هي نتيجة التفاعل الذي يحدث بين الطفل والبيئة المحيطة به، ويقول البيئيون أن حدوث الاضطراب الانفعالي لدى الأفراد يعتمد على نوع البيئة التي ينمو بها، فالبيئة السليمة لا تؤدي إلى حدوث اضطراب لدى الأطفال.

فالمضطربون هم غير السعيدين وغير القادرين على موافقة أنفسهم مع قدراتهم واهتماماتهم، وبشكل عام المضطرب انفعاليا هو الذي لديه نماذج سلوكية كثيرة فاشلة بالمقابل مع النماذج السلوكية الناجحة (أبو جاموس، 2009)

3- النظرية البيوفسيولوجية:

أشار العالم الفسيولوجي الدنماركي جيمس لانج إلى إن الانفعالات تحدث نتيجة لشعور الفرد بالتغير في الأوعية الدموية. (العمور، 2015) وقد أكد العالم كيرك على هذا الأمر حيث يرى أن في العقود القليلة الماضية كان هناك ميل شديد للاعتقاد بأن المشاكل السلوكية في المحيط الاجتماعي تعود إلى التفاعل القائم بين المراهق وأسرته، أو بين المراهق ورفاقه وجيرانه والجوانب الاجتماعية الموجودة في المجتمع، وفي السنوات الأخيرة بدأت العوامل البيولوجية تأخذ مكانا كعوامل مسببة للمشكلات الانفعالية حيث أن كل الأفراد يولدون ولديهم الاستعداد البيولوجي ، ومع أن هذا الاستعداد قد لا يكون السبب في الاضطراب، إلا أنه قد يدفع الطفل إلى الإصابة بالاضطراب أو إلى المشاكل. (أبو جاموس، 2009)

4- النظرية المعرفية:

وترى النظرية المعرفية Cognitive Theory أن الانفعال يعد نتيجة التفاعل بين الاستثارة الداخلية Internal arousal والعمليات المعرفية. وإن الخبرات الشعورية للانفعالات هي نتيجة لتكامل المعلومات من ثلاثة مصادر هي:

- المدخلات القادمة إلى المخ من البيئة الخارجية إلى الأعضاء الداخلية للجسم، وذلك عن طريق الجهاز العصبي السمبثاوي.

- إدراك الموقف الذي يوجد فيه الفرد من خلال مخزون المعلومات المتوافر لديه وذلك بهدف تفسير هذا الموقف.

- يتفاعل هذا التفسير أو الإدراك القائم على كل من العوامل المعرفية والتنبهات الخارجية مع العوامل الفيزيولوجية لتحديد الحالة الانفعالية في شكلها النهائي. (العمور، 2015)

5. نظرية الذات لكارل روجرز:

يقول كارل روجرز أن أي إحباط يعوق ويهدد إشباع الحاجات الأساسية للفرد ونقص احترام الذات أكثر ما يؤدي إلى الاضطراب والتهديد الذي يمكن أن يأخذ أشكالاً مختلفة ولكنه يكون موجهاً إلى بناء الذات ومفهومنا عن ذاتنا ويحدث التهديد تبعاً لإدراكاتنا المختلفة للخبرات التي يمر بها الفرد والذي يوجه عملية الانتقادات للخبرات، ونظام القيم الذي لدينا مأخوذ عن الآخرين وليس نابعا عن الأصالة فإننا نستمر في الضياع أو أننا لا نكون أصحاب ذاتنا، وينشأ الاضطراب النفسي من وجود شروط للأهمية تقف حائلاً بين الفرد وإشباع حاجاته للاعتبار الإيجابي من جانب الآخرين مما يضطره إلى إنكار جانب من خبراته ومحاولة إبعادها أو تشويه الواقع وبذلك لا تضاف الخبرة إلى الذات وينشأ عدم التطابق (أبو جاموس، 2009)

4. النظرية التحليلية:

واهتمت مدرسة التحليل النفسي ببعض المفاهيم المرتبطة بالانفعالات مثل القلق والعدوان والعمليات اللاشعورية التي تحدث لدى الكائن. كما تحدث علماءها عن الحب اللاشعوري والغضب وغير ذلك من المفاهيم، وأن عملية اللاشعور تحدث فيما بين إدراك المنبه الذي يدور حول الانفعال

وبين التغيرات السطحية الخارجية أو التغيرات الحشوية الداخلية. كما أن التغير اللاإرادي الخارجي، والشعور الانفعالي عمليتان منبثقتان من نفس مصدر الحافز المعبئ للطاقة، وأن كل الانفعالات تختلط معًا، ويتم التعبير عنها في أنواع من الصراعات (العمور، 2015)

وترى أيضًا هذه النظرية أن الصراع بين الذات مع العالم الخارجي، من ناحية وبين الذات والهو من ناحية أخرى ويعتبر سببًا في السلوك المرضي، حيث تحاول الأنا الأعلى كبح جماح الرغبات والميول عند الفرد الذي يؤدي إلى آليات الدفاع والصراع الناشئ بين الرغبات الجنسية عند الفرد والأخلاق.

ومن ناحية أخرى ترى هذه النظرية أن الاضطرابات تحدث للفرد من خلال سعيه وراء الكمال ويرى بأن تاريخ الحياة البشرية ما هو إلا تاريخ الشعور بالنقص. (أبو جاموس، 2009)

أهم المشكلات الانفعالية في مرحلة المراهقة:

يمر الإنسان والمراهق خاصةً بمجموعة من المشكلات الانفعالية وهي:

القلق: وهو مركب انفعالي من الخوف المستمر دون مثير ظاهر والتوتر والانقباض ويتضمن الخوف المصاحب للقلق تهديد متوقع ومتخيل (غير موجود موضوعياً أو مباشرة) لكيان الفرد الجسدي أو النفسي، ويعوق الأداء العقلي وسلوك الفرد بصفة عامة، ويؤثر على الفرد في أشكال مختلفة منها المرض، وأحلام اليقظة، والأحلام المزعجة، والكوابيس، والتمرد، والعنوان. (أبو زرافة، 2021)

ويرى كفاقي (١٩٩٧) أن القلق خبرة انفعالية مكدرّة أو غير سارة يشعر بها الفرد عندما يتعرض إلى مثير مهدد أو مخيف أو عندما يتعرض إلى موقف صراعي أو إحباطي حاد.

الأعراض النفسية للقلق: وتتمثل في نوبة من الهلع التلقائي، والاكتئاب، والانفعال الزائد، وعدم القدرة على الإدراك والتمييز، ونسيان الأشياء، واختلاط التفكير، وزيادة الميل إلى العدوان (الحمداني، ٢٠١١)، ومن أعراضه أيضًا البكاء، والصراخ، وسرعة الحركة، والتهيج، والتفكير الوسواسي، والأرق، والأحلام المزعجة، وفقدان الشهية، والتعرق، والغثيان، وصعوبات التنفس، والتقلصات اللاإرادية. (أبو زرافة، 2021).

أما القلق الموجود عند الأطفال والمراهقين فهو مرتبط بمظاهر الاتكالية، ويعتبره العلماء مهماً ليساعد الفرد على التعلم، ومصدر القلق هو طبيعة التعامل مع الأطفال والمراهقين، فالعقاب يزيد القلق، وكذلك التذبذب في المعاملة، وتلعب المشاحنات الزوجية والعلاقات غير السوية بين الزوجين والأسرة والجو المتوتر دوراً في زيادة ظهور القلق لدى الأطفال والمراهقين. (الريماوي، 1998)

الخوف: هو حالة انفعالية داخلية طبيعية يشعر بها الإنسان في بعض المواقف، ويسلك فيها سلوكاً بعيداً عادةً عن مصادر الضرر. (أبو جاموس، 2009)

وأهم أعراضه التوتر في العضلات وخاصة المعدة، والشعور بالضيق والتوتر النفسي، ويأتي الخوف من توقع الخطر وتوقع حدث غير سار أو ارتباط الحدث بموقف سابق، وتتميز المخاوف بعدم الثبات وتزول تدريجياً، ومعظم المخاوف متعلمة وتنتقل من الخوف الواقعي إلى الخوف المتقبل (عويس، 2003)

الغضب: انفعال، يشمل التأثير الجسدي للفرد، ويبدو في زيادة في معدل ضربات القلب، وضغط الدم، وقد فسر الغضب بأنه حركة استجابة سريعة من المخ لتهديد محتمل من الضرر، فيصبح شعوراً سائداً سلوكياً، وذهنياً، وفسولوجياً، ويستدل على مظاهر الغضب من التعبير الخارجي للجسد فعندما يظهر الغضب عند الفرد يمكن العثور عليه في تعبيرات الوجه، ولغة الجسد، والاستجابات الفسيولوجية، وأحياناً في الأفعال العامة من الاعتداء، كأن تكشف الأسنان، ويبدو تحديق العين واضحاً (الرفاعي، 2001). ويكون الغضب عند المراهق نتيجة للإحباط الذي تعرض له ونفاذ صبره (إسماعيل، 1986)

الغيرة: وهي انفعال مركب من الكره والحقد والحسد، يتوجه من قبل المراهق إلى من من يتجاوزته من أقرانه أو يحصل على امتيازات أفضل منه، ويكون العدوان هو السلوك الموجه لمصدر الغيرة، وتعتبر هذه المشكلات نتائجاً لعمليات التنشئة الأسرية غير السوية والظروف الأسرية التفاعلية السلبية ويزيد ظهور هذه المشكلات إذا ما حرم المراهق من التفاعل الإيجابي داخل الأسرة. (الريماوي، 1998).

الخجل: هي حالة ناتجة عن خوف شديد قد يشلّ الفرد أحياناً، ويتركز هذا الخوف في الشعور بمراقبة الناس، يجعل الفرد متجهاً إلى الانكماش والانطواء والتجافي عن ملاقات الآخرين. (أبو جاموس، 2009)

ويشير ريكرمان وديفيدسون (Davidson and Rickman 1994) إلى أن الخجل يعبر عن الانطواء النفسي والانسحاب الاجتماعي بفعل مجموعة من العوامل الجينية وأساليب التنشئة الاجتماعية والنمذجة المقدمة من موفر الرعاية الموجود في حياة الفرد.

فهو ظاهرة نفسية تترك آثاراً سيئة على نفسية من يصاب به ويسبب له مشاكل كثيرة، إذ يجد صعوبة في خلق العلاقات الطيبة مع أقرانه وأصدقائه وكل من حوله ويمنعه من عقد الصداقات معهم، وقد يفضي به إلى الخوف والرغبة والاضطرابات العصبية والنفسية (ربيعه، 2004)

كما تتمثل الأعراض الانفعالية لدى المراهق الخجول في الحساسية، وضعف الثقة بالنفس، والاستثارة النرجسية التي تحتوي بدورها على خوف داخلي من تعرية الذات، وانكشافها مع وجود تهديد داخلي لتقدير الذات، كما يصاحبه الشعور بالوحدة والاكتئاب والقلق والشعور بعدم الأمن (حسين، 2009).

طرق علاج المشكلات الانفعالية عند المراهق:

على المراهق أن يتقبل ذاته، وخاصة التغيرات الجسمية والجنسية الجديدة، ويبحث عن استقلاله الانفعالي، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الجنس الآخر ونحو الأقران من نفس الجنس ونحو الوالدين والأسرة والمجتمع. وتحقيق الأمان النفسي والاطمئنان على المستقبل وتحقيق الولاء للقيم الاجتماعية والخلقية والدينية التي تسود المجتمع الذي يعيش فيه، فهذه المطالب تشكل حملاً ثقيلاً على كاهل المراهق تجعله يعيش صراعات نفسية واجتماعية مختلفة تنتابه نتيجة التغيرات الجسمية والجنسية المفاجئة، فإن استطاع تخطيها ستمر مرحلة المراهقة مروراً سليماً بعيداً عن الاضطراب ولا يكون ذلك إلى عن طريق تفهم أسرته له وتواصلهم معه بصورة إيجابية. (العمور، 2015)

الدراسات سابقة

أولاً: دراسات سابقة في أساليب التواصل الأسري:

اهتمت مجموعة من الدراسات بموضوع التواصل داخل الأسرة فتناولته من جوانب مختلفة ومتعددة، ويدل هذا الاختلاف وهذا التنوع في الدراسات على غزارة موضوع التواصل حيث لا يمكن لباحث أن يسد كل جوانبه، فيحاول الباحث أن يلمّ بقدر الإمكان بأهم جوانب التواصل آخذاً بعين الاعتبار النتائج التي وصلت إليها البحوث السابقة.

دراسة للعطاس (2011) والتي هدفت إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي لتنمية الوعي بأساليب التواصل الأسري بين الآباء والأبناء لدى بعض أولياء الأمور في محافظة حضرموت، من خلال جلسات إرشادية. تكونت عينة الدراسة من (30) أب وأم من مدينة سيئون في محافظة حضرموت، تم اختيارهم بالطريقة القصدية عشوائية، وتم اختبارهم مرتين (كمجموعة واحدة) قبل البرنامج وبعد البرنامج. اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي وعلى أدوات القياس المتمثلة في استمارة البيانات الأولية واختبار أساليب التواصل الأسرية كما تم تصميم برنامج مقترح إرشادي لتنمية الوعي بأساليب التواصل الأسري تم تنفيذه في ثمان جلسات. وأظهرت نتائج الدراسة إجمالاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات الاختبار البعدي ومتوسط رتب الاختبار القبلي في المجموع الكلي لصالح الاختبار البعدي، كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير (النوع)، وأيضاً لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى المستوى التعليمي، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى العمر، بالإضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى عدد أبناء المستجيب. وفي ضوء النتائج قدم الباحث مجموعة من التوصيات منها: الاهتمام بتطبيق البرامج الإرشادية للآباء والتي تعنى بتربية الأبناء وأساليب التواصل معهم، وزيادة أعداد المرشدين.

وأجرى جديد وأولاد حيمودة وبن طاهر (2018) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الاتصال الأسري، من خلال البحث عن مفهوم الجودة وإسقاطه على مجال الأسرة، ومن خلال دراسة مستوى الاتصال و جودته من وجهة نظر الآباء، وكذلك البحث عن مظاهر تغير أنماط الاتصال داخل الأسرة من الاتصال المبني على لعب الأدوار، إلى الاتصال المبني على العلاقات،

وللوصول إلى ذلك قاموا ببناء مقياس خاص بمهارات الاتصال الأسري، وكذلك تطبيقه على عينة 300 أب وأم اختيروا بطريقة عشوائية، وبعد تحليل نتائج الدراسة توصلوا إلى وجود مستوى مرتفع من الاتصال بنسبة 63,66 % من العينة الكلية ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مهارات الاتصال الأسري بحسب المتغيرات الوسيطة المتمثلة في السن، عدد الأولاد، عمر الأولاد ومكان السكن.

أما دراسة جميات (2019) من الدراسات المهمة التي هدفت إلى معرفة علاقة أساليب التواصل الأسري بأنماط التفاعل لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي بثانوية المدخل الغربي بمدينة أولاد عدي لقبالة، المسيلة، تمثل مجتمع الدراسة في تلاميذ المرحلة النهائية وكان عددهم (120) تلميذا، اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، مستخدماً أداة استمارة المقابلة لجمع البيانات وتوصل إلى النتائج التالية: وجود علاقة بين أسلوب التواصل الأسري التوافقي ونمط التفاعل المحايد لدى تلاميذ المرحلة النهائية بثانوية المدخل الغربي بمدينة أولاد عدي لقبالة، مسيلة، ووجود علاقة بين أسلوب التواصل الأسري التعددي ونمط التفاعل الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة النهائية بثانوية المدخل الغربي بمدينة أولاد عدي لقبالة، مسيلة، ووجود علاقة بين أسلوب التواصل الأسري الحيادي ونمط التفاعل السلبي لدى تلاميذ المرحلة النهائية بثانوية المدخل الغربي بمدينة أولاد عدي لقبالة، مسيلة.

وقد أجرى خماد (2019) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التواصل الأسري بين الآباء والأبناء والأمن النفسي لدى الأبناء، وطبقت الدراسة على عينة قوامها 195 تلميذا وتلميذة بالمرحلة الابتدائية، ومن خلال استخدام مقياس التواصل الأسري ومقياس الأمن النفسي للطفل، وبعد التحليل الإحصائي للبيانات تم التوصل إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية موجبة وقوية بين التواصل الأسري والأمن النفسي لدى الأبناء، وأن التواصل الأسري ينبئ بالأمن النفسي لدى الأبناء المتدربين بنسبة مساهمة 69 %، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لدى الأبناء المتدربين تعزى لعامل الجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.05) بين مقياس التواصل الأسري والمستوى التعليمي للأب، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين مقياس الأمن النفسي والمستوى التعليمي للأب، وعدم وجود

فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس التواصل الأسري ومقياس الأمن النفسي تعزى لعامل الدخل المادي للأسرة.

وإضافة على ذلك هناك دراسة العكايشي (2020) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتواصل الأسري لدى الأسر الإماراتية من وجهة نظر عينه من الطلبة المواطنين في جامعة الشارقة، وكذلك مدى مساهمة كل أسلوب من أساليب المعاملة الوالدية في التنبؤ بمستوى التواصل الأسري. وقد تألفت عينة الدراسة من (259) طالبة من مواطنات دولة الإمارات العربية المتحدة تم اختيارهن بشكل قصدي والمسجلات في جامعة الشارقة في العام الجامعي 2017 - 2018، وقد طبق على أفراد العينة استبانة التواصل الأسري واستبانة أساليب التنشئة الأسرية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأسلوب السائد في المعاملة الوالدية هو أسلوب الحوار ثم أسلوب الديمقراطي، وأقلها أسلوب المسؤولية. وبالنسبة لأساليب المعاملة الوالدية فإن أقل الأنماط شيوعاً هو أسلوب التفرقة، ومن ثم أسلوب الإهمال، وآخرها أسلوب الحماية الزائدة. كذلك أشارت النتائج إلى أن التواصل الأسري في الأسرة الإماراتية إيجابي بشكل عام، وأن أعلى معامل ارتباط بين أساليب المعاملة الوالدية والتواصل الأسري كان بين أسلوب التقبل والتواصل الأسري، ثم بين أسلوب الحوار والتواصل الأسري، وكذلك الحال بالنسبة لباقي أساليب التنشئة الإيجابية، كما أشارت النتائج إلى أن معامل الارتباط بين البعد الكلي لأساليب المعاملة الوالدية والبعد الكلي للتواصل الأسري بلغ (0.312) وهو ذو دلالة احصائية عند مستوى (0.05).

وهدف دراسة عبيدي (2020) إلى معرفة العلاقة بين الاتصال الأسري ومفهوم الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين (ذكور، إناث) في مفهوم الذات في ظل الاتصال الأسري. حيث تم إجراء الدراسة على عينة قوامها (60) تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة ثانوي الذين تتراوح أعمارهم ما بين 16 و18 سنة المتواجدين بثانوية محمد بوصبيعات المنطقة الغربية لولاية بسكرة. وتم استخدام أدوات جمع البيانات التي تمثلت في مقياس الاتصال الأسري ومقياس مفهوم الذات باتباع المنهج الوصفي للكشف عن متغيرات الدراسة فتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ذات دلالة احصائية إيجابية بين الاتصال الأسري ومفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مفهوم الذات في ظل الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

ونجد دراسة عمار (2020) تؤكد على أن التواصل الأسري يرتبط بصورة مباشرة بالتوافق والأمن النفسي فإن حدث للعلاقة أي انتكاسة قد يؤثر على الصحة النفسية لذلك بحثت في طبيعة العلاقة بين أساليب التواصل الأسري والتوافق النفسي لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة 6 أكتوبر، وحاولت التنبؤ بالتوافق النفسي لدى عينة الدراسة بمعلومية درجاتهم على مقياس التواصل الأسري، وحاولت إيجاد الفروق في أساليب التواصل الأسري لدى عينة الدراسة التي تُعزى لمتغير النوع (ذكر / أنثى) ومتغير الفرقة الدراسية (الأولى / الرابعة)، وأرادت التعرف على الفروق في التوافق النفسي لدى عينة الدراسة التي تُعزى لمتغير النوع (ذكر / أنثى) ومتغير الفرقة الدراسية (الأولى / الرابعة)، ورغبت في التعرف على الفروق في أساليب التواصل الأسري لدى عينة الدراسة التي تُعزى لاختلاف مستوى التوافق النفسي (مرتفع - متوسط - منخفض)، وتم استخدام طرق المنهج الوصفي (الارتباطي - المقارن - دراسة الحالة) وذلك للكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب التواصل الأسري والتوافق النفسي لدى طلاب كلية التربية - جامعة 6 أكتوبر. تكونت عينة الدراسة الأساسية من (165) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة 6 أكتوبر بالفرقتين الأولى والرابعة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (18 - 23) عام، توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين درجات العينة في بُعدي التوافق الشخصي والصحي وبين درجاتهم على مقياس أساليب التواصل الأسري الإيجابية والسلبية، كما وجدت علاقة إيجابية بين درجات الطلاب على بعد التوافق النفسي وبين درجاتهم على أساليب التواصل الأسري الإيجابية. بينما كانت العلاقة سالبة بين درجات العينة على بُعد التوافق الأسري وبين درجاتهم على مقياس أساليب التواصل الأسري السلبية، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في أبعاد التوافق الشخصي والصحي والأسري والاجتماعي، ولم توجد فروق في درجات العينة بين أفراد الفرقتين الأولى والرابعة في أساليب التواصل الأسري الإيجابية والسلبية، ولم توجد فروق أيضاً بين أساليب التواصل الأسري بنوعيتها وبين أبعاد التوافق النفسي الأربعة، ووجدت فروق إيجابية في مستويات التوافق النفسي (منخفض - متوسط - مرتفع) في أساليب التواصل الأسري الإيجابية لصالح مرتفعي التوافق النفسي، ولم توجد فروق دالة بين درجات منخفضي ومتوسطي التوافق النفسي في أساليب التواصل الأسري الإيجابية.

وهناك دراسة لقتال ودوداح (2022) هدفت إلى التعرف على أشكال التواصل السائد بين الوالدين وأبنائهم المعدين لشهادة البكالوريا، ودراسة العلاقة بين التواصل بين الوالدين والأبناء بمستوى الطموح لدى التلاميذ المعدين للشهادة البكالوريا، طبق الباحث مقياس التواصل بين الوالدين والأبناء من إعداد ألسون وبرنيس (1982)، ومقياس مستوى الطموح لكمليا عبد الفتاح (1984) على 100 تلميذ معيد لشهادة البكالوريا (68 تلميذة و32 تلميذ) يدرسون بأربع ثانويات بولاية تيزي وزو، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: يدرك التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا أن التواصل السائد بينهم وأمهاتهم تواصل مفتوح في حين أن تواصلهم مع آبائهم تواصل مشكل أكثر من أنه تواصل مفتوح ، وتوجد علاقة دالة إحصائية بين شكلا التواصل (المفتوح/المشكل) بين الوالدين والأبناء ومستوى الطموح لدى التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا.

ثانيًا: دراسات سابقة في المشكلات الانفعالية لدى المراهقين:

توجد دراسة للمومني، وبطانية، أسامة محمد (2010) هدفت إلى الكشف عن أهم وأبرز المشكلات الانفعالية التي يعاني منها الطلبة المراهقون في محافظة اربد، وإلى معرفة أثر متغيري الجنس ومكان السكن في درجة وجود المشكلات الانفعالية لدى عينة الدراسة. تكونت عينة الدراسة من (441) طالباً وطالبة من طلبة الصف العاشر الأساسي الملتحقين بالمدارس الثانوية التابعة لمديرية التربية والتعليم في محافظة اربد للعام الدراسي 2008/2007. ولتحقيق هدف الدراسة قام الباحثان ببناء أداة الدراسة والتي تضمنت مجموعة من الفقرات التي تعبر عن المشكلات الانفعالية، ثم التحقق من دلالات صدق وثبات الأداة. وتوصلت الدراسة إلى أن أبرز المشكلات الانفعالية التي يعاني منها الطلبة المراهقون هي: الشعور بالإحباط عند الانتقاد من الآخرين، والخوف من ارتكاب الأخطاء، والانفعال الشديد في المواقف المحبطة، والتقلب المزاجي، والعناد، وتوصلت الدراسة كذلك إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة وجود المشكلات الانفعالية لدى الطلبة تعزى لمتغيري الجنس ومكان السكن أو للتفاعل بينهما.

وهناك دراسة للعواد (2013) هدفت إلى التعرف على المشكلات الاجتماعية والانفعالية لدى أسر الأطفال الذين يعانون من الثلاثيميا، وتكون مجتمع الدراسة من جميع أسر المرضى المراجعين لمستشفى البشير في مدينة عمان خلال فترة إجراء الدراسة (2012-2013) والبالغ عددهم (700) أسرة. وقد تم اختيار عينة قصدية ممثلة لمجتمع الدراسة بنسبة (20 %) أي بواقع (119) أسرة، وتم اختيار عينة استطلاعية من خارج مجتمع الدراسة بواقع (30). تم تطبيق مقياسي المشكلات الاجتماعية والانفعالية لدى أسر الأطفال الذين يعانون من الثلاثيميا، وهما من إعداد الباحثة، وقد استخدمت العواد المنهج الوصفي التحليلي لهذه الدراسة. وقد أظهرت النتائج أن مستوى المشكلات الاجتماعية والانفعالية جاءت في درجة متوسطة من بين المشكلات التي تعاني منها أسر الأطفال الذين يعانون من الثلاثيميا، فقد جاءت المشكلات الاجتماعية في المرتبة الأولى بينما حلت المشكلات الانفعالية في المرتبة الثانية، وقد خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات ذات العلاقة بأسر الأطفال الذين يعانون من الثلاثيميا كان أبرزها: ضرورة إزالة كافة المشكلات الأسرية للأسر التي لديها طفل يعاني من هذا المرض عبر البرامج العلاجية الملائمة.

وتوجد دراسة للعمور (2015) والتي هدفت دراسته للتعرف إلى المشكلات الانفعالية والاجتماعية لدى الأيتام المراهقين في قضاء بئر السبع في ضوء متغيرات الجنس والعمر ونوع الرعاية. تكونت عينة الدراسة من (415) مراهقا ومراهقة من المراهقين الأيتام في قضاء بئر السبع في فلسطين للعام الدراسي 2014 / 2015 م، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وتطوير مقياس المشكلات الانفعالية والاجتماعية وتطبيقه على أفراد عينة الدراسة بعد التحقق من خصائصه السيكومترية (الصدق والثبات). أظهرت النتائج أن مدى انتشار المشكلات الانفعالية والاجتماعية لدى المراهقين الأيتام في قضاء بئر السبع، جاء ضمن المستوى المتوسط وبمتوسط حسابي بلغ (2.85). كذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مدى انتشار المشكلات الانفعالية والاجتماعية باختلاف الجنس، ولصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائية في مدى انتشار المشكلات الانفعالية والاجتماعية باختلاف العمر، ولصالح العمر (15-18 سنة)، ووجود فروق دالة إحصائية في مدى انتشار المشكلات الانفعالية والاجتماعية باختلاف نوع الرعاية، ولصالح نوع الرعاية الجزئية. وخرجت الدراسة بعدد من التوصيات، منها: إجراء المزيد من الدراسات التي تبحث في مدى انتشار المشكلات الانفعالية والاجتماعية لدى المراهقين الأيتام، في مناطق مختلفة في فلسطين، وعلى فئات عمرية مختلفة، ومقارنة نتائجها بنتائج هذه الدراسة.

وهناك دراسة البلوشي، والظفري (2019) هدفت إلى بحث علاقة الذكاء العقلي والانفعالي بالمشكلات الأكاديمية والانفعالية لدى طلبة الصفوف السابع والثامن والحادي عشر والثاني عشر في سلطنة عمان، كما هدفت التعرف على الفروق في مستوى هذه المتغيرات حسب الجنس والمراحل الدراسية، وتم تطبيق اختبار رافن للمصفوفات المتتابعة العادي، ومقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس المشكلات الأكاديمية والانفعالية على عينة الدراسة وعددهم (2628) طالبا وطالبة. ودلت النتائج أن الذكاء العقلي هو المتنبئ الدال إحصائيا للمشكلات الأكاديمية في نموذج الانحدار بينما لم يكن الذكاء الانفعالي دالاً إحصائياً، وبالمقابل كان الذكاء الانفعالي المتنبئ الدال إحصائياً للمشكلات الانفعالية في نموذج الانحدار بينما لم يكن الذكاء العقلي دالاً إحصائياً. كما وجدت فروق دالة إحصائية في مستوى المشكلات الانفعالية لصالح الإناث والأكاديمية لصالح الذكور، بينما كانت الفروق دالة إحصائية في مستوى الذكاء العقلي والانفعالي لصالح الإناث. كذلك يتضح

من نتائج تحليل التباين الأحادي وجود فروق دالة إحصائية بين الصفوف في مستوى الذكاء العقلي والانفعالي ومستوى المشكلات الأكاديمية والانفعالية لصالح الصفوف العليا.

وفي دراسة لحسن ومحمد (2021) هدفت إلى معرفة العلاقة بين مهارات تفاوض الآباء مع الأبناء المراهقين المتفوقين عقليا و بعض المشكلات السلوكية والانفعالية لديهم، ولتحقيق هدف الدراسة تم إعداد أدوات الدراسة التالية (استمارة البيانات العامة للأسرة، و مقياس مهارات التفاوض مع الأبناء المتفوقين عقليا بمحاورة، ومقياس المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الأبناء المتفوقين عقليا بمحاورة، وتم تطبيق مقياس المشكلات السلوكية والانفعالية على (117) من الأبناء المراهقين المتفوقين عقليا، وتطبيق استمارة البيانات العامة ومقياس التفاوض مع الأبناء على آبائهم، وتم اختيار العينة بطريقة غرضية من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، ومن مدارس المتفوقين الثانوية، واتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت نتائج البحث إلى أن أكثر مهارات تفاوض التي يتبعها الآباء مع أبنائهم مهارات التروي في اتخاذ القرار، و أكثر المشكلات السلوكية والانفعالية لدى المراهقين المتفوقين عقليا كانت القلق من المستقبل، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسط درجات أفراد العينة في محاور مقياس مهارات تفاوض الآباء مع الأبناء المتفوقين عقليا تبعا لمتغيرات الدراسة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في المشكلات السلوكية و الانفعالية لدى الأبناء المتفوقين عقليا تبعا لمتغيرات الدراسة، ووجود علاقة ارتباط عكسي بين محاور مقياس مهارات تفاوض الآباء مع الأبناء المتفوقين عقليا و محاور مقياس المشكلات السلوكية و الانفعالية لدى الأبناء المتفوقين عقليا عند مستوى دلالة (0.01)، (0.05).

تعليق على الدراسات السابقة:

أولا: الدراسات التي تناولت التواصل الأسري

على الرغم من وفرة الدراسات التي تناولت موضوع التواصل بشكل عام والتواصل الأسري بشكل خاص إلا أننا ما زلنا نحتاج إلى المزيد من هذه الدراسات، والسبب في ذلك يعود إلى ندرتها على الصعيد المحلي بالرغم من وفرتها عالمياً، وهذه الوفرة تؤكد على حقيقة كون موضوع التواصل

من المواضيع المتشعبة والمركبة والتي لا يمكن أن تسدّها دراسة من الدراسات لهذا نجد كل دراسة تحاول أن تستفيد من الدراسة التي سبقتها فتبني عليها أساسها.

وموضوع التواصل يعد من المواضيع المتجددة باستمرار، فلو نظرنا إلى الجوانب التي تطرقت إليها دراسات التواصل الأسري وفق الخط الزمني سنجدّها مختلفة بشكل كبير حيث أن الدراسات الأولى التي تناولناها ركزت على مسألة الطرق والأساليب المناسبة للتواصل الأسري في ضوء انشغال الأسرة عن الأبناء خصوصاً بعد النهضة التي حدثت للمرأة العربية ودخولها معترك سوق العمل وما يرتبط به من تأثير على نسيج التواصل بين أفراد الأسرة، أما الدراسات الأقرب لعامنا هذا (2023) ركزت أكثر على التغيّر الكبير في تفكير المراهق نتيجة لتعرضه المستمر للمواقع التواصل الاجتماعي وما يحمله من ثقافات وقيم لا تتسجم مع توجهات الأسرة ليشعر بعدها المراهق بالوحدة لأن أسرته لم تعد تفهمه فيخلق لنفسه عالماً افتراضياً يتواصل ويتعاطف معه، أما الأسرة بالمقابل تشعر بالحزن لعجزها عن السيطرة والتحكم بابنهم المراهق متناسين ضرورة القيام بجلسة حوارية فعالة مع ابنهم لكي يتمكنوا من تفهم مشاعره ليحس بعدها أن أسرته تتقبله وتحبه.

وعلى الرغم من بدأ استعمال مواقع التواصل الاجتماعي بكثرة بعد ظهورها بشكل تطبيقات هاتفية كتطبيق (WhatsApp) والذي ظهر في عام 2009 وتطبيق (Instagram) والذي ظهر في عام 2010 إلى أن دراسات التي تناولت تأثيرها على النسيج الأسري قد تأخرت نوعاً ما، ونعلل ذلك بكونها ظاهرة تواصلية جديدة لا يمكن تقدير حسنها و أثرها المدمر إلى بعد إخضاعها للعامل الزمني حيث أن الاستعجال بالقيام بدراسة لمثل هذا النوع من شأنه إعطاء نتائج غير دقيقة لا يمكن الاعتماد عليها حيث أن الأثر لم يصل بعد لصورته الكاملة.

ثانياً: الدراسات التي تناولت المشكلات الانفعالية

إن الدراسات التي تحدثت عن العلاقة بين المشكلات الانفعالية وتواصل الأسرة تعد محدودة نوعاً ما حيث ركزت أغلب الدراسات في الماضي على أساليب المعاملة الوالدية كالعنف والإهمال والتمييز في خلق الاضطرابات والأمراض النفسية للمراهقين، فتحدثوا عن الاكتئاب والوساوس وغيرها، ولم يعطوا المشكلات الانفعالية الأقل خطورة كالخوف والقلق والتوتر حقها.

وقد انتبه الباحثون في الآونة الأخيرة لهذا الأمر فعنوا بالمشكلات الانفعالية للأطفال والمراهقين وكان العلة في ذلك كون الاضطرابات التي تحدث للأفراد ما هي إلا عبارة عن مشكلات انفعالية لم يتم حلها بصورة سريعة وسليمة حتى تطورت لتصل إلى هذا الحد، ومن المعلوم أن الوقاية خير من العلاج، فمن شأن هذه الدراسات أن تقلل من ظهور المشكلات الانفعالية للأطفال والمراهقين وأن تخفف من تأثير هذه المشكلات عليهم لتمنع ظهور الاضطرابات بأكبر قدر ممكن.

وقد تنوعت هذه الدراسات بشكل كبير فمنها ما كان نوعها وصفيًا ومنها ما كان تجريبيًا بالإضافة إلى تنوع جوانب المشكلات الانفعالية واختلاف نقاط التركيز وطرق تناولها، وأخيرًا تعددت مجتمعات الدراسة وتنوعت الأدوات المستعملة وتباينت طرق قياس صدقها وثباتها.

مدى استفادة الباحث من الدراسات السابقة:

- 1- التعرف على أهم الدراسات السابقة التي قامت بدراسة المحور الأول من الدراسة الحالية (أساليب التواصل) والتوسع في المجالات المرتبطة بمتغير (المشكلات الانفعالية) مع التركيز على الجوانب التي تمت دراستها، وقد ساهمت الدراسات السابقة وما استعملتها من أدوات في إعداد الباحث لمقياسه الخاص.
- 2- بعد اطلاع الباحث على طرق انتقاء العينات في الدراسات السابقة استطاع الباحث اختيار الطريقة الأمثل لدراسته وهي طريقة (كرة الثلج)، بسبب سهولة الوصول إلى العينة المطلوبة وبنفس مواصفات المفترض الحصول عليها.
- 3- بعد عرض متغيرات الدراسات السابقة حول (أساليب التواصل الأسري) كأحد عوامل ومسببات الاستقرار والتوافق النفسي والحصول على صحة نفسية جيدة للمراهق تقلل لديه بأكبر قدر ممكن ظهور المشكلات الانفعالية كالخوف والقلق والتوتر، تبين أن المشكلات الانفعالية للمراهقين تعد أحد نتائج سوء التواصل داخل الأسرة، والذي ساعد الباحث في وضع تصور عام لدراسة أساليب التواصل وعلاقتها الارتباطية بالمشكلات الانفعالية.

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل منهج الدراسة ومجتمع الدراسة والعينة التي تم تطبيق أدوات الدراسة عليها والأدوات التي تم استخدامها في هذه الدراسة، وآلية تحكيمها وضبطها.

أولاً: منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لكونه ملائم لموضوع الدراسة وأهدافها، والتي اهتمت بالكشف عن العلاقة الارتباطية بين أساليب التواصل الأسري والمشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين.

ثانياً: مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من المراهقين في المرحلة الوسطى (15-18) بمملكة البحرين.

ثالثاً: عينة الدراسة

تألفت عينة الدراسة من عينتين:

- 1- عينة الدراسة الاستطلاعية: تم اختيار عينة مكونة من المراهقين (ذكوراً، إناثاً) قوامها (40) فرداً من المجتمع الأصلي بطريقة كرة الثلج، وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية المتمثلة في صدق وثبات أداة الدراسة.
- 2- عينة الدراسة الأساسية: تكونت عينة الدراسة الفعلية من (216) مراهقاً (ذكوراً، إناثاً)، تم اختيارهم بطريقة كرة الثلج.

وصف العينة الاستطلاعية:

وصف العينة من حيث الجنس والعمر:

أ: حسب الجنس

جدول (1)

التوزيع النسبي للعينة الاستطلاعية حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية %
أنثى	20	50%
ذكر	20	50%
المجموع	40	100%

يظهر من الجدول (1) أن العينة المبحوثة توزعت حسب الجنس إلى نصفين متساويين حيث كانت نسبة الذكور (50%) ونسبة الإناث (50%) أيضاً.

ب: حسب العمر

جدول (2)

التوزيع النسبي للعينة الاستطلاعية حسب العمر

العمر	العدد	النسبة المئوية %
أقل من 16 سنة	13	32.5%
من 16 إلى أقل من 17 سنة	10	25%
17 سنة فأكثر	17	42.5%
المجموع	40	100%

يظهر من الجدول (2) أن العينة الاستطلاعية توزعت حسب العمر حيث كانت النسبة الأعلى تمثيلاً هي للذين أعمارهم 17 سنة فأكثر (42.5%) يلي ذلك الذين تقل أعمارهم عن 16 سنة (32.5%) ثم الذين تتراوح أعمارهم من 16 إلى أقل من 17 سنة (25%).

وصف العينة الأساسية:

وصف العينة من حيث الجنس والعمر:

أ: حسب الجنس

جدول (3)

التوزيع النسبي للعينة الأساسية حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية %
أنثى	107	49.5%
ذكر	109	50.5%
المجموع	216	100%

يظهر من الجدول (3) أن العينة الأساسية توزعت حسب الجنس إلى نصفين متساويين تقريباً حيث كانت نسبة الذكور (50.5%) بالمقارنة مع نسبة الإناث (49.5%).

ب: حسب العمر

جدول (4)

التوزيع النسبي للعينة الأساسية حسب العمر

العمر	العدد	النسبة المئوية %
أقل من 16 سنة	74	34.4%
من 16 إلى أقل من 17 سنة	39	18.1%
17 سنة فأكثر	103	47.7%
المجموع	216	100%

يظهر من الجدول (4) أن العينة الأساسية توزعت حسب العمر حيث كانت النسبة الأعلى تمثيلاً هي للذين أعمارهم 17 سنة فأكثر (47.7%) يلي ذلك الذين تقل أعمارهم عن 16 سنة (34.4%) ثم الذين تتراوح أعمارهم من 16 إلى أقل من 17 سنة (18.1%).

رابعاً: أدوات الدراسة

تعتمد الدراسة على أداتين لتحقيق أهداف الدراسة وهما مقياس التواصل الأسري للمرشدي (2019) ومقياس خصائص الشخصية الانفعالية من إعداد الباحث.

1. مقياس خصائص الشخصية الانفعالية (من إعداد الباحث)

مقياس خصائص الشخصية الانفعالية من إعداد الباحث يهدف إلى قياس المشكلات الانفعالية لدى المراهقين، ويتكون من الأبعاد التالية: القلق والاكتئاب. ويشمل بعد القلق من مقياس خصائص الشخصية الانفعالية عدة محاور وهي: الخوف، الخجل، الغيرة، الغضب. أما بعد الاكتئاب فيشمل عدة محاور وهي: الحزن، التشاؤم، والوحدة.

وقد اتبع الباحث الخطوات التالية في بناء هذا المقياس:

- أ- تم تحديد تعريف المشكلات الانفعالية من خلال الاطلاع على الأدبيات والأطر النظرية المرتبطة بموضوع المشكلات الانفعالية والعوامل المؤثرة فيها.
- ب- تم تحديد أبعاد مقياس خصائص الشخصية الانفعالية من خلال الاطلاع على الأدبيات والمقاييس التي تناولت المفاهيم المرتبطة بالمشكلات الانفعالية.

ج- قام الباحث بصياغة بعدين لكل بعد مجموعة من المحاور وبلغ عددها ٧ محاور أما عدد بنود المحاور فقد بلغت ٤٤ بند، ثم قام بعرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس، بهدف استطلاع الآراء حول مدى ارتباط ومناسبة كل عبارة من العبارات بالمحور والبعد الذي تنتمي إليه، وقد أسفر هذا الإجراء إلى تعديل صياغة بعض العبارات مع الإبقاء عليها.

د- قام البحث بتطبيق المقياس بصورته الأولى على 20 من الذكور و20 من الإناث لغرض التأكد من صدق المقياس وثباته.

هـ- تم اعتماد المقياس بعد التأكد من خصائصه السيكمترية لتطبيقه على المراهقين.

ولتوصيف إجابات العينة المبحوثة على هذا المقياس فقد تمّ حساب النسب المئوية بالإضافة إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ولتفسير قيم المتوسط الحسابي على المقياس المكوّن من ثلاث درجات المستعمل في قياس إجابات العينة المبحوثة على مقياس خصائص الشخصية الانفعالية سيتمّ الاستناد إلى ما يلي:

- قيم المتوسط الحسابي من 1.00 إلى 1.66، سيتم تفسيرها على أنها في الدرجة الأدنى أي درجة "نادرا"
- قيم المتوسط الحسابي من 1.67 إلى 2.33، سيتم تفسيرها على أنها في درجة متوسطة أي درجة "أحيانا"
- قيم المتوسط الحسابي من 2.34 إلى 3.00، سيتم تفسيرها على أنها في الدرجة الأعلى أي درجة "غالبًا".

الخصائص السيكمترية للأداة:

صدق المقياس

- أ. **صدق المحتوى:** للتأكد من تمثيل محتوى المقياس للسمات المراد قياسها وضمان صدقه تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين ثم الإبقاء على العبارات التي اتفقوا عليها بنسبة 80% وحذف العبارات التي تقل عن هذه النسبة.
- ب. **صدق البناء:** تم التأكد من صدقة المقياس عن طريق حساب صدق البناء الذي يقوم على حساب ارتباطات أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس وكان ذلك من خلال حساب معاملات ارتباط سبيرمان، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5)

معاملات الارتباط بين أبعاد المشكلات الانفعالية والدرجة الكلية

م	أبعاد مقياس المشكلات الانفعالية	معاملات الارتباط
	القلق	**0.842
1	الخوف	**0.659
2	الخجل	**0.659
3	الغيرة	**0.579
4	الغضب	**0.619
	الاكتئاب	**0.892
1	الحزن	**0.744
2	التشاؤم	**0.843
3	الوحدة	**0.837

يتضح من الجدول السابق بأن معاملات ارتباط سبيرمان بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كانت ذات دلالة إحصائية تراوحت بين (0,579 و 0,892) وهذا يشير بأن المقياس يتمتع بالصدق، ويمكن الثقة به للمقياس.

ثبات المقياس

جدول (6)

معاملات ألفا كرونباخ لثبات مقياس خصائص الشخصية الانفعالية

البعد/المحور/المقياس	عدد العبارات	العبارات المستبعدة (إن وجدت)	قيمة معامل ألفا كرونباخ
القلق	27	-	0.860
الخوف	12	-	0.672
الخجل	5	1 البند 4	0.634
الغيرة	5	-	0.837
الغضب	5	-	0.769
الاكتئاب	17	-	0.934
الحزن	6	-	0.847
التشاؤم	6	-	0.837
الوحدة	5	-	0.860
خصائص الشخصية	44	-	0.932

يظهر من الجدول (6) أن لمقياس خصائص الشخصية الانفعالية مستوى ثبات مقبول (معامل ألفا كرونباخ = 0.932) وكذلك جميع المحاور الفرعية له كان لها مستوى ثبات مقبول حيث تراوحت قيم معامل ألفا كرونباخ ما بين 0.634 و 0.860. مع ملاحظة أن بعد الخجل كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ له تساوي 0.634 وهي أدنى بدرجة طفيفة عن الحد الأدنى للثبات المقبول (0.7).

2. أساليب التواصل الأسري للمرشدي (2019)

مقياس أساليب التواصل الأسري يهدف إلى التعرف على أساليب التواصل الأسري كما يدركها المراهقون، ويتكون من الأبعاد التالية: أسلوب اللوم الهجومي والأسلوب غير التوكيدي والأسلوب التوكيدي والأسلوب العقلاني والأسلوب المناور. وقد تمّ قياس إجابات العينة المبحوثة على عبارات هذا المقياس من خلال خمس درجات هي: أبدا، نادرا، أحيانا، غالبا ودائما. ولتوصيف إجابات العينة المبحوثة على هذا المقياس فقد تمّ حساب النسب المئوية بالإضافة إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ولتفسير قيم المتوسط الحسابي على المقياس المكوّن من خمس درجات المستعمل في قياس إجابات العينة المبحوثة على مقياس أساليب التواصل سيتمّ الاستناد إلى ما يلي:

- قيم المتوسط الحسابي من 1.00 إلى 1.79، سيتم تفسيرها على أنها في الدرجة الأدنى أي درجة "أبدا"
- قيم المتوسط الحسابي من 1.80 إلى 2.59، سيتم تفسيرها على أنها في درجة منخفضة أي درجة "نادرا"
- قيم المتوسط الحسابي من 2.60 إلى 3.39، سيتم تفسيرها على أنها في درجة متوسطة أي درجة "أحيانا"
- قيم المتوسط الحسابي من 3.40 إلى 4.19، سيتم تفسيرها على أنها في درجة مرتفعة أي درجة "غالبا"
- قيم المتوسط الحسابي من 4.20 إلى 5.00، سيتم تفسيرها على أنها في الدرجة الأعلى أي درجة "دائما"

الخصائص السيكومترية للأداة:

ثبات المقياس

جدول (7)

معاملات ألفا كرونباخ للثبات لمقياس أساليب التواصل الأسري

البعد/المحور/المقياس	عدد العبارات	العبارات المستبعدة (إن وجدت)	قيمة معامل ألفا كرونباخ
أسلوب اللوم الهجومي	10	-	0.884
الأسلوب غير التوكيدي	9	-	0.869
الأسلوب التوكيدي	9	-	0.852
الأسلوب العقلاني	6	-	0.780
الأسلوب المناور	5	2 البند الأول، والبند 3	0.764
أساليب التواصل الأسري	39	-	0.883

يتضح من الجدول (7) أن مقياس أساليب التواصل الأسري قد حصل على مستوى ثبات مقبول حيث كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ أعلى من الحد الأدنى وهو 0.7 (0.883). كما حصلت جميع محاور هذا المقياس الفرعية على مستوى ثبات مقبول حيث تراوحت قيم معاملات ألفا كرونباخ ما بين 0.764 و0.884.

سادسًا: الأساليب الإحصائية المستخدمة

استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية بواسطة الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS) وهي كالتالي:

- 1- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الأدوات.
- 2- معامل ارتباط سبيرمان لحساب الارتباط بين متغيرات الدراسة.
- 3- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود المقياس.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

- نتائج السؤال الأول

- نتائج السؤال الثاني

- نتائج السؤال الثالث

- مناقشة النتائج

- التوصيات

- الدراسات المقترحة

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات المقترحة

يستعرض الباحث في الفصل الحالي النتائج التي توصل إليها في هذه الدراسة، ومناقشة نتائجها، حيث هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين أساليب التواصل الأسري والمشكلات الانفعالية لدى عينة من المراهقين بمملكة البحرين، وقد قام الباحث بتحليل النتائج من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

أولاً: الإجابة عن أسئلة الدراسة.

السؤال الأول: ما أساليب التواصل الأسري السائدة داخل الأسرة لدى عينة الدراسة؟

للإجابة على السؤال سيتم عرض نتائج الأبعاد بشكل تفصيلي ثم نجيب على التساؤل بشكل خاص.

أسلوب اللوم الهجومي

جدول (8)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور أسلوب اللوم الهجومي

أسلوب اللوم الهجومي	أبداً (1)		نادرًا (2)		أحياناً (3)		غالباً (4)		دائماً (5)		إحصاءات التلخيص	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	م*	ان*
والدي لا يرضا عن أي عمل أقوم به.	36	16.7%	48	22.2%	112	51.9%	20	9.3%	0	0.0%	2.54	منخفضة
يكثر والدي من نقدي أمام الآخرين.	76	35.2%	88	40.7%	36	16.7%	16	7.4%	0	0.0%	1.96	منخفضة
ينهرني والدي دون معرفة السبب.	96	44.4%	60	27.8%	36	16.7%	16	7.4%	8	3.7%	1.98	منخفضة
والدي لا يسمح لي بالاعتراض على أوامرهما.	40	18.5%	44	20.4%	72	33.3%	28	13.0%	32	14.8%	2.85	متوسطة
يسخر والدي من كلامي أمام الآخرين.	132	61.1%	56	25.9%	24	11.1%	4	1.9%	0	0.0%	1.54	الأدنى
والدي لا يسمح لي بزيارة زملائي في المنزل.	96	44.4%	32	14.8%	44	20.4%	20	9.3%	24	11.1%	2.28	منخفضة
والدي لا يقلل أن أقوم باختيار أشيائي الشخصية.	116	53.7%	56	25.9%	28	13.0%	8	3.7%	8	3.7%	1.78	الأدنى
يعاقبني والدي على أي خطأ ارتكبه.	60	27.8%	68	31.5%	56	25.9%	16	7.4%	16	7.4%	2.35	منخفضة
يفرض والدي آراءهم في أموري الخاصة ولا يأخذون برأيي.	100	46.3%	40	18.5%	48	22.2%	12	5.6%	16	7.4%	2.09	منخفضة
عند قيامي بأعمال مرضية لوالدي لا أحصل على تشجيع منهم.	72	33.3%	52	24.1%	44	20.4%	20	9.3%	28	13.0%	2.44	منخفضة

يتضح من جدول رقم (8) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور أسلوب اللوم الهجومي تراوحت ما بين 1.54 و 2.85، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما في الدرجة الأدنى "أبداً" والدرجة المتوسطة "أحياناً" على المقياس الخماسي.

العبارة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبياً (1.54) من بين عبارات محور أسلوب اللوم الهجومي كانت "يسخر والداي من كلامي أمام الآخرين"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبياً (2.85) هي "والداي لا يسمح لي بالاعتراض على أوامرهما".

الأسلوب غير التوكيدي

جدول (9)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب غير التوكيدي

إحصاءات التلخيص			دائماً (5)		غالباً (4)		أحياناً (3)		نادرًا (2)		أبداً (1)		الأسلوب غير التوكيدي
ان	د	م	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	
1.264	متوسطة	2.76	7.4%	16	24.1%	52	29.6%	64	14.8%	32	24.1%	52	يفرح والدي عندما أتنازل عن بعض حقوقتي للآخرين.
1.490	منخفضة	2.30	16.7%	36	7.4%	16	7.4%	16	25.9%	56	42.6%	92	ينصحن والدي بأن أفضل حل للمشاكل هو الهروب منها وتجنبها.
1.304	متوسطة	3.22	24.1%	52	14.8%	32	31.5%	68	18.5%	40	11.1%	24	يتصلق والدي عندما أعترض على بعض أوامرهم.
1.647	متوسطة	2.76	24.1%	52	14.8%	32	13.0%	28	9.3%	20	38.9%	84	يخزني والدي من عدم سماع كلام المدرسين تجنباً للمشاكل.
1.204	منخفضة	2.24	7.4%	16	5.6%	12	25.9%	56	25.9%	56	35.2%	76	يشجعني والدي على تفضيل مصلحة الآخرين على مصلحتي.
1.155	منخفضة	1.93	3.7%	8	7.4%	16	18.5%	40	18.5%	40	51.9%	112	عندما يخطئ زميلي في حقِّي يجبرني والدي على الاعتذار له.
1.475	متوسطة	3.02	20.4%	44	24.1%	52	16.7%	36	14.8%	32	24.1%	52	يخبرني والدي أنني بحاجة لموافقتهم ورضاهم عن تصرفاتي.
.811	الأدنى	1.56	0.0%	0	3.7%	8	9.3%	20	25.9%	56	61.1%	132	يقتل والدي من مثلي أمام الآخرين.
1.375	منخفضة	2.31	9.3%	20	14.8%	32	14.8%	32	20.4%	44	40.7%	88	يجبرني والدي على الاعتذار لمحاولة تجنب الخلافات والمشاكل مع الآخرين.

يتضح من جدول رقم (9) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الأسلوب غير التوكيدي تراوحت ما بين 1.56 و3.22، وهذا ما يشير إلى أنّ درجة القياس كانت ما في الدرجة الأدنى "أبداً" والدرجة المتوسطة "أحياناً" على المقياس الخماسي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبياً (1.56) من بين عبارات محور الأسلوب غير التوكيدي كانت "يقلل والذي من شأنه أمام الآخرين"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبياً (3.22) هي "يتضايق والذي عندما أعترض على بعض أوامره".

الأسلوب التوكيدي

جدول (10)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب التوكيدي

الأسلوب التوكيدي	(1) أبداً		(2) نادرًا		(3) أحيانًا		(4) غالبًا		(5) دائمًا		إحصاءات التلخيص		
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	م	د	ان
يقوم والذي بتشجيعي بالمطالبة بحقوقه.	4	1.9%	16	7.4%	24	11.1%	56	25.9%	116	53.7%	4.22	الأعلى	1.033
يسعد والذي عندما أتحدث عن مشاعري وأفكاري.	16	7.4%	28	13.0%	40	18.5%	32	14.8%	100	46.3%	3.80	مرتفعة	1.342
يدفعني والذي إلى الالتزام بتنفيذ أقوالهما.	20	9.3%	36	16.7%	40	18.5%	48	22.2%	72	33.3%	3.54	مرتفعة	1.346
يساعدني والذي على التعبير عن رأيي في كل الأمور.	8	3.7%	24	11.1%	68	31.5%	40	18.5%	76	35.2%	3.70	مرتفعة	1.167
أناقش والذي في أمور المنزل بكل حرية.	20	9.3%	20	9.3%	40	18.5%	44	20.4%	92	42.6%	3.78	مرتفعة	1.332
عند تعدي الآخرين على حقوقي يطالبني والذي بعدم التفريط في حقّي.	12	5.6%	20	9.3%	36	16.7%	44	20.4%	104	48.1%	3.96	مرتفعة	1.235
يترك لي والذي حرية الاختيار لأصدقائي.	20	9.3%	12	5.6%	36	16.7%	44	20.4%	104	48.1%	3.93	مرتفعة	1.306
يشجعني والذي على الاعتماد على نفسي في أخذ القرار.	12	5.6%	4	1.9%	36	16.7%	48	22.2%	116	53.7%	4.17	مرتفعة	1.121
يحثني والذي على عدم التعدي على حقوق الآخرين.	8	3.7%	0	0.0%	16	7.4%	24	11.1%	168	77.8%	4.59	الأعلى	.915

يتضح من جدول رقم (10) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الأسلوب التوكيدي تراوحت ما بين 3.54 و4.59، وهذا ما يشير إلى أنّ درجة القياس كانت ما في درجة مرتفعة "غالبًا" والدرجة الأعلى "دائمًا" على المقياس الخماسي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبياً (3.54) من بين عبارات محور الأسلوب التوكيدي كانت "يدفعني والذي إلى الالتزام بتنفيذ أقوالهما"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبياً (4.59) هي "يحثني والذي على عدم التعدي على حقوق الآخرين".

الأسلوب العقلاني

جدول (11)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب العقلاني

إحصاءات التلخيص			دائماً (5)		غالباً (4)		أحياناً (3)		نادرًا (2)		أبداً (1)		الأسلوب العقلاني
ان	د	م	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	
1.185	مرتفعة	3.83	38.9%	84	22.2%	48	29.6%	64	1.9%	4	7.4%	16	يرى والذي أن أفضل شيء هو تجنب الصدام المباشر مع الآخرين.
.939	الأعلى	4.46	66.7%	144	20.4%	44	9.3%	20	0.0%	0	3.7%	8	يدفعني والذي إلى التروي واستخدام العقل في التعامل مع الآخرين.
1.404	متوسطة	2.96	16.7%	36	24.1%	52	20.4%	44	16.7%	36	22.2%	48	عندما تضايق من صديقي يجبرني والذي على التعامل معه حرصاً على مصلحتي.
.919	الأعلى	4.46	68.5%	148	14.8%	32	13.0%	28	1.9%	4	1.9%	4	يفرح والذي عندما لا أتشاجر مع الآخرين.
1.205	مرتفعة	4.00	48.1%	104	20.4%	44	22.2%	48	1.9%	4	7.4%	16	ينصحتني والذي بتجنب الصدام المباشر مع الآخرين.
1.369	متوسطة	2.80	11.1%	24	24.1%	52	25.9%	56	11.1%	24	27.8%	60	يحثني والذي على عدم التعبير عن أفكاري للآخرين بشكل صريح.

يتضح من جدول رقم (11) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الأسلوب العقلاني تراوحت ما بين 2.80 و 4.46، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما في درجة متوسطة "أحياناً" والدرجة الأعلى "دائماً" على المقياس الخماسي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبياً (2.80) من بين عبارات محور الأسلوب العقلاني كانت "يحثني والذي على عدم التعبير عن أفكاري للآخرين بشكل صريح"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبياً (4.46) هي "يدفعني والذي إلى التروي واستخدام العقل في التعامل مع الآخرين".

الأسلوب المناور

جدول (12)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الأسلوب المناور

إحصاءات التلخيص			دائماً (5)		غالباً (4)		أحياناً (3)		نادرًا (2)		أبداً (1)		الأسلوب المناور
ان	د	م	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	
1.391	متوسطة	2.96	18.5%	40	20.4%	44	18.5%	40	24.1%	52	18.5%	40	عند تعاملتي مع والذي بطريقة خاطئة يمنع والذي عن التحدث معي.
1.068	الأعلى	4.22	57.4%	124	18.5%	40	14.8%	32	7.4%	16	1.9%	4	يبدل والذي أقصى جهد لمساعدتي على تجنب المواقف الصعبة.

1.385	مرتفعة	3.41	31.5%	68	18.5%	40	20.4%	44	18.5%	40	11.1%	24	عندما أخطئ يذكرني والذي بما فعلوه من أجلي.
1.114	الأعلى	4.20	57.4%	124	18.5%	40	14.8%	32	5.6%	12	3.7%	8	يساعدني والذي على تخطي أي مشكلة أو أزمة تمر بي.
1.308	مرتفعة	3.67	33.3%	72	29.6%	64	18.5%	40	7.4%	16	11.1%	24	يتجنب والذي إخباري بأي موافق تتسبب في مضايقتي وإن عاجلي.

يتضح من جدول رقم (12) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الأسلوب المناور تراوحت ما بين 2.96 و 4.22، وهذا ما يشير إلى أنّ درجة القياس كانت ما في درجة متوسطة "أحياناً" والدرجة الأعلى "دائماً" على المقياس الخماسي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبياً (2.96) من بين عبارات محور الأسلوب المناور كانت "عند تعاملي مع والدي بطريقة خاطئة يمتنع والذي عن التحدث معي"، بينما كانت العبرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبياً (4.22) هي "يساعدني والذي على تخطي أي مشكلة أو أزمة تمر بي".

يتضح مما سبق عرضه من نتائج إجابات العينة المبحوثة حول أبعاد أساليب التواصل الأسري السائدة داخل الأسرة أنها كانت متفاوتة في الأساليب الخمسة المبحوثة وهي: أسلوب اللوم الهجومي والأسلوب غير التوكيدي والأسلوب التوكيدي والأسلوب العقلاني والأسلوب المناور.

ولكن حصل الأسلوب التوكيدي على أعلى درجة موافقة خصوصاً لعبارة "يحتثي والذي على عدم التعدي على حقوق الآخرين". ثم الأسلوب العقلاني والذي كانت أعلى درجة موافقة لعباراته عبارة "يدفعني والذي إلى التروي واستخدام العقل في التعامل مع الآخرين" ثم الأسلوب المناور حيث حصلت العبارة "يساعدني والذي على تخطي أي مشكلة أو أزمة تمر بي" على أعلى درجة موافقة من بين عباراته. ويعد هذه الأساليب جاء الأسلوب غير التوكيدي فقد حصلت العبارة "يتضايق والذي عندما أعترض على بعض أوامره" على أعلى درجة موافقة من بين عباراته وأخيراً أسلوب اللوم الهجومي والذي حصلت العبارة "والداي لا يسمح لي بالاعتراض على أوامرها" على أعلى درجة موافقة من بين عباراته.

وفي الجدول (13) تلخيص لما سبق ذكره حيث تم ترتيب الأساليب من الأكثر استعمالاً إلى الأقل استعمالاً:

جدول (13)

ترتيب أساليب التواصل من الأكثر استعمالاً إلى الأقل استعمالاً داخل الأسرة

الترتيب	أبعاد مقياس أساليب التواصل	المتوسط الحسابي
1	التوكيدي	3.966
2	العقلاني	3.751
3	المناور	3.692
4	غير التوكيدي	2.456
5	اللوم الهجومي	2.181

يظهر في الجدول رقم (13) أن الأسلوب التوكيدي هو الأسلوب الأكثر شيوعاً في التواصل داخل أسر المراهقين بمتوسط حسابي (3.966)، أما الأسلوب اللوم الهجومي فهو الأسلوب الأقل استعمالاً بمتوسط حسابي (2.181).

السؤال الثاني: ما المشكلات الانفعالية الأكثر شيوعاً لدى الأبناء المراهقين من أفراد عينة الدراسة؟

للإجابة على السؤال سيتم عرض نتائج محاور الأبعاد بشكلٍ تفصيلي ثم نجيب على التساؤل بشكلٍ خاص.

أولاً: بعد القلق ومحاورة

الخوف

جدول (14)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الخوف

إحصاءات التلخيص			غالبًا (3)		أحيانًا (2)		نادرًا (1)		الخوف
الانحراف المعياري	درجة القياس	المتوسط الحسابي	%	ت	%	ت	%	ت	
.682	متوسطة	2.02	24.1%	52	53.7%	116	22.2%	48	أشعر بالقلق حيال صحتي.
.700	الأعلى	2.35	48.1%	104	38.9%	84	13.0%	28	أؤثر أثناء الامتحان.
.729	الأدنى	1.63	14.8%	32	33.3%	72	51.9%	112	أؤثر عند اختيار الملابس التي تناسبني.
.760	الأدنى	1.59	16.7%	36	25.9%	56	57.4%	124	أشعر بالخوف من الظلام.
.723	متوسطة	1.87	20.4%	44	46.3%	100	33.3%	72	أتجنب الذهاب إلى الأماكن المرتفعة.

أفضل استعمال السلام على استعمال المصعد.	96	44.4%	84	38.9%	36	16.7%	1.72	متوسطة	.732
أتجنب ركوب القارب خوفاً من سقوطي في البحر.	160	74.1%	36	16.7%	20	9.3%	1.35	الأدنى	.644
أخاف أن أكون وحيداً يوماً ما.	84	38.9%	96	44.4%	36	16.7%	1.78	متوسطة	.713
أنا كثير التدقيق فيما أقول خوفاً من أن يفهمني أحد بصورة خاطئة.	56	25.9%	88	40.7%	72	33.3%	2.07	متوسطة	.768
أخاف أن أظهر بصورة سلبية أمام الآخرين.	56	25.9%	88	40.7%	72	33.3%	2.07	متوسطة	.768
أخاف أن أخسر علاقتي الحيدة بمن أحب.	36	16.7%	76	35.2%	104	48.1%	2.31	متوسطة	.743
أتجنب رمي الأشياء خوفاً من احتياجي لها في المستقبل.	68	31.5%	80	37.0%	68	31.5%	2.00	متوسطة	.795

يتضح من جدول رقم (14) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الخوف تراوحت ما بين 1.35 و 2.35، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما بين الدرجة الأدنى "نادراً" والدرجة الأعلى "غالبا" على المقياس الثلاثي.

العبارة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي (1.35) من بين عبارات محور الخوف كانت "أتجنب ركوب القارب خوفاً من سقوطي في البحر"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبياً (2.35) هي "أؤثر أثناء الامتحان".

الخجل

جدول (15)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الخجل

الخجل	نادراً (1)		أحياناً (2)		غالبا (3)		إحصاءات التلخيص	
	ت	%	ت	%	ت	%	المتوسط الحسابي	درجة القياس
تفصلي القدرة على التعبير عن آرائي.	112	51.9%	80	37.0%	24	11.1%	1.59	الأدنى
أتجنب النشاطات التي أكون فيها محط الانتباه.	88	40.7%	76	35.2%	52	24.1%	1.83	متوسطة
أبحث عن مبررات تمنعني من حضور التجمعات.	100	46.3%	80	37.0%	36	16.7%	1.70	متوسطة
يصعب علي الحصول على أصدقاء جدد.	104	48.1%	48	22.2%	64	29.6%	1.81	متوسطة
أتردد في إرجاع ما اشتريت إلى البائع وإن كان غير ملائم.	80	37.0%	80	37.0%	56	25.9%	1.89	متوسطة

يتضح من جدول رقم (15) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الخجل تراوحت ما بين 1.59 و 1.89، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما بين الدرجة الأدنى "نادراً" والدرجة المتوسطة "أحياناً" على المقياس الثلاثي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي (1.59) من بين عبارات محور الخجل كانت "تتقضي القدرة على التعبير عن آرائي"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبيا (1.89) هي "أتردد في إرجاع ما اشتريت إلى البائع وإن كان غير ملائم".

الغيرة

جدول (16)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الغيرة

إحصاءات التلخيص			غالبًا (3)		أحيانًا (2)		نادرًا (1)		الغيرة
الانحراف المعياري	درجة القياس	المتوسط الحسابي	%	ت	%	ت	%	ت	
.660	الأدنى	1.46	9.3%	20	27.8%	60	63.0%	136	أغضب إن حصل أخي على اهتمام أكثر مني.
.592	الأدنى	1.28	7.4%	16	13.0%	28	79.6%	172	أتضايق إذا حصل صديقي على درجة أعلى مني.
.760	الأدنى	1.59	16.7%	36	25.9%	56	57.4%	124	أرجو الخير للآخرين، ولكن لا أقبل أن يصلوا إلي.
.740	الأدنى	1.46	14.8%	32	16.7%	36	68.5%	148	أتضايق عندما يتم مدح شخص أمامي ولا يتم مدحي.
.585	الأدنى	1.26	7.4%	16	11.1%	24	81.5%	176	أشعر بعدم الارتياح عندما يخبرني صديقي عن بعض إنجازاته التي استطاع تحقيقها.

يتضح من جدول رقم (16) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الغيرة تراوحت ما بين 1.26 و 1.59، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما في الدرجة الأدنى "نادرًا" على المقياس الثلاثي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبيا (1.26) من بين عبارات محور الغيرة كانت "أشعر بعدم الارتياح عندما يخبرني صديقي عن بعض إنجازاته التي استطاع تحقيقها"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبيا (1.59) هي "أرجو الخير للآخرين، ولكن لا أقبل أن يصلوا إلي".

الغضب

جدول (17)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الغضب

إحصاءات التلخيص			غالبًا (3)		أحيانًا (2)		نادرًا (1)		الغضب
الانحراف المعياري	درجة القياس	المتوسط الحسابي	%	ت	%	ت	%	ت	
.829	متوسطة	2.02	35.2%	76	31.5%	68	33.3%	72	أشعر أنني عصبي المزاج وسريع الانفعال.
.783	متوسطة	1.98	29.6%	64	38.9%	84	31.5%	68	أجد صعوبة في التحكم بانفعالاتي.
.759	متوسطة	1.98	27.8%	60	42.6%	92	29.6%	64	أغضب عندما لا يصغي لي أحد.

أضجر عندما تسير الأمور ببطء.	40	18.5%	88	40.7%	88	40.7%	2.22	متوسطة	.739
أغضب عندما تتراكم عليّ الأمور.	16	7.4%	100	46.3%	100	46.3%	2.39	الأعلى	.623

يتضح من جدول رقم (17) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الغضب تراوحت ما بين 1.98 و 2.39 وهذا ما يشير إلى أنّ درجة القياس كانت ما في الدرجة المتوسطة "أحياناً" والدرجة الأعلى "غالبا" على المقياس الثلاثي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبيا (1.98) من بين عبارات محور الغضب كانت "أجد صعوبة في التحكم بانفعالاتي" وأيضاً "أغضب عندما لا يصغي لي أحد"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبيا (2.39) هي "أغضب عندما تتراكم عليّ الأمور".

ثانياً: بعد الاكتئاب ومحاوره

الحزن

جدول (18)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الحزن

الحزن	نادراً (1)		أحياناً (2)		غالباً (3)		إحصاءات التلخيص		
	ت	%	ت	%	ت	%	المتوسط الحسابي	درجة القياس	الانحراف المعياري
أشعر بالحزن والكآبة.	80	37.0%	96	44.4%	40	18.5%	1.81	متوسطة	.724
أشعر بالسخط على نفسي.	96	44.4%	80	37.0%	40	18.5%	1.74	متوسطة	.752
أرغب في البكاء.	120	55.6%	64	29.6%	32	14.8%	1.59	الأدنى	.735
أعاني من قلة الاستمتاع عند ممارستي أنشطتي.	92	42.6%	72	33.3%	52	24.1%	1.81	متوسطة	.797
أشعر أنني مثقل بالهموم.	76	35.2%	80	37.0%	60	27.8%	1.93	متوسطة	.792
أشعر بالإرهاق والخمول.	52	24.1%	92	42.6%	72	33.3%	2.09	متوسطة	.754

يتضح من جدول رقم (18) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الحزن تراوحت ما بين 1.59 و 2.09، وهذا ما يشير إلى أنّ درجة القياس كانت ما في الدرجة الأدنى "نادراً" والدرجة المتوسطة "أحياناً" على المقياس الثلاثي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبيا (1.59) من بين عبارات محور الحزن كانت "أرغب في البكاء"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبيا (2.09) هي "أشعر بالإرهاق والخمول".

التشاؤم

جدول (19)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور التشاؤم

التشاؤم	نادرًا (1)		أحيانًا (2)		غالبًا (3)		إحصاءات التلخيص		
	ت	%	ت	%	ت	%	المتوسط الحسابي	درجة القياس	الانحراف المعياري
أشعر أن حياتي لا قيمة لها.	128	59.3%	40	18.5%	48	22.2%	1.63	الأدنى	.825
أشعر بالعجز عن القيام بما أريد.	112	51.9%	64	29.6%	40	18.5%	1.67	متوسطة	.772
أحب أن أنام هربًا من ألم الحياة.	88	40.7%	68	31.5%	60	27.8%	1.87	متوسطة	.819
أشعر أن حياتي لن تتحسن.	128	59.3%	56	25.9%	32	14.8%	1.56	الأدنى	.739
أشعر بالندم على أخطاء الماضي.	36	16.7%	76	35.2%	104	48.1%	2.31	متوسطة	.743
أجد صعوبة في التحكم بأفكاري السلبية.	44	20.4%	100	46.3%	72	33.3%	2.13	متوسطة	.723

يتضح من جدول رقم (19) أن قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور التشاؤم تراوحت ما بين 1.56 و 2.31، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما في الدرجة الأدنى "نادرًا" والدرجة المتوسطة "أحيانًا" على المقياس الثلاثي.

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبيا (1.56) من بين عبارات محور التشاؤم كانت "أشعر أن حياتي لن تتحسن"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبيا (2.31) هي "أشعر بالندم على أخطاء الماضي".

الوحدة

جدول (20)

التوزيع النسبي وإحصاءات التلخيص لعبارات محور الوحدة

الوحدة	نادرًا (1)		أحيانًا (2)		غالبًا (3)		إحصاءات التلخيص		
	ت	%	ت	%	ت	%	المتوسط الحسابي	درجة القياس	الانحراف المعياري
أشعر أن الناس تعاملني بطريقة غير عادلة.	92	42.6%	76	35.2%	48	22.2%	1.80	متوسطة	.781
أميل إلى العزلة.	88	40.7%	72	33.3%	56	25.9%	1.85	متوسطة	.805
أشعر أن الناس لا تفهم مشاعري.	76	35.2%	68	31.5%	72	33.3%	1.98	متوسطة	.829
أكره الآخرين.	148	68.5%	32	14.8%	36	16.7%	1.48	الأدنى	.765
أشعر أنني إنسان غير مرغوب به.	132	61.1%	32	14.8%	52	24.1%	1.63	الأدنى	.847

تراوحت قيم المتوسط الحسابي لعبارات محور الوحدة ما بين 1.48 و 1.98، وهذا ما يشير إلى أن درجة القياس كانت ما في الدرجة الأدنى "نادرًا" والدرجة المتوسطة "أحيانًا" على المقياس الثلاثي (جدول 20).

العبرة التي حصلت على أدنى قيمة متوسط حسابي نسبيا (1.48) من بين عبارات محور الوحدة كانت "أكره الآخرين"، بينما كانت العبارة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي نسبيا (1.98) هي "أشعر أن الناس لا تفهم مشاعري".

وفي الجدول (21) و(22) و(23) تلخيص لما سبق ذكره حيث تم ترتيب أبعاد ومحاور المشكلات الانفعالية من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً:

جدول (21)

ترتيب أبعاد المشكلات الانفعالية من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً.

الترتيب	أبعاد مقياس المشكلات الانفعالية	المتوسط الحسابي
1	الاكتئاب	1.812
2	القلق	1.797

أظهر جدول (21) لترتيب أبعاد المشكلات الانفعالية أن مشكلة الاكتئاب عند المراهقين أكثر شيوعاً بدرجة طفيفة جداً من مشكلة القلق لديهم.

جدول (22)

ترتيب محاور بعد القلق من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً.

الترتيب	محاور بعد القلق	المتوسط الحسابي
1	الغضب	2.118
2	الخوف	1.897
3	الخلج	1.764
4	الغيرة	1.41

أظهر جدول (22) لترتيب محاور بعد القلق أن مشكلة الغضب عند المراهقين تعد المشكلة الأكثر شيوعاً لديهم يليها مشكلة الخوف والخلج أما مشكلة الغيرة فهي الأقل شيوعاً لديهم.

جدول (23)

ترتيب محاور بعد الاكتئاب من الأكثر شيوعاً إلى الأقل شيوعاً.

الترتيب	محاور بعد الاكتئاب	المتوسط الحسابي
1	التشاؤم	1.861
2	الحزن	1.828
3	الوحدة	1.748

أظهر جدول (23) لترتيب محاور بعد الاكتئاب أن مشكلة التشاؤم تعد المشكلة الأكثر شيوعاً لديهم ويليهما مشكلة الحزن أما مشكلة الوحدة فهي الأقل شيوعاً لديهم. يتضح مما سبق عرضه من نتائج إجابات العينة المبحوثة حول أبعاد ومحاور مقياس المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين أن مشكلة الاكتئاب عند المراهقين تكاد تكون متساوية مع مشكلة القلق حيث كان الاكتئاب أكثر شيوعاً من مشكلة القلق بدرجة طفيفة جداً، حيث بلغ المتوسط الحسابي للاكتئاب (1.812) أم القلق فبلغ (1.797)، وقد تمثلت المشكلات الانفعالية بصورة أساسية في: الغضب، الخوف، التشاؤم، الحزن.

نتائج السؤال الثالث

3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين؟

جدول (24)

معامل سبيرمان للارتباط الخطي بين أساليب التواصل والمشكلات الانفعالية

أساليب التواصل للأسري	المشكلة الانفعالية		
	القلق	مستوى الدلالة الإحصائية	الاكتئاب
مستوى الدلالة الإحصائية			
اللوم الهجومي	0.196	0,01	0.294
غير التوكيدي	0.155	0,05	0.141
التوكيدي	-0.399	0,01	-0.531
العقلاني	-0.177	0,01	-0.196
المناور	-0.230	0,01	-0.356

أظهر جدول (24) لنتائج معامل سبيرمان للارتباط الخطي وجود علاقة ارتباطية (سواء طردية أو عكسية) ما بين أساليب التواصل الأسري وما بين المشكلات الانفعالية المختلفة لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين.

حيث أظهرت النتائج أن المراهق الذي يتعرض للأسلوب اللوم الهجومي وأسلوب غير التوكيدي عند التواصل داخل أسرته كان القلق والاكتئاب مرتفعاً لديه على خلاف المراهق الذي تستعمل أسرته معه أسلوب التوكيدي والعقلاني والمناور فقد أوضحت النتائج انخفاض القلق والاكتئاب لديه.

ثانيًا: مناقشة النتائج

أوضحت نتائج السؤال الأول أن الأسلوب التوكيدي هو الأسلوب الأكثر شيوعًا في التواصل داخل أسر المراهقين في مملكة البحرين حيث بلغ المتوسط الحسابي (3.966)، وهذا يعني أن هناك تشجيع من قبل الآباء للابن المراهق على المطالبة بحقوقه والتعبير عن أحاسيسه ومشاعره وأفكاره بطريقة مباشرة بعيدة عن الإخفاء والكتمان، واعتماد هذا الأسلوب يمنح الأسرة المزيد من الترابط ويعزز الثقة عند المراهق ويحس بوجود الديمقراطية داخل أسرته ليشعر بعدها بالانتماء لجماعة الأسرة فلا يرغب بالتمرد عليهم، ثم يليه الأسلوب العقلاني بمتوسط حسابي بلغ (3.751)، وهذا يبين أن الآباء في مملكة البحرين يميلون إلى توجيه المراهق إلى التروي وعدم الاستعجال في حل المشاكل التي يتعرض لها ويؤكدون على ضرورة إعمال العقل وتجنب الصراعات غير الضرورية مع الآخرين، ثم يليه لأسلوب المناور القائم على التخلص من المواقف غير السارة ومحاولة تجنب المواقف المهددة بمتوسط حسابي بلغ (3.692)، وتعكس هذه النتائج المستوى الثقافي والتربوي للمجتمع البحريني حيث يتخير الآباء أساليب التواصل الإيجابية المناسبة عند تواصلهم مع أولادهم المراهقين، ويتجنبون استعمال أساليب التواصل السلبية كالأسلوب اللوم الهجومي القائم على التوبيخ والتقريع للابن المراهق في حال إن خالف توقعاتهم منه، حيث بلغ المتوسط الحسابي لهذا الأسلوب (2.181)، والأسلوب غير التوكيدي القائم على التنازل والاعتذار وعدم المواجهة الذي بلغ متوسطه الحسابي (2.456)، وهذه النتائج مقارنة لنتائج دراسة المرشدي (2019) التي طبقت على المراهقين في المملكة العربية السعودية حيث جاء الأسلوب العقلاني في الترتيب الأول كأحد أساليب التواصل الأسري بمتوسط حسابي بلغ (3.64) ثم جاء الأسلوب التوكيدي في الترتيب الثاني بمتوسط حسابي بلغ (3.59) ثم جاء الأسلوب المناور في الترتيب الثالث بمتوسط حسابي بلغ (3.27) بينما جاء الأسلوب غير التوكيدي في الترتيب الرابع بمتوسط حسابي بلغ (2.91) ثم جاء الأسلوب اللوم الهجومي في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (1.92)، فنلاحظ أن جميع الأساليب كانت بمثل الترتيب من ناحية الشيوع والاستعمال باستثناء الأسلوب العقلاني الذي تقدم على الأسلوب التوكيدي في دراسته، ويعود هذا التقارب في النتائج إلى التقارب الفكري بين أهالي مملكة البحرين، وأهالي المملكة العربية السعودية.

وأوضحت نتائج السؤال الثاني أن مشكلة الاكتئاب عند المراهقين أكثر شيوعاً بدرجة طفيفة جداً من مشكلة القلق لديهم، حيث بلغ المتوسط الحسابي للاكتئاب (1.812) أم القلق فبلغ (1.797) ونرى أن هذا التقارب في الدرجة قد يعود إلى العلاقة الارتباطية بين القلق والاكتئاب فالإنسان القلق يكون عرضة للإصابة بالاكتئاب، والمكتئب بدوره يميل إلى مشاعر القلق، وأظهرت النتائج أيضاً وفق ترتيب محاور بعد القلق أن مشكلة الغضب عند المراهقين تعد المشكلة الأكثر شيوعاً لديهم ويليهما مشكلة الخوف والخل أما مشكلة الغيرة فهي الأقل شيوعاً لديهم، وهذه النتائج تتناسب مع طبيعة التغيرات الجسدية والعقلية والنفسية التي يمر بها المراهق، فالمراهق يمتاز بالعجلة والتهور في الأمور والتمرد مما يزيد من الغضب والعصبية لديه إن لم تسر الأمور كما يريد، أما مشكلة الخوف لديه تكون أكثر ارتباطاً بالمستقبل حيث يخاف من المستقبل المجهول بالنسبة له على خلاف الطفل الذي يرتبط الخوف لديه بالحاضر في أغلب الأوقات، ونجد كذلك مشكلة الخجل والغيرة عند فئة الأطفال أكثر شيوعاً من الخجل والغيرة عند فئة المراهقين، لهذه الأسباب في اعتقاد الباحث كانت مشكلة الغضب أكثر شيوعاً من باقي المشكلات الانفعالية لدى المراهقين، وهذا يؤكد على ضرورة البحث والتعمق أكثر في أسباب الغضب عند المراهقين لكونها المشكلة الأكثر شيوعاً لديهم، وبناء برامج إرشادية لغرض الوقاية والعلاج، وأظهرت النتائج أيضاً وفق ترتيب محاور بعد الاكتئاب أن مشكلة التشاؤم تعد المشكلة الأكثر شيوعاً لديهم بدرجة طفيفة ويليهما مشكلة الحزن والوحدة، وهذه النتائج تتسجم مع نتائج محاور القلق حيث كان الخوف عند المراهق مرتبطاً بصورة أساسية بالنظرة السوداوية للمستقبل والتشاؤم منه، فبتالي من الطبيعية أن تظهر مشكلة التشاؤم في المرتبة الأولى في بعد الاكتئاب، وهذا التشاؤم يورث الحزن في نفس المراهق، فينطوي بعدها على نفسه ليشعر بالوحدة، فمن الضروري البحث في أسباب التشاؤم لدى المراهقين والعمل على برامج وقائية وعلاجية لهذه المشكلة.

وأخيراً أوضحت نتائج السؤال الثالث وجود عدة علاقة ارتباطية (سواء طردية أو عكسية) ما بين أساليب التواصل الأسري وما بين المشكلات الانفعالية المختلفة لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين. ومن الدراسة التي وافقت نتائج الدراسة الحالية هي دراسة خماد (2019) حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً موجبة وقوية بين التواصل الأسري والصحة النفسية لدى الأبناء المراهقين، وإن التواصل الأسري ينبئ بالأمن النفسي لدى الأبناء المراهقين بنسبة مساهمة 69 %، فالمراهق إذا فقد الأمن النفسي نتيجةً لضعف التواصل سيكون عرضةً للإصابة بمختلف المشكلات الانفعالية، ونجد أيضاً دراسة عمار (2020) تؤكد على أن التواصل الأسري يرتبط بصورة مباشرة بالتوافق والأمن النفسي فإن حدث للعلاقة أي انتكاسة قد يؤثر على الصحة النفسية للمراهق فتظهر بالتالي مجموعة من المشكلات الانفعالية لديه.

وتوضح أيضًا نتائج السؤال الحالي أن المراهق الذي يتعرض للأسلوب اللوم الهجومي وأسلوب غير التوكيدي عند التواصل داخل أسرته كان القلق والاكتئاب مرتفعًا لديه على خلاف المراهق الذي تستعمل أسرته معه أسلوب التوكيدي والعقلاني والمناور فقد أوضحت النتائج انخفاض القلق والاكتئاب لديه، وهذه النتائج تعد منطقية جدًا حيث أن اللوم الموجه للمراهق أو تهرب الوالدين من تحمل المسؤولية لا نتوقع منه إلى نتائج سلبية على الأمن النفسي والصحة النفسية لأبنائهم المراهقين تتناسب مع نوع التواصل السلبي، كذلك الحال عند استعمال أساليب تواصل إيجابية نتوقع حينها أن تنعكس بصورة إيجابية على الصحة النفسية، فبتالي تخف حالات الإصابة ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين، وكانت أقوى علاقة ارتباطية هي العلاقة الارتباطية العكسية بين الأسلوب التوكيدي ومشكلة الاكتئاب والقلق حيث يعد التواصل التوكيدي الأسلوب الأفضل للتواصل مع الأبناء المراهقين داخل الأسرة لمنحهم صحة نفسية جيدة بعيدة عن المشكلات الانفعالية حيث يعزز هذا الأسلوب ثقة المراهقين بأنفسهم وتجعلهم قادرين على حل مشكلاتهم.

ثالثًا: التوصيات

استنادا إلى النتائج الإحصائية والمناقشة المذكورة في الأقسام السابقة من هذه الدراسة، فإن أبرز التوصيات تتمثل فيما يلي.

- 1- رفع وعي الوالدين بالأساليب التواصل الإيجابية وتشجيعهم على التنوع والمرونة في استعمالها بما يخدم الصحة النفسية لدى الابن المراهق وذلك من خلال ورش العمل وبرامج الإرشاد الوالدي المقدمة من المراكز المتخصصة في الإرشاد الأسري، حيث تقوم هذه المراكز بدورها التوعوي وتمارين الآباء والإشراف على ممارساتهم العملية داخل المنزل.
- 2- ضرورة تثقيف الآباء بأهم المشكلات الانفعالية التي تظهر عند الأبناء في مرحلة المراهقة للوقاية منها أولاً وتشخيصها وعلاجها في مرحلتها المبكرة ثانيًا قبل أن تتأزم المشكلة لدى المراهق.

- 3- نشر وتعميم نتائج الدراسة على المختصين حيث ستفيد في تحديد محتوى البرامج العلاجية أو الوقائية المطلوب نشرها والتوعية بها والتدريب عليها من أجل تجنب الأبناء المراهقين من السلبيات الخطيرة غير المحمودة.

- 4- إيجاد مرشدين أسريين متخصصين في تطبيق برامج التواصل الأسري الإيجابي لتوعية الآباء بأهمية اختيار أسلوب التواصل المناسب مع المراهق، حيث يختلف الأسلوب المناسب باختلاف خصائص شخصية المراهق.

5- مواكبة التطور التقني واستغلال التكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي في نشر ثقافة التواصل الأسري.

6- إيجاد خط ساخن لتقديم التوجيه والإرشاد حول الأسلوب التواصلية الإيجابية المناسب عند تعرض الآباء لمشكلة في التواصل مع ابنهم المراهق مما يشجع الآباء على طلب النصيحة عند الحاجة بصورة مستعجلة من غير أن يحتاج إلى الكشف عن بعض معلوماته الشخصية والحساسية التي قد تمنعه من طلب النصيحة في مراكز الإرشاد الأسري.

الدراسات والبرامج المقترحة

- إعداد برنامج إرشادي في تعزيز أساليب التواصل الإيجابية داخل الأسر التي تفرق في المعاملة بين الأبناء.
- عمل دراسة تتناول العلاقة بين أساليب التواصل الأسري والمشكلات السلوكية والانفعالية لدى الأطفال.
- عمل دراسة تتناول العلاقة بين انفعال القلق والاكتئاب لدى المراهقين.
- عمل دراسة تتناول العلاقة بين أساليب التواصل الإيجابية وتنمية الإبداع عند الأطفال.
- تطبيق وإعادة إجراء نفس هذه الدراسة في بلدان ومناطق أخرى في الخليج والعالم العربي وغيره.

المصادر والمراجع العربية:

- ابراهيم، مجدي (2004). موسوعة التدريس، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- ابن منظور، جمال الدين (2005). لسان العرب، بيروت: دار صادر.
- أبو جاموس، أسامة عبد الغني محمد (2009). الاضطرابات الانفعالية ومهارات حل المشكلات لدى المراهقين. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- أبو غزال، معاوية (2009). النمو الانفعالي والاجتماعي للطفل، عمان: سلسلة منشورات وزارة الثقافة (١٤٣).
- أبو زرقعة، دعاء محمد (2021). المشكلات الانفعالية والسلوكية لأطفال الأمهات المضطربات نفسياً وعلاقته بالتوافق الأسري لديهن. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- أراجيل، مايكل (1993). سيكولوجية السعادة، ترجمة فيصل بعد القادر يونس، الكويت: عالم المعرفة.
- إسماعيل، محمد عماد الدين (1986). الأطفال مرآة المجتمع، النمو النفسي والاجتماعي للطفل في سنواته التكوينية، الكويت: عالم المعرفة.
- بدارنة، إحسان غسان (2012). الآثار الاجتماعية والانفعالية الناجمة عن العنف الأسري الموجه للمراهقين. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة عمان العربية، الأردن.
- البلوشي، شمسة بنت عيسى، والظفري، سعيد بن سليمان (2019). علاقة الذكاء العقلي والانفعالي بالمشكلات الأكاديمية والانفعالية لدى طلبة المرحلتين (المتوسطة والثانوية) بسلطنة عمان. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الشارقة، الشارقة (1)، 116-143.
- بنات، سهيلة (2004). أثر التدريب على مهارات الاتصال ومهارات حل المشكلات في تحسين تقدير الذات والتكيف لدى النساء المعنفات وخفض مستويات العنف الأسري، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، الجامعة الأردنية، الأردن.

بو بكر، بو خريسة (2006). المفاهيم والعمليات الأساسية في علم النفس الاجتماعي، جامعة باجي مختار.

جديد، عبد الحميد، وأولاد حيمودة، جمعة، وابن طاهر تيجاني (2018). مستوى الاتصال الأسري ومظاهر الانتقال من عصر الأدوار إلى عصر العلاقات دراسة ميدانية بمدينة متليلي الشعانبة. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة عمار ثلجي الاغواط، الجزائر (34) 71-84.

جميات، إيمان (2019). أساليب التواصل الأسري وعلاقته بأنماط التفاعل لدى تلاميذ المرحلة النهائية بثانوية المدخل الغربي. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة محمد بوضياف، الجزائر. حريري، هشام (2000). الإدارة التربوية، مكة المكرمة: مكتبة الأفق.

حسن، نجلاء، ومحمد، منى (2021). مهارات تفاوض الآباء مع الأبناء المراهقين المتفوقين عقليا وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية والانفعالية لديهم. مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية، جامعة المنيا كلية التربية النوعية، 7 (37)، 1521-1577.

حسين، طه (2009). استراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي، عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.

الحمداني، إقبال (2011). الاغتراب- التمرد-قلق المستقبل، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

خمد، محمد (2019). التواصل الأسري وعلاقته بالأمن النفسي لدى الأبناء. مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية، جامعة خميس مليانة، وجامعة البلدية، 4، (2) 57-72.

دسوقي، كمال (1979). النمو التربوي للطفل والمراهق (دروس في علم النفس الارتقاء)، بيروت: دار النهضة العربية.

ذياب، سليمة، وضيف، الأزهر (2020). شبكات التواصل الاجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الاجتماعية الأسرية من وجهة عينة من المتزوجات. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 12(5)، 185-194.

ربيعه، شيخة (2004). الخجل وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية كما تدركها طالبات المرحلة الثانوية المتفوقات وغير المتفوقات. مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، الدوحة 13 (26)، 291-283.

رحماني، شريفة (2018). أساليب التواصل الوالدية داخل الأسرة. مجلة أكاديمية فصلية محكمة تعنى بالبحوث الفلسفية والاجتماعية والنفسية، جامعة وهران، الجزائر 5 (2)، 144-131.

الرفاعي، نعيم (2001). الصحة النفسية، دمشق: مطبعة طربين.

رفيق، رحماني (2015). الصحة النفسية لدى الشخصية الوسواسية القهرية، الجزائر: جامعة الدكتور مولاي الطاهر.

رويم، فايزة، وغربي، صبرينة (2013). معوقات التواصل الايجابي داخل الأسرة وسبل التدخل (اقتراح برنامج لتواصل مع الأبناء). الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، 9-10 ابريل.

الريماوي، محمد عودة (1998). في علم نفس الطفل، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

ريثشان، نعومي (1999). التواصل مع الأطفال في ظروف الشيق والنزاعات، بيروت: بيسان للنشر والتوزيع.

الزبون، سليم عوده (2015). العنف الأسري وعلاقته بالوسواس القهري لدى طلبة الجامعات الأردنية. مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإنسانية، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، 15 (2)، 166-156.

الزعبي، أحمد (2001). علم نفس النمو، عمان: ماسية للثقافة العربية.

زهران، حامد عبد السلام (2005). علم نفس النمو، القاهرة: عالم الكتب.

زهران، سناء حامد (2011). الصحة النفسية والأسرة، القاهرة: عالم الكتب.

زيدان، أحمد، وكمال، سيسالم (1992). المعاقون أكاديميًا وسلوكيًا، خصائصهم وأساليب تربيتهم، الرياض: مكتبة الصفحات الذهبية.

سيزلاقي، وولاس (1990) السلوك التنظيمي والأداء، ترجمة: جعفر ابو القاسم احمد. معهد الإدارة العامة.

الشريف، ناهل محمد (2010). الرفض الأسري وعلاقته بمشكلات التوافق الانفعالي والسلوك العدواني لدى التلاميذ المعاقين سمعياً: دراسة مقارنة لتلاميذ الصفين السابع والثامن بولاية الخرطوم. (رسالة دكتوراه غير مشورة)، جامعة أم درمان الإسلامية.

سمعان، مريم (2010) المشكلات الانفعالية لدى الطفل المتخلف عقلياً وعلاقتها بأساليب المعاملة والانسجام بين الوالدين: دراسة ميدانية في مراكز رعاية وتأهيل المعوقين ذهنياً في محافظة مدينة دمشق. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة دمشق، دمشق.

شفيق، منى (2011). مهارات الاتصال الفعال. أعمال مؤتمرات: الإعلام الإلكتروني. المنظمة العربية للتنمية الإدارية، 259 - 282.

الطائي، نهى حامد (2022). المؤثرات السريرية للاضطرابات الانفعالية والعصبية في رسوم الاطفال المعاقين سمعياً. كتاب أبحاث المؤتمر الدولي للنمو والتطوير التكاملي في التربية الخاصة: تكوين المعرفة للمستقبلات، 257-273.

طايب، رتيبة، وبوشلول، ليلي (2020). ثقافة الحوار الأسري ودورها في وقاية الأبناء من الانحراف في المجتمع الجزائري المعاصر. مجلة الحكمة للدراسات الإعلامية والاتصالية، 8، (3) 1-26.

عالي، حسن. (2013). المنظور السوسيولوجي للتواصل عند هابرماس. مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية، 18 (1)، 200-214.

عبدات، روي (2010). الإساءة الموجهة للمعوقين (الأسباب واستراتيجيات الوقاية والعلاج)، عمان: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع .

عبد الحميد، سعيد (2018). ما وراء الانفعال لدى آباء الأطفال التوحديين بمرحلة ما قبل المدرسة وأثره على مشكلات أطفالهم الانفعالية والسلوكية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية، 32 (2)، 266-300.

عبد الستار، مركمال (2020). سوسيولوجيا الحوار الأسري. مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية، 8 (3) 100-111.

عبد السلام، حامد (1998). الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة: عالم الكتب.

عبد السلام، سميرة (2005). أنماط التواصل مع الوالدين وعلاقتها بالتوافق الأسري والجناح الكامن لدى المراهقين من الجنسين. مجلة كلية التربية، 29 (4) 183-256.

عبد الغفار، نهى محمود (2021). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتواصل الأسري كما يدركها الأبناء في مرحلة المراهقة. مجلة البحوث، 1 (4) 155-177.

عبد الهادي، جودت، والعزة، سعيد (1999). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

عبيدي، يمينه (2020). الاتصال الأسري وعلاقته بمفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي دراسة ميدانية بثنائية محمد بوصبيعات المنطقة الغربية بولاية بسكرة. مجلة علوم الإنسان والمجتمع، جامعة الجزائر، الجزائر 9 (5) 273-304.

العثيمين، فهد (1995). الاتصالات الإدارية: ماهيتها - أهميتها - أساليبها، الرياض: مطابع شركة الصفحات الذهبية.

العطاس، طاهر بن حسين (2011). فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتنمية الوعي بأساليب التواصل الأسري بين الآباء والأبناء: دراسة على أولياء أمور بمدينة سيئون بالجمهورية اليمنية. (رسالة ماجستير غير منشورة)؛ جامعة أم درمان الإسلامية.

العاكشي، بشرى أحمد جاسم (2020). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتواصل الأسري من وجهة نظر عينة من الطالبات المواطنات في جامعة الشارقة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 21(1)، 483-523.

علاوي، محمد. (2018). عوائق الفحص النفسي للمشكلات السلوكية والانفعالية في الوسط المدرسي. مجلة روافد: للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية. (1)2، 189-169.

عمر، أحمد مختار (2008). معجم اللغة العربية المعاصرة، القاهرة: عالم الكتب.

العمور، أحمد محمد زايد. (2015). المشكلات الانفعالية والاجتماعية لدى الأيتام المراهقين في قضاء بئر السبع. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة عمان العربية، عمان.

العنزي، مضحي سابر (2009). بعض المشكلات النفسية للطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسياً "دراسة مقارنة على طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض". (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

عواد، نورة طه محمد (2013). مشكلات الاجتماعية والانفعالية لدى أسر الأطفال الذين يعانون من الثلاثيميا. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة عمان العربية، الأردن.

عويس، عفاف أحمد (2003). النمو النفسي للطفل. الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

فتال صليحة، دوداح علجية (2022). أشكال التواصل بين الوالدين والأبناء ومستوى الطموح لدى التلاميذ المعدن لشهادة البكالوريا. معارف، جامعة تيزي وزو، وجامعة البويرة، الجزائر 17 (1)، 1002-983.

الفتياني، تيسير (2015) دور الأسرة في تحقيق التسامح بين أفرادها. مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإسلامية، (3)، 116-117.

الفريحان، عفاف، ومقابله، نصر (2018). القدرة التنبؤية لبيئة التواصل الأسري والكفاءة الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية بالمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر في محافظة عجلون. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 8 (24)، 180-163.

القريطي، عبد المطلب (١٩٩٨). في الصحة النفسية، القاهرة: دار الفكر العربي.

قنديل، ريهام (2012). الدمج بين فنيات التحليل التفاعلي ونموذج Test كمنحى إرشادي فعال لتنمية مهارات التواصل. مجلة القراءة والمعرفة، 124(1)، 172-197.

قوراي، أسماء (2020). عمل المرأة ومشكلة التواصل الأسري -دراسة ميدانية استطلاعية على عينة من الأمهات العاملات. المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية، جامعة محمد بن أحمد، الجزائر 12(1)، 125-138.

كفافي، علاء الدين (1999). الإرشاد والعلاج الأسري، المنظور النسقي الاتصالي، القاهرة: دار الفكر العربي.

كفافي، علاء الدين (1997). الصحة النفسية، الجيزة: هجر للطباعة والنشر والتوزيع والإعلان. محمد، صالحة سرور (2007). المشكلات السلوكية والانفعالية للأفراد المعاقين بصريا وعلاقتها بمتغيرات سبب الإعاقة البصرية ومستواها، والعمر، والجنس. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان.

محمد، محمد (2004). النمو والطفولة في رياض الأطفال، عمان: دار الثقافة.

محمد، وزاني، وصدار، لحسن (2019). ذهنية الأستاذ في التفاعل مع الاضطراب السلوكي والانفعالي معرفيا وإجرائيا. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، 4(1)، 76-100.

مطلاوي، ربيع (2020). قيم الاختيار الزوجي وأساليبه (من منظور سوسيو ثقافي). مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، جامعة العربي تبسي، 7 (3)، 879-992.

المومني، عبد اللطيف عبد الكريم محمد، وبطائنة، أسامة محمد (2010). المشكلات الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في ضوء متغيري الجنس ومكان السكن. مؤتة للبحوث والدراسات: سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مؤتة، 25، (4)، 11-36.

الناصر، منال (2019). تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية والأسرية لدى طلبة الجامعة السعودية الإلكترونية بمدينة الرياض. مجلة البحث العلمي في التربية، (20) 291-241.

نحوي، عائشة (2008). محاضرات مقياس العلاجات النفسية. وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة محمد خيضر بسكرة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.

الوائلي، جميلة رحيم، والمولى، سالي طالب (2014). الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالمناخ الأسري لدى طالبات قسم رياض الأطفال. مجلة كلية التربية للبنات، جامعة بغداد كلية التربية للبنات، بغداد 25(3)، 664-653.

يحيى، خوله (2000). الاضطرابات السلوكية والانفعالية، عمان: دار الفكر للنشر.

يحيياوي، حسينة، وآخرون (2018). المشكلات الانفعالية والسلوكية لدى الأطفال اللاجئين السوريين (دراسة ميدانية لـ 80 طفل سوري لاجئ في الجزائر). مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر، (8)، 128-112.

المصادر والمراجع الأجنبية:

Bowlby, J. (1988). *A secure base parent-child attachment and healthy human development*, New York: Basic Books Publishers.

Dervien, B & Roight, M. (1994). *Progress in Communication Science*. New Jersey: Alex Publishing Corporation.

Fitzpatriz, A (1988). *Between husbands and wives: Communication in marriage*, New York: Sage publishers.

Guttmann, J, & Rosenberg, M. (2003). Emotional Intimacy and Children's Adjustment: A comparison between single-parent divorced and intact families, *Educational Psychology*, 23(4), 457- 472.

Holahan, C, & Moos, R. (1985). Life Stress and Health: Personality, Coping and Family Support in Stress Resistance, *Journal of Personality and Social Psychology* 49(3), 738-743.

Hopkins, G. (2013). *Parent- Child Communication as it Relates to the Prevention of high Risk*. Adolescent Health. Kastrati, Beatrice.

Kumar, P (2013). A Study of Emotional Stability and Socio- Economic- Status of Students Studying in Secondary Schools. *International Journal of Education and Information Studies*, 3(1), 7- 11.

Rice, P. (1993). *Intimate relationships marriages and families*. New york: Mayfield publishing company.

Rickman, M. D., & Davidson, R. J. (1994). Personality and behavior in parents of temperamentally inhibited and uninhibited children.

Developmental Psychology, 30(3), 346–354.

Sadiq, F. Rimawi, S. Haddad, L. (2000). Psychosocial and economic study of families with thalassemic children in north of Jordan.

International Quarterly of Community Health Education, 19 (3), 249–257.

Satir, V. (1994). *Conjoint Family therapy: A guide to theory and technique*. Souvenir Press.

Sieburg, E. (1985). *Family Communication*, New York: Gardner Pres

الملاحق:

أسماء السادة المحكمين لمقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية.

استمارة تحكم مقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية.

مقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية بعد التحكم (الصورة النهائية).

ملحق (1)

أسماء السادة المحكمين لمقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية.

الرقم	اسم المحكم	الجامعة
1	د. نادية محمد التازي	جامعة الخليج العربي
2	د. جمل الليل	جامعة الملك عبد العزيز
3	د. أحمد سعد جلال	جامعة البحرين
4	د. محمد المطوع	جامعة البحرين
5	أ.د. عبد العزيز المصطفى	جامعة الملك فيصل (سابقاً).

ملحق (2)

استمارة تحكيم مقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية.

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس أساليب التواصل

الأستاذ الدكتور / حفظكم الله

ورعاكم.

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،

الموضوع: تحكيم مقياس

يقوم الباحث بإعداد بحث لنيل درجة الماجستير من قسم علم النفس بكلية الآداب بجامعة البحرين - تخصص (الإرشاد الأسري) بعنوان:

" أساليب التواصل الأسري وعلاقتها ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين "

وتهدف الدراسة إلى التعرف على أساليب التواصل الأسري السائدة داخل الأسرة لدى عينة الدراسة، والكشف عن المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين.

وهذا يتطلب مني تطبيق مقياسين إحداهما لأساليب التواصل من إعداد الدكتور فيحان بن شجاع المرشدي، ومقياس آخر لخصائص الشخصية من إعداد الباحث.

أرجو من سيادتكم التكرم بالاطلاع على المقياس وإبداء الرأي بفقراتها من حيث وضوح الفقرات وقوة صياغتها، ومدى انتماء كل فقرة من الفقرات.

وتفضلوا بقبول فائق التقدير والاحترام

الباحث: عبدالله درويش



جامعة البحرين

مقياس أساليب التواصل

عزيزي الطالب/ عزيزتي الطالبة:

يهدف هذه المقياس إلى التعرف على أساليب التواصل داخل الأسرة للاستفادة منها في تحديد أكثر أساليب التواصل شيوعاً لدى أسر المراهقين، لذا نرجو منكم الإجابة بكل صدق وموضوعية على أسئلة المقياس المرفق من خلال وضع علامة (✓) تحت البديل الذي ينطبق عليكم من بين البدائل الثلاثة، علماً بأن ذكر الاسم غير مطلوب، وبيانات البحث سرية لن يطلع عليها أحد سوى فريق البحث، ولكم خالص الشكر على تعاونكم.

فريق البحث

البيانات الأولية:

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

العمر: ☐ أقل من 16 سنة ☐ من 16 إلى أقل من 17 سنة

☐ 17 سنة فأكثر

مقياس أساليب التواصل

م	العبارة	مناسب	غير مناسب	التعديل المقترح
البعد الأول/ الأسلوب اللوام الهجومي.				
1	والدي لا يرضا عن أي عمل أقوم به.			
2	يكثُر والدي من نقدي أمام الآخرين.			
3	ينهزني والدي دون معرفة السبب.			
4	والداي لايسمحا لي بالاعتراض على أوامرهما.			
5	يسخر والداي من كلامي أمام الآخرين.			
6	والدي لا يسمح لي بزيارة زملائي في المنزل			
7	والدي لا يقبل أن أقوم باختيار أشيائي الشخصية			
8	يعاقبني والدي على أي خطأ ارتكبه.			
9	يفرض والدي آراءهم في أموري الخاصة ولا يأخذون برأيي.			
10	عند قيامي بأعمال مرضية لوالدي لا أحصل على تشجيع منهم.			
البعد الثاني / الأسلوب غير التوكيدي				
11	يفرح والدي عندما أتنازل عن بعض حقوقي للآخرين.			
12	ينصحنني والدي بأن أفضل حل للمشاكل هو الهروب منها وتجنبها.			
13	يتضايق والدي عندما أعترض على بعض أوامره.			
14	يحذرنني والدي من عدم سماع كلام المدرسين تجنبًا للمشاكل.			
15	يشجعني والدي على تفضيل مصلحة الآخرين على مصلحتي.			
16	عندما يخطأ زميلي في حقي يجبرني والدي على الاعتذار له.			

			17	يخبرني والدي أنني بحاجة لموافقتهم ورضاهم عن تصرفاتي.
			18	يقلل والدي من شأنني أمام الآخرين.
			19	يجبرني والدي على الاعتذار لمحاولة تجنب الخلافات والمشاكل مع الآخرين.
البعد الثالث / الأسلوب التوكيدي				
			20	يقوم والدي بتشجيعي بالمطالبة بحقوقتي.
			21	يسعد والدي عندما أتحدث عن مشاعري وأفكاري.
			22	يدفعني والدي إلى الالتزام بتنفيذ أقوالهما
			23	يساعدني والدي على التعبير عن رأيي في كل الأمور.
			24	أناقش والدي في أمور المنزل بكل حرية.
			25	عند تعدي الآخرين على حقوقي يطالبني والدي بعدم التفریط في حقّي.
			26	يترك لي والدي حرية الاختيار لأصدقائي.
			27	يشجعني والدي على الاعتماد على نفسي في أخذ القرار.
			28	يحتثي والدي على عدم التعدي على حقوق الآخرين.
البعد الرابع / الأسلوب العقلاني				
			29	يرى والدي أن أفضل شيء هو تجنب الصدام المباشر مع الآخرين.
			30	يدفعني والدي إلى التروي واستخدام العقل في التعامل مع الآخرين.
			31	عندما أتضايق من صديقي يجبرني والدي على التعامل معه حرصًا على مصلحتي.
			32	يفرح والدي عندما لا أتشاجر مع الآخرين.

			33	ينصحني والدي بتجنب الصدام المباشر مع الآخرين.
			34	يحثني والدي على عدم التعبير عن أفكاري للآخرين بشكل صريح.
البعد الخامس/ الأسلوب المناور				
			35	عند تعاملتي مع والدي بطريقة خاطئة يمتنع والدي عن التحدث معي.
			36	يبدل والدي أقصى جهد لمساعدتي على تجنب المواقف الصعبة.
			37	عندما أخطئ يذكّرني والدي بما فعلوه من أجلي.
			38	يساعدني والدي على تخطي أي مشكلة أو أزمة تمر بي.
			39	يتجنب والدي إخباري بأي مواقف تتسبب في مضايقتي وإزعاجي.

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس خصائص الشخصية الانفعالية للمراهقين

الأستاذ الدكتور / حفظكم الله

ورعاكم.

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،

الموضوع: تحكيم مقياس

يقوم الباحث بإعداد بحث لنيل درجة الماجستير من قسم علم النفس بكلية الآداب بجامعة البحرين - تخصص (الإرشاد الأسري) بعنوان:

" أساليب التواصل الأسري وعلاقتها ببعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين "

وتهدف الدراسة إلى التعرف على أساليب التواصل الأسري السائدة داخل الأسرة لدى عينة الدراسة، والكشف عن المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين أساليب التواصل الأسري وبعض المشكلات الانفعالية لدى الأبناء المراهقين بمملكة البحرين.

وهذا يتطلب مني تطبيق مقياسين إحداهما لأساليب التواصل، ومقياس آخر لخصائص الشخصية.

أرجو من سيادتكم التكرم بالاطلاع على المقياس وإبداء الرأي بفقراتها من حيث وضوح الفقرات وقوة صياغتها، ومدى انتماء كل فقرة من الفقرات.

وتفضلوا بقبول فائق التقدير والاحترام

الباحث

عبدالله جاسم درويش



جامعة البحرين

مقياس خصائص الشخصية الانفعالية

عزيزي الطالب / عزيزتي الطالبة:

يهدف هذه المقياس إلى التعرف على بعض سمات الشخصية للاستفادة منها في تحديد أكثر السمات شيوعاً لدى المراهقين، لذا نرجو منكم الإجابة بكل صدق وموضوعية على أسئلة المقياس المرفق من خلال وضع علامة (✓) تحت البديل الذي ينطبق عليكم من بين البدائل الثلاثة، علماً بأن ذكر الاسم غير مطلوب، وبيانات البحث سرية لن يطلع عليها أحد سوى فريق البحث، ولكم خالص الشكر على تعاونكم.

فريق البحث

البيانات الأولية:

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

العمر: ☐ أقل من 16 سنة ☐ من 16 إلى أقل من 17

سنة ☐ 17 سنة فأكثر

مقياس خصائص الشخصية الانفعالية

م	العبارة	مناسب	غير مناسب	التعديل المقترح
الخوف				
1	أشعر بالقلق حيال صحتي.			
2	أتوتر عند تقديمي للامتحان.			
3	أتوتر عند اختيار الملابس التي تتناسبني.			
4	أشعر بالخوف من الظلام.			
5	أتجنب الذهاب إلى الأماكن المرتفعة.			
6	أفضل استعمال السلالم على استعمال المصعد.			
7	أتجنب ركوب القارب خوفاً من سقوطي في البحر.			
8	أخاف أن أكون وحيداً يوماً ما.			
9	أنا كثير التدقيق فيما أقول خوفاً من أن يفهمني أحد بصورة خاطئة.			
10	أخاف أن أظهر بصورة سلبية أمام الآخرين.			
11	أخاف أن أخسر علاقتي الجيدة بمن أحب.			
12	أتجنب رمي الأشياء خوفاً من احتياجي لها في المستقبل.			
الخجل				
13	تتقصني القدرة على التعبير عن آرائي.			
14	أتجنب النشاطات التي أكون فيها محط الانتباه.			
15	أبحث عن مبررات تمنعني من حضور التجمعات.			
16	يصعب عليّ الحصول على أصدقاء جدد.			
17	أتردد في إرجاع ما اشتريت إلى البائع وإن كان غير ملائم.			
الغيرة				

18	أغضب إن حصل أخي على اهتمام أكثر مني.		
19	أشعر بالضيق إذا حصل صديقي على درجة أعلى مني.		
20	أرجو الخير للآخرين، ولكن لا أقبل أن يصلوا إلي.		
21	أغضب عندما يتم مدح شخص أمامي ولا يتم مدحي.		
22	أشعر بعدم الارتياح عندما يخبرني صديقي عن بعض إنجازاته التي استطاع تحقيقها.		
العصبية			
23	أشعر أنني عصبي المزاج وسريع الانفعال.		
24	أجد صعوبة في التحكم بانفعالاتي.		
25	أغضب عندما لا يصغي لي أحد.		
26	أضجر عندما تسير الأمور ببطء.		
27	أغضب عندما تتراكم علي الأمور.		
الحزن			
28	أشعر بالحزن والكآبة.		
29	أشعر بالسخط على نفسي.		
30	أشعر بالرغبة في البكاء.		
31	أعاني من قلة الاستمتاع عند ممارستي أنشطتي.		
32	أشعر أنني مثقل بالهموم.		
33	أشعر بالإرهاق والخمول.		
التشاؤم			
34	أشعر أن حياتي لا قيمة لها.		
35	أشعر بالعجز عن القيام بما أريد.		
36	أحب أن أنام هرباً من ألم الحياة.		
37	أشعر أن حياتي لن تتحسن.		
38	أشعر بالندم على أخطاء الماضي.		
39	أجد صعوبة في التحكم بأفكاري السلبية.		

الوحدة				
			أشعر أن الناس تعاملني بطريقة غير عادلة.	40
			أميل إلى العزلة.	41
			أشعر أن الناس لا تفهم مشاعري.	42
			أكره الآخرين.	43
			أشعر أنني إنسان غير مرغوب به.	44

ملحق (3)

مقياس أساليب التواصل ومقياس خصائص الشخصية بعد التحكيم (الصورة النهائية).



جامعة البحرين

مقياس أساليب التواصل

عزيزي الطالب/ عزيزتي الطالبة:

يهدف هذه المقياس إلى التعرف على أساليب التواصل داخل الأسرة للاستفادة منها في تحديد أكثر أساليب التواصل شيوعاً لدى أسر المراهقين، لذا نرجو منكم الإجابة بكل صدق وموضوعية على أسئلة المقياس المرفق من خلال وضع علامة (✓) تحت البديل الذي ينطبق عليكم من بين البدائل الثلاثة، علماً بأن ذكر الاسم غير مطلوب، وبيانات البحث سرية لن يطلع عليها أحد سوى فريق البحث، ولكم خالص الشكر على تعاونكم.

فريق البحث

البيانات الأولية:

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

العمر: ☐ أقل من 16 سنة ☐ من 16 إلى أقل من 17

سنة ☐ 17 سنة فأكثر

مقياس أساليب التواصل

م	العبارة	دائمًا (5)	غالبًا (4)	أحيانًا (3)	نادرًا (2)	أبدًا (1)
1	والدي لا يرضا عن أي عمل أقوم به.					
2	يكثر والدي من نقدي أمام الآخرين.					
3	ينهرني والدي دون معرفة السبب.					
4	والداي لا يسمحا لي بالاعتراض على أوامرهما.					
5	يسخر والداي من كلامي أمام الآخرين.					
6	والدي لا يسمحا لي بزيارة زملائي في المنزل.					
7	والدي لا يقبل أن أقوم باختيار أشيائي الشخصية					
8	يعاقبني والدي على أي خطأ ارتكبه.					
9	يفرض والدي آراءهم في أموري الخاصة ولا يأخذون برأيي.					
10	عند قيامي بأعمال مرضية لوالدي لا أحصل على تشجيع منهم.					
11	يفرح والدي عندما أتنازل عن بعض حقوقي للآخرين.					
12	ينصحني والدي بأن أفضل حل للمشاكل هو الهروب منها وتجنبها.					
13	يتضايق والدي عندما أعترض على بعض أوامره.					
14	يحذرنني والدي من عدم سماع كلام المدرسين تجنبًا للمشاكل.					
15	يشجعني والدي على تفضيل مصلحة الآخرين على مصلحتي.					
16	عندما يخطأ زميلي في حقِّي يجبرني والدي على الاعتذار له.					

					17	يخبرني والدي أنني بحاجة لموافقتهم ورضاهم عن تصرفاتي.
					18	يقلل والدي من شأني أمام الآخرين.
					19	يجبرني والدي على الاعتذار لمحاولة تجنب الخلافات والمشاكل مع الآخرين.
					20	يقوم والدي بتشجيعي بالمطالبة بحقوقتي.
					21	يسعد والدي عندما أتحدث عن مشاعري وأفكاري.
					22	يدفعني والدي إلى الالتزام بتنفيذ أقوالهما
					23	يساعدني والدي على التعبير عن رأيي في كل الأمور.
					24	أناقش والدي في أمور المنزل بكل حرية.
					25	عند تعدي الآخرين على حقوقي يطالبني والدي بعدم التفريط في حقوقي.
					26	يترك لي والدي حرية الاختيار لأصدقائي.
					27	يشجعني والدي على الاعتماد على نفسي في أخذ القرار.
					28	يحتثي والدي على عدم التعدي على حقوق الآخرين.
					29	يرى والدي أن أفضل شيء هو تجنب الصدام المباشر مع الآخرين.
					30	يدفعني والدي إلى التروي واستخدام العقل في التعامل مع الآخرين.
					31	عندما أتضايق من صديقي يجبرني والدي على التعامل معه حرصاً على مصلحتي.
					32	يفرح والدي عندما لا أتشاجر مع الآخرين.
					33	ينصحنني والدي بتجنب الصدام المباشر مع الآخرين.

					34	يحتثي والدي على عدم التعبير عن أفكاره للآخرين بشكل صريح.
					35	عند تعامله مع والدي بطريقة خاطئة يمتنع والدي عن التحدث معي.
					36	يبدل والدي أقصى جهد لمساعدتي على تجنب المواقف الصعبة.
					37	عندما أخطئ يذكرني والدي بما فعلوه من أجلي.
					38	يساعدني والدي على تخطي أي مشكلة أو أزمة تمر بي.
					39	يتجنب والدي إخباري بأي مواقف تتسبب في مضايقتي وإزعاجي.



جامعة البحرين

مقياس خصائص الشخصية الانفعالية

عزيزي الطالب/ عزيزتي الطالبة:

يهدف هذه المقياس إلى التعرف على بعض سمات الشخصية للاستفادة منها في تحديد أكثر السمات شيوعاً لدى المراهقين، لذا نرجو منكم الإجابة بكل صدق وموضوعية على أسئلة المقياس المرفق من خلال وضع علامة (✓) تحت البديل الذي ينطبق عليكم من بين البدائل الثلاثة، علماً بأن ذكر الاسم غير مطلوب، وبيانات البحث سرية لن يطلع عليها أحد سوى فريق البحث، ولكم خالص الشكر على تعاونكم.

فريق البحث

البيانات الأولية:

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

العمر: ☐ أقل من 16 سنة ☐ من 16 إلى أقل من 17

سنة ☐ 17 سنة فأكثر

22	أشعر بعدم الارتياح عندما يخبرني صديقي عن بعض إنجازاته التي استطاع تحقيقها.		
23	أشعر أنني عصبي المزاج وسريع الانفعال.		
24	أجد صعوبة في التحكم بانفعالاتي.		
25	أغضب عندما لا يصغي لي أحد.		
26	أضجر عندما تسير الأمور ببطء.		
27	أغضب عندما تتراكم على الأمور.		
28	أشعر بالحزن والكآبة.		
29	أشعر بالسخط على نفسي.		
30	أرغب في البكاء.		
31	أعاني من قلة الاستمتاع عند ممارستي أنشطتي.		
32	أشعر أنني مثقل بالهموم.		
33	أشعر بالإرهاق والخمول.		
34	أشعر أن حياتي لا قيمة لها.		
35	أشعر بالعجز عن القيام بما أريد.		
36	أحب أن أنام هرباً من ألم الحياة.		
37	أشعر أن حياتي لن تتحسن.		
38	أشعر بالندم على أخطاء الماضي.		
39	أجد صعوبة في التحكم بأفكاري السلبية.		
40	أشعر أن الناس تعاملني بطريقة غير عادلة.		
41	أميل إلى العزلة.		
42	أشعر أن الناس لا تفهم مشاعري.		
43	أكره الآخرين.		
44	أشعر أنني إنسان غير مرغوب به.		

Abstract

Family Communication Styles and their Relationship to some Emotional Problems among Teenagers in the Kingdom of Bahrain.

The current study aimed to identify the relationship between family communication styles and some emotional problems among teenagers in the Kingdom of Bahrain. The sample was chosen through ice cubes, and their number was 216. The scale of emotional problems for teenagers (2019) was applied to identify the family communication styles used within the families. Furthermore, the emotional problems scale prepared by the research was also applied. The researcher used the descriptive approach to achieve the objectives of the study. The results of the study showed that the assertive method is one of the most common family communication methods used among family members, and the problem of anger is the most common problem among teenagers. The results also showed that when the non-affirmative style is used within a family, the teenagers showed high levels of anxiety and depression, unlike the teenagers with whom his family used the assertive, rational, and manipulative styles. The results showed that they had low levels of anxiety and depression.

UNIVERSITY OF BAHRAIN

College of Arts



Department of Psychology
Family Counseling
Master Program

Family Communication Styles and their Relationship to some Emotional Problems among Teenagers in the Kingdom of Bahrain.

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master's Degree in Family Counseling.

Submitted by
Abdulla Jasim Isa Darwish
University Number: 20140150

Supervised by

Dr. Tawfiq Abdulmonem	Dr. Sami Mohamed Almahjoob
Associate Professor of Psychology	Assistant Professor of Psychology
University of Bahrain	University of Bahrain

Kingdom of Bahrain
March 2023