

# النور فى المواد الفلسفية... مسر: ضياء ابو نور... يقدم لكم... عصير الباب الاول علم نفس... بالهنا والشفا

## اولا: التعريفات

<b>الذكاء عند جاردنر</b>	القدرة على حل المشكلة فى سياقات مختلفة
<b>الذكاء اجتماعيا</b>	قدرة الفرد على التفاعل مع الآخرين
<b>الذكاء نفسيا</b>	تبرهان: القدرة على التفكير المجرد وكسلر: القدرة على العمل الهادف والتفكير المنطقى سيبرمان: القدرة على ادراك العلاقات
<b>الذكاء اللغوى</b>	يشير الى: قدرة الفرد على فهم واستخدام اللغة المنطوقة بطلاقة ومرونة يتضمن: (تكوين استخدام فهم تعبير) - تكوين الجمل - استخدام اللغة قراءة وكتابة - فهم معانى الكلمات تعبير الفرد عما داخله
<b>الذكاء الرياضى (المنطقى)</b>	يشير الى: قدرة الفرد على: (2 استخدام تنظيم - حل) استخدام الرموز والاعداد المجرد بفاعلية استخدام لغة الارقام فى الوصف والتحليل والاستنتاج بعقلانية تنظيم العلاقات - حل المشاكل بطريقة علمية
<b>الذكاء المكاني (البصرى)</b>	يشير الى قدرة الفرد على: (2 ادراك - معرفة) ادراك العلاقات المكانية - ادراك الابعاد الثلاثة المكانية - معرفة الاشكال والاحجام يتطلب: حساسية الفرد (للألوان والاشكال والاحجام)
<b>الذكاء الجسمى (الحركى)</b>	يشير الى: قدرة الفرد على: (استخدام - تعبير) - استخدام الجسم ككله او جزء منه فى اداء مميز - التعبير عن الاحاسيس والمشاعر
<b>الذكاء الموسيقى</b>	يشير الى: قدرة الفرد على: (ادراك - تحويل) - ادراك النغمات الموسيقية وتذوقها - تحويل النغمات الى اداء
<b>الذكاء الاجتماعى</b>	يشير الى: قدرة الفرد على: ادراك مشاعر الآخرين وعلاقتهم وانفعالتهم والاستجابة لها بفاعلية
<b>الذكاء الشخصى</b>	فهم الشخص لذاته وامكاناته وتصنيفها والتصرف تبعاً لها يتضمن: معرفة الشخص لذاته ونقاط قوته وضعفه

<b>التعلم</b>	تغير شبه دائم فى السلوك نتيجة الخبرة او الممارسة
<b>الجشطات</b>	الصيغة الكلية.. الكل اكبر من مجموع اجزائه
<b>المثير الطبيعى</b>	رمزه: (م/ط) تنشأ عنه: الاستجابة الطبيعية فى النظرية: مسحوق اللحم
<b>المثير المحايد</b>	رمزه: (م/م) لا تنشأ عنه: الاستجابة الطبيعية قبل اقترانه بالمثير الطبيعى فى النظرية: صوت الجرس
<b>المثير الشرطى</b>	رمزه: (م/ش) تنشأ عنه: الاستجابة الشرطية بعد ارتباطه بالمثير الطبيعى فى النظرية: صوت الجرس بعد اقترانه بالطعام
<b>الاستجابة الطبيعية</b>	رمزها: (س/ط) تنشأ نتيجة: المثير الطبيعى
<b>قانون الاستعمال (ثورنديك)</b>	يقصد به: ان الممارسة تزيد الرابطة بين المثير والاستجابة مثال: تدريب الطالب على كثرة الامتحانات يقوى الرابطة بين السؤال والاجابة
<b>قانون الاهدال (ثورنديك)</b>	يقصد به: ان عدم الممارسة يضعف الرابطة بين المثير والاستجابة مثال: عدم تدريب الطالب على الامتحانات تجعله ينساه
<b>قانون التدعيم (بافلوف)</b>	تتوقف قدرة المثير الشرطى على اصدار الاستجابة الشرطية على: (عدد المرات - الفاصل الزمنى) - عدد مرات ارتباط المثير الشرطى مع المثير الطبيعى - الفاصل الزمنى بين المثير الشرطى والمثير الطبيعى مثال: تشجيع المعلم للطالب عند الاجابة الصحيحة على سؤال
<b>قانون الانطفاء (بافلوف)</b>	يحدث انطفاء للاستجابة الشرطية عندما يتكرر المثير الشرطى دون ان يعقبه المثير الطبيعى
<b>قانون الاسترجاع التلقائى (بافلوف)</b>	عند تقديم المثير الشرطى بعد فترة من حدوث الانطفاء.. تظهر الاستجابة الشرطية مؤقتا.. ولكن ليس بنفس القوة

<b>قانون الأثر (ثورنديك)</b>	الارتباط بين المثير والاستجابة.. يقوى.. او.. يضعف.. نتيجة ما يترتب عليها من ارتياح او عدم ارتياح مثال: اذا اجاب الطالب على المعلم اجابة صحيحة فانه يشعر بالارتياح.. ويتذكر اجابة السؤال مرة اخرى بسرعة.. نتيجة قوة الارتباط بين المثير والاستجابة
<b>قانون الاستعداد (التهيو) ثورنديك</b>	يصف الاسس الفسيولوجية لقانون الأثر من ارتياح او عدم ارتياح له 3 احتمالات هي: - اذا كان الشخص مهيباً وتمت آثاره واصدر الاستجابة المطلوبة يشعر بالارتياح - اذا كان الشخص مهيباً ولم تتم آثاره فيشعر فيشعر بالضيق - اذا كان الشخص غير مهيباً وتمت آثاره فيشعر بالضيق
<b>التعلم عند نورمان</b>	يتم من خلال: - التخزين الجيد للمعلومات - اضافة معلومات جديدة الى الذاكرة - الاداء الجيد
<b>شروط التعلم عند نورمان</b>	استقبال: المنبهات من العالم الخارجى الترميز: اعطاء معانى ذات دلالة محددة للمدخلات الحسية فى الذاكرة الاحتفاظ: هو الاحتفاظ بالمعلومات فى الذاكرة.. ويختلف باختلاف الذاكرة ومستوى التنشيط الاسترجاع: هو استرجاع المعلومات التى تم تخزينها وترميزها
<b>قانون السببية (نورمان)</b>	لا بد من وجود علاقة سببية واضحة بين السبب والنتيجة ليحدث التعلم وله جزآن هما: النتائج المرغوبة: يميل الفرد الى تكرار الاستجابة التى لها علاقة سببية واضحة بالنتائج المرغوبة النتائج غير المرغوبة: يميل الفرد الى تجنب الاستجابة التى لها علاقة سببية واضحة بالنتائج غير المرغوبة
<b>قانون التغذية الراجعة (نورمان)</b>	نتائج اى فعل توفر كما من المعلومات عنه وتسمى بالتغذية الراجعة.. ونفيد فى تصحيح المسار.. وتربط التعلم بالفهم مثال: الشطرنج

- اسئلة على السخان (حاسب تتلسع)
- لا يوجد اتفاق حول طبيعة الذكاء. هل تؤيد ولماذا؟ (نعم أو لا): لان التنوع فى فهم طبيعة الذكاء. يودى الى التنوع فى دراسته وقياسه (الذكاء ليس مادى حسى.. ولا يقاس بشكل مباشر)
  - رفض (جاردنر) الذكاء الواحد. ايد ذلك؟ يرى جاردنر ان: الفرد يمتلك كل انواع الذكاء ولكن بدرجات متفاوتة.. واطلق عليها الذكاءات المتعددة.. وهى ليست نوع واحد.. ولكنها ذكاءات متفاوتة قابلة للنمو.. وتنتج اداء متميز لكل فرد
  - كل تغير فى الاداء يعتبر تعلم. هل تؤيد ولماذا؟ (لا تؤيد ذلك): الشرط الاساسى للتعلم هو (الخبرة او الممارسة). فالتغيرات الناتجة عن النمو لا تعتبر تعلم لانها ذات اساس بيولوجى التغيرات السلوكية نتيجة المخدرات: لا تعتبر تعلم. رنها تزول بزوال العقار
  - وضح كيف يمكن تنمية (الذكاء اللغوى)؟ (تدريب - كتابة - تسميع) -التدريب: على كتابة موضوعات التعبير -كتابة: القصة القصيرة والشعر والمقال والنشر فى مجلة المدرسة -تسميع: الكلمات والجمل وتسميعها على الآخرين
  - وضح كيف يمكن تنمية (الذكاء الرياضى المنطقى)؟ (تدريب - اجراء - ربط - حل) -التدريب: على العمليات الحسابية يومية -اجراء: عمليات الترتيب والتصنيف باستمرار -ربط: المعطيات بالمطلوب دائما -حل: الالغاز
  - وضح كيف يمكن تنمية (الذكاء البصرى المكاني)؟ (حل - تركيب - تصميم) -حل: المتاهات -تركيب: وبناء الاشياء -تصميم: النماذج والمجسمات
  - وضح كيف يمكن تنمية (الذكاء الجسمى الحركى)؟ (ممارسة - 2 قيام - تمثيل) -الممارسة: اليومية للانشطة الرياضية -القيام: بأعمال الفك والتركيب -القيام: القيام بالانشطة اليدوية -التمثيل: الصامت
  - كيف يمكن (تنمية الذكاء الموسيقى)؟ (عزف - تقليد - اداء - تذكر - انشاد) - العزف: على آلة موسيقية - تقليد: الآخرين - اداء: الاغاني القصيرة - تذكر: الالحان - الانشاد: فى الفريق الصفى (الكورال)

خليك دائما فاكراً... مفيش صعب... ومفيش سهل... فى حاجة اقدر افهمها... وحاجة مش قادر افهمها... وهحاول افهمها

سكنون... حنما... ولكننا... الالوهون... لسنا... رجا

والغزور... أياك... النور... ما رجعت... مع

٩- وضوح كيف يمكن تنمية ( الذكاء الاجتماعى ) ؟

( ممارسة - القيام - ادارة - زيارة - تعليم - مشاركة )

- ممارسة: الرياضة الجماعية القيام: بادوار قيادية
- ادارة: الحوار مع الاخرين- زيارة: الاصدقاء دوريا
- تعليم: الاخرين- المشاركة: فى الجماعات المدرسية

١٠- كيف يمكن تنمية ( الذكاء الشخصى ) ؟

( اجابة - تسجيل- قراءة - تفكير - ممارسة )

- الاجابة: على سؤال من انا ؟ تسجيل: الاحداث اليومية
- القراءة: فى كتب علم النفس والتنمية البشرية
- التفكير: فى الاهداف القريبة والبعيدة
- ممارسة: الانشطة الفردية

١١- اتخذ (ثورنديك) من الزمن دليلا على التعلم . وضوح ذلك ؟

( اتخذ اعتبر - سجل - واستخدم )

انخذ: الزمن الذى استغرقه القط لحل المشكلة وفتح القفص دليلا على التعلم ( كلما تناقص الزمن كلما حدث التعلم )  
اعتبر: كل فرصة تعطى للقط محاولة مستقلة تنتهى بالاستجابة الصحيحة

سجل: عدد المحاولات وزمنها وكان التحسن التدريجى يتمثل فى نقص: الزمن مع تكرار المحاولات

استخدم: الطعام كتعزيز لتقوية الرابطة بين المثير والاستجابة

١٢- ترى الجشطت ان التعلم يحدث من محاولة واحدة. اشرح ذلك؟  
يرى الجشطت: ان الفرد يدرك المواقف بكل كلى ويستجيب لها فى اطار معرفى

يرى الجشطت: ان التعلم يحدث من محاولة واحدة يسبقها فترة تأمل الاستبصار يحدث عندما ينظم الفرد عناصر الموقف فى صورة كلية متكاملة  
يرى الجشطت: ان الفهم وادراك العلاقات هما خاصيتين لا توجدان فى النظرية السلوكية

١٣- ميز بين نوعى الممارسة ؟ وايها افضل ؟

الممارسة الموزعة	الممارسة المركزة
يتم التعلم فى جلسات قصيرة بينها فترات راحة	يتم التعلم فى جلسات طويلة بدون فترات راحة
نتائج الممارسة الموزعة افضل من نتائج الممارسة المركزة	

١٤- تختلف دوافع التعلم عند الانسان والحيوان . وضوح ذلك؟

التعلم عند الحيوان	التعلم عند الانسان
يعتمد على الدوافع (الفسولوجية) ولا يمكن للحيوان ان يتعلم بدون دافع	يشمل الدوافع (الفسولوجية - والاجتماعية) مثل (الانجاز والاكتشاف)

١٥- ترتبط المشاركة النشطة بالدور الايجابى للمتعلم ؟

يكون للاستدكار فاعلية قصوى اذا كنت نشطا ايجابيا. وضوح؟  
(مراجعة - تدوين)

مراجعة: العناصر الاساسية حتى لا يحدث نسيان  
تدوين المذكرات: تلخيص الاسئلة والملاحظات والاسئلة

١٦- يرتبط زيادة الرغبة فى الاستدكار بمبدء الدافعية . وضوح ذلك؟

(تفكير - تنافس - تخصيص)

- التفكير: فى الاهداف التى يسعى الى تحقيقها
- التنافس: مع الذات كان يحدد الطالب لنفسه مستوى ويحاول تخطية.
- تخصيص: وقت معين للانتهاء من مذاكرة المادة.

١٧- ميز ارسطو بين النفس الدنيا والنفس العاقلة . وضوح ذلك؟

اشرح المفهوم الفلسفى للذكاء ؟

- يرى ارسطو: ان وظيفة النفس الدنيا هى القيام بالوظائف الحيوية فى جميع الكائنات الحية
- العقل ارقى صور النفس وهو ما يميز البشرية
- يتحكم العقل فى الذكاء والتفكير والعمليات المعرفية

١٨- يرى المفهوم البيولوجى ان للذكاء جانبين فى الحياة العقلية. ايد ذلك ؟ وضوح المفهوم البيولوجى للذكاء؟

يرى المفهوم البيولوجى وجود جانبين للحياة العقلية: الجانب المعرفى .. والجوانب الوجدانية ووظيفتهم الاساسية .. مساعدة الكائن الحى العصى على التكيف بطريقة اكثر فاعلية

١٩- لخص بمثال نظرية جاردرنر فى الذكاء ؟

عندما جلست احدى الفتيات امام الامتحان وسألها عدة اسئلة ثم منحها درجة تدل على نسبة ذكاءها. هذه الدرجة قد تنبأ بالتحصيل الدراسى ولكنها لن تنبأ بنجاحها فى الحياة

٢٠- عدد الخصائص التى يتمتع بها اصحاب الذكاء اللغوى ؟

- طلاقة الالفاظ - دقة صياغة العبارات البلاغية  
السجع والتلاعب بالالفاظ - حب الالعب الكلامية  
ابطال الحجة بالحجة - والبلاغة تكون مهارة اساسية

٢١- يتمتع اصحاب الذكاء الرياضى بعدة خصائص. اذكر ٦ منها؟

(استنتاج - حب - والاستمتاع - تفكير - اجراء - وتعبير - اقبال - القدرة)

- استنتاج العلاقة الرياضية - حب التعامل بالاقام

- الاستمتاع بعمليات القياس - التفكير المنظم

- التعبير بلغة الارقام - اجراء التجارب

- اقبال على الانشطة العلمية - القدرة على التعامل بالرسوم البيانية

٢٢- يتمتع اصحاب الذكاء البصرى بعدة خصائص . وضوح ؟

(حب - فهم - استمتاع)

- حب التصوير - فهم وتفسير الصور والخرائط - الاستمتاع بالفنون البصرية والتعبيرية والتنسيقات اللونية

٢٣- يتمتع اصحاب الذكاء الجسمى الحركى بعدة خصائص. وضوح؟

(مرونة - سرعة - وتمثيل - توازن - اشارات - تآزر حركى - الحركات الجسدية)

- مرونة الاداء - سرعة الحركة - تمثيل الادوار - التوازن والاشارات - التآزر الحركى - الحركات الدقيقة الجسدية

٢٤- يتمتع اصحاب الذكاء الموسيقى بعدة خصائص. وضوح ؟

(حساسية - تمييز - تذوق - وحب)

- حساسية للنغمات والاصوات - التمييز بين الاصوات
- التذوق الموسيقى - حب الغناء

٢٥- يتمتع اصحاب الذكاء الاجتماعى بعدة خصائص. اشرح ذلك ؟

(سهوله - قدرة - مشاركة - تقبل - اعطاء)

- سهوله كسب الاصدقاء - القدرة على القيادة

- مشاركة الاخرين الفرح والحزن

- تقبل الاخر وبدء الحوار - اعطاء نصائح للاصدقاء

٢٦- يتمتع اصحاب الذكاء الشخصى بعدة خصائص . اشرح ذلك (كثرة - وعى - ٢ قدرة - والاستمتاع)

- كثرة التأمل - الوعى بالذات - القدرة على اتخاذ القرار

- القدرة على تحديد الاهداف - الاستمتاع بالانشطة الفردية

٢٧- استخلص النتائج التربوية لنظرية بافلوف ؟

لو كنت مربيا كيف تستفيد من النظرية الكلاسيكية؟

- تقدم تفسيرات عن الانفعالات المرتبطة بمثيرات معينه  
مثال: يتعلم الاطفال الخوف من الذهاب للطبيب بسبب الخبرة المؤلمة المرتبطة بها

- تعديل الاستجابة الغير مرغوب فيها عن طريق (الاشترط المضاد

مثال: الخوف من الظلام يمكن تغييره عن طريق ربطه بمثير غير شرطى مرغوب

- الاعتماد على الاستجابة الشرطية فى تكوين اتجاهات موجبة للمدرسة نحو المدرسة

مثال: ارتباط الذهاب للمدرسة بالانشطة المحببة للتلاميذ

- احوال نماذج شرطية مرغوبة بدلا من نماذج غير مرغوبة

- تعليم الاطفال القراءة عن طريق ربطها بالصور

٢٨- اذكر اسباب نشأة قوة الارتباط عند (ثورنديك) ؟

(تكرار - الاثر)

- تكرار مرات الاقتران بين المثير والاستجابة

- الاثر الطيب الناشئ عن التعزيز الذى يلى الاستجابة

حدد شروط الانتقال الموجب للتعلم ؟

تزداد كفاءة التعلم اذا اثر موضوع التعلم على موضوع اخر ايجابيا

من شروط: الفهم وهو العملية التى تعتمد على ادراك العلاقات ادراك العناصر المشتركة: بين الموضوع القديم والجديد

٢٩- استخلص النتائج التربوية لنظرية (ثورنديك)؟

- اثارة دافعية المتعلمين عن طريق اشراكهم فى الانشطة مما يجعل بيئة التعلم مثيرة

- تعلم مقطوعة موسيقية يعتمد بشكل اساسى على الممارسة (يدوية او دروس تمهيدية)

- تقوية الروابط بين المثير والاستجابة بالتكرار

- ممارسة التدريبات اللغوية والعقلية والرياضية

٢٠- حدد خصائص التعلم بالاستبصار ؟

(الانتقال - اداء - الحل - انتقال اثر التعلم - يزداد - لا يحدث)

- الانتقال من قبل الحل الى الحل هو انتقال مفاجئ

- الاداء القائم على الاستبصار خالى من الاخطاء

- الحل بالاستبصار يحتفظ به لفترة طويلة

- انتقال اثر التعلم عن طريق تطبيق الاستبصار فى فى المواقف المشابهه

- تزداد الاستبصار برقى الكائن الحى

- لا يحدث له انطفاء لانه اصبح جزء من الذاكرة

٢١- وضوح اهمية الراحة اثناء التعلم ؟

يجب ان نأخذ فترة راحة عندما نشعر بان:

- كفاءة العمل بدأت تتناقص - الاخطاء بدأت تزداد

- فترات الراحة القصيرة: خلال العمل الواحد مثل حل مسألة

- فترات الراحة الطويلة: عند الانتقال من عمل الى اخر

مثل التحول من مذاكرة العربى الى الرياضيات

٢٢- كيف يمكن الاستفادة من نظرية الجشطالت تربويا ؟

- يعتمد على الادراك وليس الحفظ - تنظيم الخبرة السابقة بصورة جديدة - يعتمد على ادراك العلاقات بين اجزاء الدرس - يربط بين

المواقف القديمة والجديدة - يحدث نتيجة الادراك الكلى

٢٣- ما جدوى ايجابية المتعلم فى تحقيق التعلم ؟

كلما زاد الجهد الايجابى للمتعلم كلما زاد التعلم جودة

مثل: (اعداد - تلخيص - مشاركة - نشر)

- اعداد الدرس مقدما - تلخيص الدرس اثناء تعلمه

- المشاركة فى مناقشة الدرس - طرح الاسئلة الخاصة بالدرس

٢٤- ميز بين التعزيز الايجابى والتعزيز السلبى ؟

التعزيز الايجابى: هو ما يشبع الرغبات والميول مثل الجوائز (ثواب)

التعزيز السلبى: يكون مفيد عندما يوجه انتباه الفرد الى

اخطاءه - يحرم الشخص المخطئ من شى يحبه

٢٣- استخلص اوجه الاستفادة من نظرية تجهيز ومعالجة المعلومات ؟

- التدريب الموزع اكثر فاعلية من التدريب المكثف

- تساعد على فهم العمليات المعرفية بشكل ملموس

- التكرار اللفظى للمادة المتعلمة فى المراحل العمرية الاولى - التعلم المبني على المعنى اكثر دواما

- الاهتمام بالانتقال الايجابى لاثر التعلم نظريا وعمليا

٢٤- القراءة بالفهم توفر الكثير من التعلم. اشرح

(استعراض - ربط - بحث - واستخدام)

- استعراض: المادة بشكل كلى قبل الدراسة التفصيلية

- ربط: المعلومات القديمة بالجديدة

- البحث: عن المبادئ العامة التى تنظم الجزئيات

- استخدام: القراءة الجيدة وليقاع العين السليم على الكلمة

النمو الانسانى	هو سلسلة من التغيرات.. تبدأ من لحظة الاخصاب.. الى الشيخوخة والوفاة.. وتشمل الجوانب.. الجسمية - والعقلية - والانفعالية - والاجتماعية واللغوية والخلقية
الوراثة	هى انتقال.. للصفات الوراثية.. من الاباء.. الى الابناء.. عن طريق الكروموسومات
المراهقة	معبّر اساسى من الطفولة الى الرشد تبدأ من: البلوغ الجنسى تنتهى فى: سن الرشد تمتد الى: سن العشرين او ٢١
المدرسة	هى منظمة اجتماعية ورسمية دور المدرسة: تربية النشئ وتعليمهم وبشكل ثقافى مقصود وفقا للنظم التربوية
جماعة الرفاق	هم مجموعة من الافراد ومتقاربين فى: (السن والسكن - اتجاهات وميول - والمستويات الدراسية) تربطهم روابط عاطفية واجتماعية وتمثل.. للطفل او المراهق.. احد الاطر المرجعية
الروضة	(معبّر - و - تتحول) معبر يسهل الانتقال.. من البيت الى المدرسة تتحول فيه التنشئة الاجتماعية الخاصة الى تنشئة عامة اجتماعية
الغدة القنوية	هى غدة.. ذات قنوات خاصة.. يسير بداخلها.. الافراز ومثال عليها: (الدمعية.. و.. اللعابية.. و.. العرقية.. و.. الدهنية.. مع غدة البروستاتا)
الغدة اللاقنوية	تطلق الهرمون.. داخل الدم مباشرة.. وهى مادة كيميائية دور هرموناتها: (تساهم - و.. تضبط) تساهم فى: نمو الجسم تضبط السلوك الانفعالى توازن الافراز: يعطى شخص سليم اختلال الافراز يؤدي الى: (سوء - و - اضطرابات) سوء التوافق على المستويات النفسية والاجتماعية الاضطرابات النفسية والجسمية واضطرابات فى

الشخصية	اهم الغدد الصماء: الدرقية والنخامية
الغدة النخامية	المكان: تحت المخ فى وسط الرأس عند القاعدة تفرز هرمون: النمو (GH) يبدء عمله: من بداية تكوين الجنين نقص افراز هرمون النمو يؤدي الى: اعاقه فى نمو العظام فتظهر حالة القزامة (يا عيل يا قرعه) زيادة افراز هرمون النمو تؤدي الى: شذوذ وسرعة فى نمو عظام الجذع والاطراف (يا طويل يا اهل)
الغدة الدرقية	المكان: توجد على جانبي العنق تفرز هرمون: (الثيروكسين) دور الثيروكسين: (يضبط - يمد) - يضبط تحويل الطعام الى طاقة - يمد الخلايا بالحرارة نقص الثيروكسين يؤدي الى: (بطء - وقلة - وضعف مع ٢ شعور) - بطء فى معدل التنفس وعدد ضربات القلب - قلة الرغبة فى الطعام و الاعمال - ضعف الرغبة الجنسية - الشعور بالبرودة - الشعور بالدوخة زيادة الثيروكسين يؤدي الى: - اضطراب ضربات القلب - مع صعوبة فى التنفس - كثرة حركة - والعصبية

تعالو ناخذ لفة فى الباب على السريع المستعجل

النمو هو عملية تغير مستمر. فسر العبارة؟

(يقوم على - لا يتوقف عند)

- يقوم على تفاعل (كائن عضوى بيولوجى ورث مثير من الاستعدادات) + ما تعرض له داخل البيئى من مؤثرات (مادية ونفسية واجتماعية)

- لا يتوقف عند الطفولة لكن ينتقل من مرحلة الى مرحلة ويكتسب ما يؤهله للنضج

٢- مرحلة ما قبل الميلاد اهمية خاصة. برر ذلك؟

(وضع - تؤثر - وتعتبر)

- وضع الاسس الحيوية للنمو النفسى

- تؤثر على كل حياة الفرد

- تعتبر طفرة عند مقارنتها بالمراحل التالية

٣- النمو عملية منفصلة الحلقات. هل تؤيد ولماذا؟

(لا اؤيد ذلك): التعليل بص على اول واحدة فى الجدول

٤- لا توجد فروق فردية بين الافراد فى معدلات النمو. اثبت خطأ العبارة؟ (يختلف - وتوجد)

- يختلف الافراد اما سرعة اما بطء فى المعدلات (الجسمية و العقلية. الاجتماعية والانفعالية)

- توجد فروق فى الفرد الواحد فربما سرعة النمو الجسمى لا تساير النمو (العقلى او الاجتماعى او الانفعالى)

٥- تسير النمو فى محورين متعامدين (طولى وعرضى). اثبت صحة العبارة؟ (النمو له محورين متعامدين)

- محور طولى: يبدء من اعلى الرأس ويتجه للقدمين

- محور عرضى: يبدء من نصف الصدر ويتجه لليدين

٦- يسير النمو من الخاص الى العام (X)

يسير النمو من العمومية الى الخصوصية (✓)

يستجيب الوليد بطريقة كلية.. ثم تبدا اعضاء متخصصة فى الاستجابة

مثال ١: الطفل يحرك جسمه كلة لينتقط شئ ما ثم يتعلم ان يحرك يديه فقط

مثال ٢: يكون مشى الطفل فى البداية حركة غير منتظمة ثم تأخذ شكلا منسقاً

٧- للغذاء دور هام جدا فى عملية النمو. وضح

الغذاء من أهم العوامل المؤثرة فى النمو حيث

(يبنى - يمد - يحمى - يعوض)

١- يبني خلايا الجسم. ٢- يمد الجسم بالطاقة.

٣- يحمى الجسم من الأمراض ٤- يعوض وبناء خلايا الجسم التالفة

يجب الاهتمام بالغذاء كما وكيفا بحيث يكون الغذاء متوازن ومتنوع ليناسب..... (طبيعة عمل الفرد - المرحلة العمرية)

٨- تختلف سرعة النمو من مرحلة الى اخرى. عقب برأيك؟

النمو (سريع... و... بطئ)

يكون سريع فى:

(المرحلة الجنينية.. والطفولة المبكرة.. والمراهقة)

يكون بطئ فى:

(الطفولة المتأخرة.. والرشد)

٩- امراض الام الحامل من العوامل المؤثرة على الجنين قبل الولادة

هل تؤيد. اشرح مبرراتك؟

فى ال ٣ شهور الاولى امراض الام مثل (الحصبة الالمانية والامراض التناسلية) تنتقل منها الى الجنين ونتيجة ذلك:

- امراض القلب - ضمور فى المخ - العمى - الصمم

- وتأخرات جسمية وعقلية

طريق الوقاية: تطعيم الام ضد الحصبة الالمانية

فتتفادى التخلفات العقلية

١٠- تعريض الام للاشعة من العوامل المؤثرة فى الجنين. وضح

(واحدة تعريض - ٢ تعرض)

- تعريض الام لاشعة (اكس) قد يكون ضرورة علاجية فى اورام الحوض والمبايض

- تعرض الام لكميات قليلة (لايؤثر) على الجنين

- تعرض الام لكميات كبيرة يؤذى ويقود للاجهاض

١١- تعتبر الانفعالات من اهم العوامل المؤثرة على الجنين.

اشرح فى ضوء دراستك؟ (تؤثر - تأثر - تأثير)

- تؤثر بشكل غير مباشر على الجنين عن طريق الهرمونات

- تأثير الانفعالات على الام: (قى - غثيان - والاجهاض)

- تأثير الانفعالات على الجنين:

قبل الولادة: الاجهاض وضرر فى الجهاز العصبى

بعد الولادة: بكاء. و. غصص. فرط النشاط. و. سوء الهضم

١٢- سوء استعمال الام الحامل للادوية يؤثر على الجنين. برهن

تناول ادوية ك (الاسبرين) يصل الى المشيمة ويؤثر على الجنين ونتيجة ذلك:

تشوهات جسدية - تخلفات عقلية - مع اضرار عصبية

١٣- تناول الكحول له تأثير سلبي على الجنين. وضح ذلك

يتوقف نوع التأثير على ٣ عوامل: (نوع. و. عدد. سن. يضر)

- نوع المخدر والكمية - عدد مرات التعاطى

- سن الجنين عند التعاطى

ويضر بالجنين والنمو السليم

١٤- يتسم ذكاء الرضيع بانه ذكاء تجريدى. هل توافق ولماذا؟

(لا اوافق على ذلك): لان ذكاء الرضيع يكون (حسيا حركيا)

ولا يستطيع استخدام اللغة او الرموز

١٥- يتسم النمو الجسمى فى المرحلة الابتدائية بالسرعة. هل تؤيد. ولماذا؟

(لا اؤيد ذلك): لان المرحلة الابتدائية تمثل الطفولة الوسطى

والتأخرة والنمو فيها بطئ

يبدء الوزن من: ٢١ - ٢٣ كيلو.... ينتهى الى: ٣٦ - ٣٨ كيلو

يبدء الطول من: ١٢٠ - ١٢٢ سم.... ينتهى الى: ١٤٦ سم

١٦- يتسم النمو الانفعالى لطفل المدرسة الابتدائية بعدم الاستقرار. هل تؤيد ولماذا؟

(لا اؤيد ذلك): لان الطفولة الوسطى المتأخرة طفولة هادئة

.. لتوسطها مرحلتين كلاهما عنيف.

شخصية الطفل: (٢ تتسم)

- تتسم: الهدوء والثبات الانفعالى

- تتسم: بالطاعة والنظام وتقبل الضوابط الاجتماعية

١٧- تحقيق هوية الجنس من مطالب مرحلة المراهقة الاساسية

ايد صحة ذلك فى ضوء دراستك. (سؤال مهم جدا)

يجب على المراهق: (اعتناق... و... قبول)

- اعتناق الدور المناسب لجنسه - قبول طبيعته البيولوجية

يؤدى ذلك الى: (دعم - و التوحد - استحسان - وتأيد)

- دعم الهوية - التوحد مع الوالد من نفس الجنس

- استحسان الاخرين - تأيد المجتمع

١٨- تعد زيادة الدهون المصدر الوحيد لزيادة الوزن عن المراهق هل تؤيد ولماذا؟

(لا اؤيد ذلك) : (فى الذكور - فى الطفولة - فى المراهقة)

فى الذكور: يضاف اليها العظام والعضلات .

فى الطفولة: كانت : ٢٥٪ من وزن الجسم

فى المراهقة: اصبحت : ٤٥٪ من وزن الجسم

اكبر زيادة فى العضلات: من ١٢ - ١٥ سنة وتكون العظام اكثر صلابة

١٩- التذكر عند المراهق قائم على الحفظ (ألى). هل تؤيد ولماذا؟

(لا اؤيد ذلك) : تذكر المراهق مبنى على الفهم .. (يستحيل على المراهق ان يحفظ مالا يفهم) (اوعى تنسى دى)

٢٠- خيال المراهق هو تخيل (حسى). هل ترى ذلك. ولماذا؟

(لا ارى ذلك): (٣ تخيل - واحدة احلام)

- تخيل المراهق: تخيل (مجرد) .. يفهم معانى مجردة .. مثل العدالة والفضيلة

- تخيل المراهق: تخيل (مجرد) .. يفهم علوم مجردة .. مثل الهندسة والفيزياء

- تخيل المراهق: تخيل (مجرد) .. يفهم علوم الاستدلال والاستنتاج والتفكير

- احلام اليقظة: عند المراهق وسيلة لبناء الاحلام

٢٠- وضح ملامح النمو اللغوى فى كل من (الرضاعة - الطفولة المبكرة) فى ضوء دراستك؟

مرحلة الرضاعة	مرحلة الطفولة المبكرة
من ٦ شهور الى ١٢ ينطق	(يتسم - تختفى)
الطفل الكلمة الاولى	يتسم: فيها التعبير اللغوى بالدقة والوضوح
من ١٣ الى ١٨ يفهم الطفل الاوامر	تختفى اخطاء النطق وابدال بعض الحروف
من ١٨ الى ٢٠ ينطق الطفل كلمتين	(مثال): (احمد - ام)
فى نهاية السنة (الرابعة) ينطق الطفل اول جملة	(قلم - قلم) (حارم - حارم)

٢١- وضح العمليات العقلية التى يقوم بها المراهق؟

الانتباه	التذكر	التخيل
يزداد فى العمق فى لدى	تذكر مبنى على الفهم واستنتاج	يفهم معانى مجردة العدالة والفضيلة
يتناول اكثر من موضوع	علاقات جديدة بعد ان كان:	يفهم علوم مجردة الهندسة والفيزياء
يستوعب اطول الدروس	(تذكر ألى) فى الطفولة	يستخدم الاستدلال والتفكير
يساعد على التحصيل الدراسى وزيادة التركيز	احلام اليقظة: عند المراهق وسيلة لبناء الاحلام	

٢٢- وضح ملامح النمو العقلى فى كل من (الرضاعة - الطفولة المبكرة - الطفولة المتأخرة) فى ضوء دراستك؟

مرحلة الرضاعة	الطفولة المبكرة	الطفولة المتأخرة
الذكاء فيها: (حسى حركى) ليس ذكاء (تجريبيا) لا يستطيع فهم اللغة او الرموز	(من ٢ الى ٧ سنين) تفكيره حسى: متمركز حول نفسه ولا يدرك الامور المعنوية اقصى تركيز بعد او اثنين	وصفها (بياجيه): بالحسية او العيانية معناها: القدرة على التفكير المنطقى فى الامور الحسية تتميز ب: (حب معرفة) - حب الاستكشاف - معرفة مالا يعرف - تتطلب: رعاية والدية (كتب ومجلات) وزيارة الاماكن الاثرية

٢٢- اشرح مظاهر النمو الجسمى فى (الرضاعة - الطفولة المبكرة - الطفولة المتأخرة) فى ضوء دراستك؟

مرحلة الرضاعة	الطفولة المبكرة	الطفولة المتأخرة
تختلف باختلاف: الوراثة الوراثية والبيئة والنوع - طول رأس الرضيع ربع طول الجسم - يبدأ التسنين: من الشهر ال ٦ وقد يتأخر الى ال ٨ - تنمو العضلات يتحكم فى العضلات الكبيرة الذكور: اكبر فى الحجم - اقل فى الوزن - اكثر فى الطول - الاناث: تبدا اولاً فى التسنين	تتكامل ثم تتساقط الاسنان المؤقتة وتظهر الاسنان الدائمة ويعانى البعض من التسنين - تنمو الاكراف بشكل سريع ونمو الجذع يكون متوسط - يزداد الجسم ١ كيلو سنويا والبنات اقل من البنين - تتحول الغضاريف الى عظام لكن غير ناضجة تزداد فى الحجم والصلابة تنمو العضلات الكبيرة اسرع من الصغيرة	نمو بطى تتغير نسبته تدريجيا ولا توجد زيادة مفاجئة الوزن يبدأ من: ٢١ - ٢٣ كيلو - ينتهى عند: ٣٦ - ٢٨ كيلو الطول يبدأ من: ١٢٠ - ١٢٢ سم - ينتهى عند: ١٤٦ كيلو فى سن ١٢ سنة

٢٤- قارن بين مظاهر النمو الاجتماعى فى (الطفولة المبكرة - الطفولة المتأخرة) فى ضوء دراستك؟

الطفولة المبكرة	الطفولة المتأخرة
يظهر: الذكاء الاجتماعى يتعلق: بالوالدين خصوصا الام يميز: الطفل بين (اب وام واشقاء) و ايضا بين الغرباء يرتاح: حين يرى الام ويعبر عن ذلك بالابتسام	- يتسع: مجاله الاجتماعى عندما يلتحق بالمرسة - يؤثر: فيه مع الاسرة جماعتين هم: (المعلمون - و. الاقران) - يندمج: الطفل مع المجتمع - يتسقى: سلوكه مع المعايير - يحقق: فيها الطفل ذاته ولذلك يشعر بالرضا - نوع التدعيم: فيها ذاتيا ليس تدعيما خارجيا

٢٥- قارن بين النمو الانفعالى فى (الطفولة المبكرة - الطفولة المتأخرة) فى ضوء دراستك؟

الطفولة المبكرة	الطفولة المتأخرة
(الغضب - الخوف - الغيرة) الغضب: يظهر عند: التكبيل وعدم اشباع الرغبات يظهر فى: صورة ثورة وعناد مقاومة واحتجاج قد يرمى: على الارض او يركلها بقدمية الخوف: البنات اكثر خوفا من البنين تتعدد اشكال الخوف: ظلام واطباء - حقنة او دواء الغيرة: يغير الطفل عند ميلاد اخ جديد	طفولة هادئة لتوسطها مرحلتين كلاهما عنيف (طفولة مبكرة والمراهقة) يتعلم فيها الطفل الطاعة والنظام والضوابط الاجتماعية

نيجى بقى للاسئلة على السخان (صحصح معايا)

(مستر ضياء ابو نور)

١- حدد اهتمامات علم نفس النمو فى ضوء دراستك؟

(٣ يهتم بدراسة)

- يهتم بدراسة: المبادئ العامة المتصلة بالنمو

- يهتم بدراسة: مظاهر النمو المختلفة فى كل المراحل العمرية

- يهتم بدراسة: حاجات ومطالب ومشكلات الفرد فى كل مرحلة

٢- وضح الهدف الاساسى لدراسة النمو الانسانى؟

تكوين شخصية متكاملة ونامية ومتطورة. ولا تقوم بها الاسرة فقط لكن ايضا (الحضانة - والمدرسة - مع وسائل الاعلام - ودور العبادة)

٢- ما النتائج المترتبة على شعور الطفل بانه مرفوض من جماعة الرفاق.

(ازدياد - وانخفاض - والشعور)

- ازدياد: الاكتئاب - انخفاض: قيمة الذات

- الشعور: بالوحدة النفسية

٣- ما نتائج سوء التغذية على الام الحامل؟ والجنين؟

- تسمم الدم - اجهاض وانيميا (الام)

- ولادات مبكرة. زيادة فى وقت الولادة (الام)

- تاثر الجهاز العصبى (الجنين)

- كساح وفقر الدم - والالتهاب الرئوى (الجنين)

٥- ما نتائج زيادة عدد مرات الحمل عن ٤ مرات على الام والجنين؟ فى ضوء دراستك؟

بالنسبة للام: استنزاف الام جسديا (نزيف - انيميا - فقر الدم)

بالنسبة للجنين: الذكر الاول اكثر ذكورة عن باقى الاخوة الاخرين

معظم الاجنة بعد الطفل الاول اقل فى الحجم اخف فى الوزن

٦- ما النتائج المترتبة على تدخين الام الحامل او المرضعة؟

(٢ وفاة - نقص - وحرمان - والنزيف)

- وفاة الجنين - وفاة الرضيع - نقص فى وزن الجنين

- حرمان الطفل من الدم النقى - والنزيف اثناء الحمل

٧- وضح النتائج المترتبة على عدم قدرة المراهق على الاستقرار وتحديد الهوية المهنية؟

(تصيب - وتدفع - تنتهى)

تصيب المراهق: بالقلق والاضطراب

تدفع المراهق: الى التوحد مع الابطال الجماهيرية لحفظ تماسكه الذاتى

تنتهى: بالخبرة العملية الحقيقية (هههه مفيش شغل)

٨- ما نتائج المترتبة على اذا كان (RH) موجب عند الاب وسالب عند الام؟ (نقص - وموت - واصابه)

- نقص عدد كرات الدم الحمراء

- موت الجنين فى الرحم او بعد الولادة مباشرة

- اصابة الجنين: بالانيميا او الشلل .. ضعف عقلى او العمى

٩- ما نتائج ازدياد وتكرار مشاعر الذنب عند المراهق؟

- عدم الكفاءة الشخصية

- الهروب الى احلام اليقظة تظهر نتيجة الشعور المتوهم بالعجز

١٠- للاسرة تاثير هام على النمو الانسانى. وضح

- العلاقة الجيدة مع الوالدين: تتسم ب(حب - ثقة - قبول)

تجعل الطفل: يتقبل ذاته والاخرين ويثق فيهم

العلاقة السيئة: (تسلط - سيطرة - اهمال - وحماية زائدة)

تؤدى الى: زيادة الاعتمادية - عجز - ونقص - وعدم ثقة

العلاقة الجيدة مع الاخوة: خالية من التنافس وتفضيل واحد عن الاخر

تؤدى الى: نمو نفسى سليم

١١- حدد دور المدرسة فى النمو والاتقاء الانسانى ؟  
دور المدرسة : (نقل - واكساب - تكوين - تدريب اعداد)  
- نقل الثقافة - اكساب انماط السلوك والتفكير  
- تكوين العادات والقيم والاتجاهات  
- تدريب الطفل على تنمية الاستعدادات والمهارات  
- اعداد الطفل لمواجهة الحياة وممارسة دورة الاجتماعى  
١٢- وضغ أثر وسائل الاعلام فى عملية النمو الانسانى ؟  
زادت اهمية وسائل الاعلام بعد الثورة المعلوماتية . اشرح ؟

(تنوع - مع كمية)  
- تنوع : الوسائل وسهولة الاستخدام  
- كمية : المعلومات كبيرة وتتميز بالتناقض والتضارب فى الاتجاهات  
- خطورة : وسائل الاتصال تأثر الاطفال والمرهقين بيها فى مرحلة التنشئة والتكوين وتحديد الهوية  
١٣- وضغ خطورة الحاسب الالى على الاطفال . فى ضوء دراستك ؟  
(صعوبة - دخول - قلة - وقضاء)  
- صعوبة : تأكيد صحة المعلومات على الشبكة العنكبوتية  
- دخول : غرف المحادثة مع غرباء واقشاء الاسرار الشخصية  
- قلة : التواصل الاجتماعى والشعور بالاكئاب مع الوحدة النفسية  
- قضاء : وقت طويل امام الجهاز وقد يصل الى الادمان  
١٤- حدد مظاهر النمو الانفعالى والاجتماعى فى مرحلة الرضاعة ؟  
(يبعد - يرتبط - وتتمثل)  
يبعد : فى اقامة علاقات اجتماعية وانفعالية مع الوالدين  
يرتبط : اقامة العلاقات بادراك الحب والاهتمام واللعب والحماية  
تتمثل : انفعالات الطفل فى (فرح - حب - خوف - غضب - غيره - بكاء)  
١٥- اعرض مراحل النمو الانسانى فى ضوء دراستك ؟

اسم المرحلة	بدايتها (من)	نهايتها (الى)
قبل الولادة	من التلقيح	الولادة
المهد	من الميلاد	الاسبوع ٢
الرضاعة	من اسبوع ٢	سنتين
الطفولة المبكرة	من سنتين	٦ سنين
الطفولة المتأخرة	من ٧ سنين	١٠ فى البنات ١٢ فى البنين
البلوغ ما قبل المراهقة	من ١٠ - ١٢ سنة	١٣ فى البنات ١٤ فى البنين
المراهقة المبكرة	من ١٣ - ١٤ سنة	١٧ سنة
المراهقة المتأخرة	من ١٧ سنة	٢١ سنة
الرشد	من ٢١ سنة	٤٠ سنة
الكهولة	من ٤٠ سنة	٦٠ سنة
الشيخوخة	من ٦٠ سنة	الوفاة

١٥- وضغ الانجازات التى تحدث فى مرحلة الرضاعة ؟  
مرحلة الرضاعة يطلق عليها مرحلة القوة الكامنة . اشرح ؟  
(٤ نمو - تآزر - تعلم - واحتكاك - تنشئة - فطام - واكتشاف)  
- النمو الانفعالى - النمو الجسمى السريع - نمو الاستقلال الذاتى  
- نمو مفهوم الذات - تعلم الكلام واكتساب اللغة  
- الاحتكاك الاجتماعى مع العالم - التنشئة الاجتماعية  
- الفطام - اكتشاف العالم الخارجى

١٦- يكتسب الطفل صفات ايجابية فى مرحلة الرضاعة وضغها . مع بيان نتائجها ؟  
يكتسب الطفل صفات ايجابية: نتيجة الاحساس بالحب والرعاية  
(فى السنة الاولى ثقة فى النفس - فى السنة الثانية استقلالية)  
نتائج ذلك : (٢ ينظر - ويهين)  
- ينظر : يتفاؤل الى العالم والمستقبل  
- ينظر : ينظر للاخرين على انه نبغ العطاء وثقة ويعتمد عليهم

١٧- كيف يكتسب الطفل الصفات الايجابية فى الطفولة المبكرة ؟  
(يكتسب - وتزداد)  
- يكتسب القدرة على التحكم - تزداد الدافعية للانجاز  
توقف ذلك على : (٢ مدى)  
- مدى الشعور بحب الوالدين  
- مدى سماح الوالدين للاطفال بالحرية

١٨- وضغ اهم مظاهر النمو الحركى فى الطفولة الوسطى والمتأخرة (لطفل المدرسة الابتدائية) ؟  
(٣ يستطيع - يتسم - يميل - وتميل)  
- يستطيع : التحكم فى الاداء الحركى  
- يستطيع : استيعاب النشاط الحركى  
- يتسم : بالسرعة والرشاقة والدقة والاتقان  
- يميل : الذكور للنشطة الحركية القوية (كرة القدم والرياضة البدنية)  
- تميل : الاناث للالعاب الخفيفة والانشطة الاجتماعية

١٩- وضغ الصفات الايجابية التى يكتسبها الطفل فى الطفولة الوسطى والمتأخرة ؟  
زيادة القدرة على :  
- التفكير الاستدلالى - التواصل مع الاسرة والاقربان  
- مع تنظيم الذات  
يشعر الطفل بالكفاية :  
ويهتم بـ (كيفية - والانجاز)  
- كيفية صنع الاشياء - الانجاز الاكاديمى

٢٠- اذكر المطالب الاساسية لمرحلة المراهقة ؟  
(٢ تحقيق - اتخاذ - وتنمية)  
- تحقيق هوية الجنس - تحقيق علاقة ناضجة بالرفاق  
- اتخاذ القرارات المتعلقة بالمستقبل المهنى  
- تنمية القيم والمعايير الخلقية

٢١- وضغ الاصل الاشتقاقى لكلمة مراهقة ؟  
هى فترة انتقالية بين الطفولة والرشد  
تعنى التدرج نحو النضج (الجسمى - العقلى - الجنىسى - الانفعالى - والاجتماعى)  
مشتقة من الفعل اللاتينى : ADOLESCERE

٢٢- وضغ تعريف المراهقة . فى ضوء دراستك ؟  
(معرى - تمتد - وتبدأ)  
- معبر للطفل من الطفولة الى الرشد  
- تمتد طول العقد الثانى من العمر  
- تبدأ بالبلوغ الجنىسى . وتنتهى فى سن الرشد

٢٣- تحقيق علاقة ناضجة مع جماعة الرفاق من اقوى احتياجات المراهق . اشرح ذلك فى ضوء دراستك ؟ (يشعر - يميل - ويتسع)  
يشعر المراهق : بالقيمة عن طريق ردود افعال الاخرين  
يميل افراد : كل نوع الى الجنس الاخر  
يتسع النشاط الجنىسى الغيرى وهو سبب الحب فى المراهقة

٢٤- تهتم مرحلة المراهقة بالقيم والمعايير الخلقية . برهن على ذلك ؟ (بالبلدى يعنى المراهق عاوز كل حاجة بالمسطرة)  
(يهتم - يحاول - يؤدى)  
- يهتم المراهق : بالمعايير والقيم الخلقية والدينية  
- يحاول : المراهق ايجاد فلسفة لحياته  
- يؤدى : نمو القدرات العقلية الى زيادة الوعى بالقضايا الخلقية

٢٥- يمثل المركز الاجتماعى والاستقلال اهم الحاجات عند المراهق . وضغ ذلك ؟  
يؤدى الفشل فى ايجاد فلسفة الخاصة الى عدم توافر آليات الامن النفسية

الاستقلال	المركز الاجتماعى
يسعى المراهق لتحقيق الاستقلال ليتمكن .. من تحقيق .. علاقة ناضجة .. مع .. الاقربان .. والجنس الاخر	يميل المراهق الى : (الاسهام - الانتماء) - الاسهام الحماسى فى الانتماء لتأكيد انتمائه لجماعة الكبار - الانتماء للجماعات المنحرفة او المناهضة .. ليؤكد ذاته ولو بصورة سلبية .. ببدل الوقوف على الهامش

مراجعة مميزة . . . سهلة . . . سريعة . . . مركزة  
مع مراجعات النور فى المواد الفلسفية  
مربوك الدرجة النهائية

٢٦- وضغ مظاهر النمو العقلى والمعرفى فى المراهقة ؟  
(يتحول - تتمايز - تتنوع - ويسير)  
- يتحول ذكاء الطفولة الحسى الى الذكاء المجرد يصل اقصاه فى الـ ١٨

- تتمايز القدرة العقلية العامة ثم يبدء التخصص نتيجة لـ :  
(زيادة درجة الانتباه - الاستنتاج - والاستنباط - والاستدلال ونتيجة التحصيل الدراسى)  
- تتنوع ميول المراهقين : تبع القدرات الخاصة : مثل (المستوى الثقافى - مستوى التحصيل الدراسى - والحالة الصحية)  
- يسير النمو العقلى (من الكل الى الجزء) يبدء فى سن (١٣) ينتهى فى سن (١٨) (مثل الانتباه - التخيل - التذكر)

٢٧- وضغ مظاهر النمو الجسمى فى المراهقة ؟  
المراهقة طفرة جسدية .. وانفجار فى النمو يحدث قبل البلوغ .. ويستمر عام او عامين .. قبل الوصول للنضج الجنىسى .. وتستمر بعده لمدة عام (من الاخر عشان وجع القلب المراهقة ٢ سنوات) (اثنين قبل البلوغ وواحدة بعد البلوغ)  
التغيرات الجسدية التى تصاحب البلوغ (٢ نمو - حجم - ونسب)

- نمو الخصائص الجنىسية الاولى  
- نمو الخصائص الجنىسية الثانوية  
- حجم الجسم - نسب الاعضاء  
(تغيرات الطول - و - الوزن)  
الطول : يحدث قبل الوزن .. اكبر زيادة مع بداية البلوغ

الوزن : (فى الذكور - فى الطفولة - فى المراهقة)  
فى الذكور : يضاف اليها العظام والعضلات .  
فى المراهقة : اصبح ٤٥٪ من وزن الجسم  
اكبر زيادة فى العضلات : من ١٢ - ١٥ سنة وتكون العظام اكثر صلابة

٢٧- المراهقة مرحلة ازمة . ناقش ذلك (دلل)  
وصفها (سنالى هول) : بمرحلة العواصف والضغوط التوتر الانفعالى مصدره التغيرات الجسدية والسيكولوجية  
اصبح التفسير موضع شك بسبب :  
- نمو المراهقة هو تكملة لما حدث فى البلوغ  
- يستمر النمو طول المرحلة لكن بمعدل بطئ  
- ازمة المراهق كما وصفتها (الانثروبولوجيا) : تختلف فى الشكل والمضمون من مجتمع الى اخر

٢٨- وضغ عوامل زيادة الانفعالات فى المراهقة ؟

وضغ اسباب الصراع الذى يحدث للمراهق ؟

(٢ الرغبة + واحدة توازن)

الرغبة فى الاستقلال... والحاجة للوالدين

الرغبة فى الجنس... والموانع الخارجية والداخلية... الموانع

الخارجية مثل العادات والتقاليد والتعاليم الدينية... والموانع

الداخلية : مثل تانيب الضمير

الرغبة فى ان يعامل معاملة الراشدين... ومعاملة الاخرين له

كطفل

توازن : جوانب النمو ( الجسمية و العقلية والانفعالية

والاجتماعية )

مثال : قد يبدو المراهق مثل الراشد فى الحجم .. يجعل هذا

الاخرين يطلبون منه ما يفوق قدراته... ويحاسب على ذلك

ونتيجة لهذا يشعر المراهق بـ:

السخط والاحساس بالظلم... عدم التفهم من المحيطين

٢٨- يتميز المجال الاجتماعى للمراهقين بالاتساع . اشرح ذلك ؟

يتسع مجال المراهق الاجتماعى :

من : الاسرة والحضانة والاقارب والجيران

الى : المؤسسات الاجتماعية ويكتسب منها العادات والاعراف

والتقاليد المجتمعية

تأثير المؤسسات الاجتماعية على المراهق :

(يصبح - يقوم - تزيد - يختار)

- يصبح تأثير جماعة الرفاق اكبر من اى تأثير اخر

- يقوم بالادوار الاجتماعية لكل فرد ولكل جنس

- تزيد خبراته الاجتماعية ومهاراته فى التواصل

- يختار ويناقش ويقتنع مع ما يرضى اتجاهاته

٢٩- تعتبر المراهقة مرحلة سعى الى الكمال . وضغ ذلك ؟

(يجل - تحل - وتعتبر)

- يجل : الضوابط الداخلية محل الضوابط الخارجية

- تحل : المبادئ العامة الخلقية محل الخاصة والنوعية

- تعتبر : سعى الى الكمال : يصنع اسقف تكون مرتفعة

اخلاقيا ويحاول الوصول اليها

خد بالك : نتيجة عجز المراهق عن تحقيق الكمال الاخلاقى :

- يشعر بالذنب وعدم الكفاءة الشخصية

- يعانى من اضطراب الضمير

يلجأ : الى احلام المراهقين وهى : نوع من مشاعر الذنب

...نتيجة...الشعور بالعجز...بعضها يكون حقيقة ومعظمها

يكون اوهام



مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق

مستر: ضياء ابو نور

01227273495



الازاحة (النقل-  
الاحلال)

حيلة دفاعية لا شعورية .. يلجأ اليها الشخص .. لنقل الانفعالات من معانيها الاصلية الغير مقبولة .. الى معاني اكثر قبولاً  
مثال : الموظف الذي الذي يغضبه رئيسة ينقل غضبه الى زوجته او ابنة (بالبلدى) : ساب الحمار واتشطر على البردعه ( نيهاهah

الاسقاط

حيلة دفاعية لا شعورية .. يلصق فيها الفرد عيوبه بالآخرين .. وهو وسيلة لانكار تلك العيوب  
مثال : تبرا الطفل من الفعل والصفة والصاغة باخيه الاصغر

التوحد ( التقمص )

عكس الاسقاط : حيلة دفاعية لا شعورية .. يحاول الشخص فيها التحلي بصفات شخص اخر ..  
مثال : توحد المراهق مع الابطال الجماهيرية

النكوص

هو ارتداد الفرد الى بعض اساليب التوافق القديمة .. التي كانت تشبع رغبات الفرد في مرحلة سابقة  
مثال : عودة سيدة عجوز الى استخدام ادوات الميكياج

الانكار

حيلة دفاعية لا شعورية .. يرفض فيها الفرد الاعتراف بالفشل .. وانه في حالي احباط  
مثال : شعور تاجر بالرضا على الغم من ان تجارته تخسر

تعالو ناخذ لفة في الباب على السريع المستعجل

- 1- ترى النظرية الانسانية ان الطبيعة الانسانية خيرة . برهن (يطلق عليها - ترى ان - أشهر روادها)
- يطلق عليها : القوة الثالثة لعلم النفس ( بعد التحليل النفسى والسلوكية )
- ترى ان: الانسان خير بطبعة وواع لسلوكة .. وان للسلك هدف محدد
- اهم روادها : ( ابراهام ماسلو ) .. ركز على الصبغة الانسانية .. واعتبرها من المتغيرات التي تحكم على الشخصية . ( مثل تحقيق الذات والابداع )

2- القيم هي نتاج لعملية التعلم . حلل العبارة لان الفرد يكتسب القيمة من التعلم .. مثلما يكتسب السلوك .. وكلاهما ناتج من تفاعل الفرد مع البيئة دور التعزيز في اكتساب القيم :  
التعزيز الموجب : يقوى القيمة المرغوبة  
التعزيز السالب : يؤدي الى انطفاء القيم الغير مرغوبة

2- يعد المكون الانفعالي اكثر مكونات الاتجاه ثباتا . اثبت صدق العبارة  
لانه يحتوى على شحنة انفعالية دافعة لاستمرار الاتجاه .. حتى وان انت الحقيقة مناقضة للاتجاه

4- بم تفسر اهمية دراسة الاتجاهات ؟  
( تتسم بالثبات النسبي - لها قدرة تنبؤية - متعلمة ليست فطرية - وتحدد الكيفية )

- تتسم بالثبات النسبي : فاحكام الفرد على الموضوعات ثابتة نسبيا
- لها قدرة تنبؤية : نستطيع التنبؤ بسلوك الفرد في المواقف المختلفة
- متعلمة ليست فطرية : قابلة للتغيير والتطوير . لدعم الاتجاهات المرغوبة
- تتحدد الكيفية : التي يستجيب بها الافراد الى المواقف المختلفة

5- حدد الخصائص العامة للاتجاه . في ضوء دراستك ؟  
( مكتسبة - وتتكون - تتعدد - ونتيجة - لا تنشأ - وفي الاخر تتضمن )

- الاتجاهات : مكتسبة ومتعلمة .. ليست وراثية
- الاتجاهات : تتكون وترتبط بمواقف اجتماعية
- الاتجاهات : تتعدد وتختلف حسب ارتباطها بالمشاعر
- الاتجاهات : نتيجة للتعلم ترتبط بالحاضر وتشير للمستقبل
- الاتجاهات : لا تنشأ من فراغ ولكن من علاقة الفرد مع المواقف البيئية
- تتضمن : عنصرا انفعاليا ... وعنصر اخر سلوكيا

6- للاتجاه عدة وظائف يقوم بها . حلل العبارة ( 2 تساعد - وتنعكس - توجه - تنظم - وتحدد )

- تساعد : الفرد على التفكير بطريقة محددة تجاه موضوع معين
- تساعد : على اتخاذ القرارات المتسقة في المواقف النفسية
- تنعكس : في سلوك الفرد وفعالية وسلوكياته الاجتماعية
- توجه : استجابات الفرد بطريقة ثابتة نسبيا
- تنظم : العمليات الدافعية والانفعالية والادراكية
- تحدد : وتفسر السلوك

7- الصفات الفردية هي اساس الفروق بين الاشخاص . اكد صدق العبارة

لانها تمثل نسقا فريدا ( مميز للفرد ) ومؤثرا في المحيطين به .. وهى عبارة عن ترتيب في اهمية الدوافع والاهتمامات وهى تمثل نسق الفرد القيمي

مع مراجعات النور اياك والغرور ... سنتر النور التعليمي

مسر / ضياء ابو نور ..... ٠١٢٢٧٢٧٢٤٩٥

8- التوافق هة عملية تعديل لسلوك الفرد وتعديل للبيئة . حلل هذا القول .

- التوافق هو تعديل لسلوك الفرد : حتى يتواءم مع الظروف المتغيرة البيئية .. سواء نفسية او اجتماعية او بيئية .. ويلعب التعلم فيها دور اساسي

- التوافق هو تعديل لبيئة الفرد : بحيث تصبح اكثر قابلية لتحقيق اهدافه

9- يعتبر صراع ( الاقدام الاقدام ) اصعب انواع الصراع في الجسم . هل تؤيد ولماذا ؟

( لا اويد ذلك ) : حيث ان صراع الاقدام الاقدام هو اسهل انواع الصراع في الجسم  
ينشأ هذا النوع من الصراع : عندما يحاول الفرد الاختيار بين هدفين كلاهما جذاب

ينتهي هذا النوع من الصراع : عند اختيار الهدف الاقرب  
مثال : المفاضلة بين وظيفتين متقاربتين في المزايا

10- يظهر صراع ( الاحجام الاحجام ) عندما يحاول الفرد الاختيار بين هدفين منفرين . هل تؤيد ولماذا ؟

( نعم اويد ذلك ) : ينشأ صراع الاحجام الاحجام عندما يحاول الفرد الاختيار بين هدفين كلاهما منفر  
يميل الاشخاص في هذا النوع من الصراع الى التردد بين هدفين كلاهما سي  
مثال : تردد اصحاب الزواج الفاشل بين الطلاق او استمرار العشرة

11- القلق المعتدل هو قلق صحي فسر العبارة .  
لان القلق المعتدل هو قلق صحي دافعي يؤدي الى :

الابداع - حل المشكلات - تسهيل عمليات التواصل والتعلم

12- للقلق المرتفع اثار سلبية . برهن على صدق العبارة ( استثارة - خفض - شعور - وعدم )

- استثارة وعصبية
- خفض الوظائف المعرفية
- شعور بقله الحيلة وعدم الكفاءة الذاتية
- عدم القدرة على البت في الامور

13- حلل مفهوم الشخصية عند البورت ؟  
الشخصية عند البورت : هي تنظيم دينامي داخل الفرد .. لاجهزته (المنسجمة) .. تملئ على الفرد .. طابعه الخاص سلوكيا او فكريا تحليل التعريف :

تنظيم دينامي	تعنى ان البناء الداخلي للفرد ليس ساكن ولكن متفاعل ومنسق
لاجهزته (المنسجمة)	تعنى ان الشخصية هي تكامل بين الصفات الوراثية والجسمية والانفعالية
تملى على الفرد	تعنى ان سمات الشخصية لها دور توجيهي تحدد سلوك الفرد المميز
طابعه الخاص	تعنى ان المظاهر السلوكية والفكرية مميزة وفريدة
سلوكيا او فكريا	تعنى ان كل ما يفعله الفرد لا يجعله متوافقا مع البيئة فقط بل مسيطرا عليها

13- اذكر اهم العوامل التي تساعد على تغيير الاتجاه ؟  
( اضعف - 2 وجود - والسطحية )

- ضعف : الاتجاه وعدم رسوخه
- وجود : اتجاهات متساوية في القوة ويمكن ترجيح احدها
- وجود : خبرات مباشرة تتصل بتموضوع
- سطحية : الاتجاه او هامشيته

14- قد يكون تغيير الاتجاه امرا صعبا . فسر العبارة ( قوة - مصاحبة - ادراك - محاولة - دوافع - والحيل )

- قوة : الاتجاه ورسوخه و الجمود الفكرى
- مصاحبة : الاتجاه للانفعال الشديد
- ادراك : الاتجاه الجديد على انه تهديد للذات
- محاولة : تغيير الاتجاه رغما عن الفرد
- الدوافع القوية : تعمل على مقاومة تغيير الاتجاه
- الحيل الدفاعية : تقاوم تغيير الاتجاه وتحافظ عليه

15- لمفهوم القيم اطارين اساسيين . حلل العبارة ( اطار اجتماعي - اطار نفسى )

- الاطار الاجتماعي : تشير الى ترتيب الاولويات وفق المعايير الاجتماعية
- الاطار النفسى : يشير الى ترتيب اولويات وترتيبات الفرد

16- هناك عدة عوامل تؤثر في القيم . برهن على صحة العبارة بما ان القيمة هي نتاج لعملية التعلم .. اذن .. فهي تتأثر في اشكال التعلم ( اذن اختلاف القيمة يرجع لاختلاف ظروف التعلم )

مثل : ( السن - الظروف الاجتماعية - والاقتصادية - والخلقية تؤثر الخبرات المدرسية في (تشكيل - تغيير - تعديل) القيم ذات العلاقة بـ :

العمل المدرسي - العلاقات الاجتماعية - مفهوم الذات - جوانب السلوك (الاخلاقي )

17- للتنشئة الاجتماعية دور هام في تشكيل القيم . اشرح ( الاسرة - الصفات الوراثية - الصفات الفردية - مع التفاعل )

- تلعب الاسرة : دور هاما اساسيا في تحديد انماط السلوك والدوافع وتحديد الماهية مثل المنافسة والانجاز والاستقلالية

- الصفات الوراثية : تشكل اساس التفاعل مع الخبرات الاسرية

- الصفات الفردية : اساس الفروق الفردية التي تشكل نمط الفرد الفريد في الاستجابة والتأثير في المحيطين

- اشكال التفاعل الفريد : يترتب عليها تشكيل نسق الفرد القيمي

سنتر النور التعليمي ..... طريقك المضي الى عالم التفوق

(ربما لسنا الاولون ..... ولكننا حتما سنكون )

تابعنا على الفيس بوك : مسر ضياء ابو نور

صفحة الفيس بوك : النور في المواد الفلسفية

جروب الفيس بوك : النور في المواد الفلسفية



١٧- يختلف القلق عن الخوف . ايد صدق العبارة  
الخوف : شعورى وله مصدر خارجي معروف ( الخوف من الحيوانات  
القلق : لا شعورى ومصدره غير معروف

١٨- استبدال الهدف بغيره احد اساليب مواجهة الاحباط الغير  
مباشرة . هل تؤيد . ولماذا ؟

( لا اويد ذلك ) : استبدال الهدف بغيره احد اساليب مواجهة الاحباط  
المباشرة . لان الفرد عندما يفشل فى الوصول الى الهدف ( بعد ان يبذل  
جهدا - ويبحث عن طرق جديدة لتحقيق الهدف ) فهو يغير الهدف  
نفسه . واحلال هدف اخر محله  
( خذ بالك ) : تتوقف هذه الطريقة على قدرة الهدف الجديد على  
اشباع الحاجة

مثال : اذا كنت تستعد للعب كرة القدم وامطرت السماء فانك قد  
تغير الهدف ونشاهد التلفزيون ( فلو كان الهدف هو التسلية فان  
التلفزيون سيفى بالغرض . اما اذا كان الهدف هو الحاجة للتقدير  
والتميز فان مشاهدة التلفزيون لا تصلح )

١٩- ميز بين العوامل الفردية والعوامل البيئية المؤدية للاحباط ؟

العوامل البيئية	العوامل الفردية
(ضوضاء - معاناه - البيئة - وجود)	وجود قصور فى الفرد نفسه
الضوضاء: تمنعنا من التركيز	مثل : نقص قدرة معينة او
المعاناه: الاقتصادية تمنع تحقيق الاهداف	نقص خصائص نفسية تمنع
البيئة الاجتماعية: تضع عقبات امام الفرد ( مثل قيود السلطة)	الفرد من تحقيق الهدف
وجود ظروف: تمنع الفرد من اشباع الحاجة للامن ( وفاة احد الوالدين )	كلما يزيد بعد الهدف عن قدرات الفرد كلما يزداد فرص الاحباط
	مثال: ليس كل شخص يستطيع ان يصبح موسيقيا اذا اراد ذلك
	( بالبلدى على قد لحافك مد رجليك )

٢٠- للقلق عدة مستويات . برهن على صدق العبارة ؟

القلق المعتدل	القلق المنخفض	القلق المرتفع
يؤدى الى : (حل - تسهيل - ويعتبر)	يؤدى الى : (الشعور - عدم)	يؤدى الى : (عصبية - خفض -)
حل مشكلات الابداع	الشعور بالكسل والاهمال	شعور - وعدم
تسهيل عمليات التعلم	عدم الرغبة فى الانجاز	العصبية والاستثارة
يعتبر قلق دافعى وصحى		خفض الوظائف المعرفية
		شعور بالعجز وقلة الجيلة
		عدم القدرة على اتخاذ القرار

٢٠- قسم هيبوقراط الشخصية الى اربعة انواع . دلل على ذلك  
نظرية الأنماط

مؤسس النظرية : هيبوقراط  
اساس النظرية : ربط بين الجوانب الفسيولوجية والشخصية ،  
وذهب الى أن اللون العام للشخصية يتوقف على مقادير الاختلاط  
بين الجوانب الفسيولوجية والشخصية .

قسم الشخصية الى اربعة انماط او مزجة عامة ، وهي :

النمط السوداوى:	النمط الصفراوى	النمط الدموى	النمط البياغى
بطيء فى التفكير قوة	طموح وعنيد	سهل الاستثارة	بطيء
يميل الى الانفعال	وجاد	سريع	الاستثارة
الانطواء والتشاؤم والاكنتاب.	حاد	الاستجابة	يغلب عليه
	الطباع سريع	يتميز بالتفاؤل والتبدل	الخمول
	والاستثارة	والمرح والنشاط.	والانفعالي.

الشخصية السوية عند هيبوقراط :

تعتبر نتيجة لتوازن المزجة الأربعة وتكافئها ، واذا ما تغلب أحد المزجة على الأخرى نشأت الاضطرابات والامراض النفسية .

النقد الموجه للنظرية : تجاهلها للفروق الفردية

٢١- اعرض لنظرية التحليل النفسى فى ضوء دراستك؟

نظرية التحليل النفسى

مؤسس النظرية : سيجموند فرويد

اهتمامات التحليل النفسى (٥) خبرات - ودوافع - وتركز )

١- خبرات الطفولة المبكرة .

٢- الدوافع اللاشعورية ، والصراعات والاحباطات كمحددات للشخصية .

٣- تركيز على الطاقة النفسية كمحرك اساسى للسلوك ، والنيل والميكانيزمات الدفاعية كوسيلة لمواجهة القلق .

العلماء المحدثين : اريك اريكسون ، وكارين هورني ، وهاري ستاك سوليفان

التحديث الذى وضعوه : اهتموا بدور المتغيرات الاجتماعية .

والتفاعلات مع الوالدين خلال عملية التنشئة فى نمو الشخصية  
المنهج الاساسى للنظرية : الملاحظة والاستبطان ، والتداعي الحر ،

والتحليل المنطقي للذكريات ، والأفكار فى دراسة الشخصية .

والحكم عليها .

٢٢- اعرض للنظرية السلوكية فى ضوء دراستك ؟

النظريات السلوكية

مؤسس النظرية : واطسون و سكنر و ميلر

وجهة نظرهم : الشخصية على هى مجموعة من العادات المكتسبة وفقا لقوانين التعلم .

يركزون على : على السلوك الظاهر الذى يمكن ملاحظته ، وقياسه

بغض النظر عما يحدث داخل الفرد ، وبخاصة ما يتعلق بما يحدث داخل العقل .

الرأى المتشدد : واطسون يرفض تأثير العوامل الوراثية على الشخصية

الرأى العقلانى : سكنر ، وميلر ادراك أهمية العوامل الوراثية ودوافع الفرد فى تشكيل سلوكه ، ومن ثم فى شخصيته

٢٣- اعرض للنظرية الانسانية فى ضوء دراستك ؟

النظرية الانسانية

مؤسس النظرية : ابراهام ماسلو

لقب النظرية : يطلق عليها القوة الثالثة لعلم النفس

اساس النظرية : تركز على الطبيعة الانسانية الخيرة حيث ترى أن الإنسان خير بطبعه وواع لسلوكه والسلوك دائما له هدف محدد

الموضوعات التى تركز عليها : ذات الصبغة الانسانية مثل :

تحقيق الذات ، والإبداع ، وأهداف الحياة ، وجودتها والوجود الشخصى والاجتماعى ، ويعتبرونها من المتغيرات المهمة للحكم على الشخصية

٢٤- تتوقف نتائج الاحباط والصراع على نوع العائق الذى يتعرض له الفرد . برهن على ذلك

نوع العائق : فطريقة الاستجابة لصراع خلقى ( كالغش فى الامتحانات ) ومايصاحبه من شعور بالذنب ، تختلف عن الاستجابة لعائق اقتصادى ( كنقص الدخل ) حين يبحث المرء عن عمل

إضافى مثلا لزيادة دخله

٢٥- تتوقف نتائج الاحباط والصراع على الخبرة الشخصية للفرد . برهن على ذلك

دور الخبرة السابقة : تؤثر خبرة الشخص السابقة فى التعامل مع مواقف الاحباط والصراع فى تحديد نمط استجابته فى الموقف الحاضر ، فخبرات الفشل السابق قد تؤدى الى مزيد من القلق والتوتر ، أما اذا كان المرء قد تعرض فى الماضى لخبرات نجاح فى التغلب على العوائق فإنه قد يشعر عند مواجهة الموقف بالثقة بالنفس

النور فى المواد الفلسفية .... مبروك الدرجة النهائية

مع مراجعات النور .... الدقة والاتقان اصبح لهما عنوان

لوش مصدق اكتب على جوجل بالعربى (مستر ضياء ابو نور)

٢٦- تتوقف نتائج الاحباط والصراع على تفسير الفرد للموقف . برهن على ذلك

تتوقف درجة شدة العائق وخطره على مدى شعور الفرد بتهديده لذاته من ناحية ، وعلى درجة تقدير الشخص لذاته من ناحية أخرى ، فالفشل فى الامتحان قد يفسره أحد الطلاب بأنه عائق مؤقت إذا كان تقديره لذاته مرتفعا ،

أما الطالب الذى يقدر ذاته تقديرا منخفضا فإنه قد يبالغ فى تفسير هذا الحدث ويعتبره خطرا يهدده ، ويشعره بأنه غير جدير بالنجاح ويؤدى به ذلك الى فقدان الثقة بالنفس

٢٧- تتوقف نتائج الاحباط والصراع على طبيعة الدافع . برهن على ذلك

فإذا كان الدافع ثانويا فإن الشخص لا يستجيب إلا بشعور خفيف بالضيق

أما إذا كان الدافع أساسيا فإن التوتر الذى يصاحب تعويقه يكون طويل الأمد .

٢٨- تتوقف نتائج الاحباط والصراع على طريقة اشباع الدافع . برهن على ذلك

الدافع الذى يمكن اشباعه بطرق متعددة والهدف الذى يمكن الوصول إليه بوسائل مختلفة قلما ينشأ عنهما مشكلات توافق

٢٩- للقلق عدة مظاهر . أثبت صدق العبارة

من الناحية الجسمية	من الناحية الانفعالية	من الناحية المعرفية:
ضربات القلب اضطراب المعدة ، الإسهال	عدم القدرة على التركيز الإجهاد والتعب	إدراك وتوقع مستمر لحدوث شئ سيئ أو مكروه للفرد
كثرة التبول كثرة إفراز العرق	دون مبرر مثل برودة الاطراف والأرق	

٢٠- بذل الجهد لازالة العائق احد الاساليب المباشرة للتوافق . برهن بمثال

بذل الجهد لازالة العائق

هو القيام بعمل جدى (بضمير يعنى) ..ومضاعفة الجهد .. لازالة العوائق...

مثال : الطالب الذى يرسب فى الامتحان يحاول أن يزيد من مجهوده فى استذكار دروسه حتى ينجح فى الامتحان عند إعادته ويتفوق فيه

