

التعلم	التعلم هو تغير شبه دائم في سلوك الفرد نتيجة الخبرة والممارسة / تغير شبه دائم لا يزول سريعا و لا نلاحظه بشكل مباشر و إنما نستدل عليه من السلوك / ليس كل تغير في السلوك يعد تعلما
مفاهيم التعلم الشرطي	تغيرات النمو تغيرات التعب المثير الطبيعي الاستجابة الطبيعية تنشأ عنه الاستجابة الطبيعية عند تقديمه في البداية نتيجة للمثير الطبيعي مثير لا تنشأ عنه استجابة قبل اقترانه بالمثير الطبيعي محاييد و بعد اقترانه بالطبيعي قادرا على إصدار الاستجابة
النمو و الارتقاء	الاستجابة الشرطية تنشأ نتيجة المثير الشرطي بدون مصاحبة المثير الطبيعي س / ط ط / م س / ط م / ش س / ش
المراهقة	سلسلة التغيرات التي تحدث للكائن الحي منذ لحظة الحمل و حتى الوفاة في الجوانب الجسمية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية و ..... ينضح من التعريف أن النمو يتضمن معاني ① سلسلة متصلة : تبدأ بالحمل ثم الطفولة و المراهقة و الشباب . ② يشمل الجوانب الجسمية و العقلية و ... المتفاعلة مع بعضها البعض . المرحلة التي يعبرها الطفل لينتقل من الطفولة للرشد ( سواء رجلاً أو امرأة ) تمتد طوال العقد الثاني تقريبا من العمر تبدأ بالبلوغ الجنسي و تنتهي بالرشد .
الشخصية ( كمتير )	المفهوم الشخصية هي ما يمتلكه الفرد من مظاهر خارجية و قدرتها على التأثير في الآخرين الشخصية عند " فلنچ " هي مجموع الأفعال التي تؤثر في الآخرين . يلاحظ على المفهوم ① أهمل التنظيم الداخلي للفرد . ② يجعل حكما للشخصية خاضعا لاعتبارات الشكل الخارجي و التقديرات الخاطئة
الشخصية كاستجابة	المفهوم تحدد شخصية الفرد في ضوء استجابته للمثيرات و توافقه مع الظواهر الاجتماعية في البيئة . يلاحظ على المفهوم استجابات الفرد للمثيرات تختلف من فترة و موقف لآخر رغم ثبات المثير لهذا صعب الوصول إلى حكم موضوعي على الشخصية .
الشخصية	الشخصية عند " أولبورت " ذلك التنظيم الدينامي داخل الفرد لجميع اجهزته النفس جسمية الذي يملى على الفرد طابعه الخاص و المميز له في السلوك و الفكر
كتنظيم داخلي و سيطر	تنظيم دينامي أجيزته النفس جسمية تملى على الفرد طابعه الخاص السلوك و الفكر البناء الداخلي للفرد ليس ساكنا بل فيتفاعل الشخصية تتضمن التكامل بين مكوناتها الجسمية / الانفعالية في وحدة لا يمكن فصلها أنظمة الفرد الداخلية عند استثارتها لها دور توجيهي للأفعال الفرد . سلوك الفرد يتسم بأنه فردي و مميز . أفعال الفرد ليس لتوافقه مع البيئة فقط بل للسيطرة و التحكم في الأحداث
الاتجاه	تركيب عقلي نفسي أحدثته الخبرة يتميز بالثبات و الاستقرار النسبي يوجه سلوك الأفراد قريبا من أو بعيدا عن عنصر من عناصر البيئة . مثل :حب فرد لتخصص (أو جماعة ) معين أو كراهيته لتخصص آخر (لجماعة أخرى تعنى قيمة الشئ و قدره أو ثمنه القيمة أعم من الثمن / الثمن هو ما يقدر من مال عوضا للشئ عند البيع / القيمة كل ما هو جدير بالاهتمام لاعتبارات اجتماعية أو اقتصادية أو .. إطارين أساسيين لمفهوم القيمة يشير لترتيب الأولويات وفقا للمعايير الاجتماعية . يشير لترتيب الأولويات وفقا لتفضيلات الفرد .
القيم	الاجتماعي العام الإطار النفسي مفهوم التوافق مستمد من علم البيولوجيا يعنى درجة الملائمة بين الفرد و الظروف الطبيعية التي يعيش فيها حتى يستطيع البقاء ثم انتقل إلى علم النفس فالإنسان بحاجة إلى الملائمة بين الظروف الاجتماعية و النفسية تعديل سلوك الفرد ليتواءم مع الظروف المتغيرة في البيئة النفسية و الاجتماعية و .. المحيطة به يلعب التعلم الدور الرئيسي .
مفهوم التوافق	المعنى الأول المعنى الثاني تعديل البيئة النفسية و الاجتماعية . لكي تصبح أكثر قابلية لإشباع دوافعه و تحقيق أهدافه عملية التوافق تعمل في الاتجاهين معا إذا كانت البيئة على درجة من التغير فهذا يتطلب من الفرد مرونة في تعديل السلوك . " المعنى الأول / تتنوع دوافع الفرد و هذا يتطلب تغير في البيئة و قد يغيره بنفسه أو الآخرين . الثاني
تعريف التوافق	المعنى الأول المعنى الثاني المعنى الثالث المعنى الرابع يقصد به المواءمة بين الشخص و ذاته . ② يكون الفرد راضيا عن نفسه متقبلا لها . ③ التحرر النسبي من الصراعات التي ترتبط بمشاعر سلبية نحو الذات . ④ يرتبط بمدى إشباع الفرد لدوافعه و حاجاته و تحقيق أهدافه الشخصية .

التوافق الاجتماعي	1 الموامة بين الشخص والبيئة أو غيره من الناس يشمل جميع المجالات الاجتماعية مثل الأسرة والمدرسة و ... 2 يرتبط ارتباط وثيق بإشباع الحاجات الاجتماعية وتحقيق الأهداف الاجتماعية
الإحباط	حالة انفعالية دافعية يشعر بها الفرد عندما يواجه ما يحول بينه وبين إشباع دوافعه أو تحقيق أهدافه / الفشل
الصراع	حالة انفعالية دافعية غير سارة قوامها الشعور بالحيرة والتردد والضيق والقلق تصيب الفرد عندما تتنازع اتجاهات مختلفة ذات قوى متساوية بشأن بعض دوافعه فيعجز عن اتخاذ وجهة معينة أو الوصول إلى حل محدد.
صراع الإقدام / الإقدام	يحدث حين يحاول الشخص الاختيار بين هدفين كلاهما جذاب / أيسر أنواع قابلية للحسم / لا يستمر بل ينتهي عندما يقرر الفرد الاختيار الأقرب / إذا طال أمد الصراع فإنه قد يدل على وجود خبرة سلبية تدعو إلى التردد / مثال اختيار الفرد بين وظيفتان لهما مزايا متقاربة / مثال إذا قرر الفرد الزواج و أمامه فتاتان لكل واحدة صفات إيجابية وعليه أن يختار إحداهما
صراع الإحجام	ينشأ عندما يحاول المرء الاختيار بين هدفين كلاهما منفر / أكثر صعوبة في حسمه ولذلك يطول أمده . كثيرا ما يتذبذب الأشخاص بين البديلين المعنفين / مثال: اختيار أصحاب الزواج الفاشل بين (استمرار الزواج و سوء العشرة ) و بين ( الطلاق والتفكك الأسري ) المترتب عليه
الإقدام لإحجام	حين يكون الهدف الواحد جذاب و منفر في وقت واحد فإن الشخص يعاني في هذه الحالة من صراع الإقدام الإحجام مثال : حب الشخص لتناول الحلوى وخوفه من السمنة أو زيادة الوزن في نفس الوقت
القلق	يتصف القلق كخبرة ذاتية للفرد بمشاعر الخوف و توقع المصائب والشر كالموت أو المرض أو الحوادث القلق يختلف عن الخوف في أن الخوف شعوري و له مصدر خارجي معروف (الخوف من الحيوانات و .... ) أما القلق فهو لا شعوري و داخلي و أسبابه غالبا غير واضحة. حالة من التوتر الشامل المستمر يتوقع فيها الفرد خطرا و تهديدا واقعا أو رمزيا مصحوبا بأعراض جسمية و فسيولوجية و انفعالية و معرفية.
	1 ضرابات القلب و اضطراب المعدة 2 الإسهال و كثرة التبول 3 كثرة إفراز العرق 4 عدم القدرة على التركيز و الإجهاد والتعب دون مبرر . 5 برودة الأطراف و الأرق . يسبق القلق و يتزامن معه إدراك و توقع مستمر لحدوث شئ سيئ أو مكروه للفرد

- الجسمية الفسيولوجية**  
**الانفعالية**  
**المعرفية**

اذكر مراحل تطور مفهوم الذكاء IQ ؟

لا يوجد اتفاق تام حول طبيعة الذكاء / التنوع في فهم طبيعة الذكاء سيؤدي إلى تنوع في كيفية دراسته و قياسه و السبب هو أن الذكاء ليس شيئا محسوسا و لا يقاس بشكل مباشر مثل الطول و الوزن و الجسم .

المفهوم الفلسفي لأرسطو		النفس
تقوم بالوظائف الحيوية مثل الكائنات الأخرى	تيرمان	قدرة الفرد على التفكير المجرد
يتميز به الإنسان عن غيره من الكائنات / هو أرقى صور النفس / يتحكم في التفكير و الذكاء	وكسلر	قدرة الفرد على العمل الهادف و التفكير المنطقي
	سبيرمان	قدرة الفرد على إدراك العلاقات
البيولوجي		الاجتماعي
الحياة العقلية لها جانبين هما المعرفي و الوجداني	قدرة الفرد على التفاعل مع الآخرين	
يساعدان الكائن على التكيف بطريقة أكثر فاعلية		

يرى ..... أن الإنسان يمتلك عدة أنواع من الكفاءات أو القدرات . ( وكسلر / سبيرمان / جارندر / تيرمان )  
 علل : رفض جارندر فكرة أحادية الذكاء ؟ / لخص نظرية جارندر مستعينا بمثال ؟

الذكاءات المتعددة رفض " جارندر " فكرة أحادية الذكاء / الذكاء الواحد و مفهوم الذكاء الذي يصنف الأفراد إلى أنكباء و غير أنكباء يرى " جارندر " أن الإنسان يمتلك عدة أنواع من الكفاءات " القدرات " هي الذكاءات المتعددة كل فرد يمتلك هذه الذكاءات بدرجة ما ( غير متساوية ) الذكاء ليس نوعا واحدا وفقا للنظرة التقليدية و إنما ذكاءات متعددة تتفاعل معا لتنتج أداء خاص بكل فرد و هذه الذكاءات قابلة للتعمو عرف " جارندر " الذكاء على أنه " القدرة على حل المشكلات في سياقات مختلفة مثال : سأل الممتحن طالبة من اكتشف أمريكا ؟ / كيف تعمل المعدة ؟ / رتبى مجموعة من الصور ..... ثم منحها درجة تتل على نسبة ذكائها ربما تتبا بالقدرة العامة و لكنها لن تتبا بنجاحها في الحياة كما أشار جارندر

- ما خصائص / عدد التعلم بالفهم و الاستبصار ؟ / يتسم التعلم بالفهم و الاستبصار بعدد من السمات اعرضها ؟
- 1 الانتقال المفاجئ من ما قيل الحل للحل
  - 2 الخلو من الأخطاء
  - 3 الاحتفاظ الحل يحتفظ به لمدة طويلة
  - 4 انتقال التعلم في المواقف المشابهة
  - 5 موجود لدي جميع الكائنات:
  - 6 لا يحدث انطفاء لأنه يصبح جزء من الذاكرة طويلة المدى .

كيف يتم التعلم بالفهم و الاستبصار ؟ / فسر كيف يتعلم الفرد إدراك الموقف الموجود فيه لدى الجشطالتيين ؟  
 الفرد يدرك الموقف بشكل كلي في إطار معرفي . / التعلم يحدث من محاولة واحدة تسبقها تأمل و إعادة تنظيم العلاقات .  
 الصناديق و العصي لم تكن للتسلية ولكنها وسائل معينة للوصول للهدف / الفهم و إدراك العلاقات من أهم العمليات في التعلم المعقد و لا يوجدان في النظريات السلوكية قامت على أساس الارتباط بين المثيرات و الاستجابة ( مثل التعلم الشرطي و المحولة و الخطأ).  
 التعلم عند " نورمان " يتم من خلال التخزين الجيد للمعلومات . ناقش .

يفترض " نورمان " أن التعلم يرتبط بتخزين المعلومات وبعض العمليات المعرفية الأخرى. التعلم يتم من خلال التخزين الجيد للمعلومات وإضافة معلومات جديدة. هذا لا يتم بطريقة أوتوماتيكية وإنما يكون الدور الأكبر للمعلومات التي تم الحصول عليها. ما الشروط المناسبة لتجهيز ومعالجة المعلومات / تتعدد العمليات التي يتم من خلالها تجهيز ومعالجة المعلومات . حلل . / اعرض المفاهيم المرتبطة بنظرية تجهيز ومعالجة المعلومات ؟

الاستقبال	استقبال المنبهات من العالم الخارجي بالحواس	الترميز	إضافة معاني على المدخلات الحسية في الذاكرة
الاحتفاظ	بالمعلومات في الذاكرة (حسب نوع الذاكرة)	الاسترجاع	استدعاء المعلومات السابقة التي تم تخزينها.

الدافعية من مبادئ التعلم الجيد . ( صواب )

جميع أنواع تعلم الحيوان اعتمدت على دافع الجوع ( فطري ) الإنسان أرقى من الحيوان لديه دوافع فسيولوجية و دوافع اجتماعية مثل الإنجاز . المهم بالنسبة إليك أن تشعر بالرغبة في الموضوع الذي تتعلمه هذا الميل يعد قوة دافعة ويسهل أن يكون عندك هذا الدافع إذا أدركت الهدف من الدرس . اتضح لك أهميته في الحياة العامة . اتضح لك هدفه لمستقبلك المهني .

يلعب ..... دورا هاما في التعلم . ( التعزيز / الانتباه / المشاركة النشطة / القراءة الجيدة )

الموجب	المكافأة و الجوائز كل ما يشبع الدوافع و يرضى الرغبات و يتفق مع الميول و كل ما يشعر الإنسان بالرضا أو الارتياح
السلبي	يكون مفيد حينما يحرم الشخص المخطئ من شيء يحبه و يوجه انتباهه إلى أخطائه حتى يتجنبها

مثال حين تحطىء في نطق كلمة الإنجليزية ثم تستمع إلى النطق الصحيح فإنك تتعلم الاستجابة الصحيحة. أعط مثالاً يوضح كلاً من " الممارسة الموزعة والمركزة " في التعلم الجيد / الممارسة الموزعة أفضل من الممارسة المركزة في التعلم . ( صواب )

الممارسة الموزعة التعلم في جلسات قصيرة نسبياً بينها فترات راحة / الممارسة المركزة التعلم في جلسات طويلة نسبياً لا يتخللها فترات راحة . / الممارسة الموزعة أفضل من المركزة تختلف الفترات الزمنية المناسبة لكل من التعلم والراحة حسب ① الأعمال و المهام التي تقوم بها ② الفروق الفردية بين الأفراد . يجب أن تستريح إذا شعرت أن \* كفاءتك في العمل بدأت تتناقص \* أخطائك بدأت في التزايد فترات الراحة العمل الواحد : تكون قصيرة من عمل لآخر : التحول من اللغة العربية إلى الرياضيات تكون فترة الراحة أطول .

الدور الإيجابي للمتعلم من مبادئ التعلم الجيد . حلل ؟

كلما زاد الجهد الإيجابي الذي تبذله في تعلم المادة الدراسية مثل إعداد الدرس مقدماً . تلخيصه أثناء تعلمه . المشاركة في المناقشة و طرح الأسئلة التي تتصل بالموضوع / كان تعلمك أكثر جودة .

قابلية التعلم للانتقال من مبادئ التعلم الجيد . هل تؤيد . و لماذا ؟

تزداد كفاءة التعلم إذا كان تعلم موضوع يؤثر تأثيراً إيجابياً و يفيدك في تعلم موضوع آخر فتعلمك لقاعدة نحوية في العربية يجب أن يفيدك أثناء القراءة و الكتابة في مواقف أخرى . شروط قابلية التعلم للانتقال الموجب ① العناصر المشتركة : إدراك التشابه بين التعلم الجديد و السابق يجعل الانتقال الموجب سهلاً ② الفهم : عملية تعتمد على إدراك العلاقات ( أو الاستبصار) .

من العوامل التي تلعب دوراً في تحسين طرق الاستدكار الفعال ..... الانتباه ( توزيع / تشتت / تغير / تركيز ) / القراءة بالفهم توفر لك الكثير من التعلم . كيف يمكنك تحقيق ذلك ؟ / كيف تكون طالب نشط إيجابي ؟ / ..... ترتبط بمبدأ الدافعية . ( زيادة الرغبة في الاستدكار / التعزيز / الانتباه / المشاركة النشطة )

الانتباه	① تخصيص وقت للاستدكار الإلتزام به ② تخصيص مكان للاستدكار عدم المذاكرة في أماكن الاسترخاء / السرير
زيادة رغبة الاستدكار	③ التدريب على الاستدكار في الظروف المتغيرة (الضوضاء). ④ التخلص من المشكلات النفسية والاجتماعية.
المشاركة النشطة	يمكن تحقيق هذا الدافع عن طريق : ① التفكير في الأهداف التي يسعى الطالب إلى تحقيقها (النجاح) ② التنافس مع الذات و تحديد مستوى و السعي لتجاوزه . ③ تخصيص وقت محدد لانتهاء من المادة و تنفيذ ذلك
استخدام طرق القراءة	① المراجعة : بين وقت لآخر لتذكر العناصر الأساسية. ② التدوين : المذكرات وتلخيص المادة و ملاحظات و أسئلة عن المادة وتدوين أفكار حول ما تتعلم.
	① الاستعراض العام للمادة قبل الدراسة التفصيلية ② الربط بين المعلومات الجديدة و المعلومات السابقة ③ البحث عن المبادئ التي تنظم التفاصيل و الجزئيات ④ استخدام عادات جيدة في القراءة (الإيقاع الصحيح لحركات العين على الكلمات المطبوعة )

النمو يسير من .... (العام للخاص / الخاص للعام / العام للخاص / الخاص للخاص ) / أعط مواقف حياتية توظف فيها مبادئ النمو ؟ الوليد يستجيب للمواقف بطريقة كلية ثم تصبح الاستجابات أكثر تنوعاً مثل ① : الطفل يحرك جسمه كله ثم يحرك يديه فقط . مثال ② : المشي في البداية غير منتظم ثم يأخذ شكلاً منسقاً لليدين والرجلين . مثال ③ : يلتفت الطفل بكل جسمه إلى الصوت ثم يدير رأسه و رقبته فقط.

النمو تغير مستمر . ناقش ؟

النمو يقوم على التفاعل بين الاستعدادات الوراثية و الخبرات البيئية و الاجتماعية و .... لا يتوقف النمو عند الطفولة بل ينتقل من مرحلة لأخرى مكتسباً ما يؤهله للنضج

توجد فروق فردية بين الأفراد في معدلات النمو. أكد صندق العبارة ؟

توجد فروق فردية بين الأفراد في معدلات النمو الجسدي والعقلي و ... بين الأفراد / توجد فروق داخل الفرد الواحد فسر عة النمو الجسدي لا تتساير النمو العقلي أو ..... المسايرة في النمو بين الأقران نسبية .

تميل جوانب النمو المختلفة إلى الارتباط ببعضها . وضح بمثال .

من ينخفض ذكاؤه يتأخر في المشي والكلام / الطفل الذكي يكون متقدما في النمو الاجتماعي والانفعالي .

تختلف سرعة النمو من مرحلة إلى أخرى. حلل العبارة ؟

النمو الجسدي سريع في المرحلة الجنينية والطفولة المبكرة والمرحلة . النمو الجسدي بطيء في الطفولة المتأخرة والرشد .

النمو يسير في محورين ..... (متوازيين / متعامدين / متساويين / جميع ما سبق )

اتجاهات طولية و عرضية / النمو يسير في محورين متعامدين طولياً من أعلى الرأس إلى القدمين / عرضي من منتصف الصدر لليد اليمنى واليسرى

هناك بعض العوامل التي تؤثر إيجاباً وسلباً على النمو ( كيف يمكن الاستفادة من عامل إيجابي / كيف يمكن التغلب على السلبيات )

لخص دور الآباء كأحد العوامل المؤثرة على النمو الإنساني ؟ / الأسرة من العوامل المؤثرة في النمو . اشرح العبارة ؟

علاقات يسودها الحب والقبول والثقة والاحترام تجعل الطفل يتقبل ذاته والأخرين و يثق فيهم علاقات يسودها الحماية الزائدة والإهمال أو التسلط أو الرفض يشعر الطفل بعدم الثقة / العجز / النقص / زياد اعتمادية الطفل العلاقات الطيبة مع الأخوة والخالية من تفضيل طفل على طفل تؤدي للنمو النفسي السليم للطفل .

..... من العوامل المؤثرة في النمو . (الوراثة / إدمان الكحوليات / حالات اختلاف الدم / غذاء الأم الحامل )

هي انتقال الصفات الوراثية من الوالدين للأبناء عن طريق الجينات والكروموزومات في البويضة المخصبة / الخلية تتكون من جدار وبروتوبلازم يحتوي على سيتوبلازم و نواة بداخلها الشبكة الكروماتينية (خيوط الكروموزومات) التي تحمل الجينات وتحدد الصفات الوراثية للكائن الحي

الغدد من العوامل المؤثرة في النمو . دلك بمثال ؟ / ..... من العوامل المؤثرة في النمو ( الغدد / إدمان الكحوليات / حالات اختلاف

الدم / غذاء الأم الحامل ) / ما النتائج المترتبة على : نقص الثيروكسين / نقص هرمون النمو

غدد لها قنوات تسيير فيها إفرازاتها مثل الغدد الدمعية واللعابية و ...

تطلق إفرازاتها ( مواد كيميائية / الهرمونات ) في الدم مباشرة / ترتبط وظائف الغدد الصماء بوظائف الجسم: ❶ تساهم في نمو الجسم . ❷ تساهم في ضبط السلوك الانفعالي

يجعل الفرد شخصاً سليماً

يؤدي إلى الاضطرابات النفسية والجسمية( سوء التوافق النفسي والاجتماعي )

من أهم الغدد اللاقنوية أو الصماء ❶ الغدة النخامية / تقع في منتصف أسفل سطح المخ - الفص الأمامي يفرز هرمون النمو الذي يبدأ عمله من الشهور الأولى لحياة الجنين . ما النتائج المترتبة على ما يلي :

في الدم قبل البلوغ يعوق نمو العظام فيتحول الطفل إلى قزم (القرامة) .

في مرحلة البلوغ تؤدي إلى نمو سريع و شاذ في عظام الجذع والأطراف .

❷ الغدد الدرقية تفرز الثيروكسين الذي يضبط عملية تحويل الطعام إلى طاقة و يمد الخلايا بالحرارة /

❸ نقص الثيروكسين ❶ الشعور بالبرودة. ❷ الدوخان. ❸ قلة الرغبة في العمل . ❹ قلة الرغبة في الطعام .

❺ ببطء ضربات القلب. ❻ ببطء التنفس. ❼ ضعف الرغبة الجنسية.

❽ زيادة الثيروكسين ❶ العصبية. ❷ عدم استقرار ضربات القلب ❸ صعوبة التنفس . ❹ كثرة الحركة

الغذاء من العوامل المؤثرة في النمو . حلل / ..... من العوامل المؤثرة في النمو . ( الغذاء / إدمان الكحوليات / اختلاف الدم / غذاء الأم الحامل )

يؤدي الغذاء دوراً مهماً في النمو ❶ يعطى الجسم الطاقة ❷ بناء خلايا الجسم التالفة و تعويض التالف منها . ❸ يقي من الأمراض نتيجة نقص الغذاء . ❹ يجب تناسب الغذاء مع المرحلة التي يمر بها الفرد. ❺ يجب تناول غذاء يحتوي على العناصر المطلوبة للنمو .

لخص دور المربين كأحد العوامل المؤثرة على النمو الإنساني ؟ / رياض الأطفال / الحضانه من العوامل المؤثرة في النمو . حلل؟ المعبر الذي يسهل انتقال الطفل من البيت للمدرسة . / تتصهر فيها فروق التنشئة الاجتماعية الخاصة إلى تنشئة اجتماعية عامة . الذهاب إلى الروضة من أهم التغييرات الاجتماعية للطفل . / الروضة تساهم في اتساع عالم الطفل الاجتماعي بعد أن كانت علاقاته محصورة في دائرة أبوية من الاهتمام والتعلق .

لخص دور المربين كأحد العوامل المؤثرة على النمو الإنساني ؟ / المدرسة من العوامل المؤثرة في النمو . هل تؤيد و لماذا ؟ /

... حلقة وسطى بين الأسرة بنطاقها الضيق والحياة الاجتماعية . ( الأسرة / رياض الأطفال / جماعة الرفاق / وسائل الإعلام )

المدرسة المنظمة الرسمية التي كلفها المجتمع بتربية النشء و تعليمهم بشكل مقصود الثقافة والسلوك و تدرئهم على الطرق التي تساعد في تنمية مهاراتهم و استمرار طاقاتهم . / المدرسة حلقة وسطى بين الأسرة بنطاقها الضيق والحياة الاجتماعية بنطاقها الواسع فهي تستقبل الطفل صغيراً ثم تؤهله لمواجهة مشكلات الحياة .

..... من العوامل المؤثرة في النمو . ( جماعة الرفاق / إدمان الكحوليات / حالات اختلاف الدم / غذاء الأم الحامل ) / ..... تمثل أحد الأطر المرجعية للطفل والمراهق . ( الأسرة / رياض الأطفال / جماعة الرفاق / وسائل الإعلام )  
 مجموعة الأفراد المتقاربين في السن أو الدراسة أو السكن أو ... وغيرها تربطهم روابط عاطفية واجتماعية .  
 تمثل أحد الأطر المرجعية للطفل والمراهق . / أهميتها تتمثل في التوافق النفسي والاجتماعي فهي مصدر الصحة والنصيحة والترفيه والمساعدة عند الأزمات / شعور الطفل أو المراهق بأنه مرفوض من الرفاق يترتب عليه الشعور بالوحدة النفسية والاكنتاب .  
 وسائل الإعلام من العوامل المؤثرة في النمو . ناقش / ؟ / ... تعد امتداداً لدور الأسرة في التنشئة ( الأسرة / الحضارة / وسائل الإعلام )

وسائل الإعلام تعد امتداداً لدور الأسرة في التنشئة / تزداد أهمية وسائل الإعلام في ظل ثورة المعلومات بسبب تنوع أساليب الاتصال والكم الهائل من المعلومات بالإضافة إلى تناقض المعلومات وما تتبناه من قيم إيجابية أو سلبية أو متعارضة ومتناقضة أحياناً . / بناء القيم والاتجاهات لم يعد مقصوراً على الجماعات الصغيرة التي ينتمي لها الفرد ولكن اتسع ليشمل أساليب الاتصال . اذكر ثلاثة من المخاطر التي تتطلب تقنين استخدام الإنترنت / للأطفال . / حدد المخاطر المترتبة على تعامل الأطفال مع الإنترنت .  
 الإنترنت والكمبيوتر من العوامل المؤثرة في النمو / العصر الراهن هو عصر الثورة العلمية التكنولوجية ودخول الحاسبات الآلية إلى كل المجالات ومن الواضح أن الطفل والمراهق تأثر بهذه الثورة المعلوماتية . / هناك بعض المخاطر تتطلب تقنين استخدام الإنترنت للأطفال و هي : ① صعوبة التحقق من صحة المعلومات على الإنترنت . ② الدخول إلى غرف الاتصال والحديث مع غرباء و يجب التحذير من إنشاء أسرارهم أو مقابلتهم خارج المنزل . ③ استهلاك ساعات طويلة من الوقت مما يقلل من تفاعلهم الاجتماعي ويؤثر على نموهم النفسي (إدمان الإنترنت) . ④ عندما يقل التواصل الاجتماعي مع الآخرين يشعر الطفل بالوحدة والاكنتاب .

لمرحلة ما قبل الميلاد أهمية . ( صواب ) / تعد مرحلة .... ذات أهمية خاصة في حياة الإنسان ( الجنين / الرضاعة / المراهقة / الرشد )

① مرحلة التأسيس للنمو . ② التغيرات التي تحدث فيها تكون حاسمة ومؤثرة في حياة الفرد . ③ مرحلة وضع الأساس الحيوي للنمو ④ طفرة في النمو مقارنة بالرشد والمراحل اللاحقة . / بعض الشعوب (الصين) يحسبون شهور الحمل ضمن سن الفرد . استخلص ثلاث من العوامل التي تؤثر على نمو الجنين في البيئية الرحمية ؟ ... من العوامل التي تؤثر على نمو الجنين . ( صواب ) / ما النتائج المترتبة على ما يلي : عدم كفاية وتكامل العناصر الموجودة في غذاء الأم ؟ / تؤثر الحالة الانفعالية للأم على الجنين بشكل غير مباشر / إذا كان (RH) ..... يحدث ضرر للجنين . ( الأم سالب و الأب موجب / الأم موجب و الأب سالب / الأم سالب و الأب سالب ) / يجب أن تحصل الحامل على غذاء .... ( مناسب / متكامل / صحي / جميع ما سبق )

أمراض الأم الحامل	أي مرض يصيب الحامل خاصة في الشهور 3 الأولى للحمل يؤدي الجنين / إصابة الأم الحامل بالحصبة الألمانية و الأمراض التناسلية في الشهور 3 الأولى للحمل ينتقل منها للجنين مما يسبب له أمراض (مثل العمى) / أمراض القلب / تأخر النمو الجسمي والعقلي ) سوف تقل حالات التخلف العقلي نتيجة الحصبة الألمانية بالتطعيم .
غذاء الأم الحامل	يجب أن تحصل الحامل على غذاء مناسب و متكامل خاصة ( البروتين و اللبن و الخبز و الخضروات و الفاكهة ) للاحتفاظ بحالتها الصحية و ليكون طفلها سليماً فالجنين يحصل على الغذاء قبل الأم عدم كفاية أو تكامل العناصر الغذائية للأم (سوء التغذية) يؤدي لـ : ① الإجهاض أو الأنييميا و تسمم الدم . ② فقر الدم لدى الجنين . ③ تأثر الجهاز العصبي للجنين بسبب نقص البروتين . ④ زيادة وقت الولادة . ⑤ الولادات المبكرة أو الميتة . ⑥ ظهور أمراض في السنة أشهر الأولى للأطفال عاثوا من سوء تغذية الأم مثل (الالتهاب الرئوي أو الكساح و فقر الدم)
التعرض للأشعة أكس	تعريض الحوض لأشعة أكس (X) قد يكون ضرورة علاجية للحامل التي تشكو من ورم و التعرض لكميات قليلة من الأشعة قد لا يؤثر في الجنين . / لكن المشكلة في التعرض لجرعات كبيرة قد تؤدي الجنين و تعرضه للإجهاض .

حالات اختلاف الدم	تتكون كرات الدم الحمراء من عناصر (RH) و له صورتان إما موجبة أو سالبة إذا كان دم الأم (RH +) و دم الأب (-RH) فلا يحدث ضرر للجنين . الصورة السائدة إذا كان دم الأم (-RH) و دم الأب (RH +) هنا يحدث عدم التوافق بين الصورة الموجبة لدم الجنين و الصورة السالبة التي توجد في دم الأم مما يؤدي إلى : ① نقص كرات الدم الحمراء . ② موت الجنين في الرحم أو بعد الولادة . ③ إصابة الجنين بأنيميا حادة أو شلل أو ضعف عقلي أو عمى .
-------------------	--

زيادة مرات الحمل عن 4 يضر	① الأجنة بعد الطفل الأول تكون أصغر حجماً و أقل وزناً لو كانت المسافات الزمنية بينهم قصيرة ② الطفل الذكر إذا كان ترتيبه الميلادي الأول فإن هرمونات الذكورة تكون أكثر من الذين يكون ترتيبهم بعده ③ استنزاف المرأة جسماً ④ مشكلات خطيرة مثل الأنييميا و فقر الدم و نزيف الدم و فقده .
---------------------------	--

الانفعالات مثل ( السعادة أو الحزن ) قد لا تؤثر بشكل مباشر على الجنين ولكنها تؤثر بشكل غير مباشر من خلال الهرمونات القلق أو الضغوط أو الاكتئاب أو الحزن الشديد ( تؤثر بشكل كبير على الأم الحامل و الجنين )  
عصبية الأم و انفعالاتها الشديدة تؤثر على الطفل  
تضرر الجهاز العصبي للجنين  
تزيد الأعراض المرضية للطفل مثل (البكاء الشديد أو التلمل أو المغص وسوء الهضم )  
الانفعالات تزيد صعوبات الحمل مثل (الغثيان أو القيء أو التعرض للإجهاد)

للجنين  
قبل الولادة  
بعد الولادة  
للأم

يؤدي تدخين الأم الحامل إلى 1 نقص في وزن الجنين. 2 النزيف أثناء الحمل. 3 وفاة الجنين أو الطفل بعد الولادة. 4 حرمان الجنين من الدم النقي ( لأن الدم به نسبة كبيرة من ثاني أكسيد الكربون ) و تقل نسبة الأوكسجين و هذا يؤدي إلى زيادة نشاط دقات القلب. 5 لتدخين الحامل نفس آثار تعاطي المخدرات. 6 الأمهات اللاتي توقفن عن التدخين أثناء الحمل يصبح أطفالهن أكثر وزنا من الأمهات المستمرن في التدخين أثناء الحمل .

إدمان  
الكحوليات  
و  
المخدرات

كل الأدوية التي تتناولها الأم الحامل تصل إلى المشيمة و تؤثر في الجنين / ثبت أن الأدوية التي تتناولها الحوامل بدون إشراف طبي لها تأثير سيني على الأجنة و يؤدي إلى : 1 تشوهات جسمية 2 تخلف عقلي 3 ضرر للجهاز العصبي و هذا ينطبق على أقل الأدوية مثل الأسبرين

سوء  
استخدام  
للأدوية

ما النتائج المترتبة على ما يلي : عجز المراهق عن تحقيق نموذج " الكمال الأخلاقي " ؟ / وضع أهمية النمو الخلقي و الاهتمامات الدينية للمراهق ؟ بعد إحلال الضوابط الداخلية للسلوك محل الخارجية في المراهقة نمو ( الانفعالي / الاجتماعي / المعرفي / الخلقي ) / ..... هي مرحلة سعي إلى الكمال . ( المراهقة / الرضاعة / الطفولة / الشباب )  
النمو الخلقي و الاهتمامات الدينية : تعلم المراهق ما تتوقعه منه الجماعة من المهام النمائية الهامة في المراهقة المبكرة و القيام بسلوك يتوافق مع هذه التوقعات دون إشراف مستمر و دون تهديد بالعقاب عكس الطفولة  
يحل المبادئ الخلقية العامة محل المفاهيم الخاصة و الضوابط الداخلية للسلوك محل الضوابط الخارجية .  
المراهقة هي مرحلة سعي إلى الكمال المراهقين يصنعون لأنفسهم و للآخرين معايير أخلاقية يصعب أحيانا الوصول لها و حين يعجز عن تحقيق نموذج " الكمال الأخلاقي " يشعر بالذنب و يعاني من اضطراب الضمير .  
المراهق أكثر استعدادا من الطفل في تقبل اللوم لكن لو زادت حدة مشاعر الذنب و تكرر حدوثها يشعر بعدم الكفاءة الشخصية و يلجأ إلى الهرب في أحلام المراهقين الصغار و هي مشاعر ذنب نتيجة شعوره بالعجز .  
حدد مظاهر النمو الحركي في مرحلة الطفولة المتأخرة ؟  
يتحكم في الطفل أدائه الحركي و يتسم بالوقو و السرعة و الرشاقة / يستوعب النشاط الحركي من خلال ( لعب الكرة أو ..... الخ ) / يكتسب المهارات في فترة قصيرة . / يميل الذكور إلى النشاط الحركي القوي ( الجري أو الفز و ... الخ ) تميل الإناث إلى الألعاب الخفيفة

اذكر المطالب و التحديات في المراهقة حلل ؟ / الحاجة إلى المركز الاجتماعي من أقوى حاجات ..... ( المراهق / الرضيع / الطفل / الشباب )

- تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق شعور المراهقة بالقيمة يبني على أساس ردود فعل الآخرين/ النمو التدريجي للميل للجنس الآخر من أهم نواحي النمو الاجتماعي.
- تحقيق هوية الجنس اعتناق المراهق للنور المناسب لجنسه و قبوله لطبيعته البيولوجية يبدأ في الطفولة و يدعمه التوحد مع الوالد
- اتخاذ قرارات تتعلق بالمستقبل المهني أكثر ما يصيب المراهق بالقلق هو عدم القدرة على الاستقرار و تحديد هوية مما يدفعه إلى التوحد بالأبطال الجماهيرية / الإعداد للمستقبل المهني من المهام الرئيسية أمام المراهق . / البعض يؤكد أن المراهقة تنتهي ببداية الخبرة العملية
- تنمية القيم و المعايير الخلقية الاهتمام الشديد بالقيم و المعايير الخلقية تنفرد بها المراهقة عن المرحل الأخرى. الوعي بالقضايا الخلقية و مناقشتها ( نتيجة نمو القدرات العقلية ) .
- الحاجة للاستقلال و للإنجاز تزداد أهمية الاستقلال خلال المراهقة / يهتم بالدين و المثل لإيجاد فلسفة لحياته و الفشل يؤدي إلى عدم توافر الأمن النفسي . / بدون تحقيق درجة معقولة من الاستقلال الذاتي لا يحقق علاقات ناضجة بالجنس الآخر أو الأقران.  
حدد أنماط الشخصية لدى " هيبوطراط " ؟ / حدد المحددات الأساسية لنظرية ( التحليل النفسي / السلوكية / الإنسانية ) ؟ / وضع دور المتغيرات الاجتماعية و التفاعل الاجتماعي وفقا للتوجهات الحديثة للتحليل النفسي ؟ / نشأ المنحنى الإنساني كرد فعل للتحليل النفسي و السلوكي . هل تؤيد و لماذا ؟ / تتعدد نماذج الشخصية المختلفة بناء على النظريات مع أيهم تميل . و لماذا ؟ / ..... من أقدم النظريات في فهم الشخصية . ( الأنماط / التحليل النفسي / السلوكية / الإنسانية ) / نظرية ..... تنظر للشخصية على أنها مجموعة عادات متعلمة . ( الأنماط / التحليل النفسي / السلوكية / الإنسانية )

من أقدم النظريات السوية نتاجا لتوازن هذه الأمزجة الأربعة و تكافئها / إذا تغلب أحد الأمزجة على الأخرى نشأت الاضطرابات  
 الفسيولوجية والشخصية . الشخصية أربعة أنماط أو أمزجة

السوداوي	بطنى التفكير	قوى الانفعال	الانطواء	التشاؤم	الانقباض
الصفراوي	طموح	عنيد	جاد	حاد الطباع	سريع الغضب
الدموي	سهل الاستئارة	سريع	التفاؤل	المرح	النشاط
البلغمي	بطنى الاستئارة	الخمول	التبذد الانفعالي		

نظرية الأنماط

شهرها نظرية ' فرويد ' . تؤكد على خبرات الطفولة المبكرة و الدوافع اللاشعورية كمحددات للشخصية  
 تركز على الطاقة النفسية كمحرك للسلوك والحيل الدفاعية لمواجهة القلق . / التوجهات الحديثة للنظرية عند " إريكسون /  
 هورنى / سوليفان " أضافت دور المتغيرات الاجتماعية والتفاعلات مع الوالدين في التنشئة .  
 تعتمد النظرية على الملاحظة و الاستبطان و التداوي الحر و التحليل المنطقي للذكريات في دراسة الشخصية .  
 تنظر للشخصية على أنها مجموعة عادات متعلمة وفقا لقوانين التعلم . يركزون في حكمهم للشخصية فقط على السلوك  
 الظاهر بغض النظر عما يحدث داخل الفرد أو داخل العقل . / رفض " واطسون " تأثير العوامل الوراثية على الشخصية .  
 إلا أن " سكينر / دولارد / ميلز " اهتموا بالعوامل الوراثية في تشكيل سلوكه .

التحليل النفسي

السلوكية

الإنسانية

يطلق عليها القوة الثالثة لعلم النفس بعد التحليل النفسي و السلوكية . / تركز على الطبيعة الإنسانية الخيرة و ترى أن الإنسان  
 خبير بطبعه و واع لسلوكه الذي له دائما هدف محدد / ركز " أبراهام ماسلو " على الموضوعات ذات الصبغة الإنسانية مثل  
 تحقيق الذات و الإبداع و اعتبرها من المتغيرات المهمة للحكم على الشخصية .

وضوح كيف يتم اكتساب القيم ؟

القيم نتاج للتعلم فقد يكتسب الفرد قيمه كما يكتسب سلوكه بالملاحظة و التقليد . / الكثير من الأولاد ( خاصة حديثي السن ) يقبلون  
 بوجهات نظر آبائهم في بيئتهم / قد يكتسب الفرد قيم دون أخرى  
 يعمل التعزيز على تقوية السلوك المرغوب و يؤدي العقاب إلى انطفاء أو كف السلوك غير المرغوب فيه .  
 حدد العوامل التي تؤثر في القيم ؟

القيم نتاجا للتعلم فهي تتأثر بالعوامل التي تؤثر في أشكال التعلم / نستنتج أن تباين الأفراد في قيمهم نتيجة تباينهم في ( السن و  
 التعليم و الوضع الاقتصادي ) و قد أوضحت الدراسات أن الخبرات المدرسية تغير و تؤثر في مفهوم الذات و العلاقات الاجتماعية  
 و الأخلاق .

ناقش دور التنشئة الاجتماعية و الخصال الفردية في تشكيل القيم ؟ / حدد دور التنشئة الاجتماعية في تشكيل القيم لدى الفرد  
 للتنشئة الاجتماعية دور مهم في تشكيل النسق القيمي لدى الفرد . برر صدق العبارة .

الأسرة تحدد دلالات الأشياء ما هو ملائم و ما غير ملائم من السلوك / خصال الطفل الوراثية و العقلية تشكل أسلوب تفاعله مع  
 الأسرة و البيئة و هذه الخصال الفردية هي أساس الفروق الفردية بين الأشخاص فهي نمط فريد في الاستجابات التي تؤثر على  
 المحيطين به كما تتأثر بهم و يترتب على هذا التفاعل نسقه القيمي .

اعرض نمطين من أنماط الشخصية كما حددها سيرانجر ؟ / اذكر أهم خصائص الشخصية المبدعة في ضوء ما درست / تعد  
 الشخصية .. شخصية ضد المجتمع ( الانطوائية / الهستيرية / السيكيوباتية / الدونية ) / ضع المصطلح المناسب أمام العبارة .... /  
 تتعدد تعريفات الشخص الطبيعي أو العادي . حلل العبارة ؟

1	الفرد الذي تظهر خصائص شخصيته بصورة متكاملة / يستطع توجيه هذه الخصائص بشكل متوازن لتحقيق هدف معين
2	تتمتع بالصحة النفسية و العقلية السليمة/ أي تخلو من الاضطرابات النفسية و العقلية / التعريفات الصحة النفسية
3	تتمتع برزانة العقل / الثبات انفعالي / سعيد / يتمتع بنشاط كاف / استثمار كامل لإمكاناته / يتوافق مع بيئته / يبذل جهد / ليس في حرب مع نفسه ولا غيره

الطبيعية

الانطوائية

الهستيرية

لا توجد شخصية منطوية انطواء كاملا و لا منبسطة انبساطا كاملا إنما الشخصيات على متصل ( الانطواء / الانبساط ) تمتلك  
 من هذه الخصائص و تلك . أهم ما يتصف به الانطواني

1	يميل للانعزال و الوحدة	2	يتحاشى التواصل الاجتماعي .
3	قليل الاهتمام بالناحي المادية	4	تغلب عليه الاعتبارات المعنوية
5	حب الذات و الاهتمام بها .	6	حب الظهور و جذب انتباه الآخرين
7	القابلية للإيحاء و التأثر بالآخرين	8	المبالغة في الكذب و التمثيل .
9		10	التقبل و يتسم بالسلطوية .

شخصية ضد مجتمعية لا يتصرف بإرادة واعية وكاملة أهم ما يتصف به الشخص السيكوباتي  
 1 اضطراب السلوك في سن مبكرة 2 الاضطراب مؤذيا أو مضادا للمجتمع 3 الاندفاع الخارج عن السيطرة  
 4 لا يستجيب لوسائل الشدة أو اللين 5 عدم النضج العاطفي. 6 النقص في الحكم على الأمور  
 7 توفر الاتجاهات للانحراف السلبي.

النقص مركب نفسي لا شعوري يرجع إلى العديد من العوامل النفسية / أهم ما يتصف به الشخص الدونوي  
 1 عجز دائم في تلبية التزاماته. 2 يتخذ مرتبة أدنى في التعامل مع الغير 3 يقتنع بوضع الخضوع والاستسلام .  
 4 يفترق للشعور بالثقة والاستقلالية. 5 يرضى بالأدوار الهامشية في الحياة

1 يستخدم المنهج العلمي في التفكير 2 يبتعد عن التفكير الخرافي . 3 ينتبه لما لا ينتبه له الشخص العادي  
 4 يفكر فيما لا يفكر فيه الإنسان العادي 5 ارتفاع نسبة ذكائه عن العاديين 6 يعطى حولا متعددة للمشكلة الواحدة  
 7 تتسم حلوله بالحدائث غير التقليدية

الاتجاه يتكون من ثلاثة عناصر أساسية تتفاعل مع بعضها البعض . ( صواب ) / حدد العنصر الفعال الذي يحدث تفاعل بين مكونات الاتجاه ؟ / أعط مواقف حياتية توظف فيها مكونات الاتجاه ؟

**المعرفي**  
يشمل المعتقدات والأفكار . يسهم في تكوين اتجاه سلبي أو إيجابي (مرغوب أم غير مرغوب )  
 مثال : اعتقاد الفرد بأن التدخين ضار بالصحة ( مكون معرفي

**الانفعالي**  
يشمل المشاعر والانفعالات / الاتجاهات تنطوي على شحنات انفعالية توجه الأفراد لاستجابة انفعالية تجاه أشخاص أو مواقف (يحبونها أو يكرهونها) / أكثر المكونات عرضة لعدم التغيير حين يتعرض الفرد لمعلومات جديدة تتناقضه هذا الجانب يساعد على استمرار الاتجاه / مثال : كراهية الفرد للتدخين والمدخنين

**السلوكي**  
تحمل الاتجاهات معها ميلا للقيام أو عدم القيام بسلوك معين إذا أعجبنا شيء أو شخص أو ..... فقد نسلك بما يتيح لنا أن نسانده أو نؤيده. مثال : الابتعاد عن المدخنين أو محاولة منعهم من التدخين ( مكون سلوكي ) .

حدد ..... الاتجاهات ؟ / يمكن تحقيق عدة وظائف للاتجاهات . دلل ؟ / لدراسة الاتجاهات النفسية أهمية في حياتنا . برر صق العبارة . / علل : انتشار مفهوم الاتجاه وكثرة استخدامه ؟ / أعط مثالا لكل مما يلي : أ / اتجاهاً يمكن إحداث التغيير فيه . ب / اتجاهاً يصعب إحداث التغيير فيه . / علل : " صعوبة وسهولة تغيير الاتجاه

**الاتجاهات**  
الاتجاهات أهم موضوعات علم النفس الاجتماعي وتساهم في توجيه السلوك. " سينسر" أول من استخدم هذا المفهوم .  
 1 النسبات النسبية أحكام الفرد عن الموضوعات ثابتة نسبيا . 2 الاتجاهات متعلمة ومكتسبة يمكن تغييرها  
 3 تحدد الاتجاهات الكيفية التي يستجيب بها الأفراد للمواقف. 4 التسبب بسلوك الأفراد في المواقف  
 5 تساهم الاتجاهات في رسم الصلة بين قيم المجتمع وتوجهات الأفراد .  
 1 تحدد طريق السلوك وتفسره . 2 تنظم العمليات الدافعية والانفعالية 3 تنعكس على الفرد في أقواله وأفعاله. 4 تيسر القدرة على اتخاذ القرارات . 5 توضح علاقة الفرد بعالمه الاجتماعي 6 توجه استجابات الفرد بطريقة محددة  
 7 تساعد الفرد على أن يدرك قيم مجتمعه.

**الاتجاهات**  
الاتجاهات ثابتة نسبيا وتقاوم التغيير إلا أنها عرضة للتغيير نتيجة التفاعل المستمر بين الفرد والبيئة  
 تعتمد بعض أساليب التغيير على الجانب المعرفي باستخدام الحجج وتعتمد بعض الأساليب على الجانب الانفعالي .  
 عوامل تغيير الاتجاه ( تساعد / لا تساعد )

**العوامل تساعد على التغيير**  
 1 ضعف الاتجاه وعدم رسوخه . 2 وجود خبرات مباشرة تتصل بموضوع الاتجاه .  
 3 وجود اتجاهات متوازنة أو متساوية . 4 سطحية أو هامشية الاتجاه  
**عوامل تجعل التغيير صعب**  
 1 قوة الاتجاه القديم ورسوخه . 2 الجمود الفكري وصلابة الرأي.  
 3 التعصب الأعمى ( انفعال شديد للاتجاه ) 4 الاتجاه الجديد تهديد للذات .  
 5 تغيير الاتجاه رغم إرادة الفرد 6 الدوافع القوية تقاوم التغيير.  
 7 حيل الدفعا تحافظ على الاتجاهات القديمة

ناقش خصائص ..... ؟

خصائص القيم	خصائص الاتجاهات
1 القيم أكثر عمومية وشمولا من الاتجاهات مثال : موقف الفرد من الجغرافيا يحدد (اتجاهه) نحو موضوعات هذا العلم بالذات أما موقفه من العلم فتحده ( القيمة) العملية التي يتبناها الفرد	1 مكتسبة ومتعلمة وليست وراثية 2 الاتجاهات ترتبط بمواقف اجتماعية ويشترك فيها الأفراد . 3 لا تتكون من فراغ بل توجد علاقة بين الفرد وموضوع الاتجاه . 4 تتعدد الاتجاهات حسب المنبئات.
2 القيم أكثر ثباتا من الاتجاهات وأقل قابلية للتغيير منها . 3 القيم تنطوي على جانب تفضيلي وأخلاقي و لكن الاتجاهات يمكن أن تكون سلبية	5 يتضمن الاتجاه عنصرا عقليا يعبر عن المعتقدات أو المعارف بالاتجاه 6 يتضمن الاتجاه عنصرا انفعاليا يعبر عن حب الفرد لموضوع الاتجاه .

7 يتضمن الاتجاه عنصرًا سلوكيًا يعبر عن سلوك الفرد لموضوع الاتجاه  
 8 الاتجاهات نتاج للخبرة السابقة و ترتبط بالحاضر و تشير للمستقبل

استخلص النتائج المترتبة الإحباط و الصراع . يكتفي بثلاث فقط ؟ / يتركب على الإحباط نتائج عدة . ناقش ؟ / تتوقف نتائج الإحباط و الصراع على نوع العائق الذي يتعرض له الفرد . حلل ؟ / تؤثر الخبرة السابقة في التعامل مع الإحباط في تحديد نمط الاستجابة للموقف . ناقش ؟ / تتوقف شدة العائق وخطره على شعور الفرد بتهدده لذاته . وضع ؟ / تؤثر طبيعة الدافع في استجابة الشخص الذي يعاني من الإحباط أو الصراع . حلل ؟ / يتوقف أثر الإحباط و الصراع على الإمكانيات المتاحة لإشباع دوافع الفرد . ناقش ؟ يرتبط الإحباط و الصراع بحالات انفعالية غير سارة كالقلق و التوتر و تعتمد على عوامل هي :

نوع العائق  
 طريقة الاستجابة لصراع خلقي (كالغش في الامتحانات) و ما يصاحبه من شعور بالذنب  
 تختلف عن الاستجابة لعائق اقتصادي (نقص الدخل ) حين يبحث المرء عن عمل إضافي لزيادة دخله .

الخبرة السابقة  
 خبرات الفشل السابق قد تؤدي إلى مزيد من القلق و التوتر .  
 خبرات النجاح السابق قد تؤدي إلى الثقة في النفس و بالمشاورة .

تفسير الشخص للموقف  
 الفشل في الامتحان قد يفسره أحد الطلاب بأنه عائق مؤقت إذا كان تقديره لذاته مرتفعاً  
 إما الطالب الذي يقدّر ذاته تقديراً منخفضاً فإنه قد يبالغ في تفسير هذا الحدث و يعتبره خطراً يهدده و يؤدي به ذلك إلى فقدان الثقة بالنفس .

طبيعة الدافع  
 إذا كان الدافع ثانوياً فإن الشخص لا يستجيب إلا بشعور خفيف بالضيق .  
 إذا كان الدافع أساسياً فإن التوتر الذي يصاحبه يكون طويل الأمد .

إمكانات إشباع الدوافع  
 الدافع الذي يمكن إشباعه بطرق متعددة  
 والهدف الذي يمكن الوصول إليه بوسائل مختلفة فلما ينشأ عنهما مشكلات توافق .

تتعدد مستويات القلق . حدها . / القلق ... يؤدي لحل المشكلات . ( المعتدل / المنخفض / المرتفع / جميع ما سبق ) / مستويات القلق .... ( 2 / 3 / 4 / 5 )

المعتدل  
 1 قلق دافعي صحي وميسر 2 يؤدي لحل المشكلات 3 يسهل صليات التعلم

المنخفض  
 1 الشعور باللامبالاة 2 الكسل والإهمال 3 عدم الرغبة في الإنجاز

المرتفع  
 1 عصبية و استنارة 2 خفض للوظائف المعرفية 3 شعور دائم بالعجز و 4 عدم القدرة على البت (التفكير القرارات) فلة الحيلة في الأمور .

بين العوامل المحدثة للإحباط ؟ / يتوقف شعور الفرد بالإحباط على عدد من العوامل . انكرها ؟  
 عوامل خاصة بالفرد

وجود جوانب قصور في الفرد .  
 1 نقص قدرات معينة .  
 2 نقص خصائص نفسية معينة كالقدرة على التحكم في النفس فلا يمكن لكل شخص أن يصبح موسيقي باع إذا أراد .  
 3 بعد الهدف عن إمكانيات الفرد فإن الإحباط نتيجة الطبيعية

هات مثال لأساليب حل الصراع على المستوى الشعوري ؟ / استبدال الهدف بغيره من الأساليب المباشرة لحل الصراع . حلل العبارة ؟ / .... من الأساليب المباشرة لحل الصراع . ( بذل الجهد / الكبت / التعويض / التبرير )  
 يلجأ لها معظم الناس للتغلب على الإحباط و الصراع و ما ينشأ عنها من عدم توافق بالجوء إلى الأساليب المباشرة

أول طريق مباشر للتغلب على الإحباط و الصراع هو القيام بعمل جديد و مضاعفة الجهد لإزالة العائق . مثل : الطالب الذي يرسب يزيد من مجهوده .

بذل الجهد لإزالة العائق  
 إذا وجد الشخص الطريقة التي يستخدمها للوصول للهدف لا تؤدي إلى ذلك على الرغم من بذله للجهد فإنه يبحث عن طريقة أخرى . مثل : الطالب قد يلجأ إلى تغيير طريقته في الاستذكار

استبدال الهدف بغيره  
 ذا فشل الشخص في الطريقة السابقين فإنه قد يلجأ إلى تغيير الهدف نفسه بهدف آخر يسهل الوصول إليه / تتوقف كفاءة هذه الطريقة على نجاح الهدف الجديد لإشباع الدافع

نفرض أنك كنت تتهبأ للعب كرة قدم و أمطرت السماء و بقيت في المنزل و شاهدت التليفزيون  
 إذا كان هدفك من لعب كرة هو التسلية فإن الهدف البديل (التليفزيون) يشبع الحاجة لو لعب كرة القدم هدفاً في حد ذاته فإن مشاهدة التليفزيون لن تكون هدفاً بديلاً .

أسلوب حل المشكلة  
 يحاول الشخص جمع أكبر قدر من المعلومات عن الهدف الذي يسعى إليه ثم يجرب سلوك حل المشكلة