

تنمية المهارات النفسية والاجتماعية للأطفال والمراهقين

مقدمة: للمدرسة دور هام في تنمية المهارات النفسية و الاجتماعية للتلاميذ و ذلك عن طريق مراعات مطالب النمو النفسي الاجتماعي الطبيعي لهم و تدريبهم على تجنب المشكلات النفسية الاجتماعية الناجمة عن التغيرات البيئية المعاصرة مثل التلوث البيئي (تلوث الماء و الهواء و المياه) و الزحام و الضوضاء و غيرها من المشكلات الناجمة عن التقدم التقني في المجالات الصناعية و التكنولوجية و النووية كما تسهم المدرسة في تنمية المهارات العقلية و الاجتماعية التي تساعد في تحسين قدرات التلاميذ التعليمية و سلوكهم الاجتماعي و يمكن للمدرسة الاهتمام بمايلي:

1. تنمية السلوك الاجتماعي Social Behaviour للتلاميذ مع الاهتمام بخصائصهم الذاتية.
2. تزويد التلاميذ باستراتيجية التعامل مع الضغوط النفسية الاجتماعية التي يمكن أن تواجههم في الحياة اليومية.
3. مساعدة التلاميذ على بناء مصادر للتأييد الاجتماعي support social من خلال تنمية العلاقات الإيجابية المتبادلة بين الأقران في المدرسة و خارجها.
4. تنمية فهم التلاميذ لذواتهم و التقدير الصحيح و الموضوعي لذواتهم Selfsteem و هو التقدير الذي يتفق مع الواقع و تنمية كسب الذات Selfworth لديهم بالإضافة إلى تنمية المفهوم الإيجابي نحو الذات Selfconcept عند التلاميذ و كذلك تنمية الثقة بالنفس Selfconfidence لديهم.
5. تنمية السلوك الصحي Helth Behaviour للتلاميذ و تدريبهم على اكتساب العادات الصحية السليمة في طريقة الجلوس على المقاعد في المدرسة و عند الاستنكار و استخدام الأجهزة و الأدوات التعليمية و غيرها من العادات الضرورية للحياة.

و في مايلي عرض لبعض المهارات النفسية الاجتماعية الضرورية للتلاميذ:

✓ المهارات النفس اجتماعية التي تساعد على تجنب المشكلات التي يمكن ان تواجه تلاميذ المدارس.

يمكن تنمية مهارات التلاميذ في مواجهة المخاطر الناجمة عن بعض المشكلات المعاصرة مثل:

1- الإدمان و تعاطي العقاقير Drugs و المشروبات الروحية Alcohol و التدخين Tobacco و المخدرات.

2- القلق و الاكتئاب Anxiety and Depression .

3- حمل المراهقات (الزواج المبكر للفتاة)

4- العدوان Agression و السلوك العدواني و العنف و الإرهاب.

5- السلوك الانتحاري. Social Behaviour

6- التسرب من المدرسة Schooldropout

7- التطرف الفكري و اعتناق بعض الأفكار الهدامة.

✓ المهارات النفس اجتماعية الضرورية و التي تسعى المدرسة إلى تنميتها لدى التلاميذ.

من أهم المهارات النفس اجتماعية الضرورية لتلاميذ المدارس مايلي:

1- مهارات الاتصال Comunication

2- مهارات مقاومة الضغوط Pressure Resistance

3- مهارات بحث المخاطر و تحقيق الأمان.

4- مهارات تنمية السلوك الاجتماعي.

5- مهارات اتخاذ القرار Decision-making

6- مهارات حل المشكلات Problem Solving

7- مهارات التعايش مع الضغوط و القلق.

8- مهارات التفكير الناقد Critical thinking

9- مهارات تكوين العلاقات الشخصية.

10- مهارات توكيد الذات Self Thinking

11- مهارات مكافحة الانفعالات Social Adjustement .

12- مهارات التوافق الاجتماعي Social Adjustment

13- مهارات الوعي بالذات Self Asurance.

و فيمايلي عرض لبعض المهارات سألقة الذكر بشيء من التفصيل حتى يستطيع الطالب المعلم ان يدرج تلاميذه عليها.

تتمية مهارات الاتصال: بلعب الاتصال دور هام في النمو الاجتماعي عامة، و في نمو العلاقات الإنسانية خاصة، و الاتصال هو احد أهم العوامل المرتبطة بالصحة النفسية الاجتماعية و المدرسية للتلاميذ نظراً لأنه يرتبط بصحة التلاميذ المدرسية، و يقصد بالاتصال أنه مشاركة الفرد لما يفكر فيه و ما يستعرضه مع فرد آخر، و يمكن أن يتعلم الفرد كيفية الاتصال بالآخرين بحيث يستطيع أن يتوافق اجتماعيا مع زملائه و أقرانه و أفراد عائلته، فعندما يتصل الفرد بالآخرين بوضوح فإنه يكون قادرا على مشاركتهم و الارتباط بهم بطريقة جيدة و يستطيع أن يكون علاقات اجتماعية سليمة معهم.

ولكي يتصل الفرد بالآخرين اتصالا جيدا فإنه ينبغي عليه أن يكتسب عدة مهارات نفس اجتماعية ضرورية لهذا الاتصال الجيد ومن امثلة هذه المهارات مايلي:

- 1- التحدث بصوت مرتفع بالدرجة التي تجعل الآخرين يسمعون بوضوح، فالصوت شديد الانخفاض يجهد الذين يسمعون إليه والصوت الشديد الإرتفاع يزعجهم.
- 2- اختيار الكلمات بعناية بحيث يفهم الآخرون ما الذي يحاول قوله بالضبط.
- 3- أن يكون قادرا على التعبير على مشاعره بدقة.
- 4- أن يكون حريصا على ان يقول ألفاظه بحيث لا يؤلم بمشاعر الآخرين.
- 5- يستمع بعناية عندما يتحدث مع الآخرين.
- 6- يلاحظ أفعال الآخرين و تفاعلاتهم عندما يتحدثون.
- 7- أن يتأكد من ان الآخرين يعرفون أنه يستمع إليهم باهتمام.
- 8- أن يتذكر الأشياء التي قيلت له سابقا.
- 9- أن يكون قادرا على تكرار ما يسمعه بدقة.
- 10- لا يكرر ما يقال بطريقة سرية لأي شخص آخر غير الذي قاله في حصة قادمة تكمل هذه

المهارات: قول الأحاديث بوضوح ...

لل تعلم الاجتماعي

لل الفرد والبيئة.

لل تكوين المجموعات

لل تعلم القيم.

لل تعلم الأدوار الاجتماعية.

لل دور المعلم او المدرس في تعديل السلوك.

لل تكوين الاتجاهات النفسية.

أولاً: قول الأحاديث بوضوح:

يوجد شيئين يمكن عملهما للتأكد من أنك تتحدث بوضوح و هما.

- 1- أن تتحدث دائما بصوت مرتفع بالدرجة التي تجعل الآخرين يستمعونك جيدا، و إذا كنت تتحدث مع مجموعة من الناس، فإنه يمكن ان تسأل عما إذا كان صوتك مرتفع بدرجة مناسبة لهم أم لا.
- 2- أنظر للشخص أو الأشخاص الذين يستمعون إلى حديثك، و إذا كنت تتحدث مع مجموعة فحرك عينيك لتنظر إلى كل فرد في المجموعة على حدة، فإن الاتصال بالعينين يحسن عملية الاتصال بعامة الناس.

ثانيا: اختيار الكلمات المناسبة والتي يفهمها الآخرون:

بالإضافة إلى التحدث بوضوح، فإنه من الضروري أن يفهم الآخريين ما يقال، و من المهم اختيار الكلمات بعناية و ان يقول الفرد بالضبط ما يعنيه، فلا ينبغي عن الناس أن يتجهوا للتخمين لأنهم يمكن أن يخمنوا المقصود و ما يسموه من خطأ و فيما يلي مثال لذلك:

يتناول أمير ووالدته غداء، فسألته والدته عما كانت عليه أو حول المدرسة في ذات الصباح، وأجاب أمير بأنها كانت سيئة. فلم تفهم والدته ماذا يقصد بذلك لأنه لم يقدم لهما بيانات كافية عن يومه المدرسي، فسألته مرة أخرى ماذا تقصد؟ فقال لها فقدتها اليوم، ومازالت والدته امير في حيرة لأن إجابة أمير ما زالت تمثل لغزا بالنسبة لها وكان على أمير أن يجيب على والدته إجابة واضحة فيحكي لها ما حدث له في الصباح فيقول لها إنه يوم سيء لأنني فقدت حقيبة كتبي، وغنني في حاجة لهذه الكتب لاستذكار دروسي وأداء واجباتي المنزلية وهنا يتضح لنا ان توفير المعلومات الكافية الواضحة تجعل فهم الحديث أسهل.

ثالثا: التعبير عن المشاعر:

غالبا ما تميل إلى الاقتراض بان الشخص الذي تتصل به يعرف عن موضوع الاتصال مثل ما يعرفه عن هذا الموضوع، ولكن عادة لا تكون الحالة ومن الضروري إذا أن تتعلم أن نضع أنفسنا في موضع الذي نتعامل معهم.

وإذا فعلنا ذلك فإننا نتعاطف معهم وإذا تعاطفنا فان اتصالنا بهم يكون أكثر فعالية.

رابعا: اختيار الألفاظ:

يتبقى أن يختار الفرد و هو يحدث الآخرين ألفاظه بعناية بحيث لا تؤدي مشاعرهم و ان يتمتع عن قول الألفاظ التي لا تلقى استحساناً من المستمعين.

خامسا: الاستماع:

إذا تحدث شخص كل الوقت و لم يستمع فإن الآخرين ينتابهم شعور بالضيق و يشعرون بالرغبة في ترك المكان، و فيمالي ستة طرق تساعد الفرد لكي يكون مستمعا جيدا.

1- أن يوجه الفرد إنتباهه لكل ما يقال:

فالفرد لا يمكن أن يفكر جيدا في موضوع و أن يستمع جيدا في نفس الوقت لموضوع آخر، فإنه من الصعب عليك أن تستمتع إلى ما يقال لك في أثناء قراءتك لقصة و إستماعك بها.

2- وجه انتباهك للكلمات التي تستخدم في الحديث:

سألت رشا غادة، أنا غير متأكدة إن كنت أستطيع الحضور، أو تقول " أنا متأكدة من ان والدتي ستوافق على حضوري، فالكلمات التي تستخدمها مهمة للغاية، فكلا التعبيرين يختلفان تماما عن بعضهما.

3- استمع بعينيك:

فالحركات والأفعال تكون أقوى من الصوت و من الكلمات في التعبير عن سماع الحديث و فهمه، و من الحركات الشائعة الابتسامة أو هز الرأس أو الإشارات بالعين أو باليد فعندما يسأل الدرس تلميذا عما إذا كان قد فهم مسألة رياضية فإنه يمكن أن يجيب بنعم ثم يقوم بهز الكتف أو طاطأة الرأس، و في هذه الحالة تكون الإجابة نعم و الإشارة لا تعبر ذلك.

4- الاستماع بالاحساس:

حاول أن تركز على كيفية شعور الأفراد بما يقولونه من أحاديث هامة، و مثال ذلك افترض انك سألت خالد أن يأتي إلى منزلك بعد انتهاء اليوم الدراسي و أنه أجاب عليك، عندي تدريب في النادي، فيمكنك أن تشعر أن خالد يفضل التدريب في النادي عن زيارة منزلك.

5- الاستماع لنبرات الصوت:

يمكن أن يقول الفرد نفس الكلمات ولكن عندما يغير نبرات صوتك، إلقاء هذه الكلمات فإن هذه الكلمات تحمل معنى آخر. والمثال التالي يوضح هذه الفكرة في كل حالة ما يأتي يرفع المتحدث صوته في كلمة واحدة. هو يرغب في سؤالك . هو يرغب في سؤالك. هو يرغب في سؤالك.

6- توفير التغذية المرتدة: والتغذية المرتدة هي إعلانات البيانات التي تستقبلها وأحد الطرق التي توضح ذلك هي أن تكرر الذي سمعته، فعلى سبيل المثال: خالد يقول لرشا، لقد تأخر أتوبيس المدرسة عن مواعده بساعة واحدة وذلك بسبب المطر فتستخدم رشا التغذية المرتدة لتظهر أنها كانت تستمع لخالد جيدا فتقول أن الشارع قد كان مزدحما بسبب المطر مما أدى إلى تأخر أتوبيس المدرسة.

في بعض الأحيان تستخدم حركة الجسم للتعبير عن التغذية المرتدة، فمثلا عندما يقص أحد الأفراد قصة طريفة، فإن التغذية المرتدة هنا تكون بضحك المستمعين أو ابتساماتهم.

والمشاركة في المشاعر الطيبة يمكن أن تحسن الاتصال مع الآخرين، وعندما يتحدث الفرد عن مشاعره الطيبة الآخرين من أقاربه أو أصدقائه فإنهم يشعرون بالسعادة ويشاركونه هذه المشاعر ولكن عندما يبالي الفرد في التعبير عن مشاعره و ما حققه لنفسه فإنه يقلل من هذا الإحساس لديهم لأنهم سريعا ما يشعرون بالضيق و الملل من كثرة المبالغة.

7- التعبير عن الحب: وهذا النوع من الاتصال الذي يعتمد على تحسين المشاعر، فالشعور بالحب

يمكن أن يشترك فيه الوالدان والأخوة والأخوان أو الأصدقاء وفيما يلي بعض الأمثلة:

تحب مروة والديها، ولكنها لا تعبر عن مشاعرها تجاهها بصراحة هي تحاول قصار جهدها لإسعادها في حين لا يقدر والدها هذه المشاعر المنمية.

في عيد ميلاد رشا وصلتها بطاقة تهنئة من أخيها خالد يقول لها فيها " بالحب والتمنيات الطيبة"، وهذا يعبر عن مشاعره خالد الطيبة تجاه شقيقته رشا.

خالد ومحمد شقيقان، انتقل محمد واسرته للمعيشة في منطقة بعيدة، اتصل خالد بمحمد و قال له "إنني أفتقد الوقت السعيد الذي كنا نقضيه معا".

ليس المطلوب من الفرد أن يخمن حتى يعرف إحساسات الآخرين تجاهه إنه من المهم أن نعرف أن كل فرد يحتاج أن يعرف إهتمام الآخرين به، وعليه فإنه من الضروري أن يشارك الفرد مشاعر الحب مع والديه و يقيه أعضاء الأسرة و الأصدقاء .

في حصة قادمة

✍ لغة العواطف: مقاومة الضغوط النفسية

✍ مهارات تجنب المخاطر وتحقيق الأمان

✍ مهارات اتخاذ القرار .

✍ مهارات تنمية السلوك الاجتماعي .

✍ مهارات تحمل الضغوط النفسية الاجتماعية .

لغة العواطف: Emotions

تختلف أنواع المشاعر بين الناس . فإذا وقع شخص من على دراجته جرحت رجله، فإنه يشعر بالألم و إذا لمس الشخص إناء ساخن موضوع على الموقد فإنه يشعر بلسعة شديدة في يده مما يسبب له الألم الشديدة، و إذا رأى شخص صديق يحبه فإنه يشعر بالفرح و السعادة و المشاعر الداخلية للفرد يصعب فهمها أو التعرف عليها لأننا لا يمكن أن نراها أو نسمعها .

أنواع العواطف:

العواطف هي مجموعة من المشاعر التي تحدث داخل و للأفراد أنواع مختلفة من العواطف و فيمايلي بعض الأمثلة للعواطف.

• هناء خائفة لأنها ستلقي كلمة أمام زملائها في طابور الصباح بالمدرسة و خوف الشخص يأتي من أي موضوع أو من أي خطر يمنعه من أداء العمل المرتبط بهذا الموضوع بطريقة جيدة.

• أحمد سعيد لحصوله على درجة عالية في امتحان مادة العلوم فعندما يكون الفرد سعيد فإنه يشعر بالفرح و السرور .

• يكره محمود السجائر لأن الدخان الناتج عنها يضايقه و يجعله يكح. فعندما يكره الفرد الشيء فإنه يشعر بعدم الرغبة فيه.

إظهار العواطف: توجد عدة طرق لإظهار عواطف الفرد، ففي بعض الأحيان يعبر الفرد عن عواطفه لفظيا و في البعض الآخر يعبر عن عواطفه بطريقة سلوكية، و فيمايلي بعض الأمثلة التي توضح كيف يعبر الأفراد عن عواطفهم.

للم بكى علي عندما علم ب وفاة جده .

للم محمد يبتسم ابتسامة عريضة عندما يفوز في مباراة المصارعة الحرة .

يقال عن حركات وجه الفرد وجسمه تعبر عن 65% مما يشعر به أو يقصده ولذلك فإنه لكي نفهم مشاعر أو عواطف الآخرين فإنه من الضروري أن نتعلم كيف تلاحظ هذه المشاعر أو تلك العواطف من حركات وجوههم وأجسامهم.

التعامل مع العواطف: أنه من الضروري أن يتعلم الأفراد كيفية التعامل مع العواطف أو المشاعر بطريقة صحيحة، فلا ينبغي على أحد أن يحاول إخفاء مشاعره، و في نفس الوقت لا ينبغي على الأفراد أن يجعلوا مشاعرهم أو عواطفهم تتحكم في سلوكهم، و توجد عدة طرق للتعامل مع مشاعر أو عواطف الفرد، فعندما يمر الفرد بخبرة عاطفية فإنه من الضروري الإجابة على الأمثلة الأربعة التالية: ما هذا الإحساس الذي أشعر به؟ لماذا اشعر بهذه الطريقة؟ كيف أتعامل مع هذا الشعور؟ ما أفضل سلوك يمكن عمله في هذه الحالة؟

و فيما يلي مثال للتعامل مع العواطف:

قالت سعاد شيء غير لطيف عن عائشة حيث كانت مشاعر سعاد مؤلمة نحو عائشة و لكنها تحدثت مع عائشة و اخبرتها بما قالت و لم تشركها معها في هذه المشاعر، أنها أرادت أن تخفي مشاعرها المؤلمة بالرغم من شعورها الحقيقي بالألم.

1- ما هو شعور عائشة؟ شعورها مؤلم.

2- لماذا تشعر عائشة بالألم؟ لأنها شعرت بأن سعاد قد قالت شيء غير لطيف عنها.

3- كيف يمكن أن تتعامل عائشة مع مشاعرها؟

يمكن لعائشة أن تقول لسعاد " أن ما قلته قد سبب إلي الأذى مشاعري"، أو يمكن لعائشة أن تخفي مشاعرها، ينبغي على عائشة أن تشارك الآخرين في مشاعرها المؤلمة حتى يكون تعاملها مع هذه المشاعر صحيحا وإنه من غير الجيد أن تقول عائشة شيئا غير طيب لسعاد، و في كثير من الأوقات ينبغي أن يشعر الناس بالسعادة مع اسرهم و أصدقائهم. وكون الفرد سعيدا فإن ذلك يعبر عن الصحة العاطفية الجيدة له ولكن توجد أوقات يشعر فيها الفرد بأنه غير سعيد، و إذا كان لا يستطيع التعامل مع المشاعر غير السعيدة التي تواجهه بمفرده فإنه من الأفضل أن يعد مساعدة الآباء و المعلمين أو أفراد الأسرة و هم أفضل من يستطيع المساعدة في هذه لحالة.

دور المعلم او المربي في تعديل السلوك:

مفهوم السلوك:

أي نشاط يصدر من الإنسان سواء كان أفعالاً يمكن ملاحظتها وقياسها، كالنشاطات الفسيولوجية و الحركية، أو نشاطات تتم على نحو غير ملحوظ كالتفكير و التذكر و التخيل و غير ذلك.

وتؤكد نظريات التعلم التي اعتمدت عليها النظرية السلوكية أن أسلوب نشأة السلوك الخاطيء هو نفسه أسلوب نشأة السلوك الصحيح، حيث إن الفرد يتعلم السلوكيين بنفس الطريقة، وهذا يشجع كثيرا من المختصين في تبني فكرة تعديل السلوك والسير فيها قدماً بالرغم من الصعوبات التي تكتنفها.

ما المقصود بتعديل السلوك؟

هو اصطلاح عام يشير إلى مجموعة الإجراءات أو الفنيات القابلة للتطبيق والتقييم، والتي إستمدت من نتائج البحوث النفسية التي تناولت السلوك البشري، بانتماءاتها النظرية المختلفة التي تهدف إلى إحداث تغيير في السلوك، أو تدعيم سلوك مرغوب، أو تشكيل سلوك جديد، والهدف الأساس في تعديل السلوك يتمحور حول مساعدة الفرد على اكتساب السلوك التكيفي المناسب، وتشكيل المظاهر السلوكية و الشخصية والاجتماعية والأكاديمية و الوظيفية والمحافظة على إستمراريتها.

لماذا ما أهمية تعديل السلوك و توجيهه في المدارس؟

ينبع الاهتمام بموضوع تعديل السلوك وتوجيهه من كونه غاية التعليم و أساسه في العملية المعرفية و التربوية بصفة عامة، والاهتمام برعاية نمو شخصية التلميذ بأبعادها المختلفة الجسمية والعقلية و الاجتماعية والإنفعالية والتربوية و المهنية.

وتبرر الحاجة لتعديل السلوك وتوجيهه عند الشعور بأهمية زيادة أو تقوية و صيانة سلوك مرغوب فيه، أو بوجود مشكلة، أو مشكلات سلوكية، أو أكاديمية، أو تحصيله، أو إجتماعية لدى تلميذ معين، أو عدد من التلاميذ في المدرسة، تتطلب تدخلا تربوياً وقائياً أو علاجياً ملحاً (عاجلاً) لتعديل السلوك بتقليله أو تغييره.

والمعلم أو المربي لا يقتصر دوره على تعليم المادة الدراسية، بل يتعداه إلى بذل مجهود للمساعدة في تعديل السلوك و توجيهه بهدف إعادة السلوك التكيفي من جديد أو إكتسابه.

لماذا أين يكمن دور المعلم في تعديل سلوك تلاميذه؟

من المعلوم أن البيئة المدرسية تغض بأنواع عديدة من السلوكات التي لها علاقة بالمشكلات النفسية والاجتماعية والتربوية وغيرها من مشكلات سوء التوافق الشخصي والاجتماعي، ومنها على سبيل التمثيل لا الحصر مشكلات العدوان، الإنطواء، الكذب، السرقة، القلق، الإكتئاب، المخاوف المرضية، ضعف الثقة في النفس، التأخر الدراسي، الهروب من المدرسة، الغياب ... وما إلى ذلك، الأمر الذي يجعله يحمل على عاتقه المزيد من الاهتمام بموضوع السلوك و التركيز عليه إستكشافاً وتعديلاً وتوجيهاً.

ومن التوجيهات أو الدور المنوط بالمعلم:

- ✍ تنمية قدرات تلامذته و تهذيب مشاعرهم النفسية و التربوية.
- ✍ إتاحة الفرصة لهم للتعبير عن حاجاتهم و رغباتهم و مشكلاتهم بأسلوب صحيح و مقنع.
- ✍ مساعدتهم على التواصل والتفاعل والتوافق والتكيف الاجتماعي.
- ✍ فتح باب الحوار معهم وبينهم لغرس القيم و تجنب العنف.
- ✍ القدرة الحسنة.
- ✍ التشجيع المتواتر، و الثناء . (التحفيز و التعزيز)
- ✍ تنمية و تشجيع الإتجاهات والأفكار والميول و الرغبات الإيجابية.
- ✍ مراعات الفروق الفردية بين التلاميذ و التعرف على حاجياتهم.

يجب أن نتذكر:

مفهوم الدافعية: هي حالة داخلية في الفرد تستثير سلوكه و تعمل على إستمرار هذا السلوك و توجيهه نحو هدف معين، و هي ضرورة أساسية لحدوث التعلم، و بدونها لا يحدث التعلم فهمي تعمل على:

- أ- تنشيط السلوك.
- ب- توجيه السلوك.
- ج- تثبيت السلوك أو تعديل السلوك.

✓ **علاقة الدافعية بالسلوك:**

السلوك هو محصلة لكل من الدافعية والقدرة والظروف أي أن؛ السلوك = الدافعية + القدرة + الظروف.
بمعنى حتى لو توافرت قدرات عالية للمتعلمين، و كانت ظروف التعلم مواتية لهم لن يؤثر ذلك على السلوك ما لم يتوافر قدر من الدافعية.

✓ **مهارات تعديل السلوك:**

هناك مسلمتان لا بد منهما لتعديل السلوك هما:

1/ أن التعلم يمكن تفسيره في جميع الظروف على أساس مجموعة قليلة العدد من العمليات هي:

- ✍ التعزيز الإيجابي
- ✍ التعزيز السلبي.

لل عقاب .

لل الإنطفاء .

12 أن التعلم يمكن ضبطه و توجيهه إلى حد كبير عن طريق التحكم في الوقائع البيئية، إن النقطة الجوهرية في تعديل السلوك. هي أن إكتساب سلوك معين مرهون بالتعلم شريطة أن يثاب أو يكافأ هذا السلوك.

و توقيت التعزيز أو العقاب من اهم الجوانب التي يجب أن يهتم بها المعلم في تعديل السلوك.

سلوك التلميذ المرغوب فيه يجب ان يعزز بعد حدوثه مباشرة و السلوك غير المرغوب فيه ينبغي ان يتبعه العقاب مباشرة، فالتعجيل بالإثابة أو العقوبة أمر جوهري في تعديل السلوك.

تكوين المجموعات:

المقصود بالمجموعة: عبارة عن وحدة وتكوين اجتماعي من عدد أو مجموعة من الأفراد، يحدث بينهم يذوب الفرد بأفكاره وأنماط سلوكه داخل الجماعة، والتي تجتمع وترتبطهم لغة واحدة مفهومة ذات معاني ودلالات، وكذلك أماكن جغرافية غير متباعدة وإنما متصلة، وروابط اقتصادية متقاربة، ودراسية و مهنية غير متنافرة، وشعور بالانتماء والراحة النفسية في إطار تلك الوحدة الاجتماعية، والتي تحدد داخلها الأدوار الاجتماعية لكل فرد و مكانته الاجتماعية والأهداف التي يمكن تحقيقها. في إطار محدد واضح من المعايير والقواعد والقيم التي تحدد أنماط السلوك المتباينة.

أثر المجموعة بالنسبة للفرد:

- التفاعل الاجتماعي و قضاء الحاجات و المشاركة في التفكير و التعاون و تحمل المسؤولية، من شأنه أن يؤثر في اختيار الفرد لغيره من أفراد الجماعة كالأصدقاء .
- يتم تعلم السلوك الاجتماعي في إطار المعاملات والاستجابات المشتركة إزاء المواقف المختلفة.
- يتعلم الفرد القواعد والمعايير الاجتماعية للسلوك في جميع أنواعه، و تتكون شخصيته و تبنى على أسس جماعية غير فردية.
- يكتسب أنواع التفكير العلمي الموضوعي و سلوك حل المشكلات و القضايا الاجتماعية، من خلال المشاركة الجماعية في مجالات الأنشطة المتعددة.

• تنمي المهارات العقلية والاجتماعية واللغوية والحركية والانفعالية، وتكتسب الاتجاهات النفسية والمبادئ والقيم الأخلاقية والدينية والاجتماعية، وينمو الشعور بالمسؤولية الاجتماعية والمشاركة الإيجابية في شتى المواقف الحياتية، ومن كل هذا وذاك يشعر بالراحة والرضا والأمن والأمان والطمأنينة من خلال هذا الانتماء إلى الجماعة والإلتصال الإنساني النفسي الاجتماعي.

أنواع المجموعات:

يقسم علماء الاجتماع المجموعات إلى نوعين رئيسيين، تبعا لنوع العلاقات القائمة بين أعضائها.

1- المجموعة الأولية: وهي مجموعة تقوى فيها العلاقات الشخصية، ويتبادل أعضائها المودة والحب والتراحم، وتتفاوت ميولهم واهتماماتهم نحو موضوعات واحداث معينة. ويربطهم بعضهم ببعض هذا الود والمحبة لذاتها، وليست نتيجة لمصلحة ما أو أمر ما. يؤدي ذلك إلى الاندماج الكلي بعضهم مع بعض. وهذا يتمثل في العائلة والأصدقاء.

2- المجموعة الثانية: وهي تلك المجموعة التي تكون لغرض وامر ومصلحة معينة، ولا تستند على العلاقات الشخصية والمحبة والمودة، وإنما يسعى الفرد داخلها لتحقيق هدف معين، أو مكسب معين، ويتمثل ذلك في مجموعات العمل و المدرسة و الوظيفة.

الهدف من تكوين المجموعات:

إن الفرد عادة ما يكون عضو في أكثر من مجموعة، ذلك كلما اكتسب الفرد ثقافة وتعلما وتعددت مجالاته في الحياة. فهو عضو في بيئته الأسرية، وعضو في النادي، وعضو في المؤسسة التعليمية، وعضو في جمعية للفنون والموسيقى، وغير ذلك من جمعيات تقوم بأعمال هادفة لخدمة المجتمع و أفراد.

إنه مما لا شك فيه، أن الإنسان اجتماعي بطبعه، يرغب أن يجتمع بزملائه وأصدقائه ومن ثم تتكون بينهم العلاقات والاشتراك والمساهمة في شتى الأمور والموضوعات وحل المشكلات و سلوك الأخذ و العطاء والمناقشة و إبداء الرأي. ومن ثم ينضم الفرد داخل مجموعة معينة للأسباب الآتية:

1- اشباع الرغبات والحاجات السيكولوجية: فالفرد يرغب في تحقيق مصالح و أعمال معينة تدفعه للاشتراك في مجموعة معينة، و يمارس هويته داخل مجموعة معينة، فيكون عضو في النادي و

عضوا في مجموعة من المتقنين و الباحثين لمناقشة الأمور و فلسفتها لإشباع حاجاته المعرفية أو العقلية، كما يشبع حاجاته الاجتماعية. بالقيام مع المجموعة برحلة أو نزهة خلوية.

2- الأخذ و العطاء: الفرد داخل المجموعة يقوم بسلوك الأخذ و العطاء فهو يناقش و يفهم و يبدي الرأي و يعطي العون و المساعدة لغيره. إذا لزم الأمر و تقدم له أفراد المجموعة ما ينقص من أفكار و بيانات و معلومات سواء أكان ذلك في مجاله الوظيفي ام في مجاله أم غير ذلك من مجالات مما يسهل على الفرد داخل المجموعة الموضوعات المختلفة و كيفية حلها و تعديلها إلى الأفضل.

3- الزمالة و الصداقة: يشعر الفرد داخلها بالارتياح و الرضا و عدم التوتر. حينما يجد من يشاركه في المدرسة أو الكلية أو النادي أو الطريق أو العمل ... الصديق أو الزميل الذي يعمل على تخفيف الملل و التعب و قضاء الوقت قضاءً طيباً من خلال تلك المشاركة في الحديث، و التفكير، و النشاط، و الانفعال، و الاجتماع في مكان واحد لعدم الشعور بالضيق و الملل، و إنما لتجديد النشاط.

4- الأمن و الأمان الحماية: إن الفرد داخل المجموعة يشعر بالأمن و الحماية، لما تقدمه من خلال مواقف متعددة، من حماية اذا شعر بالخوف من التواجد في مكان موحش مثلاً.

5- تبادل المعلومات و المعارف: إن الفرد في إطار المجموعة يكتسب العديد من المعلومات في أسرع وقت ممكن، خلاف ما يكتسبه بمفرده. سواء في مجال عمله أم في مجالات أخرى. فهذا الكم الهائل من المعلومات عن الأشخاص و الموضوعات بتبادل الحديث فيها أفراد المجموعة و كل عضو فيها يكتسب و يتعلم عن طريق هذه المعلومات سواء أكانت في موضوعات سابقة أم حالية أم مستقبلية.

6- التقدم و المنافسة: أن المجموعة تثير المنافسة بين أعضائها، و من هنا يحدث التقدم و النجاح. و من خلال المناقشات و التساؤلات. بين مجموعة تلاميذ الفصل الواحد أو مجموعة طلاب الفرقة الواحدة... كل يريد أن يظهر قدراته و مهاراته، فتبدو المنافسات و قد تشتد من حيث ما يعتقد الفرد بأن المجموعة تعتبر حافظاً له لبلوغ أهدافه متمثلاً ذلك في إثبات ذاته و تقدير الآخرين له، و تحسين وضعه و رتبته بين أفراد المجموعة، و من ثم يصل التفكير و الطموح إلى مستويات عالية.

خصائص المجموعة:

- التواجد المستمر والدائم في مكان معين واحد و ليكون كلية أو مدرسة.
- الأحاديث المتبادلة بين الأفراد والمناقشات في أمور معينة وقراءات معينة.
- التواجد مع الأفراد في رحلة، مكتبة، حفلة، محاضرات، ندوات، لقاءات، قاعات بحث و إطلاع و دراسة، التواجد في مكان للسقر و الأكل و تناول المثلجات و الشاي.
- رؤية و التعرف المستمر على هؤلاء الأفراد و الألفة بوجوههم و الارتياح لهم.
- السؤال عليهم و تبادل حل موضوعات و أمور معينة و مشكلات تعترض مجموعة الأفراد أو فرد منهم.
- الأخذ و العطاء و تبادل المنافع و الحاجيات.
- الذهاب و الخروج مع فرد أو عدد من الأفراد إلى الكلية، النادي، الملعب، الرحلة، الحفلة، السينما، الندوة، المؤتمر .. إلخ، أو الاتفاق على عدم الذهاب إلى أحد هذه الأماكن أو بعض منها.
- في كل هذه الأنشطة والعلاقات المتبادلة بين الأفراد، تتبع سلوكيات معينة منظمة داخل قواعد منسقة كالذهاب لزيارة أحد المرضى في مجموعة من الأفراد، أو مساعدة والالتزام بتقديم كتاب أو محاضرات أو غير ذلك للغير، أو الحرص على إبقاء أماكن معينة في المحاضرات للغير، أو ترك مكان لأحد لعدم القدرة على الوقوف، والالتزام السلوكي باحترام المواعيد بشكل عام.
- المناقشات في المواد المدروسة والامتحانات و معايير و أسس التقديرات و قواعد النجاح... كل ذلك في إطار الجماعة و التي قد تذهب إلى المكتبة للبحث و الاطلاع و تبادل الآراء من خلال الموضوعات العلمية و الأدبية الفنية.
- و قد تتفق الجماعة على نظام معين للاستذكار و تدوين و تلخيص القراءات للمناقشة و تبادل الكتب والمراجع المفيدة في مواد التعلم المختلفة.
- توزيع الأدوار فيما بين المجموعة و اختيار الشخص الذي يمكن أن يقوم بدور القائد و هو المقرر للمجموعة في تحركاتها و أنشطتها التي تقوم بها. و من خلال هذا كله يتأثر الفرد بغيره، فالتأثر متبادل بين أفراد المجموعة من خلال تلك العلاقات و المشاركة الإيجابية في هذه المواقف المتعددة بما تتضمنه من إبداء الرأي و المناقشة فيما هو صواب و خطأ و ما يحتاج إلى تعديل أو تغيير.
- تواجد مجموعة الموظفين في مكتب أو إدارة أو قسم معين، أيضا مجموعة العمال في مصنع أو في عملية واحدة، مجموعة التلاميذ أو الطلبة في مدرسة أو كلية واحدة يجمع هم فصل واحد.

العوامل التي تحدد تكوين المجموعة:

أولاً: التفاعل: ويتضمن سلوك الأخذ والعطاء في الأفكار والأفعال المتبادلة بين أفراد المجموعة، وفي الإتصال المستمر والمعلومات المختلفة حيث يقول شخص ما رأياً معيناً، أو تعليقا ما، أو يبلغ رسالة أو خيراً، أو يسرد موضوعات أو أحداث من كل هذا تتم عملية الإتصال و التفاعل الاجتماعي حيث يستقبل الشخص الآخر ما وجه إليه من رأي أو تعليق أو رسالة، و يرد عليها و يعلق عليها أو يرفضها.

ثانياً: قواعد وتغيير السلوك: تتقبل أفراد المجموعة بعضها البعض تبعاً لقواعد سلوكية معينة في التعامل وفي الحديث و في التعبير عن الشعور و الرأي، حتى أنه يمكن القول: بأنه لا يشذ فرد داخل المجموعة من اتباع تلك القواعد التي ارتضتها المجموعة ووضعتها كميّار لها. فمثلاً: إذا رأت المجموعة أن أحد أفرادها يحتاج إلى المساعدة المادية المستمرة كل شهر، فإنها تعتبر أن هذه قاعدة سلوكية ارتضتها داخل المجموعة و لا تقبل أن يشذ فرد منها أو أكثر إزاء تلك القاعدة.

ثالثاً: الأدوار: إنه في الواقع، يتحدد دور كل فرد في المجموعة تبعاً لقدرته و ميوله و إتجاهاته و خبراته و مركزه. لذا فإنه داخل المجموعة الواحدة تتعدد الأدوار و تتنوع.. إلا أنها في الحقيقة تسعى جميعها إلى تحقيق أهداف المجموعة، كما أن المجموعة تتوقع في الفرد أن يؤدي دوره، والفرد أيضاً يتوقع من نفسه أن يؤدي دوره.

لذا توجد توقعات الأعضاء عن الفرد، وتوقعات الفرد عن نفسه، وفي الحقيقة لا يتعارض هذان التوقعات، حيث يسيران في إتجاه واحد يخدم أهداف المجموعة.

رابعاً: القيم: القيم والمبادئ والمثل إزاء موضوعات وأمور معينة، تلتزمها المجموعة أو تؤمن بها للحفاظ على وضعها ومكانتها، وتحقيق ما هو أفضل بالنسبة إلى أعضائها.

مدرسة التحليل النفسي:

يمكن فهم سلوك الإنسان على ضوء عدة عوامل هي:

- 1- دينامية الفرد: وتتمثل في فعالياته و ما لديه من قوة و نشاط و حيوية.
- 2- مكونات الفرد: وهي مكوناته الطبيعية سماته الفطرية التي يولد مزوداً بها ولا دخل له في نشأتها.
- 3- الدوافع اللاشعورية: وهي جزء من مكونات الفرد واستعداداته الطبيعية.
- 4- التعلم الاجتماعي: وهو يمثل جانب التأثير البيئي الذي يتعرض له الفرد بعد ولادته من عمليات تطبيع اجتماعي وغيره.

إذ أن الفرد يستطيع توجيه سلوكه بشكل جزئي، وغالبا ما يتم تشكيله وتوجيهه بواسطة العمليات اللاشعورية من اجل إرضاء حاجاته الأساسية وغرائزه، أو من أجل تحقيق هدف معين. فلإنسان حاجاته ومتطلباته وأمانيه ومخاوفه، وهي كلها أمور خارج نطاق الشعور، ورغم محاولة هذه المشاعر والأحاسيس التعبير عن نفسها بشكل علني، إلا أنها غالبا ما تظهر متكررة بسبب طبيعتها ومحتواها. وهذا ما يفسر قيام الانسان أحيانا ببعض الأعمال والتصرفات التي لا نفهم معناها الكامن في خبايا نفسه.

بصورة عامة، ترى مدرسة التحليل النفسي أن الإنسان واقع تحت ضغط الغرائز التي تظهر على شكل أفكار شريرة أو قوى حيوانية أو رغبة في الهلاك، و أنه من الضروري السيطرة على القوى النفسية الجنسية والعدوانية، لأن ما وصل إليه عالمنا المعاصر و العقد من مستويات حضارية إنما يعود الفضل فيه إلى قدرة الإنسان على السيطرة على هاتين القوتين، و أن الإنسان سيكون أسعد حالاً إذا ما عمل على التعبير على قواه الجنسية و العدوانية بشكل مباشر بدلا من اخفائها تحت ستائر الكبت مما يجعلها تظهر على العالم بشكل غير مباشر أي تأخذ معنى رمزي نابع من اللاشعور و من الدوافع المكبوتة و لا يمكن فهمه و تفسيره إلا عن طريق التحليل النفسي ووصول العميل إلى مرحلة الاستبصار (الفهم الكامل لبنية جشطات. من خلال إدراك العلاقات القائمة بين أجزائه، وإعادة تنظيم هذه العلاقات على نحو يعطي المعنى الكامن فيها، ويتم فجأة و ليس بصورة متدرجة).

ملاحظة: تهتم نظرية التحليل النفسي باللاشعور كمؤثر على النشاطات الذهنية للفرد، إذ يعتبر اللاشعور من أكبر القوى النشيطة التي لا يعيها الإنسان أو يشعر بها، مما يجعله (أي اللاشعور) مسؤولا عن معظم الإضطرابات التي تحدث للإنسان. وهذا ما يجعل فرويد يؤكد على أنه متى تحول

اللاشعور إلى شعور فإن الاضطرابات تزول بطبيعة الحال. ما يعمل الفرد على التعامل مع الصراعات غير العميقة عن طريق وسائل الدفاع النفسية من اجل التغلب على دوافعه ونزعاته الفطرية والسيطرة عليها. ويؤدي الاعتماد على أساليب الدفاع النفسية إلى توافق الشخص مع نفسه ومع البيئة المحيطة به إذا عمل على إستخدامها بشكل معتدل، ولكن في حالة الإسراف في إستخدامها والإعتماد عليها بشكل دائم في التعامل مع مشاكله الحياتية، فإنها تصبح مشكلة في حد ذاتها وتعرض لأعراض الاضطرابات النفسية.

(ولم يرد التعمق اكثر في موضوع وسائل الدفاع النفسية أو حيل الدفاع النفسية).

يجب أن يراجع مقرر "الصحة النفسية" ومقرر "نظريات الشخصية".

أهمية مرحلة الطفولة:

تشير نظرية التحليل النفسي إلى أهمية مرحلة الطفولة بشكل خاص في تشكيل سلوك الفرد و في التأثير على مكوناته، فالطفولة هي المرحلة التي تكون فيها الخبرات الانفعالية قوية مما يؤدي إلى حدوث الصدمات و إلى تثبيت الخبرات التعليمية، هذا من ناحية، و من ناحية أخرى فهي المرحلة التي يكون فيها السلوك متفتحاً و مرناً و يمكن تتبعه بسهولة.

إذ أن أهداف التحليل النفسي: يهدف الإرشاد والعلاج عن طريق التحليل النفسي إلى المحافظة على الصحة النفسية المتمثلة في أمرين هما:

1- توافق العميل مع بيئته الداخلية.

2- توافق العميل مع بيئته الخارجية.

وتقوم هذه الأهداف على عدد من الأسس التي تتمثل في فلسفة العلاج الإرشاد النفسي، و تتمثل فيمايلي:

أ- جعل الخبرات اللاشعورية شعورية.

ب- زيادة وعي العميل بسلوكه وبالذوافع الكامنة وراءه.

ج- بما أن العوامل اللاشعورية قد تسيطر على سلوك العميل وتتولى قيادته وتوجيهه، لذا يجب أن

يتضمن عمل المرشد أو المعالج تحليل ما يحدث و تفسيره، و بيان ذلك للعميل حتى يتعرف على

تلك العوامل التي تتدخل و تفرض نفسها عليه فتسبب له المشاكل.

د- ضرورة العمل على إخضاع جميع الصراعات اللاشعورية لسيطرة الشعور

مهارات الاتصال الشخصي منبع التقليل من الأنتروبي (عدم النفس) سوء التنظيم في نظام

بين النظم

مقدمة:

يشكل الاتصال الشخصي جزءاً هاماً من عملية التفاعل اليومي والمستمر بين الأفراد، حيث أن الفطرة الإلهية تحتم على الفرد الاتصال بغيره و عليه لا أحد ينكر مدى أهمية تواجد الفرد مع غيره سواء في شكل جماعات أو تجمعات بهدف التعارف، الاحتكاك، التعاون، توطيد العلاقات أو إنشاء نظم اجتماعية يكون هو أو المجتمع بحاجة إليها. و لما كان الفرد لا يعيش بمعزل عن الآخرين بحياته اليومية العادية، يتفاعل معهم مؤثراً فيهم و متأثراً بهم، فإن الظروف الاجتماعية تلعب دوراً في إحداث الاضطرابات السلوكية التي تنتابه أحياناً مما يؤثر على القرارات المتخذة كذا صيرورة الاتصال، أي ان اضطراب شخصية الفرد ينعكس في تعامله مع الغير فيؤدي لاضطراب عام في تفاعله معه (تذبذب المواقف) و ما يصاب به الفرد من اضطرابات سلوكية ينتج عنه حتماً خلافاً بعلاقات الاجتماعية ضمن المواقف الاجتماعية المتباينة في نطاق الأسرة أو في محيطه العملي، ووفقاً لهذا تظهر أهمية الفرد في موقف الجماعة الذي يستدعي ضبط سلوكه و مصطلحاته و سماته النفسية و المعرفية ضمن وعائه الفردي قبل أن يطل على غيره بردوده أو أفعاله لأنه يجب فهم أنفسنا قبل فهم الآخرين. و عليه فالهدف من هذا الموضوع (موضوع فاعلية الاتصال، و معرفة أساليب التنظيم الاجتماعي السليم هو:

1- جعل أي فرد قبل ان يبادر بأي موقف اتصالي مهما كان نوعه (اتصال مباشر أو غي مباشر)

أي يسأل نفسه ما المعلومات التي يجب أن أنقلها للآخر و على ضوءها ما المعلومات التي اريد ان تلقيها أو الحصول عليها من الآخر (تحديد الهدف من الاتصال).

2- جعل أي فرد أيضاً عند مصادفة أ موقف إتصالي يحدد اهتماماته بدقة و من ثمة يختار موضوع الاتصال (إنتقاء الرسالة الاتصالية).

3- أن ينزع الفرد في مخاطبته الآخر للتفكير الهادف (التفكير النقدي)

أي ان يركز على الذاكرة الشعورية بدل من الذاكرة اللاشعورية (العواطف والحوافز والاحتياجات والقيم)

4- أن يتعلم الفرد تركيز الشعور النفسي الفكري لموضوع ما (بؤرة الانتباه) قصد التنظيم و التنسيق و التفسير الادراك و تحويل الانتباه وفق تعاقب المستجدات و من ثمة التكيف الاجتماعي.

أبعاد العملية الإتصالية: **Proces de communication**

I. مفهوم الاتصال:

يعرف كارل هوفلاند الإتصال بأنه: " العملية التي ينقل يمقتضاها القائم بالاتصال منبهات لكي يعدل سلوك الأفراد الآخرين، أي انه ينقل عمداً (بشكل هادف) منبهات لإحداث تأثير معين". و يعرفه "ستيفنز" بأنه: استجابة الكائن الحي لمنبه معين بشكل متميز (رد فعل يتسم بالاختلاف).

والاتصال حسب "ستيوارت" هو: عملية ذهنية، فيزيائية وظيفتها توضيح المعنى المقصود. أي هو " تجربة سيكولوجية للتنظيم الفكري".

ويعرف الاتصال في علم النفس بأنه: " عملية نقل انطباع أو تأثير من منطقة لأخرى، أي من فرد لآخر أو من بيئة إلى الفرد من خلال عدة أساليب جوهرها الكلام واستخدام الحواس التي تشعر الآخرين بالاهتمام".

ويرى "ديفلر" أن الاتصال في علم النفس هو " عملية عصبية حيوية يتم فيها تسجيل معاني ورموز معينة في ذاكرة الأفراد و انه عملية نفسية حيث يتم إكتساب معاني الرموز من خلال التعليم".

ويعرف الاتصال في مجال علم التربية بأنه " عملية مشاركة في الخبرة بين شخصين أو أكثر حتى تعم الخبرة وتصبح مشاعا بينهم، يترتب عليه حتما إعادة تشكيل وتعديل المفاهيم والتصورات السابقة لكل الأطراف المشتركة بهذه العملية".

فالموقف الاتصالي موقف سلوكي يقدم فرصا كبيرة لمشاركة خبرة المرسل والمتلقي وتحقيق أهداف الاتصال وكسب المعرفة والفهم للسيطرة على البيئة الاتصالية بحسن استخدام الرموز الوقت والقدر المناسب. الفعل الاتصالي نشاط تلقائي ذاتي.

مراحل العملية الاتصالية:

تمر العملية الاتصالية بمراحل من شأنها أن تسهل الاتصال، هذه المراحل تخص:

II. مرحلة الإدراك: يمثل الإحساس " العملية التي يتم عبرها الوعي بالخصائص الفيزيائية للمثيرات الموجودة في البيئة المحيطة كاللون، الشكل، درجة الحرارة، الصوت، المذاق. أي العملية الأولية في معالجة المعلومات التي تعمل على تحويل الطاقة الفيزيائية للمثيرات البيئية المحيطة بطاقة عصبية داخل الجهاز العصبي.

" إذ يتم استقبال الرسائل والإشارة بالحواس الخمسة. ومثل هذه الإشارة هي بمثابة معلومات خاصة بسيطة تتم معالجتها بالجهاز العصبي، مما يمهد لظهور العمليات العقلية المعقدة والتأثير على كافة الأنشطة السلوكية.

1. مفهوم الإدراك: هو العملية العقلية المميزة للمحسوسات وتكسبها دلالة ومعنى وتتحقق بالحواس الخمسة ويشكل الإدراك البصري الجزء الأكبر من المعلومات بعمليات الإدراك الممارسة يوميا.

فعملية الإدراك هي: الوعي بالخصائص المعقدة للمثيرات أي عملية تفسير خصائص المثيرات وإعطائها المعاني الخاصة بها في ضوء الخبرات السابقة. فالإدراك هو عملية تحويل الإشارات الحسية البسيطة إلى تمثيلات عقلية معينة. فالإدراك يحفز الفرد ويحركه على القيام بالاستجابة.

و تتطلب مرحلة الإدراك من الفرد (المرسل) التالي:

- التعرف على المنبهات و إدراكها.
- وضع المنبهات الخارجية في إطارها المرجعي الملائم للمنبهات الداخلية (النفسية)
- اختيار و تنظيم و تفسير المثيرات الخارجية.
- الاستناد إلى خبرات الفرد السابقة بهذه المثيرات.
- الالتفات لقيم و حاجات المتلقي و ملائمتها مع الموقف الإدراكي.
- ترتيب تسلسل المنبهات حتى يسهل التفاعل الاجتماعي.
- تحديد الخصائص المشتركة بين المنبهات لإحداث التكيف الاجتماعي.

III. مرحلة الاهتمام: توجب مرحلة الاهتمام على الفرد (المرسل) التالي: الاهتمام بتشجيع المتلقي على المشاركة و اتخاذ القرار و تفسير مختلف المعاني للمتلقي لإزالة الانتروبي (Entropy): إصطلاح مأخوذ من الفيزياء الرياضية <== و الذي يعني عدم اليقين او سوء التنظيم في نظام من النظم <== العشوائية في الرسالة <== نقص القدرة على التنبؤ.

الاهتمام بجمع المعلومات حول الموقف الاتصالي. الاهتمام بتحقيق الهدف من الموقف الاتصالي. الاهتمام بأساليب و رسائل تحقيق الهدف من الموقف الاتصالي.

IV. مرحلة التقييم: تخص الفرد (المرسل) بالتالي: التقييم للكلي لعملية جمع المعلومات.

V. مرحلة التجربة و المحاولة: تخص الفرد (المرسل). تجربة استخدام الأساليب و الوسائل الملائمة للموقف الاتصالي و محاولة تشجيع المتلقي على المشاركة و إشعاره بالاهتمام. شرح و تفسير المعلومات المعروضة للمناقشة و الحوار مع توضيح اهدف المنشود من الموقف الاتصالي. محاولة إزالة مظاهر اللبس و الغموض أو الأنتروبي للموقف الاتصالي. محاولة الاهتمام بأساليب ووسائل توصي الرسالة الإتصالية.

VI. مرحلة الممارسة: توجب مرحلة الممارسة على الفرد (المرسل) التالي:

- الاستخدام الفعلي للأساليب و الوسائل المنتخبة و المنتقاة لتفعيل الموقف الاتصالي
- العناية التنظيمية بممارسة أساليب الاتصال المباشر مع الوقوف الفعلي و التعرف عن اهتمامات المتلقي.
- تنفيذ الخطط المسطرة لتحقيق الهدف من الموقف الاتصالي.
- الحرص على اقناع المتلقي بأفكاره و آراءه و ضرورة ممارستها.
- الابتعاد عن العنف الاقناعي، و التحلي الأمثل بالفعل الاتصالي " القدوة "

معنى الاتصال الذات: la communication intrapersonnelle

1- مفهوم الاتصال الذاتي: " الحوار الداخلي "

هو ما يحدث داخل الفرد لما يتحدث مع نفسه، و هو إتصال يحدث داخل عقل الفرد يتضمن أفكاره و تجاربه و مدركاته، في هذه الحالة المرسل و المتلقي واحد. فالفرد قد يناقش مع نفسه. و يعد الاتصال الذاتي بمثابة " العملية الاتصالية التي تحقق بين الشخص و ذاته و يرتبط هذا الاتصال بالشعور،

الإدراك و التعلم". و يرى جورج ميد « g.mead » أن الإتصال الذاتي: حلقة مهمة بين سبوك الفرد و بيئته و هو اتصال الفرد و نفسه عبر إحساسه و تأثره بمثيرات تحفزه على التخيل و التأمل و التفكير .

و دون نظام فعال للاتصال الذاتي: لا يستطيع الكاتب الحي ان يؤدي وظيفته في البيئة التي يعيش فيها، فهو يسمح للفرد ان يتخذ القرارات بناءً على المعلومات التي يتلقاها عبر حواسه.

و أشار علماء النفس ان " الفرد يمكن أن يرى نفسه بنفسه كما يبصر صورته بالمرآة. فيمكنه أن يكون خارج نفسه، يحاسبها، يناقشها، يحاورها، يحبها، يكرمها و يرضى عنها. فالحوار الداخلي يحدد سلوكنا و أساليب ووسائل اتصالننا بالآخر و حوارنا معه. و عملية الحوار الداخلي تضع المرسل بوضع المرسل و المتلقي في آن واحد. فهو " حوار و هي بين الفرد و نفسه بصوت عال أو بالكتابة، متخيلاً وجود الآخر و محاولاً تقييم ردود أفعاله.

- إذن تتبع أهمية الاتصال الذاتي من كونه حلقة مهمة تربط بين سلوك الفرد و بيئته و أن البداية الحقيقية لفهم الاتصال مع الآخر، إذ أن كيفية اتصال الفرد مع ذاته تتحكم في اتصاله مع غيره. مما تستنبط أهمية الاتصال الذاتي و دوره النفسي و الاجتماعي في المقومات التالية.

- ☞ فهم الفرد لسلوكه و من ثم فهمه لنفسه.
- ☞ تعرف الفرد على حالته الوجدانية
- ☞ تقييم الفرد لنفسه (تقدير الذات)
- ☞ تمكين الفرد من معالجة معلوماته و تحري الدقة في كمية البيانات اللازمة لإحداث الاتصال السليم مع الآخر.
- ☞ تمكين الفرد من التحكم و ضبط أي خلل يكتنف الموقف الإتصالي من شأنه أن يحدث التوتر والغموض.
- ☞ تعديل الفرد لسلوكاته الخاصة أو الخاطئة و تعلم سلوكيات إيجابية.
- ☞ التحضير و التجهيز للمواقف الإتصالية المختلفة لا سيما المواقف المفاجئة.
- ☞ تمكين الفرد من التحكم في الموقف الاتصالي الاحتمالي.
- ☞ تحصين الفرد لنفسه من الانتروبي الي يعجزه عن الاتصال الفعال
- ☞ تنظيم الفرد لأفكاره و معلوماته.

- ✍️ استيعاب الفرد للحالات الوجدانية التي تقابله و تحقيق التقبل الاجتماعي.
- ✍️ تقييم الفرد لسلوكات الآخرين.
- ✍️ يمكن للفرد من اشباع احتياجاته النفسية الاجتماعية و الثقافية.
- ✍️ تحسين العلاقات الاجتماعية.
- ✍️ الوعي بوجود الآخر و أهميته و سهولة تحصي رجع الصدى.
- ✍️ التكيف التلقائي لاحتضان استجابة الآخر.
- ✍️ يكون خبرات مشتركة مع الآخر.
- ✍️ تقديم الحلول المناسبة للمواقف الاتصالية المربكة أو الاحتمالية.
- ✍️ تحقيق التكامل الاجتماعي.

يظهر رجع الصدى في استماع الفرد لنفسه. فالتأثير المرتد الخارجي هو ذلك الجزء من الرسالة الذي يستطيع الفرد كقائم بالاتصال أن يسمعه (يسمع نفسه و هو يتحدث)، أما التأثير المرتد الداخلي فهو ما يشعر به الفرد داخله لما تتحرك عظامه أو عضلاته (الشعور بحركة اللسان و الفك أثناء الحديث). مما يسمح التأثير المرتد للفرد بأن يعدل و يصحح رسالته و إرساله أثناء العملية الاتصالية (خفض صوته) ==> نموذج من نماذج الاتصال الذي يعتبر بأن الفرد ينطلق من منبهات داخلية أي سلوكيات نفسية و جسمية (القلق) و منبهات خارجية. يتلقى الفرد في شكل نبضات عصبية تنتقل للعقل، فيختار منها و يفكر فيها، و يتخذ القرار الذي يتطلب عملية تمييز تسبقها عملية إعادة تجميع للمنبهات المختارة ثم ترتيبها لفهمها و ربطها مع الخبرات السابقة لتصبح الدلالات جاهزة للإخراج (الإرسال النهائي) نحو الآخر في شكل كلمات أو حركات ذات معنى.

التعلم الاجتماعي.

إنه مما لا شك فيه، أن الفرد ينشأ في وسط إجتماعي معين يحتك به و يتعامل معه سواء أكان ذلك داخل الأسرة، أم داخل المدرسة، أم في النادي و الأماكن العامة، أم في الطريق.. من خلال ذلك الإحتكاك بالفكر و اللغة في شتى مظاهر التعامل الإنساني، يكتسب أساليب اجتماعية متباينة، تميز شخصيته عن غيره من الأفراد.

و الطفل في حقيقة الأمر يتعلم أمور متعددة من خلال هذه الاتصالات الاجتماعية سواء بغيره من الأطفال، أم الكبار، فيتعلم مثلاً: معنى الحق و الواجب، و الحلال و الحرام، و الدين و ما يتطلب من معاملات بين الأفراد، كما يتعلم أيضاً العادات و التقاليد و الاتجاهات والقيم.

إذن: فهي عملية تعلم و تعليم و تربية و توجيه، تستند أساساً على التفاعل الاجتماعي، و تهدف إلى إكساب الفرد سواء أكان طفلاً، أم مراهقاً، أم راشداً أم شيخاً. سلوكاً و قواعد و معايير و اتجاهات تتناسب مع أدوار اجتماعية معينة، متباينة، تمكنه من مسايرة الجماعة التي تعيش في وسطها، و التوافق الاجتماعي معها في شتى المجالات المختلفة..

و من ثم، فإن عملية التعلم الاجتماعي، هي عملية تشكيل السلوك الاجتماعي للفرد، يكتسب و يتعلم في إطاره، الاتجاهات السليمة البناءة الهادفة، التي تمكنه من ان يسلك سلوكاً اجتماعياً متوافقاً ترتضيه الجماعة التي هو فرد بداخلها، كما يرتضيه و يوافق عليه للمجتمع، بصفة عامة.

و في الواقع ان المدرسة التي تتلقى الطفل -منذ الصغر- هي أصدق مجال يمكن فيه أن تتكون هذه الاتصالات و التفاعلات الاجتماعية المتنوعة، حيث نجد أن الأطفال يكونون جماعات خاصة بهم، تشترك فيما بينها في ألعاب معينة و تمارسها بصورة مستمرة، و عن صح القول: في أوقات محددة كملعب الكرة و يتمثل النمو الاجتماعي في المراحل الأولى من التعليم (6 - 12 سنة) في تكوين صداقات مع أطفال المدرسة، حيث يصل الطفل إلى تكوين علاقات معينة داخل الجماعة صغيرة يشترك معا في ألعاب متنوعة تحتاج إلى تفكير عقلي جماعي يتعاون فيه افراد المجموعة كلها.

ويلاحظ ظهور صفات اجتماعية معينة لدى بعض الأطفال، كصفة الزعامة و القيادة، و صفة التعاون و المشاركة الإيجابية، و صفة المنافسة و صفة الانقياد و صفة العناد و التمرد ... و من هنا اهتمت المدرسة بتكوين الجماعات المدرسية المختلفة التي تمارس أنواعاً متباينة من النشاط كالألعاب الرياضية،

والموسيقى، و التمثيل، و الرسم و النحت و التصوير و الرحلات، و الكشافة التي تمارس أساليب معينة من العمل سواء في البيئة المحيطة أم في الأماكن الخلوية النائية. حيث تمارس حياة المعسكرات وتتطلبه من نقشف و تعاون و جرأة و سيالة و إنكار الذات و حب الغير. وعن طريق كل تلك الممارسات الفعلية يكتسب الطفل مفاهيم اجتماعية مختلفة كالأمانة والصدق، والشرف و الفضيلة، و التعاون و تحمل المسؤولية، و الحق و الواجب و العدل و النظام، و القيم الأخلاقية، و المبادئ الدينية...

كما تمارس تلك الجماعات المناقشات و تبادل الأفكار و الآراء حول الأمور المتباينة، و من خلال ذلك يتعلم الطفل التعامل بين الأفراد في إطار الجماعة، و بالتالي يكتسب مفهوما. غاية في الأهمية - ألا و هو: (الرضا الاجتماعي)، الذي يمكن أن يحققه داخل الإطار الاجتماعي من أصدقائه و زملائه، و ذلك باستحسان فكرة، أو قرار، أو حل مشكلة معينة تخص فردا، أو تخص الجماعة من كل هذا و ذاك، يتكون إحساس الفرد بانه من الأعضاء المشاركين بفعالية و إيجابية داخل الجماعة، بالإضافة إلى شعوره بالرضا الاجتماعي، و الاعتبار و الاحترام و التقدير الذاتي في إطار تلك الجماعة.

و هكذا، يتعلم و يكتسب الطفل في هذه المراحل الأولى من التعليم سلوك المشاركة الاجتماعية، حيث يمكن القول: بأن السلوك الفردي يذوب داخل تلك الوحدات و التكوينات الاجتماعية التي تخضع لقواعد سلوكية معينة يرتضيها أفراد الجماعة، و يتقاسمون مبادئ وقيما واحدة، و يؤدون أدوار معينة.

و من ثم كان للأسرة - وهي الخلية أو الوحدة الاجتماعية الأولى - الدور الرئيسي الفعال في التعلم الاجتماعي للطفل، من حيث أنه ينمو داخل إطارها الاجتماعي، منذ اللحظة الأولى للولادة فتعلمه.

للم التربية النفسية الاجتماعية للتعامل و تكوين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين.

للم الانتماء إلى الجماعة و المجتمع و تقدير و احترام الأفراد.

للم الأدوار الاجتماعية المختلفة و كيفية القيام بما يتفق و أهداف المجتمع

للم الالتزام بالمعايير و القواعد الاجتماعية فيما يصدر من السلوك.

للم الثقافة الاجتماعية من عادات و تقاليد و معتقدات و اتجاهات و قيم تنظم في إطارها العلاقات و التفاعلات تبين الأفراد و يتحدد السلوك الاجتماعي.

للم المفاهيم و المعاني للمواقف و المثيرات الحياتية المختلفة و التفاعل الاجتماعي معها.

للم الأنماط السلوكية المقبولة اجتماعيا و تعزيزها أو تقويتها و تثبيتها.

- ✍️ الأساليب النفسية الاجتماعية من إثابة و تعزيز السلوك المقبول السوي.
- ✍️ التعاون و المشاركة الاجتماعية و تحمل المسؤولية و الاتزان الانفعالي و التوافق النفسي الاجتماعي.
- ✍️ الاعتماد على النفس و حب الغير و الضبط الذاتي في المواقف الحياتية المختلفة.
- ✍️ التفكير السليم اتجاه حل المشكلات و القضايا المجتمعة المختلفة.
- ✍️ التفكير السليم اتجاه حل المشكلات و القضايا المجتمعة المختلفة.
- ✍️ البناء و التكوين النفسي و العقلي و الانفعالي و الاجتماعي للشخصية.
- ✍️ الابتعاد عن الانحرافات السلوكية الاجتماعية و الانضباط السلوكي تجاه تحقيق الأهداف بما يتلاءم مع المعايير الاجتماعية.
- ✍️ هذا بالإضافة إلى المدرسة أيضا، و هي المؤسسة الاجتماعية التي بداخلها تتحقق وظائف هامة تؤثر على الطفل تأثراً فعالاً من حيث:
- ✍️ التربية و التعليم بما يتلاءم و القدرات العقلية في المراحل التعليمية المختلفة.
- ✍️ النمو النفسي و الاجتماعي و التوجيه المعزز و كيفية تحقيق الأهداف تبعا للمعايير الاجتماعية.
- ✍️ التعلم بطرق منظمة للمعايير الاجتماعية و الأدوار الاجتماعية المتعددة.
- ✍️ التفكير العلمي المنظم السليم لحل المشكلات الاجتماعية و غيرها.
- ✍️ التعاون والفهم التبادل و الملائمة بين الحاجات النفسية الاجتماعية للفرد و غيره من أفراد المجتمع.
- ✍️ التفاعل الاجتماعي بين الأفراد على أسس ديمقراطية تؤدي إلى التماسك والنمو النفسي و التربوي.
- ✍️ المبادئ و الاتجاهات و القيم الأخلاقية و الدينية و المعرفية.
- ✍️ النماذج السلوكية و الاجتماعية من خلال الخبرات السلوكية السوية للمحاكات و التقليد.
- ✍️ الاستجابات الإدراكية في مواقف الإدراك الحياتية المختلفة من معارف و ثقافات، و من جماليات، و رياضيات، و لغويات، و اجتماعيات.
- ✍️ التعزيز و الإثابة و إثارة الدوافع نحو مواقف التعلم الاجتماعي الهادفة البناءة.
- ✍️ الممارسات الفعلية لأوجه الأنشطة المختلفة بهدف النمو العقلي و الحركي و الإنفعالي و اللغوي و الاجتماعي بين جماعة الرفاق.
- ✍️ الأساليب التربوية لتكوين الجماعات و الصداقات و الالتزام بمعايير و قواعد السلوك الاجتماعي.

و نخلص من ذلك: ان التعلم الاجتماعي له أهمية قصوى في المراحل المبكرة من العمر، من حيث تكوين علاقات معينة داخل جماعة معينة داخل جماعة صغيرة مثل: صداقات مع أطفال المدرسة، و النادي و الجيران، والاشتراك في ألعاب متنوعة تحتاج إلى تفكير عقلي جماعي يتعاون فيه أفراد المجموعة كلها. و من خلال ذلك تظهر الصفات الاجتماعية المختلفة: كصفة الزعامة و القيادة، و صفة التعاون و المشاركة الإيجابية، و صفة المنافسة و صفة الانقياد، و صفة العناد و التمرد..0 و من هنا اهتمت المدرسة الابتدائية بتكوين الجماعات المدرسية المختلفة التي تمارس أنواعا متباينة من النشاط كالألعاب الرياضية و الموسيقى و الرحلات و التمثيل و الرسم، و النحت، و التصوير، و الكشفية. التي تمارس أساليب معينة من العمل سواء في البيئة المحيطة، ام في الأماكن الخلوية النائية حيث ممارسة حياة المعسكرات و ما تتطلبه من تقشف و تعاون و تحمل مسؤولية و شجاعة و بسالة و إنكار الذات و حب الغير.

و من خلال هذه الممارسات الفعلية يكتسب الطفل مفاهيم اجتماعية مختلفة كالأمانة و الصدق و الحق و الواجب و الشرف و الفضيلة و النظام و التعاون، كما يكتسب المبادئ الدينية و القيم الأخلاقية السليمة.

ملاحظة:

عملية التنشئة الاجتماعية Process Socialization هي العملية التي يتشكل عن طريقها سلوك الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي، وهي عملية استدخال ثقافة تدخل في بناء الشخصية. و هي عملية تطبيع المادة الخام للطبيعة البشرية في النمط الاجتماعي و الثقافي. وهي عملية تحويل الكائن البيولوجي على كائن إجتماعي وهي عملية التشكيل الاجتماعي. لخامة الشخصية، وهي عملية الاندماج في الجياة الاجتماعية، وهي عملية دينامية (تكامل + تغير) تتضمن تعلم المعايير الاجتماعية والقيام بالأدوار الاجتماعية واكتساب الاتجاهات النفسية الاجتماعية و التفاعل الاجتماعي والنمو والنضج الاجتماعي، وهي بذلك عملية تعلم و نمو. انها هي العملية التي تكسب الانسان صفة الإنسانية.