مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية، المجلد 27، العدد 5: 2019.
Journal of University of Babylon for Humanities, Vol.(27), No.(5): 2019.

الضغوط النفسية وتمثلاتها في خصائص رسوم المراهقات

سهاد عبد المنعم شعابث صادق عمران موسى الجوكي
قسم التربية الفنية/ كلية الفنون الجميلة/ جامعة بابل
Jaafer.sade900@gmail.com

الخلاصة

تناول البحث الحالي الضغوط النفسية وتمثلاتها في خصائص رسوم المراهقات، وهي محاولة لكشف الضغوط النفسية وتمثلاتها في خصائص رسوم المراهقات ولأجل التعريج عن هذه السمة النفسية في رسوم المراهقين، وتحديدا رسوم المراهقات خاصة، جاءت هذه الدراسة لإلقاء الضوء على أهمية الجانب السلوكي في رسوم المراهقات.

ولتحقيق الوصول الى هدف البحث تناولت الدراسة الضغوط النفسية وتمثلاتها في خصائص رسوم المراهقات، وتضمن البحث أربعة فصول، خص الفصل الأول منها الاطار المنهجي بدأً بمشكلة البحث ومروراً بهدف البحث، فيما مثل الفصل الثاني الاطار النظري للبحث، فاحتوى على ثلاثة مباحث، ضمن المبحث الأول مفهوم الضغوط النفسية وانواعها ومصادرها والنظريات المفسرة للضغوط النفسية، وانصب الاهتمام في المبحث الثاني حول المراهقة، اما المبحث الثالث فقد تضمن التعبير الفني للمراهقين وإيجازاً للدلالات النفسية للخطوط والألوان، اما الفصل الثالث فقد احتوى إجراءات البحث من حيث حصر مجتمع البحث والاداة التي شملت جمع المعلومات، فقد تم اعتماد عينة البحث بطريقة عشوائية فقد بلغت (25) عينة من نماذج رسومات الطالبات المراهقات في سن (16) عاما، وغطت العينة حدود البحث باعتماد المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات السببية المقارنة لغرض تحليلها. وأخيرا شمل الفصل الرابع النتائج والاستنتاجات التي تمخض عنها البحث في ضوء هدفه، وصلتها بمعطيات الإطار النظري ومن اهم نتائج تلك النتائج:

1- أن للضغوط النفسية تمثلات في خصائص رسوم المراهقات.

2- ظهور الضغوط النفسية في (12) خاصية مميزة لرسوم المراهقات وهي كالآتي:-

الخطوط المنحنية واللينة، والألوان الباردة الفاتحة، والاشكال محرفة وتملأ اغلب جوانب اللوحة، رسم الجنس الاخر، والوجوه حزينة وساكنة، والفضاء مغلق، والتكرار رتيب.

الكلمات الدالة: التعبير الفني، الخطوط والالوان، رسومات

Psychological Stress and their Representations in the Characteristics of Teenage Girl's Drawings

Suhad Abdel Moneim Shaabith Sadiq Amran Mousa Al Joki
Department of Art Education / collage of Fine Arts / Babylon University

Abstract

The current study examined theirrepresentations of psychological stress on the characteristics of adolescent drawings, an attempt to uncover their representations of psychological stress on the characteristics of teen's drawings.

In order to achieve the objective of the research, the study dealt with the representations of psychological stress on the characteristics of adolescent drawings. The study included four chapters. The first chapter deals with the methodological framework that began with the problem of research and through the research objective. The second chapter consists of theoretical framework of research; the third topic included the artistic expression of adolescents and a summary of the psychological indications of lines and colors. The third chapter included the research procedures in terms of limiting the society of the children, Urged the tool that included the collection of information, the sample was randomly adoption amounted to (25) a sample of teenage girls drawings models at the age of (16)years, and the sample covered the limits of research the adoption of the descriptive manner causal comparative studies for the purpose of analysis. Finally, the fourth chapter included the results and

by University of Babylon is licensed under a Journal of University of Babylon for Humanities (JUBH)
Creative Commons Attribution 4.0 International License

conclusions that emerged from the research in the light of its objective, and its relation to the theoretical framework data. The most important results of these results are:
-that psychological stress has a bearing on the characteristics of teen's drawings.
-the emergence of psychological pressure in (12) characteristic of adolescent charges are as follows: The lines are curved and soft, the colors are light-cold, the shapes are distorted and fill most aspects of painting, drawing the opposite sex, sad and static faces, closed space, monotonous repetition.

Key words: artistic expression, fonts and colors, drawings

1. مشكلة البحث: الضغط النفسي شأنه شأن معظم الظواهر الحياتية موجود في كل مجالات الحياة، ويعاني منه معظم الافراد، لكنه يتخذ لنفسه عدة أوجه، واقنعه، ولم يترك مجالا من مجالات الحياة الا واخترقها، فأينما ذهبنا وجدناه، بالمدرسة، والعمل، والاسرة، وبين الأصدقاء، وفي كل جوانب الحياة، وعلى جميع المستويات المختلفة الاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، والتربوية، والعاطفية وغيرها حتى بات يسمى "القاتل الصامت".

فحجم ظاهرة الضغط النفسي وانتشارها الواسع، تزداد انتشارا وتعقدا كلما تطورت حياة الانسان. اذ تشير الإحصاءات العالمية أن (80%) [1، ص18] وتشير تقارير المنظمة ان في عام 2012 ازدادت نسبة الوفيات في فئة المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 10 سنوات و19 سنة من الذكور والاناث على الصعيد العالمي وذلك لعدة أسباب رئيسة منها الإصابات الناجمة عن العنف بين الافراد والاصابة بالأمراض النفسية كإيذاء النفس وغيرها من الأسباب.[2،ص1].

فالمراهق هو انسان في حالة انتقال ما بين عالمي الطفولة والرشد، اذ لم تتضح له بعد الأمور، فهو لا يستطيع تحديد ما هو مسموح له به وما هو ممنوع منه [3، ص83–84]. وهو ما يجعل هذه المرحلة (المراهقة) ان تشكل منعطفا في حياته نظرا لما تصاحبها من توترات وضغوط لم يألفها من قبل في مرحلة الطفولة.

والفن كونه وسيلة من وسائل التعبير يتيح الفرصة للمراهق وغيره بالإفصاح عن كثير من الأفكار والرغبات الكامنة عنده والتي تسبب له القلق والضيق. فممارسة الفن من قبل المراهق هي محاولة منه للإعلاء بهذه الرغبات المكبوتة، فينظر اليها نظرة متسامية فيها نوع من التعقل، وتصبح له حافزا تعويضيا عن بعض جوانب النقص التي يشعر بها ويفوق عليها بدلا من تقبله السلبي لضغوطها الشديدة [4، ص45].

ومن خلال عمل الباحث في المجال التربوي وجد أن هناك مؤشرات تدل على أن خبرة الضغط النفسي لدى المراهقين غير مدركة من قبل المدرسين والملاكات التربوية، وعدم الادراك لهذه الضغوط النفسية يزيد من معاناة المراهقين ويقلل فرص تقديم المساعدة لهم. إذا ما علمنا ان المراهقة مرحلة نمو جسمي وعقلي ونفسي واجتماعي تلاحق المراهق فيقع في مشكلات متعددة بسبب قلة خبرته في التعامل مع الحياة.

وقد أجريت العديد من الدراسات حول رسومات الطلبة المراهقين، لكن لم يجد الباحث دراسة تناولت علاقة تمثلات الضغوط النفسية ورسومات المراهقات، لذا وجد الباحث ان هذا الموضوع جدير بالاهتمام والبحث. وعليه أمكن للباحث ان يلخص مشكلة بحثه بالسؤال الآتي:

هل هناك تمثلات للضغوط النفسية في خصائص رسوم المراهقات من طلبة معاهد الفنون الجميلة؟

2.1.أهمية البحث والحاجة اليه: تستشف أهمية البحث الحالي من أهمية المشكلة التي تتلخص بعدم توفر إجابة موضوعية للسؤال الاتي:

- ما تمثلات الضغوط النفسية في خصائص رسوم طلبة معاهد الفنون الجميلة؟

ويسهم البحث الحالي في القاء الضوء على مشكلة الضغوط النفسية وتمثلاتها على المراهقات من خلال دراسة خصائص رسومهن التي هي مرآة عاكسة لذواتهن وكاشفة عن جوانب شخصيتهن والتي تعد الحجر الأساس في نجاح العملية التربوية مما تؤديه تلك الخصائص الفنية لهن، وللضغوط النفسية دور فعال في حياة المراهقات، اذ تعد تلك الخصائص التي تظهر في رسومهن ذات أهمية تربوية ونفسية ،فهي تعد دلائل ومؤشرات مهمة لتعرف خصائص مراحل النمو العقلي والوجداني والاجتماعي لهن، وتظهر أهميتها في بناء شخصياتهن، وتنمية قدراتهن في التفكير والابتكار الإبداعي الفني، ويرى الباحث إن اهمية البحث تكمن في الآتي:-

1- حاجة المدرسين واولياء أمور المراهقات الى تعرف الضغوط النفسية بوسائل اقل تعقيدا من اختبارات الضغوط النفسية المتعارف عليها.
2- تزويد النقاد والمهتمين بالفنون التشكيلية بما يعمق فهمهم لخصائص الرسوم وعلاقتها بخصائص شخصية الرسام.
3- تزويد الباحثين التربويين بمعلومات جديدة عن علاقة خصائص الرسوم بخصائص الشخصية الإنسانية لإغناء معلوماتهم بما يدفع البحث العلمي في مجال الفن والتربية الفنية خطوة الى الامام.

3.1. هدف البحث: يهدف البحث الحالي الى الكشف عن تمثلات الضغوط النفسية في خصائص رسوم المراهقات. ولتحقيق هدف البحث وضع الباحث الفرضيات الصفرية الاتية:-

1- لا يوجد تمثلات للضغوط النفسية في خصائص رسوم المراهقات عند مستوى دلالة (0.05) في مقياس الضغوط النفسية.
2- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين الضغوط النفسية وخصائص رسوم المراهقات.

4.1. حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بما يأتي:-

1- الحدود الزمانية: العام الدراسي (2018-2019)
2- الحدود المكانية: معاهد الفنون الجميلة الدراسات الصباحية في محافظة بغداد.
3- الحدود الموضوعية: دراسة تمثلات الضغوط النفسية في خصائص رسوم المراهقات في سن (16) عاما.

5.1.تحديد المصطلحات:

1-**الضغوط النفسية:**

أ- **لغة:** وردت كلمة(ضغط) في المعجم الوسيط، ضغط ضغطا: أي غمزه الى شيء كحائط أو غيره، تشدد وضيّق وقهره أو أكرهه.

والضغطة هي الزحمة والشدة والقهر والاضطرار [5، ص450-451].

ب- **اصطلاحا:**

عرفها (فيدمان) هي استجابة لتحد بدني أو عاطفي، ويحدث عند فقدان التوازن بين مطالب وموارد التكيف، ففي إحدى كفتي الميزان يمثل الضغط النفسي التحديات التي تثيرنا، وتجعلنا متأهبين، بينما نجد في الكفة الثانية الأخرى أن الضغط النفسي يمثل الأوضاع التي يصبح فيها الأفراد غير قادرين على تلبية المطالب المفروضة عليهم، وفي آخر المطاف يعانون انهياراً بدنياً ونفسياً [6، ص9].

ج- اجرائيا: يعرف الباحث الضغط النفسي بأنه مجموع الدرجة التي يحصل عليها المجيب على فقرات مقياس الضغوط النفسية الذي اعده الباحث.

2-الخصائص:

أ- لغة: الخصائص جمع خاصية أو خصيصة، والخصيصة هي الصفة التي تميز الشيء وتحدده، والخاصية نسبة الى الخاصة[5، ص388].

ب- اصطلاحا: عرفها (صليبة)، الخصائص جمع خاصية، والخاصية صفة لا تنفك عن الشيء وتميزه عن غيره، ومجموع الخواص يتكون الكيف [7، ص79].

ت- اجرائيا: هي الخصائص التي تظهر بنسب ذات دلائل إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في رسوم المراهقات اللاتي يحصلن على درجات ضمن حدود(27%) على مقياس الضغوط النفسية.

3-رسوم:

عرفها (البسيوني،1958) بانها تلك التخطيطات الحرة التي يعبر بها الأطفال على أي سطح كان من بداية عهدهم بمسك القلم، أو ما شابهه الى أن يصلوا مرحلة البلوغ [8،ص9].

وعرف (عارف، 1980) الرسم بأنه فن التخطيط، وهو الأساس الحقيقي لأي انتاج فني سواء كان تصميماً، أم موضوعاً، أم صورة [9، ص9].

يعرف الباحث اجرائيا (الرسوم) هي مجموعة من الاشكال والخطوط والألوان المنفذة على سطح الورقة بخطوط متنوعة، وبألوان مختلفة لدى طالبات المرحلة الأولى في معاهد الفنون الجميلة بعمر(16) عاماً.

ب- المراهقة:

أولا-لغة: راهق الغلام: قارب الحلم، ويقال أيضا: راهق الغلام الحلم. والمراهقة:مدّة من بلوغ الحلم الى الرشد[7، ص378].

ثانيا-اصطلاحا:

عرفها (محمود) بالمدّة التي تلي الطفولة، وتقع بين البلوغ الجنسي وسن الرشد ، تحدث فيها تغيرات أساسية واضطرابات شديدة في جميع جوانب النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي للفرد، فتى أو فتاة.[10، ص15].

ج-إجرائيا: يعرفها الباحث بانها المدّة التي تشمل المرحلة العمرية لطالبات الصف الأول في معاهد الفنون الجميلة (16) عاماً، والتي تمثل مرحلة المراهقة المتوسطة.

2. الفصل الثاني

2. 1 المبحث الاول: الضغوط النفسية:

مرّ مفهوم الضغط النفسي بمراحل عديدة، ففي القرن الرابع عشر كان مفهومه عاماً يصف كل ما له علاقة بالمشقة والضيق، وفي القرن السابع عشر استخدم من قبل(روبرت هوك)* ليصف به الشدة والصعوبات الهندسية، في اواخر القرن نفسه استخدمه في اعماله التصميمة في الجسور التي ينتج عن

(*) روبرت هوك(1635) فيلسوف طبيعي ومعماري، وعالم موسوعي انجليزي. كان له دور أساسي في وضع مجموعة من الضوابط في تخطيط لندن لازال آثارها الى اليوم، للمزيد ينظر الموقع الالكتروني التالي:http://ae,wikipedia.Org/wiki/روبرت هوك.

حمولتها ضغطاً ليكون ذلك مماثلاً كما يعانيه الكائن الحي من ضغط يقتضي المواجهة او الهـروب [11،ص 17-18].

في عام1920 رأى العالم الفيزيولوجي (والتر كانون) ان الانفعال لا ينشأ من الاستجابة الجسمية انما على مستوى الجهاز العصبي المركزي وهو ما يطلق علية الاتزان الحيوي، [12،ص218]. وفي عـام1936 توصل هانز سيلي (Selye .H) الى أن الضغوط النفسية ترتكز الى سلسلة من الاستجابات اطلق عليها تسمية " لزمة التكييف العام" (SGA) [13، ص658].

وفي عام 1945أطلق كل من الطبيبين العسكريين الامـريكيين (GriGrinmker) . J.speagle & R المختصين في الامراض العقلية مصطلح (الضغوط النفسية) على مجموعة الامراض العقلية والنفـسية التـي ظهرت في اثناء الحرب العالمية [P. 3،14].

ثانيا- انواع الضغوط النفسية:

1-تصنيف سيلي (1980\Selye) إذ صنف (سيلي) الضغط النفسي على ثلاثة أنواع هي :

أ- الضغط النفسي السيء (Bad stress) وهو الضغط الذي يضع الفرد متطلبات زائدة ويطلق على هذا النوع من الضغوط (الكرب Distress).

ب- الضغط النفسي الجيد (Good stress) الذي له متطلبات لإعادة التكيـف كـولادة طفـل، أو الـسفر، أو المنافسة الرياضية.

ت- الضغط النفسي المنخفض (Under stress) الذي يحدث عندما يشعر الانسان بالملل، وانعـدام التحـدي، والاثارة، وفقاً للزغبي فان الانسان كما يرى (سيلي) لابد ان يعاني الانواع الثلاثـة للـضغط النفـسي [15، ص211].

2-تصنيف مور (Moor): صنف (مور) الضغوط النفسية التي يواجها الانسان على ثلاثة انواع وهي:

أ- الضغوط النفسية الناتجة من الانفعالات الاعتيادية وهي ضغوط يواجها الفرد في حياته اليومية، والتي تأتي كنتيجة لعدم قدرته على اشباع حاجاته أو فشله في اشباع متطلباته فضلاً عن عدم قدرته في حل المشاكل التي يواجها في حياته.

ب- الضغوط النفسية النهائية: وهي الضغوط التي تحدث نتيجة للتغيرات التي تتطلب تغيراً مؤقتاً في اسـلوب الحياة والعادات.

ت- ضغوط الازمات الحياتية: وهي الضغوط الناتجة من اصابة الفرد بأمراض شديده يـصعب علـى الفـرد تجاوزها او مقاومتها، كضغوط الموت وفقدان شخص عزيز وهذه الضغوط تستمر لأوقات طويلـة [16، ص 22-23].

ثالثا- مكونات الضغط النفسي: تتكون الضغوط النفسية من ثلاث مكونات مترابطة وهي:-

1- المثيرات (الاحداث الضاغطة):- وهي القوه التي تبدأ بها حالة الضغط، إي انها تـشتمل كـل المتطلبـات الموقفية المتمثلة بتهديد الفرد، وتكون هذه المثيرات إما مثيرات داخلية (صراع) أو خارجية (فقدان عزيز) .

2- التقييم:- وتعني ادراك الفرد للأحداث الضاغطة وتقيمه لها من حيث طبيعتها وديناميكيتهـا فـضلاً عـن ادراكه وتقييمه للأثار الضاغطة ومدى قدرة الفرد على التعامل معها أو احتوائها والسيطرة عليها [9،ص50].

3-الاستجابة: وهي ردود الأفعال النفسية والجسمية التي تصدر من الفرد تجاه الأحـداث المهـددة لـه [19، ص11].

رابعا – مصادر الضغوط النفسية:

1-الضغوط الاسرية: تعد الاسرة الخلية الاولى التي تتتمثلات بالصدمات الناتجة عن التغيرات،لذا فان أي اضطراب في العلاقات الاسرية قد تؤدي الى امراض نفسية وجسمية وذلك لان التركيبة الاسرية بعواملها التربوية وتفاعل أعضائها ومكانة ودور كل فرد فيها قد تشكل ضغطاً شديداً على كل فرد من افرادها ولاسيما حينما يمر الفرد بمرحلة المراهقة[25، ص81] .

2-الضغوط الدراسية: يعد المجال الدراسي من اهم المجالات المكونة للضغوط النفسية، اذ تلعب عوامل عديدة في نشأة الضغوط النفسية ومنها:-

1- تغيير المؤسسة الدراسية وما يصاحبها من تغيير على مستوى العلاقات الاجتماعية.
2- صعوبات تواجه الفرد خلال مستواه الدراسي لتحقيق اهدافه واستغلال طاقته الفكرية
3- ضغوط الاقران: ومن خلال علاقة الفرد بجماعته الرفاق التي تكون ذات اهمية بالغة، إذ يترك عوامل التقبل والرفض اثارا على الفرد.
4- المعلمون.
5- ضغوط المناهج التعليمية
6- ضغوط الاختبارات والنظام المدرسي.
7- ضغوط العقوبات.[20، ص16]

3-الضغوط الصحية: وتشمل الامراض العضوية أو التغيرات الفيزيولوجية التي يتعرض لها الفرد فتكون حاجزا يمنعه من تحقيق اهدافه التي يسعى الي تحقيقها بشكل دائم او قد تكون عائقا مؤقتا، وتتمثل الاثار الصحية ذات الجانب العضوي (تسارع دقات القلب، جفاف الفم، فقدان الشهية، آلام المعدة، ضيق التنفس، تناقص الوزن، الضغوط الصحية ذات الجانب النفسي كالقلق، توتر الاعصاب، مشاعر الكدر، اضطراب النوم). وهناك اثار صحية أخرى كالتغيرات الذهنية مثل (النسيان، ضعف التركيز، تناقص مستوى الانتباه). أما على الجانب السلوكي الشخصي، فالضغوط تكون عاملا مساعدا في تغير العادات الشخصية (كثرة التغيب عن الدوام، التعرض المتكرر للحوادث)، واذا ما كانت الضغوط مزمنة فإنها تؤدي الى تعاطي المخدرات، او الافراط في التدخين، او المشروبات الروحية وغيرها من الآثار[26ص48-49].

4- مصادر اخرى للضغوط النفسية: اضافة الى ما تم ذكره فقد اضافت الدراسات الحديثة عدة عوامل اخرى مسببة للضغوط النفسية نذكر منها ما يأتي:

1-عوامل مرتبطة بالبيئة المادية التي يعيش فيها الفرد كالحرارة والضوضاء والجوانب المناخية المختلفة وكذلك الطبيعة والعمرانية ونمط المعيشة.

2-عوامل مرتبطة بوضعيات نفسية واجتماعية خاصة كمعايشة نشاطات ارهابية او التعرض لاعتداء، أو المعاناة من البطالة والتقاعد.

3-الضغوط في ميادين معينة كالضغوط الرياضية أو الضغوط المرتبطة بالأبداع في المجالات كافة.[46،ص40].

خامسا: النظريات المفسرة للضغوط النفسية.

1-نظرية (والتر كانون 1928- 1935)[*]

تعد هذه النظرية من النظريات الاوائل التي اعتمدت على الجانب الفسيولوجي أو البيولوجي في تفسير ودراسة الضغوط النفسية على يد صاحبها العالم الفيزيولوجي (والتركانون. Walter canon 1932) أثناء دراسته للكيفية التي يستجيب بها الانسان والحيوان للتهديدات الخارجية [25، ص83]. فالأنسان وفقا لرأي (والتر) له القدرة في التفاعل مع المواقف والمثيرات المحيطة به والاستجابة لها، وذلك لوجود تغيرات بيولوجية تحدث داخل جسم الانسان مما تؤدي الى زيادة افرازات الغدة الكظرية وارتفاع نسبة الادرنالين في الجسم وهذه الزيادة تؤثر على عمل القلب والشرايين مما تسمح للجسم بالدفاع الذي يأتي عن طريق ميكانزمات فيزيولوجية تضم نظام الاستجابة وحفظ التوازن والقدرة على التحمل [27،ص33].

2-نظرية هانز سيلي (HANS . SELYE . 1936)[**]

أشار (سيلي) الى أن الضغوط النفسية هي استجابة الجسم غير المحددة بالأحداث التي يواجها الفرد، إذ أقر بتأثير الضغط النفسي على توازن الجسم [28ص60].

وفي عام 1946 حدد (سيلي) ثلاث مراحل للاستجابة للحدث الضاغط، اطلق عليها مراحل التكيف العام وهي:-

أولا: مرحلة الانذار (Alarm) وهي مرحلة سريعة تترجم استجابات الفرد لتهديد مدرك، ويقوم الجسم في هذه المرحلة بتنبيه جميع أعضائه بوجود خطر من أجل المواجهة وهذه المرحلة

بدورها تنقسم على مرحلتين وهما:-

1- مرحلة الصدمة (Shock) 2- مرحلة الصدمة المضادة (Anti-shock)

ثانيا: مرحلة المقاومة (Resistance)

في هذه المرحلة يبقى الفرد مهيأ لمواجهة اي ضغط مهما كان مصدره لنظراً لتحرك القوى الفيزيولوجية والتي تعد مرحلة مكملة لمرحلة مواجهة الصدمة [29، ص49].

النظرية السيكوسوماتية:-

أ- نموذج الطب السيكوسوماتي: سعى هذا الاتجاه الرابط بين الجانب النفسي والصحي والبحث عن ايجاد العلاقة بين الاختلالات الجسمية والجوانب النفسية ومن ابرز محطات هذا الاتجاه نذكر منها ما يأتي:

اولاً- نموذج سيجمون فرويد: أنطلق فرويد في نموذجه هذا من خلال دراسة ظاهرة سيكوسوماتية ألا وهي (الاقلاب أو التحويل Conversion) إذ استعمل هذا المفهوم لأول مرة من خلال اعمال (سيجمون فرويد) (Freud 1894-1895) وهو يعني ثقل الصراع ومحاولة حله عبر بعض انواع الشلل والالآم الموضعية [52، ص17].

ووفقاً لهذا فان (فرويد) يرى بأن الشخصية تتكون من ثلاثة انظمة وهي (الهو) وهي المنظومة التي تمثل الجانب البيولوجي في الشخصية وهي تعد مستودع المحفزات الغريزية والمحتويات المكبوتة لدى الفرد،

---

[*] والتر كانون (Walter canon . 1932) أستاذ في جامعة هارفارد يعد من العلماء الاوائل الذين استخدموا عبارة الضغط وعرفه برد الفعل أو الاستجابة في حالة الطوارئ أو رد الفعل العسكري بسبب ارتباطه بانفعال القتال أو المواجهة، إذ حدد نموذج لتفسير رد فعل الضغط وهو رد فعل المواجهة أو الهروب.

[**]هانز سيلي: وهو عالم كندي الاصل ولد عام (1907 – 1982) يعد من اوائل العلماء او الباحثين الذين تطرقوا لموضوع الضغط النفسي الذي اعتبره مجموعة استجابات لا نوعية للجسم على عوامل بيئية مختلفة ضاره ذات طبيعة فيزيائية وكيمائية.

وتعمل(الهو) وفقاً لمبداللذة، اما الأنا فتمثل الجانب السيكولوجي في الشخصية ويقوم بدور الوساطة والتوفيق بين (الهو) و |(الأنا الاعلى)، إذ يعمل على تحقيق التوازن بين مطالب الهو ومتطلبات الواقع الخارجي والذي تمثله منظومة (الأنا والانا الاعلى) وهو بدوره يعكس قيم ومعايير المجتمع [53،ص46–47].

ويرى فرويد بأن (الانا) حينما تكون قوية تعمل على منع تحقيق رغبات (الهو) التي لا تتماشى مع معايير وقيم المجتمع، اما حينما تكون (الانا) ضعيفة فلا تستطيع القيام بوظائفها وحتى تتمكن من اعادة التوازن الذي يعد من اهم وظائفها، واذا لم تتمكن (الأنا) من الموازنة بين الشهوات ورغبات (الهو) وبين متطلبات (الأنا والأنا الاعلى) المثالية ينتج الضغط النفسي وسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراع والتوترات والتهديدات فضلا عن تأكيد(فرويد) على دور العمليات اللاشعورية وميكانزمات الدفاع في تحديد كل من السلوك السوي واللاسوي، فعندما يتعرض الفرد لمواقف ضاغطة ومؤلمة فانه يسعى الى تفريغ انفعالاته السلبية الناتجة عنها عبر ميكانزمات الدفاع اللاشعورية، وعلى هذا الاساس فالقلق والخوف والانفعالات السلبية الاخرى التي تكون مصاحبة للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد يتم تفريقها بصورة لاشعورية عن طريق الكبت [19، ص132–133].

وفي مجال القلق اقترح فرويد عدة مقاربات للقلق الذي يعدّ عرضا اساسيا للضغوط فيميز بين:

1–القلق الموضوعي (Objective Anxiety)

وينتج عن ضغوط خارجية معروفة تهدد الفرد. ولقد أطلق فرويد على القلق الموضوعي عدة تسميات:

أ–القلق الواقعي (Real Anxiety)

ب–القلق الحقيقي (True Anxiety)

ج –القلق السوي (Normal Anxiety)

وهذه الأنواع من القلق في نظر فرويد هي أقرب الى الخوف الذي يراه استجابة لخطر خارجي معروف في حين عرف القلق على انه استجابة لخطر داخلي غير معروف.

2– القلق العصابي (Neurotic Anxiety)

وهو رد فعل لخطر غريزي داخلي، ويميز بين ثلاثة أنواع من القلق العصابي:

أ- القلق الحر (الهائم الطليق) وهو قلق يتعلق باية فكرة مناسبة أو أي شيء خارجي.

ب- قلق المخاوف المرضية، هو عبارة عن مخاوف تبدو غير معقولة ولا يستطيع المريض تفسير معناها.

ت- قلق الهيستريا، يرى فرويد ان هذا النوع من القلق يبدو واضحا في بعض الأحيان وغير وضح في أحيان أخرى، فتارة يكون اعراض احدهما نفسي والأخر بدني.[23،ص20–21].

2. 2 المبحث الثاني: المراهقة

تعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الانسان في حياته الطبيعية، بل يمكن عدّها مرحلة ولادة جديدة للفرد فضلاً عن كونها مرحلة انتقالية قلقة وحرجة ينتقل خلالها الفرد من مرحلة الطفولة الى مرحلة الرشد الذي يكتمل فيه نمو الفرد من مختلف الجوانب ليصبح فيه شخصاً كاملاً وناضجاً ومسؤولا عن تصرفاته ومستقل بذاته.

اختلف الباحث ونفي تحديد المراحل الزمنية للمراهقة وعلى الرغم من هذا الاختلاف الا انهم اتفقوا على انها تبدأ ما بين مرحلة البلوغ الجنسي واكتمال النضج الجسدي أي ما بين (12–21) عاماً ويقسمها بعض الباحثين الى مرحلة المراهقة المبكرة من (12– 16) عاماً والمراهقة المتأخرة من (17–21) عاماً، في حين قسمها أخرون الى مراهقة مبكرة (13– 16) عاماً ومراهقة متأخرة (17–21) عاماً [32، ص 10] أما

(زهران) فقد قسمها الى مراهقة مبكرة تمتد من(12–14) عام ومراهقة متوسطة تمتد من (15–17) عام ومراهقة متأخرة تمتد من (18–21) عام [19، ص287].

خصائص مراحل النمو في مرحلة المراهقة

1–**خصائص مرحلة النمو الجسمي:** تعد مرحلة النمو الجسمي مرحلة شاملة لجميع مكونات جسم المراهق، الداخلية، والخارجية في خطها النهائي بسرعة منتظمة، ليتم التناسق والتكامل ما بين سائر اجهزة الجسم ويقصد بالنمو الداخلي للجسم هو نمو الاجهزة الداخلية ويسمى بالنمو الفسيولوجي اما النمو الخارجي فيسمى بالنمو العضوي، ولكل منهما مظاهر تدل عليه، والعلاقة بينهما علاقة اتصال وتأثير مستمر، فالنمو الجسمي يعد احد مظاهر النمو الفسيولوجي [30، ص126].

2–**خصائص مرحلة النمو العقلي:** تتسم مرحلة المراهقة بالتطور الفكري والعقلي إذ يرى الباحث (ترمان، 1916)* أن التغيرات في النمو الجسمي والفيزيولوجي في مرحلة المراهقة تقترن بتغيرات النمو العقلي، فالقدرات العقلية لا تستمر طوال الحياة لكنها تصل الى ذروتها في السادس عشر تقريباً ثم تأخذ بالانخفاض التدريجي [31،ص523] ويزداد في هذه المرحلة الانتباه والذي يقصد به القدرة على اختيار المثير وتتبعه[32، ص11].

3––خصائص مرحلة النمو الانفعالي: تتميز مرحلة المراهقة بوجود مجموعة من الانفعالات والتي تظهر بشكل واضح في تصرفات المراهق كظهور بعض العواطف الانفعالية والشخصية نحو الذات إذ يفتخر المراهق بنفسه في بعض الاحيان ويعتز بها كما يبدي إعجابا بكل المظاهر الجميلة في الطبيعة والتمسك بها مباشرة، ويعد الحب من أهم هذه المظاهر [33، ص162–164] إذ يلاحظ على المراهق انجذابه وميوله للجنس الاخر، فالحب المتبادل يزيد الالفة ويقضي على الروح العدوانية ويجعل الاتجاهات النفسية أكثر إيجابية [19، ص221]. كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالحدة والتذبذب والتناقض ونقص القدرة على التحكم في التعبير عن انفعالاته وتشبه هذه الانفعالات الى حد كبير انفعالات الطفل، إلا أن الاختلاف بينهما يكون في نوع المثيرات، إذ يثور المراهق لانتقاده أو حرمانه من بعض الامتيازات أو التدخل في اموره الشخصية [30، ص 164– 165]، والمراهق في هذه المرحلة ايضاً ينتابه القلق والاضطراب والتوتر الشديد ولقد أختلف الباحثون في سبب هذه الاضطرابات الانفعالية التي تسيطر على حياة المراهق، إذ ارجعها بعضهم الى افرازات الغدد في حين ارجعها البعض الاخر الى العوامل البيئية التي تحيط بالمراهق، بينما يرى آخرون ان السبب يعود الى تفاعل العوامل الداخلية " افرازات الغدد " مع العوامل الخارجية " البيئة المحيطة "[45، ص225].

1- خصائص مرحلة النمو الاجتماعي: يصبح المراهق في هذا المرحلة ميالاً للاندماج داخل المجتمع، إذ تتسع دائرة التنشئة الاجتماعية وخاصة مع انتقاله من المرحلة الابتدائية الى المرحلة الثانوية [33،ص 162 – 164].

إذ يتخلى المراهق في هذه المرحلة عن التركيز الذاتي ويميل نحو اللّا تمركز بأتباع علاقاته الاجتماعية أي أنه لم يعد يكتفي بتلك العلاقات الابوية والتي كانت تربطه بالأسرة أو بعلاقات الصداقة

*لويس ماديسون تيرمان (1877– 1956) استاذ علم النفس المعرفي في جامعة ستانفورد (1919 – 1956) له دراسات في قياس النسبة بين العمر العقلي والزمني كرقم قياس للذكاء، وكذلك دراسات حول الاطفال الموهوبين للمزيد ينظر الموقع الالكتروني التالي:\\https: \www. Intelltheory.com .\teman. Shtml

والزمالة التي كانت تشده للمدرسة وانما يدخل في علاقات حميمية مع الغير ويندمج في المجتمع ويحضر بجسده في هذا العالم بتجاربه الذاتية والموضوعية [19،ص251–252]. وفي هذه المرحلة تزداد لدى المراهق الثقة في النفس، والشعور بالأهمية، وتوسيع العلاقات الاجتماعية والنشاط الاجتماعي [45،ص133].

وتتميز هذه المرحلة ايضاً بكونها تملأ حياة المراهق الاجتماعية بالغموض والصراعات والتناقضات فالغموض يعود الى انتقال المراهق من بيئة الاطفال الى بيئة مجهولة الا وهي بيئة الراشدين ونتيجة لهذا الانتقال يعيش المراهق في مجتمع لا يعرف قيمته وعاداته ولا حتى اهتماماته، أما مصدر الصراعات فيمكن ارجاعه الى ما يعانيه المراهق من صراع بين أراء أصدقائه من جهة وبين اراء اسرته من جهة اخرى، فضلاً عن صراع القيم الذي يعيشه المراهق في هذه المرحلة فهو يعيش صراعاً بين قيم وأفكار يتعلمها من اسرته واصدقائه وبين قيم وافكار وافدة، وصراعاً بين الرغبة في الاستقلال عن الوالدين والحاجة الى مساعدتهم اضافه لما سبق فالمراهق يعيش صراعاً آخر ألا وهو الصراع بين الرغبة في اشباع الدافع الجنسي والقيم الاجتماعية والدينية التي تحدد طريقة هذا الاشباع.

2. 3 المبحث الثالث : الأبعاد النفسية للتعبير الفني.

التعبير الفني غريزة موجودة لدى البشر بشكل فطري وغير ارادي مصدره الذات الانسانية ، لذا كانت رسومات الكهوف عبارة عن استنطاق لهذه الذات وليس نقلاً عن الطبيعة، فيها من القدرة والبلاغة والصدق في التعبير. [38، ص13] والتعبير بالفن هو طريق الانسانية الرحب الذي يستقبل كل متطلبات الحياة بما تحمله من دلالات الألم والمعاناة ليترجمها الى نتاجات جمالية ذات تعبير فني رائع، فالفن تعبير، والتعبير فن. [38، ص192] . ويمثل الفن من وجهة نظر (فرويد) نوعاً من انواع الحفاظ على الحياة، وهو وسيلة لإشباع الغرائز المكبوتة التي تتطلب الاشباع، يلجأ اليها الفنان لتحقيق رغباته في الخيال والاستمتاع بموضوعاته وخبراته دون الشعور بالخوف أو الذنب أو التهديد [39،ص134]. أما (يونغ) فيرى أن الفن هو عملية اسقاط مخزونات اللاشعور وليس وظيفة للتسامي. [40 ،ص20]. ويرى(ريد)** ان للفن وظيفة تربوية حينما يقول" أن الفن يجب أن يكون أساس التربية [41، ص9].

الرسم هو ا لمجال الاوسع من الوسائل الأخرى للتعبير عن مكنونات النفس، والصراعات الخفية في حياة الانسان، لذا معظم الناس باستطاعتهم مزاولته واللجوء اليه وذلك لصعوبة التعبير باللغة الكلامية حتى وأن كانوا واعين بمشاكلهم النفسية، ولتفادي الاحراج بإخضاع الكلمة للتحريف أو التمويه، فالتعبير بالرسم لا يخضع لمثل هذه القيود.[42، ص454] وفي ما يلي ايجاز للدلالات النفسية للعناصر الفنية والعلاقات:

1–الخطوط:– يعد الخط اول واهم العناصر الفنية، وذلك نظراً لتعددية استعماله ومرونته الفائقة، إذ يبني علية الفنان نتاجه الفني وابداعه التصميمي كما يستخدمه الفنان في تحديد اتجاه الحركة وامتداد الفراغ، كما يتمتع بالدقة والتعقيد في تحديد مساحة معينة، فضلاً عنه عنصر تركيبي يؤسس للأشكال في اللوحة ويحيط بها، ولولا الخطوط لما تشكلت أي اعمال فنية كالتي كان لها الدور البارز في الاحساس الجمالي ومخاطبة المشاعر الانسانية، لذا كان الخط هو سيد الموقف في كثير من المواقف الجمالية للاعمال الفنية[38، ص 198].

**هيربرت ريد (1893–1968) ناقد فني شهير، واستاذ فلسفة علم الجمال في جامعة ادنبرا، عمل على ابراز شخصية الفنان كنموذج حضاري ووصفه بالاستثنائي، لتحليه بصفة فريدة من نوعها وهو الابداع الذي من خلاله تجاوز القدرة البشرية. للمزيد ينظر كتاب الفن والمجتمع.

وبالخط عبر الفنانون دوماً عن انفعالاتهم ورؤاهم، عن كراهيتهم للحروب والوحشية عموماً، وعن حبهم للطبيعة والجمال خصوصاً . [39، ص 263]

وللخطوط سماتها ودلالاتها المتنوعة ايضاً، فغالباً ما تتسم الخطوط الافقية بصفة الهدوء والاستقرار كما دلت ايضاً على الراحة والاسترخاء وفقاً لموضوعة العمل المراد التعبير عنه، أما الخطوط الرأسية أو العمودية المتجهة نحو الاعلى فتمدنا بدلالات الثبات والاتزان والقوة، اما أذا اتجهت نحو الاسفل فستدلنا على الحزن والانكسار والمزاج السيء، أما الخطوط المائلة فتشير دلالاتها للتوتر والارباك وعدم الاتزان، فيما تحمل الخطوط المنحنية دلالات الضعف والانطواء[38،ص 199]

وللخطوط دلالات تختلف وفقاً لمتغير الجنس فرسوم الذكور تتسم بالقوة، والصرامة، وحدة الزوايا، وعدم الاتصال، إذ يبدو الخط الواحد مؤلفاً من عدة خطوط متقاطعة مما يضفي على رسومهم طابعاً تعبيرياً ويعكس القوة العضلية للذكور من خلال الضغط على اقلام الرسم. أما الاناث فتبدو خطوطهن صريحة ومتصلة ورقيقة، وتبدو في أغلب الاحيان كأنها نظمت على مهل [54 ص120].

2-**الألوان:**- تعرف الألوان على انها صفة الاشياء وملازمة لها وتمنحها تمايزاً عن غيرها، وتتغير وفقاً لتتمثلاتها بالضوء والجو، وللألوان ثلاثة خصائص مميزة هي (الصبغة) وهي تلك الخاصية التي تميز أحد الالوان عن الاخرى، والخاصية الثانية هي(القيمة) أو النصوع وتعني درجة الإضاءة والقيمة في أي لون، أما الخاصية الثالثة المميزة فهي (التشبع) أو الكثافة، فكلما كان اللون اقوى واكثر اشعاعاً، كلما دل على شدته أو كثافته أو تشبعه. [39، ص269] .

واللون هو اهم المكونات الأساسية لفن التصوير ان لم يكن أهمها على الاطلاق، اذ يقول الرسام (ديلوني) " بأن اللون فقط هو الشكل والموضوع) وقد ذهب (بول كلي) الى ابعد من ذلك اذ اعتبر الفنان واللون شيئاً واحداً وقول" انني مصور، انا واللون شيء واحد" [55، ص132].

ويرتبط اللون مع عناصر التصميم الفني الاخرى ارتباطاً وظيفياً جمالياً إذ يرى (سانتيانا) أن ادراكنا للأشكال لا يظهر الا بعد تأثير اللون، وهذا التأثير يكون حسياً، وسرعان ما يصبح عاملاً من عوامل الجمال على نحو لا يتأتى لغيره من الحواس [56، ص99].

كما ترتبط الالوان بمعانٍ في عقول البشر نتيجة لخبرات سابقة من موروثهم من الجنس البشري، واخرى خبرات مكتسبة من الحياة، وبما ان الالوان بصفتها خبرة مرئية، لذا تكون حاضرة في العقل البشري لمدد تزيد عن اي خبرة مكتسبة عن طريق الحواس، وللألوان دلالات معينة ترتبط بالظروف والاحداث التي يمر بها الفرد.

كما لمقدار الألوان وعددها المستخدم في الرسم دلالات ايضاً، فقد وجد أن الافراد الذين يستخدمون لوناً واحداً في الرسم يدل عن عجز الفرد في تكوين علاقات وثيقة مع الاخرين، وإذا ما زاد عدد الألوان عن المألوف دل عن عجز الفرد عن ضبط حوافزه الانفعالية. [57، ص175].

ان لاختيار الألوان واستخدامها دلالات نفسية واضحة، اذ وجد ان الذين يجدون صعوبة وبطأ في اختيار الألوان هم مضطربو الشخصية، وان الأشخاص الذين يتسمون بالقلق والتردد تكون خطوط الألوان التي يرسمونها ضعيفة وباهتة، وهم يفضلون الأسود والبني والازرق، وينفرون من الأحمر والبرتقالي والاصفر. وكما وجد ان التظليل الكثير في الأرضية أو المقدمة دلالة على وجود قدر كبير من القلق، وتزداد دلالة القلق بازدياد مساحة التظليل أو نتيجة لشدة اللون المستخدم. [57، ص139]

وقد توصل كل من (صالح، ورياض) الى مدلولات بعض الألوان هي كالاتي ووفقاً لرأيهم:-

اللون الاسود :- يرتبط بالموت، والخوف، والحزن، فقد البصر، والوقار أحياناً، كما يعبر عن الكآبة، والفناء، والالغاء، وتراكم المشاعر كما يعبر ايضاً عن شعور الفرد بعدم الملائمة أو أنه محاصر أو أنه يعبر عن الاستخفاف بالنفس، ويرمز الى الشيء المجهول، أما أذا استعمل اللون الاسود في التظليل فأنه يمكن ان يكون أسقاطاً للمخاوف والافكار السوداء.

اللون الابيض:- يرتبط بالطهارة والنقاء والنظافة كما يرتبط لدى سكان البلاد الشمالية بالجليد والبرودة ويشير اللون الابيض الى السلبية والفراغ وتجريد الشخصية، كما يعبر ايضاً عن فقدان الاتصال بالواقع والرغبة في اخراج المشاعر أو طردها.

اللون الرمادي:- لا يعبر عن حالة استغراق او انهماك، وانما يعبر عن الكبت والانكار وعن تعادل انفعالي.

اللون الاحمر:- يرتبط بالحريق، واللهب، والحرارة، والدفيء، او الخطر، او الدماء، او القتل وهو لذلك يثير الاعصاب ولا يرتاح الية الكثير في منازلهم ويعتبر اللون الاحمر هو نافذه للحياة وله اهمية خاصة عند الانسان نظراً لارتباطه بالدفء، ولذلك فان له دوراً في التفكير الجنسي. وهو استجابة انفعالية قوية.

اللون البرتقالي:- اولى واهم تعبيراته الانفعالية هو التعبير عن العاطفة والانبساط، كما له استجابة انفعالية تجاه العالم الخارجي، أو لموقف معين يثير الحيرة والصراع المستمرين بين الحياة والموت، كما يتضمن دلالة وجدانية هي التناقض في حب الشخص لشيء معين وكرهه في الوقت نفسه.

اللون الاخضر:- ويرتبط بالحقول والحدائق والاشجار، وإذ ترتبط الحدائق بهدوء الاعصاب لذلك يستغل هذا اللون في طلاء المستشفيات والمصحات عادة. وكذلك يرتبط اللون الاخضر بمعاني النعيم والجنة، كما يعبر عن النمو والتجدد بالحياة ويعبر عن الشخصية المتزنة ويعبر عن السلام .

اللون الاصفر:- اللون الاصفر يعبر عن الفرح والسرور، واهتمامات عقلية وفكرية وميول صريحة بوهم العظمة، كما يدل على القلق النفسي، ويمكن الاستدلال على ذلك في رسومات (فان كوخ) ويرتبط اللون الاصفر بالشمس والضوء لذلك استخدمه المصريون رمزا للآلهة الشمس (رع) ونظراً لاعتقادهم أن الشمس هي حافظة الحياة والصحة على الارض لذلك استخدموه للوقاية من الامراض.

اللون الازرق:- يرتبط بالسماء والماء والطبيعة، فهو لون مناسب للهدوء وبرودة الليل خاصة حينما يجتمع مع الاخضر فهو يمثل اقصى درجات البرودة، كما يعبر ايضاً عن الانفعالات الساكنة، والمستقرة، والهادئة، والمسيطر عليها بشكل جيد، اما الشاحب منه فقد يشير الى الانسحاب والتلاشي وبعد المسافة.

اللون البنفسجي (الارجواني):- تعتبر الشخصية المرسومة باللون البنفسجي عن توحدها مع الشكل المرسوم كما تعبر تلك الشخصية عن الجرأة ، وهي بحاجة الى السيطرة والامتلاك.

اللون البني:- يعبر عن الشعور بالأمن، والتثبيت والتركيز، والرغبة الجنسية، وكما يعبر اللون البني الاسمر عن التصلب، او التشدد، كما يشير ايضاً الى الشعور بالذنب، أو التصاق والتماسك مع الطبيعة والكفاح [58، ص 213 -215]، [59، ص323].

واللون غالباً ما يرتبط بالإحساس بالسرور، او نقيضه فمثلا الاولوان الأساسية النقية، والغير متداخلة يكون تأثيرها الانفعالي اكثر من الالوان الوسطية المتداخلة، ويختلف الناس بتفضيلهم للألوان، فمنهم من يفضل الالوان البراقة، واخرين يفضلون الالوان الداكنة، ويعزو علماء النفس ذلك الى ان ادراك اللون يشكل جانباً من سلوك الانسان، وان سلوك الانسان يتحدد بثلاث ابعاد هي: العالم الخارجي (البيئة والمجتمع) والعالم الفسيولوجي الداخلي، والعالم السيكولوجي الداخلي والاستجابات الانفعالية للإنسان تجاه الالوان أما تكون رمزية تتعلق بالقيم والتقاليد، وأما تكون عفوية [58، ص210].

كما استخدمت الالوان كرموز واشارات منذ القدم وكانت رمزاً للشمس، والسماء، والماء، والليل، والنهار، كما استخدمت أيضا المدراس الفنية الحديثة رمزاً، فمثلاً المدرسة الرومانتيكية اتخذت اللون رمزاً للواقع المتخيل، وتعد المدرسة الانطباعية من اكثر المدارس الحديثة التي تعاملت مع اللون، إذ رسم فنانوها ضوء الطبيعة وانعكاسه على الاشياء المرئية وتعاملوا مع اللون تعاملاً علمياً استناداً الى ما توصلت اليه النظريات العلمية والفيزيائيون امثال (شيفرول) وأخرون [60 ص71].

1- وهناك تقسيم شائع للالوان، اذ تقسم الالوان الى الوان ساخنة (أو دافئة) وهي الالوان القريبة من نهاية اللون الاحمر في الالوان الطيف الشمسي، والى الوان الباردة تجاور اللون الازرق، ومن هذا التقسيم أستفاد الفنانون باستخدامه اسلوباً من اساليب الايحاء بالعمق الفراغي، إذ رسموا الاشكال في مقدمة اللوحة بالوان دافئة، معتمدين حقيقة أن الميل البصري الخاص بالألوان الدافئة هي التي يجعلها تخطف عين المشاهد لتكون في المقدمة قبل الالوان الباردة التي تعطي تأثيراً بالبعد والتي تسمى الألوان الخلفية[39، ص 270] وللون دور حساس في اثارة العواطف، وهو يتماهى بصورة عامة مع انفعالات الأنسان، ويقول (جريفيس) عن عبد الحميد، الألوان الساخنة، الأصفر والبرتقالي والاحمر هي الوان إيجابية، عدوانية، مثيرة تبعث على عدم الاستقرار بالمقارنة مع الألوان الباردة كالأزرق والأخضر والبنفسجي فهي الوان سالبة منعزلة متحفظة مسّنة هادئة.[55، ص143]

3-الشكل والمضمون: يعني الشكل في الفنون البصرية مجموعة من الخطوط والالوان ذات التوليفات والمتضافرات المحبوكة من قبل الفنان والتي من شأنها ان تنقل للمتلقي انفعالات الفنان لتثير في نفسه انفعالاً جمالياً [61، ص16]، فالشكل هو وسيلة للتعبير عن جمالية الملمس والاحساس بدفئه، ويوصف الشكل بـ " المحصلة الاخيرة لقوة التعبير الكامنة في تمثلات العناصر المكونة له من خط ولون واتجاه .....الخ " وقد تعددت الاشكال وتنوعت مضامينها، فهنالك من الاشكال ما هو واقعي، أو تجريدي، أو رمزي، وتعبيري، ولكل مضامينه واتجاهاته ووظائفه [38،ص199].

يختلف المضمون تبعاً لاختلاف الشكل، والمضمون هو العمل الفني، والشكل هو مظهره الخارجي، ويستحيل أن تفصل بين الشكل والمضمون، فهنالك ارتباطاً وثيقاً بينهما. وهذا لا يمنع في بعض الاحيان ان يكون هنالك تعارضاً في الاشكال والمضامين، فشكل الانسان ومضمونه الروحي يختلف من حضارة لأخرى ومن شعب لأخر ومن عصر لأخر وهذا ما أشارت اليه الكثير من الفنون والآداب. [59، ص76].

وقد حدد (جيروم ستولنتشيز) ثلاثة وظائف للشكل وهي:-

1- ابراز القيم الجمالية.
2- توجيه انتباه المتلقي.
3- ترتيب عناصر العمل الفني وبنائه. [38، ص200]

ولموضع الشكل في حيز الورقة المتاح للرسم دلالات عدة، إذ يشير قاسم حسين صالح[58،ص204] الى ان الوضع المركزي لشكل الشخص في ورقة الرسم أو اللوحة يوحي عادة الى الشعور بالأمن، وخاصة أذا كان هناك اكثر من شكل لأشخاص يظهرون في الصورة، وحين يكون وضع الشكل في اعلى ورقة الرسم يعطي انطباعاً عن مستوى عالٍ من الطموح وحياة خالية نشطة، ويعبر عن تفاؤل وحسن ظن بالدنيا والأيام، أما وضع الشكل قرب ادنى الورقة او اسفلها فانه يكشف عن الشعور بانعدام الامن وبمستويات متدنية لتقدير

الذات، كما ان استعمال الحافة السفلى للورقة أو اللوحة كقاعدة للرسم تشير الى الحاجة الى الاسناد المرتبطة بمشاعر انعدام الامن أو النقص في الثقة.[58، ص204].

2- الظلال:- تدل الظلال في الرسم عن القلق، وغالباً ما يشير الجزء المظلل من الصورة الى جانب من حياة الشخص وحين تسود الظلال الصورة بأكملها فأن القلق ربما يكون طافياً بحرية أكثر [58،ص209].

3- الحجم:- عند الرسم على ورقة، او لوحة لابد من النظر الى حجم الشكل المرسوم في ضوء حجم تلك الورقة، أو اللوحة المرسومة، وتعبر الرسوم المرسومة بالحج ومال كبيرة غير عادية أما عن نزاعات عدوانية، أو الحاجة الى التفخيم والمبالغة المتسمة بالحماقة. مستعملين ذلك كأداة اولية دفاعية تعويضية ورسم الاشخاص في حجوم كبيرة يدل على الشعور بالنقص وترافق هذا النوع من الرسوم عادة علاقات واشارات اخرى تعبر عن الصراع، أو انعدام الامن. أما الرسوم الصغيرة الحجم فأنها تكشف وبشكل مباشر عن مشاعر النقص أو انعدام الامن والفعالية، فهي عادة تكشف عن التردد في التعبير عن مشاعر الافراد الذين يرسمون بهذه الطريقة كما يميل هؤلاء الافراد الى الانقباض والكف عن التفاعل مع الاخرين، وقد تعبر ايضاً عن الكأبة، أو عن سلوك واقع تحت ضغط نفسي. [58،ص204].

4- **الملمس:**- يشير الملمس، أو تأثير السطح الى خصائص معينة لسطح الشكل، إذ توصف بالنعومة، أو الخشونة، أو الجفاف، أو الرطوبة، والملمس الناعم يتجنب الظلال، في حين يساعد الملمس الخشن على ظهور الظلال، وينبغي ان يتفق الملمس مع الشكل أو التكوين الاساسي للشيء الذي وضع له، وكان الغرض من وجود الملمس في العمل الفني هو أن يعطي الاحساس المادي الحقيقي للخامة المستعملة في العمل، ويختلف تأثير الملمس في اللوحة باختلاف الأساليب الفنية وطريقة رسم الفنان نفسه، فالملمس الخشن يدل على التوتر العصبي والاحساس بالحركة والعنف، كما هي الصفة السائدة في اعمال الفنان (فان كوخ)، الملمس الناعم يعمل على تجميل الاشكال في الرسم. [62ص 243]

5- **الحيز أو الفراغ:**- يعد الحيز أو الفراغ عنصراً مهماً فهو الوسيلة الرئيسية في الفنون العملية لتكوين نوع من الواقع الفني، أو المنطق، كما يعمل الفراغ على إيجاد الواقع المنعكس من عالم الحقيقة، فهو المعنى لتوحيد الصورة وتكوين ترابطها [62، ص 248] ويتشكل الحيز أو المكان في الفن كما هو في الطبيعة في ضوء الموضع الذي تشغله السطوح المستوية، وتتباين السطوح في حجمها، وتتتمثلات بفعل اللون والظل من حيث تقدمها، او تراجعها، أو بقائها ساكنة في سياقها الخاص.

ويعد المنظور بأنواعه احد العوامل التي لها تأثير قوي في ايجاد الفراغ من خلال اختلاف القيم اللونية للسطوح، فالسطح ينبغي ان يكون مختلفاً عما غيره، وهذا الاختلاف يتحدد من خلال القوة النسبية التي تحضر، ومن خلال السطوح، والاشياء، ومن خلال العلاقات المكانية المختلفة بينها [39، ص267].

6- **التحريف والاهمال:**- وتعني هذه الخاصية ظهور الاشكال في الرسم بصورة مشوهة، أي عدم تناسب الأجزاء المكونة للشكل المعبر عنه في الرسم، وذلك بتكبير الشكل او اطالته او حذف جزء منه، ودلالة ذلك ان الشكل المحرف او المشوه في الرسم له أهمية في الموقف العبر عنه [54، ص72]، وغالباً ما يرتبط التحريف في الرسم بعالم الشخص الحقيقي فحين يكون الرسم محرفاً بشكل واضح تكون معرفة ذلك الشخص بعالمه المشوه على الغالب [58، ص208] .

7- **التفاصيل:-** تمثل التفاصيل في الرسم ادراك الشخص بعناصر حياته اليومية، كما تعد مقياساً للاتصال مع بيئته، والتفاصيل الكثيرة في الرسم تعني اهتمام هذا الشخص ببيئته ككل ويكون مدركاً إدراكاً جيداً للعلاقات النسبية والمكانية في الرسم [54، ص209].

أما التفاصيل القليلة فتعبر عن حالات حادة من الامراض الجسدية – النفسية (السيكوسوماتيك) أو عن نزاعات اكتئابيه وميول انسحابيه. [58، ص207]

ويشير (لويس كامل مليكه) الى مجموعة من الدلالات الخاصة للتفاصيل تظهر في رسوم الطلبة يمكن أن تكون مؤشرات تفسيرية للأشكال الانسانية تكشف عن الكيفية التي يدرك بها الانسان فنه وخاصة تلك الرسوم التي يرغب أن يقدم بها نفسه للأخرين، ومن هذه المؤشرات الجوهرية التي يمكن الاستهداء بها في تفسير أو تحليل الرسوم للأشكال الانسانية:-

أ- الرأس: الرأس وملامح الوجه تعبير وبصفة عامة عن الاحتياجات الاجتماعية، إذ يمثل الراس موقع الطموح الذهني والدافع الى السيطرة العقلية للحوافز ويرى الكثيرون أن الراس مركز (الذات). والمبالغة في نسبة حجم الرأس قد يكون ذلك تعبيراً عن احباط نسبي وتأخر عقلي، أو قد يكون العجز الدراسي للشخص، أو يوحي بنزعات تكلف العظمة، أو المبالغة الحمقاء.

أما الرأس الصغير بشكل غير عادي فأنه يكشف عن عدم الملائمة والنقص الفكري والاجتماعي

ويلعب الشعر دوراً رمزياً هاماً والتوكيد على الشعر يعبر عن الحاجات الحسية ومحاولات رجولية للانشغال أو الاستغراق الكامل في الجنس.

أما العيون فهي مستقبلات للمنبهات البصرية وهي اكثر التفاصيل الوجهية دلالة، فرسم العيون بصورة واسعة له دلالة على الحاجة الى النظر بنشاط وفعالية الى العلاقات الشخصية. وقد تفيض العيون بالرغبة الجنسية، وقد تكون مركز التشكك أو الحيرة، أو الخوف، أو الشعور بالذنب، أما حين يكون رسم العين بحجم صغير فهو دلالة على تردد ملحوظ في تقبل المنبهات والمثيرات للعين، أو هي نزعة تعوضية، واستغراق في التفكير، وانهماك في الشؤون الذاتية، أو دلالة على المدى المحدود للأبصار، والرغبة في رؤية أقل ما يمكن، أما حينما يكون الرسم بلا عينين فأن هذا يشير الى هلوسة بصرية، أو قد يكون دلالة على الرغبة الشديدة في تجنب النظر الى العالم. وقد يكون للأنف عادة دلالات رمزية جنسية أو قد يشير الى صعوبات متعلقة بالصراع الجنسي.

أما الفم فهو اول المستقبلات للمثيرات والاحاسيس السارة، كما أنه منطقة الصراع والتأكيد على رسم الفن يشير الى صعوبات في التغذية أو اضطراب في الكلام، أما رسم الانسان بدون فم فأن هذا يعكس شعوراً بالذنب مرتبطاً بصراعات فموية. أما الاذنان ورغم انهما اقل ظهوراً وأقل جمالاً الا أنها تلعب دوراً تعبيرياً هاماً في الرسم، فتصورها بشكل غير عادي يدل على الرغبة في تجنب النقد، وحذفهما يدل على احتمال وجود هلوسات سمعية.

ب- العنق: وهو العضو الذي يصل الراس بالجسم وتمثل التناسق بين الجوانب العقلية والجانب الانفعالي وعادة ما تكون منطقة الرقبة أو العنق منطقة التعبير عن الصراع. ورسم العنق بصورة مضطربة يدل على الشعور بالاختناق أو صعوبة في التنفس. والعنق الطويل يشير الى الخصائص الفصامية وقد تدل على فرد متصلب ومتشدد اجتماعياً أما أذا كانت مرسومة بصورة قصيرة فتعبر عن نزاعات من التهجم والعناد .

ت- الجذع: فهو مركز الحاجات والحوافز الاساسية فهو أذا رسم في حجم كبير غير متناسق دل على وجـود عدد كبير من الحوافز الغير مشبعة.

أما أذا صغر حجم الجذع في غير متناسب دل ذلك على أنكار الحوافز، أو الشعور بالنقص أو كليهمـا ويدل الضيق في الخصر على الكف والتقييد، وذلك لان الخصر هو الخط الفاصل بين منطقة القوة الجـسمية في الذكر والمنطقة الجنسية من الجسم.

ث- الاذرع: تمثل مشاعر الشخص نحو قوته الشخصية، واتصاله بالعالم المحيط بـه، فـاذا رسـمت الاذرع طويلة دلت على القوة، كما تشير الى الطموح، واذا كانت طويلة ضعيفة فأنها تدل على الحاجة للتأييد من البيئة . أما عدم وجود الاذرع فأن ذلك يدل على شعور بالذنب، أو كأبة حادة، أو انسحاب من البيئة.

ويشيع استخدام الايدي والسيقان والاقدام في التعبير عن الصراع باعتبارها أطرافا ونقاطـا للاتـصال تحمل ثقل الشعور بالذنب و والشعور بعدم الامان والخوف. [57،ص 54– 60].

3. الفصل الثالث:-

يتضمن هذا الفصل، وصفا لمجتمع البحث وعيناته وأدواته ووسائله الاحصائية التي استخدمت، وكما يأتي:

1- **منهجية البحث:** اعتمد الباحث المنهج الوصفي (دراسة علية مقارنة)* [43،ص227]، اذ تعد البحوث الوصفية بعض الأحيان الطريقة الوحيدة التي يمكن استخدامها لدراسة المواقف الاجتماعية ومظاهر السلوك الإنساني.

2-**مجتمع البحث وعينته:** تمثل مجتمع البحث بطالبات الصف الاول للدراسات الصباحية، ممن يدرسن في معاهد الفنون الجميلة للعام الدراسي (2018-2019م) في محافظة بغداد والبالغة(109) طالبة في معهد الفنون الجميلة للبنات/المنصور التابع الى المديرية العامة لتربية الكرخ الأولى، وقد اختار الباحث نسبة(23%) من المجتمع الاصلي والبالغ عددهن (25) طالبة اختيرت بالطريقة العشوائية.

3-أداة البحث:- بعد اطلاع الباحث على المصادر المهمة والاستنارة بآراء الخبراء والمختصين وأساتذة جامعة بابل وكربلاء وبغداد، عد الباحث اداة البحث في شكل استمارة تحليل الرسوم من عدة محاور رئيسة وفرعية وعرضهما على الخبراء، لتصفية الفقرات، ومن ثم اقام الباحث الصدق والثبات لهذه الاداة بعد جمع استمارات التحليل الخاصة بالاداة من السادة المحكمين تم تفريغها في استمارة واحدة واستخرجت نسبة اتفاق يمكن الركون اليها في حساب صدق الأداة في مثل هذه الحالات. وأظهرت نسبة الاتفاق بين الخبراء على فقرات الأداة بنسبة(88.8) وهي نسبة مقبولة منهجياً. ولغرض التأكد من ثبات الأداة قام الباحث بتطبيقها في تحليل العينة الاستطلاعية بالاشتراك مع(محللين خارجيين)** [44، ص91-94] وكانت نسبة الاتفاق كما يأتي:-

1-نسبة اتفاق المحلل الأول مع الباحث(83%).

---

*1-البحوث السببية المقارنة هي ذلك النوع من البحوث الذي يحاول فيه الباحث تحديد أسباب الفروق في حالة، او سلوك مجموعة من الافراد، وأحد تنويعات هذا المنهج، البدء بالسبب ومحاولة الوصول منه الى النتيجة.

2-يعد هذا المنهج بديلا عن المنهج التجريبي، فمثلا لو أراد الباحث دراسة تمثلات العقاب البدني على سلوك الفرد ، فلـيس مـن الاخلاق او المنطق ان نأتي بمجموعتين نستعمل مع احداها العقاب البدني لنرى تأثيره على السلوك، وهناك امثلة كثيرة أخرى لا يمكن ان نستخدم فيها عوامل تجريبية (عوامل مؤثرة)، لذلك أنشأت مثل هذه الدراسات لسد النقص في الدراسات التجريبية.

**1-د. احسان طالب جعفر، مدرس تربية فنية في تربية كربلاء المقدسة.

2-حسين صاحب ، طالب ماجستير في كلية الفنون الجميلة/بابل.

2-نسبة اتفاق المحلل الثاني مع الباحث(85%) وهكذا تكون نسبة الاتفاق بين المحلل الأول والثاني بمقدار(83%) وهذا يكون ثباتاً للأداة ولذلك اعتمد الباحث الادة بالصيغة النهائية بعد إتمام اجراء الصدق والثبات عليها.

4-الوسائل الإحصائية:-

معادلة (Cooper) : لحساب الصدق

حيث ان :

$$Pa = \frac{Ag}{Ag+Dg} \times 100$$

Pa= نسبة الاتفاق .

Ag= عدد المتفقيــن .

Dg = غير المتفقيــن .

4. الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها:- يتضمن هذا الفصل عرضا لنتائج البحث ومناقشتها في ضــوء هــدف البحــث، فضلا عن الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

نتائج البحث:- يتضح من تحليل رسوم المراهقات الاستدلال على ان المراهقات بصورة عامة يعانين من ضغوط نفسية ويحاولن لفت الأنظار اليهن، كونهن يحببن ان يكونن في مكانة مرموقة بين المجتمع، وقد انعكس الشعور بالضغوط النفسية في رسوماتهن وبشكل واضح، فمن خلال استخدامهن للخطوط المتنوعة (المنحنية، المتموجة) إذ تعني تلك الخطوط على اتسام الشخصية بالاضطراب والارتباك، وقد ظهرت الألوان في رسومهن باردة فاتحة وذلك لما يرتبط بشعورهن بعدم السرور والفرح، وقد تجاوزت تلك الألوان لحدود الشكل مما يدل على تعرضهن الى ضغوط نفسية تجعلهن منفعلات يشعرن بالقلق وعدم الاستقرار مما ينعكس بعدم السيطرة العضلية على حركات اليد اثناء التلوين، كما ظهرت أيضا الاشكال محفة وذلك لأسقاط حالة المراهقات الحقيقية التي تكشف عن الكلمات المكبوتة في دواخلهن، وقد تميزت رسومهن بقلة عدد الأشخاص في الرسم مما يؤكد ان التعرض للضغوط النفسية تؤدي الى العزلة، وان المراهقات ليس لديهن القدرة على الاتصال بالأخرين وذلك لاختلال توازنهن النفسي، الاشكال ظهرت ساكنة حزينة ومنتشرة في اغلب جوانب اللوحة للدلالة على ان الضغوط المسلطة على المراهقات تجعلهن غير قادرات على ادراك العلاقات المحيطة بهن مما جعلهن يرسمن كيفما يشاء.

من بين أنواع الضغوط النفسية ظهرت الضغوط العاطفية والاسرية جلياً في رسوم المراهقات اللاتي تعرضن الى الضغط، إذ عبّرن عن مشاعرهن وعواطفهن بشكل واضح وذلك تعويضا عن عدم قدرتهن بالبوح بشكل صريح عن عواطفهن ومشاعرهن بسبب القيود والعادات والتقاليد المقيدة للمراهقات.

الاستنتاجات: يتضح مما تقدم من نتائج، ان للضغوط النفسية تمثلات في خصائص رسوم المراهقين، وبذلك ترفض الفرضية الصغرية، وتقبل الفرضية البديلة.

فقد ظهر ان للضغوط النفسية تمثلاتاً في (21) خاصية مميزة لرسوم المراهقات، وهذه الخصائص هي:

1- خط لين منحني.

2-الوان باردة فاتحة.
3-تجاوز اللون حدود الشكل).
4-الشكل محرف تحريفاً متنوعاً (كلي،جزئي).
5-رسم الجنس الاخر.
-6عدد الاشخاص في الرسم اقل من ثلاثة.
7-حركة الاشكال ساكنة.
8-تعبيرات الوجه حزينة.
9- التكوين الانشائي انتشاري(تملأ الاشكال اغلب جوانب اللوحة).
10- الفضاء (مغلق).
11-تكرار الشكل رتيب.
12-التماثل رتيب.

5. التوصيات.

1- استخدام أداة تحليل الرسوم المعتمدة في هذا البحث لتحليل رسوم المراهقين.
2- اعتماد الخصائص التي تميز بها رسوم المراهقين بصورة عامة وخصائص رسوم المراهقين الذكور والمراهقات في الكشف عن شخصياتهم من قبل إدارات المدارس والمرشدات والمرشدين التربويين والباحثين الاجتماعيين.
3- ضرورة مراعاة حالات الضغط النفسي الذي يمارس ضد الأطفال والمراهقين من قبل الاسرة والمدرسة وقيام المؤسسات الاجتماعية والتربوية بوضع الحلول الناجعة لذلك.

6. المقترحات: يقترح الباحث إنجاز مشاريع الأبحاث الآتية:

1. تمثلات الضغوط النفسية في خصائص رسوم الأطفال.
2. تمثلات الضغوط العاطفية في خصائص رسوم المراهقين الذكور.

CONFLICT OF INTERESTS
There are no conflicts of interest

7. المصادر العربية

1- الغرير،احمد نايل واخرون :التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2009.
2- منظمة الصحة العالمية، جمعية الصحة العالمية الثامنة والستون البند14-3 من جدول الاعمال المؤقت، صحة المراهقين، ج68/15 في 10نيسان/ابريل2015.
3- قشقوش، ابراهيم: سيكولوجية المراهقة، ط3، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1989 .
4- عبد العزيز، مصطفى محمد: سيكولوجية فنون المراهقة، ط5، مكتبة الانجلو المصرية، 2008.
5- المعجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، ط4، دار الشروق الدولية، جمهورية مصر العربية، 2004.
6- العبد الله، فايزة غازي: استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية عند اليافعين في مدارس مدينة دمشق، أطروحة دكتوراه، قسم الارشاد النفسي، جامعة دمشق، كلية التربية،2014.

7- صليبا، جميل: المجم الفسفي،ج1، ج2، ط1، دار الكتاب اللبناني، بيروت،1982.
8- البسيوني، محمود: سيكولوجية رسوم الأطفال، دار المعرف، مصر، 1958.
9- عارف، محمد: فن الرسم اليدوي، مؤسسة المعاهد الفنية، بغداد،1980.
10-محمود، ابراهيم وجيه: المراهقة خصائصها ومشكلاتها، ط1، دار المعارف، القاهرة 1981.
11-حسين، طه عبد العظيم، حسين، سلامة عبد العظيم: استراتيجيات إدارة الضغوط، ط1، دار الفكر للتوزيع، عمان، 2006.
12- Zambrano, pg.Psychology and life.12th ed Scott foresman company, Boston, 1988.
13-بن طاهر، بشير: إشكالية مفهوم الضغط في الدراسات النفسية المعاصرة – عرض تحليلي – عروض الأيام الوطنية الثالثة لعلم النفس، ج2، منشورات جامعة الجزائر، 1998.
14- Louis crocq rt autre,Traumatismes psychiques, pris en charge psychologique des victims, masson, france,2007.
15-الزغبي، أحمد محمد: علم ننفس النمو والطفولة والمراهقة، ط1، دار زهران للشر والتوزيع، عمان، الاردن، 2001.
16-الجلبي، قتيبة سالم واخرون: العلاج النفسي وتطبيقاته في المجتمع العربي، الإعلامية للنشر، الرياض، 1996.
17-بهاء الدين السيد، ماجدة : الضغط النفسي ومشكلاته وتمثلاته على الصحة النفسية، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2008.
18-خليفة، وليد السيد: الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس– المفاهيم– النظريات – البرامج، ط1، دار الوفاء لدنيا، مصر، 2008 .
19-زهران، حامد عبد السلام: علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، بدون طبعة، دار المعارف، مصر، 1986.
20-الهاشمي، لوكيا واخرون: الضغط النفسي لدى أساتذة التعليم العالي، مديرية البحث الجامعي، جامعة منتوري، قسنطينة ،2000.
21-عكاشة، محمود فتحي: علم النفس الصناعي، مطبعة الجمهورية، الإسكندرية، مصر، 1999.
22-بو فتوح، محمد: الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ العام الثالثة ثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ورقلة، الجزائر، 2005.
23-عثمان، فاروق السيد، القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة ،2001.
24-عسكر، علي، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط3، دار الكتب الحديثة، الكويت،1998.
25-سلطان، ابتسام محمود محمد: المساندة الاجتماعية واحداث الحياة الضاغطة، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2009.
26-إبراهيم، عبد الستار:السعادة الشخصية في عالم مشحون بالتوتر وضغوط الحياة، ب ط ، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة ،2015.
27-حسن، راوية: السلوك في المنظمات، دار الجامعة للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 1999.
28-احمد، نايل عبد العزيز، واخرون: التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشروق للنشر، الأردن، 2009.
29-الرشيدي، هارون توفيق: الضغوط النفسية، بدون طبعة، المكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1999.

30-الدسوقي، مجدي محمد: سيكولوجية النمو من الميلاد الى المراهقة، ط1، مكتبة الانجلو المصرية، 2003.
31-الاشول، عادل عز الدين: علم نفس النمو من الجنين الى الشيخوخة، ط1، مكتبة الانجلو المصرية، 2008 .
32-محفوظ، محمد جمال الدين: تربية المراهق في المدرسة الاسلامية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1984.
33-زيدان، محمد مصطفى: النمو النفسي للطفل ونظريات الشخصية، منشورات الجامعة الليبية، 1975.
34-غباري، ثائر أحمد وأخرون: سيكولوجية النمو الانساني بين الطفولة والمراهقة، ط1، دار الاعضاء العلمي، عمان، الاردن، 2015 .
35-الحافظ، نوري: المراهق، ط1، المؤسسة العربية للدراسة والنشر، بيروت، 1981.
36-عقل، محمود عطا: النمو الانساني الطفولة والمراهقة، ط1، دار الخريجي للنشر والتوزيع، الرياض، 1993.
37-الحلو، حسنين جابر: سيكولوجية المراهقة، ط1، دار الرافدين، بيروت، 2016 .
38-عبد الله، فطمة لطيف: مبادئ التربية الفنية، ط1، مؤسسة دار الصادق الثقافية، العراق، بابل، 2018.
39-عبدالحميد، شاكر: التفصيل الجمالي، سلسلة كتب يصدرها المجلس الوطني الثقافي للفنون والآداب، الكويت، 2001.
40-صالح، قاسم حسين: الابداع في الفن، بدون طبعة، دار دجلة، عمان، 2011.
41-ريد، هربرت: تربية الذوق الفني، تر: يوسف ميخائيل اسعد، دار النهضة العربية، القاهرة، 1975.
42-كمال، علي: النفس انفعالاتها وامراضها وعلاجها، ج1، ط1، دار واسط للدراسات والنشر والتوزيع، 1983.
43-أبو علام، رجاء محمود: مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط5، دار النشر للجامعات، القاهرة، 2006.
44-توفيق، عبد الجبار واخرون: مبادئ البحث التربوي، ط10، معاهد اعداد المعلمين والمعلمات، وزارة التربية، مطابع الصفدي، 1997.
45-حسين، منصور وزيدان، محمد مصطفى: الطفل والمراهق، ط1، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1982.
46-السيد، فؤاد البهي: الأسس النفسية للنمو، ط1، دار الفكر العربي للطبع والنشر، مصر، 1956.
47-عبد المعطي، حسن مصطفى: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط1، مكتبة زهراء الشرق، جمهورية مصر العربية، القاهرة، 2006.
48-العيسوي،عبدالرحمن، امراض العصر الامراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية،1989.
49-الرشيدي، هارون توفيق: الضغوط النفسية، بدون طبعة، المكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1999.
50-رضا، أكرم: مراهقة بلا أزمات، ط1، ج2، دار التوزيع والنشر الإسلامي، مصر، 2000.
51-الهاشمي، لوكيا: الاجهاد: دار الهدى للطباعة والنشر، عين مليلة، الجزائر،2006.
52-فرويد، سيجمون: معالم التحليل النفسي، ط5، تر: محمد نجاتي، دار الشروق، بيروت،1966.

53-ريد، هيربرت: تربية الذوق الفني، تر: يوسف ميخائيل، دار النهضة العربية،القاهرة،1975.
54-القريطي، عبد المطلب: مدخل الى سيكولوجية رسوم الأطفال، دار المعارف، مصر، 1995.
55-عبد الحميد، شاكر: العملية الإبداعية، سلسلة كتب ثقافية يصدرها المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت،1990.
56-سانيتانا، جورج: الإحساس بالجمال، ت: محمد مصطفى، المركز القومي للترجمة، القاهرة، 1960.
57-مليكة، لويس كامل: دراسة الشخصية عن طريق الرسم، مطبعة دار التأليف، القاهرة، 1960.
58-صالح، حسن قاسم: الأبداع في الفن، ب.ت، دار دجلة، المملكة الأردنية الهاشمية،2011.
59-رياض، عبد الفتاح: عناصر التكوين في الفنون التشكيلية، ط1، دار النهضة العربية، القاهرة، 1974.
60-امهز، محمود: التيارات الفنية المعاصرة، ط2، شركة المطبوعات للتوزيع والنشر والطباعة، بيروت، لبنان، 2009.
61-مصطفى، عادل: دلالة الشكل، ط1، دار رؤية للنشر والتوزيع، القاهرة، 2014.
62-مايرز، برنارد: الفنون التشكيلية وكيف نتذوقها، تر: سعد المنصوري وآخرون، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، تاريخ وصول الباحثين الى المصدر سنة 2019.