

أحلام اليقظة وعلاقتها بالانغلاق النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً

فتحية جابر حسن سالم

• مقدمة البحث :

تعتبر مشكلة التأخر الدراسي من أكبر المشكلات تعقيداً ؛ لتعدد العوامل المؤثرة والمصاحبة والنتيجة عنها ، ولقد لفتت أنظار المهتمين بالتربية ومازالت تتربع على العرش كأهم مشكلة ، فلا يكاد يخلو منها فصل أو مدرسة أو بيت ، الأمر الذى ينعكس أثره على جميع المحافل العلمية والبحثية فى مجال التربية وعلم النفس . ومن خصائص المراهقين بصفة عامة والمتأخرين دراسياً بصفة خاصة الاستغراق فى أحلام اليقظة والتي تعتبر أحد أهم مسببات تشتت الانتباه ، وتتمثل أحلام اليقظة فى شرود الذهن والسرمان والتخيل غير الواقعي ، وقد تأخذ شكل رواية قصص يرويها الفرد لنفسه بنفسه ، أو التفكير المنطلق ، المتحلل من القواعد المنطقية والاجتماعية ، والمقصود بها كمشكلة هو انغماس الشخص بالأحلام فى وقت غير مناسب على نحو يتضمن عدم القدرة على التركيز ، والمؤثر الأساسى لوجود مشكلة هو عندما تعيق أحلام اليقظة عمل الشخص، فحلم المراهق الذي يعيقه عن الاختلاط مع زملائه والانطواء ، أو عدم الاستماع إلى شرح المدرس فى الصف أو عدم قدرته على أكمال واجباته المنزلية ، يشير إلى وجود مشكلة ، وغالبا ما يكون هؤلاء لا يسببون للمدرسين إزعاجاً فى الصف، لذلك تتفاقم المشكلة خصوصاً إذا تجاهل المدرس هذا الطالب (سهام كاظم ، ٢٠١١، ص ٢٠١).

أن الشعور بالنقص لدى الطالب المتأخر دراسياً يدفعه إلى الانطواء ليعوض فى أحلام اليقظة ما يفوته فى عالم الواقع من نجاح فى تحقيق ما يصبو إليه ، وقد يدفع صاحبه على العكس من ذلك ، إلى التفوق فى أحد الميادين ليغضى قصوره ويعوض عن نقصه فى ميدان آخر ، كما قد يدفعه إلى أعمال ضد الجماعة من سرقة أو غش أو كذب أو تخريب (يوسف الذياب ، ٢٠٠٦ ، ص ٣٢) . كما أن الإغراق فى أحلام اليقظة يؤدى إلى سوء التوافق عموماً والدراسي خصوصاً ، ويبدد الطاقة النفسية فيعجز التلميذ عن توجيهها واستغلالها فى عملية الدراسة والتحصيل لأقصى درجة (عبد المطلب القريطى ، ٢٠٠٩، ص ١٢٥) .

ويتضح ان تأثير إفراط الطالب في استخدام أحلام اليقظة , قد تجعله منغلقاً على نفسه لفترات طويلة , فالانغلاق النفسي احد مظاهر القلق الاجتماعي الذي يسود لدى شريحة واسعة من الأفراد في المستويات العمرية المختلفة . ويتجلى في جملة من المظاهر السلوكية التي تتمثل في الأعراض التالية وهى تجنب التفاعلات الاجتماعية والمشاركة فيها , والإخفاق في عمليات التواصل الاجتماعي وتكوين العلاقات والصدقات والميل للعزلة والابتعاد عن الآخرين والشعور بعدم الارتياح وفقدان الإحساس بالسعادة والأمن والتمركز حول الذات وعدم الاتزان الانفعالي والخجل والإحجام عن اتخاذ المبادرات والمعاناة من مشاعر القلق والخوف وحب الروتين ومقاومة التغيير وعدم الوعي بالذات والشعور بالدونية وسهولة الانقياد بالآخرين .ويعد الانغلاق النفسي من الاضطرابات الانفعالية الاجتماعية الخطيرة لأنها تعيق الأداء الوظيفي للفرد على المستويين النفسي والاجتماعي ويبرز أثارها في إعاقة النمو الاجتماعي لدى الفرد وحرمانه من تطوير المهارات الاجتماعية في التواصل والتفاعل بالإضافة إلى إعاقة تطوير مهارات الإدراك الاجتماعي والمحاكاة العقلية والاجتماعية , وتطوير اضطرابات نفسية لدى الفرد مثل الاكتئاب والقلق وإعاقة الأداء الإدراكي وتدنى المستوى التحصيلي بصفة خاصة والمستوى الانتاجي بصفة عامة لدى الفرد (عماد عبد الرحيم الزغول , ٢٠٠٦ , ص ١٥٤ - ١٥٥) .

• مشكلة البحث :

فالتأخر الدراسي يثير كثيراً من القلق وعدم الرضا لدى الآباء والمعلمين الذين يقفون عاجزين عن عمل أى شيء إزاء هذه الظاهرة التي استعصى عليهم حلها , ومن الناحية الاجتماعية فإن التأخر الدراسي تنعكس آثاره على المجتمع في صورة عودة هؤلاء إلى أعداد الأميين عندما يطردون من المدرسة , ومن الناحية الاقتصادية فإن المتأخرين دراسياً لا يقدمون أى شيء للمجتمع والدولة مقابل ما أنفق عليهم من أموال في سبيل تعليمهم (بشير معمره , ٢٠٠٥ , ص ١٨) .

ونتيجة لهذا وجهت الباحثة اهتماماً كبيراً بالمتأخرين دراسياً , وجاء الإحساس بالمشكلة لدى الباحثة من خلال التعامل المباشر مع فئة المتأخرين دراسياً والإحساس بمعاناتهم وبما يمرون به من مشكلات نفسية ومن خلال التطبيق الميداني خلال مرحلة الماجستير , أملاً في أن يكون لفت الانتباه وتوجيه الاهتمام إلى تلك المشكلات ودراستها الخطوة الأولى لعلاج هذه المشكلات ومساعدة الطلاب المتأخرين دراسياً .

ومن هذا المنطلق تتحدد مشكلة البحث في محاولة الإجابة على التساؤلات الآتية :

١. هل توجد علاقة ارتباطيه بين أحلام اليقظة والانغلاق النفسى لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً ؟

٢. هل توجد فروق بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في أحلام اليقظة لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً؟

٣. هل توجد فروق بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في الانغلاق النفسى لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً ؟

• أهداف البحث :

١. التعرف على طبيعة العلاقة بين أحلام اليقظة وبين الانغلاق النفسى لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً.

٢. التعرف على الفروق بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في أحلام اليقظة.

٣. التعرف على الفروق بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في الانغلاق النفسى

• أهمية البحث :

أولاً : الأهمية النظرية: ١- أهمية أحلام اليقظة في حياة الإنسان وعلى الرغم مما أظهرته نتائج الكثير من البحوث عن وظائفها الإيجابية , وضرورتها للفرد , فإن الاستغراق فيها يؤدي إلى تأثيرات سلبية على مستوى التحصيل الدراسي .

ثانياً : الأهمية التطبيقية للبحث : ١- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في مساعدة المعلمين والمربين في التعامل مع المتأخرين دراسياً وفهم هؤلاء الطلاب و تقديم الخدمات الخاصة.

٢- قد تسهم نتائج البحث الحالي في إعداد برامج علاجيه لمساعدة التلاميذ على التخلص من أحلام اليقظة السلبية وتخفيض الانغلاق النفسى لدى طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً.

مصطلحات البحث :

أولاً: أحلام اليقظة: Daydreams

تعريف فرج طه وآخرين (١٩٩٣ , ص ص ٣٠٨ - ٣٠٩) بأنها : حالة يستسلم فيها الفرد لتخيلات يرى فيها نفسه وهو يحقق آماله ويشبع دوافعه ويتخطى العقبات التي تحول دون ذلك , وأن الشخص في أحلام اليقظة يكون أقرب إلى الشعور حيث يكون أكثر استخداماً لأساليب التفكير الشعوري والمنطق العقلاني المعتاد , كما أن أحلام اليقظة مفيدة لأنها تكون (متنفساً شرعياً ومقبولاً) لتفريغ الفرد لكافة توتراته وصراعاته ورسمه خطأً للكثير من المشكلات التي تعرقل طريقه في الحياة .

وتعرف الباحثة أحلام اليقظة في ضوء الدراسة الحالية بأنها : عملية تفكيرية غير موجهة تؤدي إلى تحويل انتباه الطالب بعيداً عن الواقع إلى عالم من الخيالات , مكوناً بخياله حكاية تدور حول أشياء أو أشخاص أو أحداث وغيرها من المواقف , سواء كانت هذه الخيالات ذات محتوى إيجابي أو سلبي , يختلف عن المكان والزمان المحيط به.

ثانياً: الانغلاق النفسي psychological closeness

عرف (فؤاد أبو حطب , ومحمد سيف الدين , ٢٠٠٣ , ص ٥٤) الانغلاق النفسي في معجم علم النفس والتربية بأنه: هو الشخص الذي تتحكم في سلوكه اهتماماته ويتسم بعدم الحساسية لحاجات الآخرين وتعبيراتهم واستجاباتهم وتجنبه المواقف الاجتماعية .

ويعرف الانغلاق النفسي في ضوء البحث الحالي بأنه ضعف المهارات الاجتماعية الذي يتمثل في عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية أو بناء صداقات مع الآخرين والتفاعل معهم , وتجنب المشاركة في الأنشطة المدرسية , بالإضافة إلى الشعور بالخواء العاطفي وعدم وجود هدف لحياته , وضعف ثقته بنفسه وعدم قدرته على مواجهه المشكلات و الصعاب في حياته .

ثالثاً : التأخر الدراسي Underachievement:

يعرفه حامد زهران (١٩٩٧ , ٤١٠): هو حالة تأخر أو تخلف أو نقص أو عدم اكتمال النمو التحصيلي نتيجة عوامل عقلية أو جسمية أو اجتماعية أو انفعالية بحيث تنخفض نسبة التحصيل دون المستوى العادي المتوسط في حدود انحرافين معياريين سالبين.

تعريف المتأخر دراسياً في ضوء الدراسة الحالية بأنه: هو الطالب الذي تتراوح نسبة ذكائه ما بين (٧٠-٩٠) درجة على اختبار الذكاء , بالإضافة إلى انخفاض تحصيله الدراسي عن ٦٠% بالنسبة لأقرانه العاديين في الفصل الدراسي السابق .

• المفاهيم النظرية:

❖ أحلام اليقظة :

أولاً : أسباب أحلام اليقظة : هناك عدد من الأسباب تقف وراء انغماس الأفراد في أحلام اليقظة , فيشير شيفر وملمان **Millman & Scheefer** (ترجمة سعيد حسنى العزة , ١٩٩٩ , ص ص ٤٠ - ٤٢) إلى أن أسباب أحلام اليقظة ما يلي :

-**الحاجة إلى الإشباع The need to saturation:** تحدث أحلام اليقظة عندما يشعر المراهق بأن الحياة صعبة جداً وأنها غير مرضية فإن أحلام اليقظة في هذه الحالة تصبح مهرباً جميلاً للتخلص من متاعب الحياة , فالأماني الجميلة تتحقق بواسطة الخيال عندما يعاني المراهق من عدم مقدرته على حلول مشاكل اجتماعية أو أكاديمية فإنه يذهب إلى أحلام اليقظة وسوف يصبح أقل تكييفاً مع من حولهم

-**أحلام اليقظة كعادة Day Dreaming as a habit :** نسبة كبيرة من المراهقين يستخدمون أحلام اليقظة كعادة سارة ويعملون على تتميتها , فبعض المراهقين يخصصون أوقاتاً محددة لأحلام اليقظة , وهناك عادة سيئة وهي عادة تخيل المراهق لخيالات عندما يكون المعلم أو الأب يتكلمان , فبعضهم يحلمون في موضوعات معينة عندما لا يجدون شيئاً ما يفعلونه وبطريقة أشبه ما تكون كما لو أنهم يؤدون طقوس دينية.

-**الخجل كسبب لأحلام اليقظة Day Dream of shy children :** يلجأ الأفراد الذين يعانون من مشاعر الخجل عادة إلى أحلام اليقظة كأداة لتعزيز الثقة بالنفس والشعور بالقدرة , ولاسيما أن مثل هؤلاء الأفراد لا يستطيعون التعامل مع المواقف الحقيقية لشعورهم بالعجز أو الخجل , وبهذا فهم يجدون في أحلام اليقظة متنفساً للشعور بالرضا والقوة , مما يؤدي بهم إلى أنهم يظهرون دهشة واستغراب في التفاعلات الاجتماعية وقلق في المواقف الاجتماعية وتكون مشاركتهم أقل وأقل مع الآخرين بالمقارنة

مع غيرهم .أن الخيالات تعطى سرورًا أكبر ونسبة أقل من المشاعر السالبة وذلك لأنهم يمشون وقتهم في أحلام سارة لهم وتبدو الابتسامة واضحة على وجوههم أثناء الاستغراق في حلم اليقظة, مما يجعل أحلامهم أكثر تعزيزًا وتحدث بشكل متكرر أكثر .

-الهروب من الواقع **Escape from reality**: إن مثل هذه الأحلام هي أكثر إشباعًا من الواقع ولاسيما عندما يعاني الأفراد أثناء تفاعلاتهم اليومية للكثير من الإحباطات والمخاوف ومشاعر العجز والاضطهاد ولا يستطيعون مواجهتها على أرض الواقع , الأمر الذي يدفعهم إلى اللجوء إلى أحلام اليقظة كوسيلة لتجاوز هذه الصعوبات والتكيف مع المخاوف ومشاعر اليأس التي يواجهها , وبذلك فهي تشكل أداة للهروب من الواقع (عماد عبد الرحيم الزغول , ٢٠٠٦ , ص ٢٠٢) .

ثانياً: النظريات المفسرة لأحلام اليقظة :

نظرية التحليل النفسي: يعتبر فرويد **Freud** من أوائل من تكلموا عن أحلام اليقظة حيث اعتبرها صورًا عقلية أو تمثيلات ذهنية (مديحه محمد العزبي , ١٩٨٥ , ص ٢) . فهي لا أحداث ولا وقائع ولا هلوسات وإنما هي تصورات وتمثيلات , فالمرء يعرف أنه يتخيل , وأنه لا يرى بل يفكر , كما أنها تشبه أحلام النوم من حيث صلتها بالواقع , إذ إن مضمونها لا يمكن وصفه أكثر واقعية من مضمون أحلام النوم , ويرى فرويد أن محتوى هذه التخييلات المنطلقة هو متغلب بواسطة دافع شفاف جدا وتكون بهيئة مشاهد وحوادث تمثل حاجات الفرد الأنايية للطموح والقوة أو مغازلة الرغبات وإيجاد إرضاء لها (سهام كاظم نمر , ٢٠١١ , ص ٢١١) . . فطبقاً لفرويد فإن أحلام اليقظة هي ميكانيزم دفاعي يصاحب الإنكار في حالات كثيرة , حيث الحاجات غير المشبعة في الواقع يتم إشباعها في خيال الفرد و أحلامه , فهي تحقق بعض الوظائف الدفاعية إذا كانت باعتدال , وهذا أمر مطلوب , إلا أنها إذا زادت عن الحد حالت دون قيام الأنا بتحقيق وظيفتها على أفضل وجه حيث تؤدي إلى تزييف الإدراك وخطأ التعامل مع الواقع , وهكذا يحلم الضعيف بالقوة , والفقير يحلم بالثروة , والمظلوم يحلم بالبطش والانتقام (محمد السيد عبد الرحمن , ٢٠٠٦ , ص ٥٤ - ٥٥) .

النظرية المعرفية: يرى " سنجر **Singer** " أن كل شخص ينهمك في الأغلب بخيالات منطلقة واعية , تعكس الأمنيات الحالية أو المستمرة دائماً أو في بعض الأحيان من أيام مبكرة, إلا أن الناس غالبًا ما

يتعدون هذه الأمنيات بوصفها وهمية ويفشلون في رؤية الدرجة التي تكون فيها أحلام الليل الأكثر قهرية مستمرة نسبياً مع صيرورة أحلام اليقظة أو عملية الاستغراق بأحلام اليقظة , وركز سنجر أساساً على الأدلة القائلة بأن أحلام اليقظة هي جزء من المدى الواسع من عمليات الفكر المستمر, وهي ليست محدودة بالضرورة بسيناريوهات إشباع الرغبة , كما يرى سنجر أن أحلام اليقظة هي تلك السمات التي تميز سيلاً من الأفكار المستمرة في أي وقت من الأوقات وهي على وجه التحديد خبرة واعية , ولو أن الفرد لا يتذكر حلم اليقظة في أغلب الأحيان كما يتميز تحقيقه بإبعاد الحالم اليقظ عن هنا و الآن إلى زمن ما آخر أو مكان آخر (Klinger , 1990 , pp 17 – 18) .. يري كلنجر Klinger أن أحلام اليقظة تولد من خلال بعض الأنظمة الدماغية نفسها التي نستعملها لو كنا نقوم بالأعمال التي نلحم بها, وتوجد بالعواطف والدوافع نفسها التي توجه أحلامنا , وأن أحلام اليقظة جزء من تدفق الأفكار والصور التي تشغل معظم ساعات يقظة الشخص وهي أكثر أو أقل واقعية في أغلب الأحيان مع أنها أفكار غير مقصودة عن حياة الحالم اليقظ الواقعية كما في الضلال الذهني أو المدد القصيرة من الشرود الذهني الداخلي , وحددها بوصفها أفكاراً تلقائية غير موجهة أو غير مستجيبة تمر بالوعي وتكون غير ملزمة بغرض واضح (Klinger, 2000, p 206) .

ثالثاً: أحلام اليقظة سلاح ذو حدين: أحلام اليقظة ظاهرة طبيعية , تكثر في سن البلوغ ومرحلة المراهقة وهي تعكس احتياجات المراهق من حيث حاجته العاطفية وميوله الوجدانية وتعكس أيضاً تطلعاته وطموحاته , وهناك من المراهقين من يستغرق في أحلام اليقظة ويترك نفسه عبداً لنزواتها ويكون تحت تأثير قوى المفعول للخيال والوهم الذي يفكر فيه لدرجة أنه قد ينسى نفسه ويتعايش مع هذا الخيال على أنه واقع وفي هذه الحالة تظهر آثار هذه الأحلام السيئة ومضاعفاتها السلبية , أما إذا استطاع الشاب أن يضع أحلام يقظته في حجمها الطبيعي وأن يفرض إرادته عليها ويسيطر على محتواها ويأخذ منها قوة دافعة للأمام على طريق تحقيق ما يتمناه من أحلام في النجاح في الحياة تظهر نتائجها الإيجابية البناءة في حياته (يسرى عبد المحسن , ١٩٩٠ , ص ١٦٢) . و من الوظائف الإيجابية التي يمكن أن تحققها أحلام اليقظة عندما يستخدمها المراهق دون إفراط ما يلي:

١- التخفيف من شدة الانفعالات: تعمل على تحرير الفرد من قيود الوعي وعذاب ومرارة الواقع وتخفف عنه شدة الكآبة والحزن والخوف والملل والرتابة في نظام حياته وتعطيه دفعة قوية نحو الوصول للهدف

الذي يحلم به ويتطلع لتحقيقه , وهذه الدفعة التي يكتسبها الإنسان من أحلام اليقظة تكون أكثر قوة عندما تتحكم إرادته في ضبط فترة وجرة الأحلام التي يعيشها وعندما يوقف تيار الأحلام ويحوّله إلى عمل واقعي لتحقيق ما يريده ومن هنا فإن الأحلام تكون بمثابة الشحن للبطارية النفسية التي هي أساسية في عملها لتحقيق الهدف المنشود (يسرى عبد المحسن , ١٩٩٠ , ص ص ١٦١ - ١٦٢) .

٢-تساعد على التنفيس الانفعالي: أحلام اليقظة وسيلة للتنفيس عن بعض الرغبات المكبوتة أو المحبّطة , وقد تكون أحياناً سبباً في تجديد القوة وإثارة الهمة وزيادة المجهود لتحقيق ما يصبو إليه الإنسان , فأحلام اليوم قد تكون حقائق غداً (محمد عثمان نجاتي , ١٩٩٣ , ص ٤١١) .

٣-تساعد على حل المشكلات: لا تقتصر فائدة تخيلات المراهق على توقع المستقبل, بل تمتد إلى مساعدته على مواجهة مشكلات اللحظة الراهنة. فإن واجه المراهق مشكلة مباشرة ضاغطة تتطلب حلاً حاسماً, عملت مخيلته على إثارة مخاوف الإخفاق المرتبطة بتلك المشكلة , وذلك عبر التجربة الخيالية لمختلف أوجه حلول المشكلة المذكورة , وتؤدي المخاوف إلى الضيق والألم , إلا أنها في الوقت نفسه تؤدي إلى حلول أخرى قد تزيد فيها الجانب المشرق على الجانب المخيف , وتبقى مخيلة المراهق تدور بين حل يثير المخاوف , وآخر يقضى على تلك المخاوف , إلى أن تتكشف أمامه طريقة جديدة تحل مشكلته الراهنة بقدر ضئيل من الخوف والقلق والألم ويقدر أكبر من المتعة والنفع (ميخائيل إبراهيم أسعد , ١٩٩٨ , ص ٢٩٠)

ومن أضرار أحلام اليقظة التي يمكن أن تحدث نتيجة الاستغراق الزائد فيها ما يلي:

١-الإدمان: الإغراق في أحلام اليقظة يعطى المراهق شعوراً بالرضا عن نفسه , ويجعله يعوض الواقع بالخيال , فيكون كالمدمن سواء بسواء , فالمدمن يلجأ إلى مادة مخدرة ملموسة يتعاطاها للهروب من الواقع , وصاحب أحلام اليقظة يمارس أحلام اليقظة هروباً من الواقع أيضاً , فكلاهما يهرب من واقع مؤلم إلى خيال ممتع , وسرعان ما يعود منه إلى الواقع ليجده قد أصبح أكثر صعوبة , وكلما تكرر الهروب وطال , كما أصبح الواقع أكثر إيلاماً (مرقص عزيز خليل , ١٩٩٦ , ص ٤٠) .

٢-مضيعة للوقت: إن الاكتفاء بأحلام اليقظة كغاية في ذاتها ؛ والاققتصار عليها للتنفيس عن الرغبات والأمانى دون محاولة القيام بمجهود عملي لتحقيق هذه الرغبات و الأمانى تحقيقاً واقعياً. ثم إن

الإسراف في أحلام اليقظة مضيعة للوقت دون فائدة محسوسة , ولذلك تعتبر أحلام اليقظة نوعًا من الهروب أو الانسحاب من الواقع (محمد عثمان نجاتي , ١٩٩٣ , ص ٤١١) . ويضيف (يوسف ميخائيل أسعد , ٢٠٠٠ ص ص ١٠٥ , ١٠٧) ما يلي :

٣-السرحان وعدم تركيز الانتباه : فلعل السبب في تخلف كثير من الطلبة دراسياً , ومعاناتهم من التأخر الدراسي , هو انخراطهم في أحلام اليقظة , ففي أثناء قيام المدرس بالشرح بالفصل . ناهيك عن انخراطهم في تلك الأحلام لمدة طويلة في أثناء جلوسهم إلى المكتب بالبيت للاستذكار . فمن حيث الظاهر , فإنهم يكونون منهمكين في محاولة استيعاب دروسهم , وحل واجباتهم , ولكنهم في الحقيقة يكونون منهمكين في أحلام اليقظة.

٤-البلادة الشعورية : فالشخص المنهمك خلال أغلب الوقت في أحلام اليقظة , لا يكون في الغالب مهتمًا بما يدور حوله من أحداث , أو ما هو قائم في الموقف من علاقات , ومن ثم فإنه يكون قليل التجاوب مع المواقف التي تستحق منه أن يتجاوب معها , وأن يبدي الاستجابات والتفاعلات المناسبة لها ؛ فهو لا يبتهج بما يشيع السرور في قلوب الآخرين , ولا يحزن لحزنهم , ولا يساند من يحتاج منهم إلى مساندة ودعم .

الانغلاق النفسي :

أولاً: مظاهر الانغلاق النفسي: تتمثل مظاهر الانغلاق النفسي في العزلة , والانسحاب وانشغال البال , وتجنب المبادأة في التحدث مع الآخرين أو أداء نشاطات مشتركة معهم , وقد يشمل الشعور بعدم الارتياح لمخالطة الآخرين والتفاعل معهم , وهذا السلوك يصاحبه سلوكيات أخرى مثل القلق والكسل والخوف من العقاب , والشعور بالنقص والدونية , وسهولة الانقياد والخوف من الكبار , وعدم الاستجابة للتغيير , واللازمات العصبية مثل الإصبع , والتعبير اللفظي المحدود (Sue A.) . (Rodri'guez et al , 2014 , p 1954) .

فهو يتميز بالميل إلى البعد عن الاختلاط مع الناس والرغبة في الهدوء , مع الحساسية الزائدة والخجل ... والجنوح إلى الخيال أكثر من الجنوح إلى الواقع مع الرغبة في التفكير الذي لا يؤدي إلى ما تفكر فيه , والاهتمام بقيم تضعها لنفسها , والمشاكل الصغيرة لا تمر ببساطة ويضخمها حتى تصبح مصدر

قلق لها (Lance H. Linke , 2012 , p 292). يتجنب الطفل التعرض للناس أو للمواقف أو الأشياء التي تثير في نفسه القلق والضيق بعد أن حدث له إحباط حاجات تتعلق بها , وإذا اضطرت الظروف إلى مواجهه هذه المواقف انغلق وتوقع وعاش مع الناس دون أن يتعايش معهم , ويكف عن أي محاولة للتعامل مع المثير المحبط , وهم يميلون إلى اللعب منفردين , ويميلون إلى الجلوس منعزلين في مقعد منفرد داخل الفصل , ولا يشتركون في الأنشطة الجماعية ويفضلون موقف المشاهد في هذه الأنشطة دون الاشتراك فيها , و يعوضون النقص في الاشتراك في الموضوعات الخارجية بخلق موضوعات خيالية يتعاملون معها في عالم الخيال وقد يؤدي إلى تحويل اهتمامه إلى الفن والقراءة وحب الطبيعة أكثر من اهتمامه بالأشخاص الواقعيين في عالم الواقع (R. Weylin Sternglanz and Bella M. De Paulo , 2004 , p 248).

ثانياً : أسباب الانغلاق النفسي : هناك عدد من الأسباب تقف وراء انغلاق الفرد على ذاته , قد يكون هناك سبب واحد أو بعض الأسباب مجتمعة وهي كالتالي :

العوامل الشخصية : وهي العوامل التي تتعلق بخصائص وسمات الشخصية , فقد تساهم الخصائص الشخصية في عدم جاذبية الفرد في بعض الأوساط الاجتماعية مثل المظهر الجسمي أو الشخصي كذلك ما يحمله من خصائص اجتماعية كثقافة الفرد في كيفية تكوين صداقات جديدة أو الإبقاء على الصداقات القديمة (أميرة عبد العزيز , ٢٠٠٩ , ص ٢٣٧٩).

الشعور بالنقص : إنه الإحساس الداخلي الذي يملك الإنسان , ويشعره بالقصور والنقص تجاه الآخرين , فيفقد معه الفرد ثقته بنفسه تماماً (عبد المهدي محمد , ٢٠١٣ , ص ٢٩).

أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة : مثل الإفراط في النقد والتجريح والسخرية وكثرة التهديد والعقاب البدني بالإضافة إلى عدم احترام الطفل وتجاهله ومقارنته بأخواته وأقرانه , وعدم الثبات والانتظام في التعامل مع الطفل كالعقاب بالطفل في بعض المواقف على بعض الأنماط السلوكية والتسامح وتعزيزه على هذه الأنماط في مواقف أخرى (عماد عبد الرحيم الزغول , ٢٠٠٦ , ص ١٥٦) .

وجود إعاقة لدى الطفل : مثل الإعاقة السمعية والإعاقات الحركية واضطرابات اللغة والكلام وغيرها مما يعرضه لخبرات الفشل والإحباط , والحرج والحساسية الزائدة وتجنب الاندماج والتفاعل مع الآخرين (عبد المطلب القريظي , ٢٠١١ , ص ص ٥٩٣ - ٥٩٦) .

رفض الآباء لأبنائهم (سواء كان مقصود أو غير مقصود) : فرض الآباء لأبنائهم قد يقود الأبناء إلى الانغلاق إلى عالم الأمانى وأحلام اليقظة , كذلك رفض الوالدين لرفاق الطفل يشعره بشكل مباشر أو غير مباشر , بأن الأصدقاء الذي اختارهم غير جيدين بما فيه الكفاية , مما ينتج عنه شعور الطفل بتدني مفهوم الذات لديه وكذلك ميله للعزلة , وتصبح العلاقة بالآخرين لا قيمة لها بالنسبة له (خولة احمد يحيى , ٢٠٠٠ , ص ١٩٥) .

عدم الاختلاط بالأطفال الآخرين : أحيانا يصل خوف الأم على طفلها إلى درجة تؤدي منعة من الاختلاط واللعب مع الأطفال الآخرين , خوفا من تعلم بعض السلوك غير المرضي , أو تعلم بعض الألفاظ غير اللائقة , فيصبح طفلا منطويا يفضل العزلة والانغلاق على نفسه , ويخشى الاندماج في أي لعبة مع الأطفال الآخرين , ونتيجة لذلك يصاب الطفل بالقلق النفسي والاكتئاب والشعور بالنقص وعدم الرضا عن نفسه وعن الآخرين , ويبدأ الطفل بالشعور بالملل والضيق من الحياة , وعدم الرغبة فيها (نبيلة عباس الشوربجي , ٢٠٠٣ , ص ١٣٢) .

الخجل : فالخجل يعتبر من أكثر الأسباب شيوعاً التي تؤدي بالفرد إلى الانغلاق على النفس , حيث يحول هذا العامل دون التعبير عن وجهه النظر لدى الفرد الخجول , ويحول كذلك دون التفكير والحديث عن الحقوق بصوت عال , كما يمنع الفرد من مقابلة أناس جدد وتكوين صداقات جديدة (خولة احمد يحيى , ٢٠٠٠ , ص ١٩٧) .

معاونة أحد الوالدين من الاضطرابات السلوكية : فقد يرتبط وجود الانغلاق النفسي لدى الأطفال بسبب معاونة أحد والديهم من الاضطرابات الانفعالية والسلوكية والخوف من الآخرين .

ثالثاً: النظريات المفسرة للانغلاق النفسي:

علم النفس التحليلي ل كارل يونج: يرى يونج أن البشر تحركهم غرائز فسيولوجية فطرية يولد الفرد مزود بها وتشكل أساليبه المنظمة في الفعل ورد الفعل . . وذكر يونج إن النمط الانطوائي يتسم

بالإنسحابية ، غير اجتماعي يتحاشى الصلات الاجتماعية ، يفكر دائما في نفسه ومتمركزا حول ذاته ، يخضع سلوكه لمبادئ مطلقة وقوانين صارمة غير مرنة وغير متوافق ، لا ينظر نظرة موضوعية إلى العالم الخارجي ، دائم التأمل في نفسه ، يتخير أصدقائه بحرص ويقتصر على عدد قليل منهم ، خجول وكثير الشك ، وشديد القلق على المستقبل ، ولا يعبر عن انفعالاته ولا عواطفه بصراحة وكتوم (انتصار يوس ، ١٩٩٣ ، ص ٣٠٣) ويتفرع هذا النمط إلى أربعة فروع هي : **الانطوائي التفكيرى** : فيلسوف أو باحث نظري ، يهتم بالأفكار والعالم الداخلي والواقع الداخلي ، خجول وصامت حتى في صحبة الزملاء . **والانطوائي الوجداني** : ينطوي على حالات وجدانية عميقة قوية ، قوى الانفعال ، يحب بقوة ويكره بعنف ، ويحزن بشدة وتحكمه العوامل الذاتية ، يميل إلى العزلة . **والانطوائي الحسي** : ذاتي في إدراكه ، يحب تأمل المحسوسات والطبيعة . **والانطوائي الالهامى** : يهتم بالجانب السلبي والأسود من الخبرات ، ويكل ما هو ذاتي وغريب وغير عادى ومتقلب (نبيل صالح سفيان ، ٢٠٠٤ ، ص ٤٩) .

نظرية العلاقات الشخصية المتبادلة ل كارن هورنى : أكدت هورنى أن العصاب ينتج من علاقات داخلية مضطربة خلال فترة الطفولة أكثر من كونه يرجع إلى دوافع فطرية أو غريزية وخصوصا إن الوالدين ربما يسلكون بطرق مرضية مثل التسلط و الإهانة والقسوة والاستهزاء....والنتيجة أن الطفل لا ينمو فيه الشعور بالانتماء بل ينمو فيه شعور عميق بعدم الأمان والخوف ولذلك استخدمت مصطلح القلق الأساسى **Basic anxiety** والذي ينتج عنه الشعور بالعجز والحل العصابى للتخلص من العجز ينتج عنه رغبات مفترطة للحماية والتحرك تجاه الناس **Moving toward people** أو التحرك ضد الناس **Moving against people** أو التحرك بعيدا عن الناس **Moving away from people** ، والمريض العصابى الذي يتحرك بعيدا عن الآخرين يحاول حل القلق الأساسى للحصول على الأمان بتجنب الاتصال بالآخرين مثل هؤلاء الأشخاص يسعون لان يصبحوا ذوى قدرة (كفاءة) ذاتية كاملة ، ولا يسمح لأي فرد أو لأي شخص آخر أن يصبح أساسيا ولا غنى له عنه ، ولكنهم يحققون هذا الهدف المهم عن طريق التحديد اللاشعوري لحاجاتهم بتحديد عواطفهم و يغالون في تردهم وتفوقهم ، وربما يرفض أن يسأل عن الاتجاهات التي يريدها إذا كان في بلد غريب ، ويميل إلى التصور الباطل بعظمة نجاحه أو تصرفاته ، فهو يشبه شخصا فى غرفة فندق نادرا ما يزرع علامة " ممنوع الإزعاج " من على باب غرفته (محمد السيد عبد الرحمن ، ٢٠٠٦ ، ص ص ١٩٦ - ١٩٨) .

• الدراسات السابقة :

أولاً : الدراسات التي تناولت أحلام اليقظة :

دراسة سهام كاظم نمر (٢٠١٠) فقد هدفت إلى دراسة الفروق بين أحلام اليقظة ذات المحتوى (الإيجابي والسلبي) لدى طلبة المرحلة الثانوية والتعرف على نوع واتجاه العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات وأحلام اليقظة لدى طلبة المرحلة الثانوية ، وتكونت عينة الدراسة من (٤٦٣) طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية (٢٣٨ من الإناث ، ٢٢٥ من الذكور) ، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٣ - ١٩) عام ، وقد تم تطبيق الأدوات التالية : مقياس أحلام اليقظة لسنجر (Singer , 1961) ومقياس تقدير الذات (إعداد : الباحثة) ، وأوضحت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متغير (الذكور والإناث) ومتغير العمر والجنس في أحلام اليقظة ذات المحتوى (الإيجابي والسلبي) ، وأتضح أيضاً أن ذوى تقدير الذات المرتفع لديهم أحلام يقظة بشكل أكبر من ذوى تقدير الذات المنخفض .

أما دراسة ميرا وآخرون (Mara et al., 2011) فهذهت إلى التعرف على علاقة أحلام اليقظة بكل من الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة و الدعم الاجتماعى وقد تم تصنيفهم إلى ثلاث دراسات ، وتكونت عينة الدراسة الأولى من (٤٢١) فرد بواقع (١٦٨ ذكور - ٢٥٣ إناث) ، وقد تم تطبيق الأدوات التالية: مقياس أحلام اليقظة إعداد: (Merckelbach, Horselenberg, Muris, 2001) ، مقياس الرضا عن الحياة إعداد : (Pavot & Diener, 1993) ، مقياس الدعم الاجتماعى إعداد : (Cohen & Hoberman, 1983) ، وأثبتت أن أوجه أحلام اليقظة التى تنتبأ بالرضا عن الحياة تختلف بين الرجال والنساء ، فى حين تكونت عينة الدراسة الثانية من (٥٥٦) من الرجال والنساء ، وأثبتت أن الأفراد ذوى أحلام اليقظة المفرطة أكثر شعورا بالوحدة ، أما الدراسة الثالثة تكونت من (٣٦١) من النساء والرجال ، وأثبتت وجود علاقة ضعيفة بين أحلام اليقظة والدعم الاجتماعى .

ثانياً : الدراسات التي تناولت الانغلاق النفسى :

و دراسة فرانثيسكا وادم (Francesca Gino , Adam D.Galinsky , 2012) هدفت إلى التعرف على تأثير الانغلاق النفسى على الأناية وخيانة الأمانة ، ومدى تأثير الانغلاق النفسى فى

خلق مسافة أخلاقية ، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة بواقع (٢٦٠ أنثى - ٣٤٠ ذكر) من طلاب الجامعة ، وقد تم تطبيق مقياس الانغلاق النفسى و مقياس مزوج للأناثية والأمانة ، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الانغلاق النفسى يجعل الفرد أكثر أنانية ويجعل الفرد يتصرف بشكل أقل أخلاقية ، توجد فروق دالة احصائياً فى الانغلاق النفسى لصالح الإناث .

وسعت دراسة (جمال ذكى و إبراهيم أبو عقيل ، ٢٠١٢) إلى الكشف عن العلاقة بين الوحدة النفسية وكل من الخجل والانغلاق لدى طلبة كلية التربية فى جامعة ، حيث تكونت عينة الدراسة من (١١٩) طالباً وطالبة من كلية التربية بالطريقة الطبقيّة العشوائية حسب المستوى الدراسى، بواقع (٥٦ ذكر - ٦٣ أنثى) ، وقد طبقت عليهم ثلاثة مقاييس وهي: مقياس الوحدة النفسية من إعداد رسل وكترونا (Russell&Cutrona,1984) ، ومقياسي الخجل والانغلاق من إعداد ابن مانع (١٩٩٢) وهما مقياسان فرعيان مقتبسان من مقياس المغايرة ، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطيه إيجابية بين كل من الوحدة النفسية والخجل و الانغلاق ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الوحدة النفسية تعزى إلى (الجنس، المعدل التراكمي، والمستوى الدراسي).

فروض البحث :

١. لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين أحلام اليقظة والانغلاق النفسى لدى الطلاب المتأخرين دراسياً.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً فى أحلام اليقظة .
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً فى الانغلاق النفسى .

• إجراءات البحث :

المنهج المستخدم فى البحث . تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطى حيث يهدف ذلك البحث إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين أحلام اليقظة والانغلاق النفسى ، كذلك الكشف عن الفروق بين الجنسين (ذكور - إناث) فى كل من أحلام اليقظة و الانغلاق النفسى .

عينة البحث :

تكونت عينة البحث الأساسية فى صورتها النهائية من (٢٠٠) طالباً وطالبة الطلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً (الصف الأول و الثانى الإعدادي) ، وقد تراوحت أعمار العينة بين (١٢- ١٥) عاما خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩ م ، وذلك من مدرسة حلوان الإعدادية. بنين ، ومدرسة الشهيد وليد حسن عبد الفتاح الإعدادية . بنات **ومن محكات اختيار العينة ما يلى :**

١. أن تتضمن العينة كلا من الذكور والإناث .
٢. أن تتراوح أعمار أفراد العينة من (١٢-١٥) عامًا .
٣. أن يكونوا من طلاب الصف الأول و الثانى بالمرحلة الإعدادية ، ويرجع اختيار الباحثة لطلاب الصف الأول و الثانى وذلك لعدم انتظام حضور طلاب الصف الثالث إلى المدرسة.
٤. أن يكونوا من طلاب المدارس الحكومية .
٥. أن يكونوا حاصلين على مجموع درجات فى العام السابق أقل من ٦٠ % ، و أن ينحصر معامل الذكاء لأفراد العينة بين ٧٠ - ٩٠ درجة (على اختبار المصفوفات المتتابعة لقياس الذكاء) .

أدوات البحث :

أولاً : مقياس أحلام اليقظة (إعداد الباحثة) :

- مبررات إعداد المقياس :

-بعد اطلاع الباحثة على بعض المقاييس المستخدمة فى الدراسات الأجنبية مثل مقياس جريس (Gruis . M, 2005) فوجدت أن هذه المقاييس غير ملائمة لأغراض البحث الحالى ؛ فمعظم هذه المقاييس طبقت على عينة من طلاب الجامعة والراشدين والمرحلة الثانوية ، وهذه العينات مختلفة تماماً عن عينة البحث.

-عدم ملائمة المقاييس المستخدمة فى الدراسات الأجنبية وبنودها للبيئة المصرية ؛ وذلك لاختلاف الثقافات . فقد يسبب ذلك نوعا من اللبس والغموض لدى عينة البحث .

- لا يتوافر مقياس لأحلام اليقظة في البيئة العربية ولا في البيئة المصرية _ في حدود على الباحثة _ طبق على طلاب المرحلة الإعدادية بصفة عامة وفئة المتأخرين دراسياً بصفة خاصة. لذلك وجدت الباحثة ضرورة تصميم مقياس لأحلام اليقظة يلاءم فئة طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً.

• خطوات إعداد المقياس :

١-مراجعة ما توفر للباحثة من مفاهيم نظرية و دراسات سابقة (عربية - أجنبية) حول موضوع أحلام اليقظة ، وذلك للتمكن من تحديد مفهوم واضح تتبناه الباحثة لأحلام اليقظة ولمساعدتها في استخراج بعض العبارات.

٢- اطلعت الباحثة على مجموعة من المقاييس التي تناولت أحلام اليقظة مثل مقياس أحلام اليقظة ل (لميس محمد منصور ، ٢٠٠٢)، و جريس (Gruis . M., 2005)، و (سهام كاظم نمر ، ٢٠١٠) .

٣- قامت الباحثة باختيار عينة استطلاعية ممثلة لعينة البحث الأصلية لها نفس خصائصها ، وهي العينة الاستطلاعية للدراسة حيث بلغ عددها (١٣٠) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً ، وقد تم الاستفادة كثيرا من استجابات الطلاب والطالبات على الاستبيان حيث تم تحليل الإجابات ووضع علامات تكرارية لأكثر أحلام اليقظة التي تم اختيارها من الطلاب وإجاباتهم على الدراسة الاستطلاعية لوضع أبعاد لمقياس أحلام اليقظة .

٤- تم تحديد الأبعاد الفرعية للمقياس ، ووضع التعريف الإجرائي لكل بعد في ضوء ماتم الإطلاع عليه من مفاهيم نظرية ودراسات سابقة مقاييس سابقة ، وقد صيغت العبارات في صورة تقريرية ، وبلغ عدد بنود المقياس في صورته الأولية (٨٢) بنوداً وزعت على اثني عشر بعداً .

٥- تم عرض المقياس في صورته الأولية على (٨ محكماً) من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوي من جامعة حلوان وعين شمس لإبداء الرأي في مدى وضوح العبارات وارتباطها ببعضها ببعض واستقر المقياس علي (٦٥) عبارة موزعه علي تسعة ابعاد .

٦- صاغت الباحثة التعليمات الملائمة للمقياس ، واستقرت على استخدام مقياس ثلاثى (دائما - أحيانا - ابداً).

○ الخصائص السيكومترية للمقياس .

أولاً : صدق المقياس :

١- صدق المحتوى **Content Validity** : عرض المقياس فى صورته الأولية على (٨ محكماً) من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوى بكلية التربية جامعه حلوان وعين شمس وع لإبداء الرأى حول مدى ارتباط كل مفردة بالبعد الفرعى له مندرجه تحته وكذلك مدى ارتباطها بالمقياس ككل ، وللتأكد من سلامة اللغة وصياغة العبارات ووضوحها ، واقتراح ما يمكن إضافته من عبارات لكل بعد من الأبعاد الفرعية ، وقد أسفرت عملية التحكيم عن حذف بعض العبارات لتكرارها أو لعدم انتمائها للبعد المندرجه تحته ، كما تم تعديل صياغة بعض العبارات لتصبح أكثر وضوحاً للطالب.

٢- صدق التحليل العاملى : **Factor Analysis Validity**

وقد أجرت الباحثة أسلوب التحليل العاملى الاستكشافي على عينة قوامها (٢٥٢) طالباً وطالبة حيث وزعت عبارات المقياس إلى ثمانية محاور ، وقد تم استبعاد (١٢) عبارات وفقاً لنتائج التحليل العاملى ، وبلغت نسبة التباين العاملى الكلى المفسر لها ٣٨.٠٣٥ % .

ثانياً : الاتساق الداخلى :

تم التحقق من الاتساق الداخلى لمقياس أحلام اليقظة على عينة قوامها (٢٥٢) طالباً وطالبة و تم حساب معاملات الارتباط بين مفردات كل عامل فرعى والدرجة الكلية لهذا العامل، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل عامل فرعى والدرجة الكلية للمقياس وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلى عالى.

ثالثاً : ثبات المقياس :

• طريقة الفا كرونباخ

قامت الباحثة بحساب معادلة الفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس وذلك على عينة قوامها (٢٥٢) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية وبلغت قيمة الفا كرونباخ للمقياس ككل (٠,٨٥٣)

• طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان براون وجوتمان.

تم حساب معامل الارتباط لسبيرمان براون بين نصفى الاختبار للمقياس ككل ، حيث بلغ معامل الارتباط بين نصفى الاختبار ككل باستخدام سبيرمان براون (٠,٨٨٥) ، وباستخدام جوتمان بلغت (٠.٨٨٣) .

الصورة النهائية لمقياس أحلام اليقظة وكيفية تصحيح المقياس .

يتكون المقياس فى صورته النهائية من (٥٢) مفردة موزعين على ثمانية عوامل يتضمن كل عامل مجموعة من المفردات (كما وردت بالصورة النهائية للمقياس) كما هو موضح بالجدول رقم (١) التالى :

عدد العبارات	أرقام العبارات	عوامل المقياس
١٢	٢٣ - ١٥ - ١٠ - ٨ - ٧ - ٤ - ٢ - ١ ٥٠ - ٤٤ - ٣٧ - ٣٦ -	العامل الأول (القابلية لشروود الذهن والاستغراق والخوف من الفشل)
٨	٥١ - ٤٦ - ٤١ - ٣٤ - ٢١ - ١٤ - ١٣ - ١١	العامل الثانى (أحلام الثراء والترفية)
٦	٣٩ - ٣٣ - ٢٧ - ١٩ - ١٢ - ٦	العامل الثالث (المغامرات العاطفية)
٧	٣٨ - ٣١ - ٢٤ - ١٧ - ١٦ - ٩ - ٣	العامل الرابع (التصور السمعى والبصرى)
٥	٤٣ - ٣٠ - ٢٩ - ٢٨ - ٢٠	العامل الخامس (أحلام الحرية)
٥	٤٨ - ٤٧ - ٣٥ - ٢٥ - ٢٢	العامل السادس (الأفكار السوداوية)
٥	٥٢ - ٤٩ - ٤٥ - ٤٢ - ٤٠	العامل السابع (أحلام المستقبل)
٤	٣٢ - ٢٦ - ١٨ - ٥	العامل الثامن (أحلام التفوق الدراسى)

يتضح مما سبق أن المقياس يتضمن (٥٢ مفردة) ويتعين على المفحوص داخل المقياس أن يختار إجابة واحدة لكل مفردة من المفردات وذلك وفقا للتدرج الثلاثى (دائما - أحيانا - أبدا) وتأخذ الدرجات (٣ - ٢ - ١) على الترتيب ، وتتراوح الدرجة الكلية لمقياس أحلام اليقظة بين (٥٢ - ١٥٦) ، وتشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع من أحلام اليقظة فتكون أحلام اليقظة مرضية تبتد

طاقته النفسية وتؤثر عليه بشكل سلبي والعكس صحيح فالدرجة المنخفضة تدل على أحلام يقظة منخفضة المعتدلة التي ليس لها آثار سلبية على شخصية الفرد .

ثانيا : مقياس الانغلاق النفسي (إعداد : الباحثة) :

• ميررات إعداد المقياس :

-بعد اطلاع الباحثة على بعض المقاييس المستخدمة فى الدراسات الأجنبية فوجدت أن هذه المقاييس غير ملائمة لأغراض البحث الحالى ؛ فمعظم هذه المقاييس طبقت على عينات مختلفة تمامًا عن عينة البحث الحالى .

-عدم ملائمة المقاييس المستخدمة فى الدراسات الأجنبية وبنودها للبيئة المصرية ؛ وذلك لاختلاف الثقافات . فقد يسبب ذلك نوعا من اللبس والغموض لدى عينة البحث .

-ندرة المقاييس العربية التي تناولت متغير الانغلاق النفسي خاصة لدى الطلاب المتأخرين دراسياً , بل وجدت مقاييس مماثلة بمسميات أخرى . كل هذه الأسباب تدفع الباحثة ضرورة تصميم مقياس للانغلاق النفسي يلئم فئة طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً .

• خطوات إعداد المقياس

-مراجعة ما توافر من كتابات وآراء ومفاهيم نظرية وكذلك دراسات سابقة (عربية - أجنبية) عن موضوع الانغلاق النفسي , وذلك للتمكن من تحديد مفهوم واضح تتبناه الباحثة حول المفهوم ووضع العبارات الخاصة بمتغير الانغلاق النفسي .

-اطلعت الباحثة علي مجموعة من المقاييس العربية والأجنبية التي تناولت متغير الانغلاق النفسي ولكن لم تجد الباحثة مقاييس عربية للانغلاق النفسي بل جميعها مقاييس للوحدة النفسية والعزلة والانسحاب الاجتماعي والتي تعتبر مقاييس مشابهه في المضمون والمعني لمتغير الانغلاق النفسي مثل مقياس الوحدة النفسية ل(نعمان شعبان , ٢٠٠٨) , و مقياس الانغلاق النفسي ل (Francesca Gino , Adam D.Galinsky , 2012) , و مقياس الانغلاق النفسي ل (Kenneth Savitsky et al , 2011) .

- تم تحديد الأبعاد الفرعية للمقياس ، ووضع التعريف الإجرائي لكل بعد في ضوء ماتم الإطلاع عليه من مفاهيم نظرية ودراسات سابقة مقاييس سابقة ، وقد صيغت العبارات في صورة تقريرية ، وبلغ عدد بنود المقياس في صورته الأولية (٦٨) بنداً وزعت على ثلاثة أبعاد .
-صاغت الباحثة التعليمات الملائمة للمقياس ، واستقرت على استخدام مقياس ثلاثي (دائماً -أحياناً - ابداً).

○ الخصائص السيكومترية للمقياس .

أولاً : صدق المقياس :

١-صدق المحتوى **Content Validity** : تم عرض المقياس في صورته الأولية على (١١ محكماً) من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوي من جامعة حلوان لإبداء الرأي في مدى وضوح العبارات وارتباطها بعضها ببعض واستقر المقياس علي (٦١) عبارة موزعه علي ثلاثة ابعاد..

٢-صدق التحليل العاملي : **Factor Analysis Validity**

وقد أجرت الباحثة أسلوب التحليل العاملي الاستكشافي على عينة قوامها (٢٨٣) طالباً وطالبة حيث وزعت عبارات المقياس إلى ثلاثة محاور ، وقد تم استبعاد (١٣) عبارات وفقاً لنتائج التحليل العاملي ، وبلغت نسبة التباين العاملي الكلي المفسر لها ٣٢.٣٦٦ %.

ثانياً : الاتساق الداخلي :

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس أحلام اليقظة على عينة قوامها (٢٨٣) طالباً وطالبة و تم حساب معاملات الارتباط بين مفردات كل عامل فرعي والدرجة الكلية لهذا العامل، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل عامل فرعي والدرجة الكلية للمقياس وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) فيما عدا العبارة رقم (٥٩) فتعتبر غير دالة ولذلك تم حذفها ، مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي عالى.

ثالثاً : ثبات المقياس :

• طريقة الفا كرونباخ

قامت الباحثة بحساب معادلة الفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس وذلك على عينة قوامها (٢٥٢) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية وبلغت قيمة الفا كرونباخ للمقياس ككل (٠.٩٦٤) .

• طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان براون وجوتمان.

تم حساب معامل الارتباط لسبيرمان براون بين نصفى الاختبار للمقياس ككل ، حيث بلغ معامل الارتباط بين نصفى الاختبار ككل باستخدام سبيرمان براون (٠.٨٧٢) ، وباستخدام جوتمان بلغت (٠.٩٢٦) .

الصورة النهائية لمقياس الانغلاق النفسي وكيفية تصحيح المقياس .

يتكون المقياس فى صورته النهائية من (٤٧) مفردة موزعين على ثلاثة عوامل يتضمن كل عامل مجموعة من المفردات تهدف إلى قياس الانغلاق النفسى لدى الطلاب المتأخرين دراسياً كما هو موضح بالجدول رقم (٢) التالى :

عدد العبارات	أرقام العبارات	عوامل المقياس
١٩	١-٢-٧-١٢-١٤-١٦-١٩-٢٣-٢٦-٢٩-٣٥ ٣٦-٣٨-٤١-٤٢-٤٤-٤٨-٥٣-٦٠	العامل الأول(الخواء العاطفي والاجتماعي)
١٥	٥-١٠-١١-١٨-٢٠-٢٥-٢٨-٣٠-٣٧-٤٠ ٤٣-٤٦-٤٩-٥٠-٥٨	العامل الثاني (ضعف الكفاءة الاجتماعية)
١٣	٣-٦-٢١-٢٤-٣١-٣٢-٣٣ ٣٤-٤٥-٥١-٥٤-٥٥-٥٦	العامل الثالث (ضعف الثقة بالنفس)

كما هو موضح من الجدول رقم (٢) تشير (*) الى العبارات السلبية ، ويتعين على المفحوص داخل المقياس أن يختار إجابة واحدة لكل مفردة من المفردات وذلك وفقاً للتدرج الثلاثي (دائما - أحيانا- ابدأ) حيث تعطى العبارات الموجبة (٣ - ٢ - ١) بينما يكون اتجاه التصحيح للعبارات السالبة (١ - ٢ - ٣) وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٤٧-١٤١) وتشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع من انغلاق الفرد على نفسه وانسحابه من المواقف الاجتماعية المختلفة .

ثالثاً : اختبار جون رافن للمصفوفات المتتابعة (اختبار الذكاء):

طبقت الباحثة هذا الاختبار على عينة البحث للتعرف على الطلاب المتأخرين دراسياً ، وذلك لأن منظمة الصحة العالمية واليونسكو قد حددتا معامل ذكاء الطلاب المتأخرين دراسياً ما بين (٧٠ - ٩٠ درجة) (طه عبد العظيم حسين ، ٢٠١٠ ، ص ٤٥٦). هو اختبار المصفوفات المتتابعة لقياس الذكاء (إعداد : جون رافن ١٩٣٨ تعريب : مصطفى فهمي ، فؤاد أبو حطب ، حامد زهران ، على خضر ، يوسف محمود ١٩٧٦) ، هو اختبار غير لفظي ، صممه ريفان Revan في إنجلترا وللاختبار ثلاث صور : الصورة المعيارية وتتضمن (٦٠) بندا تصلح لمستويات عمرية مختلفة تبدأ من عمر الخامسة وحتى مستوى الراشدين والمصفوفات الملون Colores وهو مخصص للأطفال .

• خطوات البحث :

وفيما يلي توضيح لنتائج البحث وتفسيرها

- نتيجة الفرض الأول :

ينص الفرض الأول على أنه : (لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أحلام اليقظة والانغلاق النفسي) : ولاختبار صحة هذا الفرض تم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين درجات أفراد العينة (الذكور / الإناث / العينة الكلية) على مقياس أحلام اليقظة والانغلاق النفسي من خلال الجدول رقم (٣) التالي :

جدول (٣)

المتغير	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
أحلام اليقظة	٠.٢٥٥**	٠.٠١
الانغلاق النفسي		

يتضح من الجدول رقم (٣) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أحلام اليقظة والانغلاق النفسي حيث يتضح أن قيمة معامل الارتباط هي (٠.٢٥٥) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، حيث تشير إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين أحلام اليقظة والانغلاق النفسي، وأنه على

الرغم من انخفاض قيمة معامل الارتباط إلا أن دلالاته الإحصائية تجعله يعبر عن علاقة حقيقية بين متغيري أحلام اليقظة والانغلاق النفسي حيث نرفض الفرض الصفري الذي تم صياغته ونقبل الفرض البديل .

وهذا يعنى أنه كلما زادت الدرجة التي حصل عليها الطالبة أو الطالب المتأخر دراسياً على مقياس أحلام اليقظة كلما زادت الدرجة على مقياس الانغلاق النفسي والعكس صحيح , وترى الباحثة أن هذه النتيجة منطقية حيث ان الطالب المتأخر دراسياً يتعرض للعديد من الاحباطات والضغوط والمخاوف نتيجة تأخره الدراسي, فيلجأ إلى التعويض عن ذلك عن طريق الاستغراق في أحلام اليقظة كوسيلة لتجاوز هذه الصعوبات والتكيف مع المخاوف ومشاعر اليأس التي يواجهها , وبذلك فهي تشكل أداة للهروب من الواقع و متفلسا للشعور بالرضا والقوة , ونتيجة الإفراط في أحلام اليقظة تجعل الطالب المتأخر دراسياً يستغرق وقتاً طويلاً مستغرقاً في الخيال منعزلاً عن الآخرين في عالم افتراضي من الخيال بعيداً عن الواقع , وبالتالي يصبح منغلقاً على نفسه وتقل كفاءته الاجتماعية وعلاقته مع الآخرين . وهذا ما يؤكد فرويد حيث يرى Freud أن كل الأحلام عبارة عن عمليات لتحقيق الرغبات أو لمحاولة تحقيقها فالشخص عندما يصادف حرماناً أو إحباطاً ينغلق على ذاته ويتخيل نفسه وقد أشبعها مما حرمت منه ويحطم العقبات التي أحبطت مساعاه ويسمى هذا النشاط الإشباعى الاهتلاسى بأحلام اليقظة(مديحه محمد العزبي , ١٩٨٥ , ص ٤) . فالشخص المنهمك خلال أغلب الوقت في أحلام اليقظة , لا يكون في الغالب مهتماً بما يدور حوله من أحداث , أو ما هو قائم في الموقف من علاقات , ومن ثم فإنه يكون قليل التجاوب مع المواقف التي تستحق منه أن يتجاوب معها , وأن يبدي الاستجابات والتتاغمات المناسبة لها ؛ فهو لا يبتهج بما يشيع السرور في قلوب الآخرين , ولا يحزن لحزنهم , ولا يساند من يحتاج منهم إلى مساندة ودعم (يوسف ميخائيل أسعد , ٢٠٠٠ ص ١٠٥ , ١٠٧) . يرى سوليفان أن مرحلة ما قبل المراهقة تركز على الحاجة إلى علاقة قوية مع شخصية محددة من نفس الجنس أو صديق حميم , وتمثل علاقة الصداقة في هذه المرحلة علاقة حرجة وحاسمة لأنها تمثل الظهور الأول لعواطف مثل الحب أو الميل المخلص للاهتمام بسعادة شخص آخر , وان حرمان الشخص من إقامة هذه العلاقات يظل الفرد منغلقاً في علاقاته مع الآخرين ومنغمساً في عالم الخيالات , لان هذه العلاقات تساعد على إن يرى ذاته بعيون الآخر , ولذلك فان مرحلة ما قبل

المراهقة تتميز خصوصاً بتصحيحها للاسترسال في الخيال وعدم الإفراط في الأفكار الخيالية حول الذات والآخرين ، وتغيير وجهات النظر غير الحكيمة كالإفراط في التركيز حول الذات وعدم تحمل المسؤولية وعلى هذا الأساس فإن صعوبة التعامل مع الآخرين من نفس الجنس يعكس الفشل في تطوير هذه العلاقات الجوهرية في مرحلة ما قبل المراهقة وهو ما يؤدي بدوره إلى مزيد من الشعور بالوحدة (محمد السيد عبد الرحمن ، ٢٠٠٦ ، ص ص ٢٤٤ - ٢٥٠) . وهذا ما أكدته دراسة ميرا وآخرون (Mara et al., 2011) حيث أشارت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أحلام اليقظة والوحدة النفسية ، وأكدت علي ان الطلاب الذين يستغرقون وقت طويل في أحلام اليقظة وخاصة أحلام اليقظة السلبية يشعرون بالوحدة النفسية .

نتائج الفرض الثاني: -

ينص الفرض الثاني على : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في أحلام اليقظة . ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- Test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين درجات الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في أحلام اليقظة ويوضح الجدول التالي رقم (٤) نتائج هذه الفروق.

جدول رقم (٤) يوضح الفروق بين الجنسين في أحلام اليقظة

المتغير	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	درجات الدلالة	مستوى الدلالة
أحلام اليقظة	الذكور	١٠١	١١٧.٧٦	١٣.٨٦٦	٢٩٣	٢.١٥٨-	٠.٠٣٢	٠.٠٥
	الإناث	٩٩	١٢١.٣٧	١٤.٩١٥				

ينضح من الجدول السابق أن قيمة " ت " دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ، مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في أحلام اليقظة لصالح الإناث ، وبهذه النتيجة لم

تثبت صحة الفرض الثاني . وهناك بعض الدراسات التي اتفقت مع نتيجة هذا الفرض و منها دراسة جلامبرا (Glambra , 1981) و دراسة (مديحه محمد العزبي , ١٩٨٧) و دراسة ليفين ويونج (Levin, young , 2002) حيث اتفقت هذه الدراسات على أن الإناث أكثر استخدامًا لأحلام اليقظة من الذكور وهذا ما أثبتته نتيجة هذا الفرض الحالي . كما أتفقت نتائج دراسة (بشير معمره , ٢٠٠٥) حيث أثبتت أن الطالبات المتأخرات دراسياً يستغرقن في أحلام اليقظة أعلى من الذكور بنسبة (٥٧.١٤ - ٣١.٤٣ %) وذكر أنها من التصرفات التي تلجأ إليها التلميذات المتأخرات دراسياً للهروب نفسياً أو واقعياً من وضعة الدراسى غير الصحيح , فهو ينطوى ويحقق أهدافه ويشبع حاجاته من خلال أحلام اليقظة . فى حين نجد أن بعض الدراسات الأخرى اختلفت مع نتيجة الفرض الحالي ومنها دراسة (محمد محمود هليل , ١٩٨٧) ودراسة (لميس منصور , ٢٠٠٢) ودراسة (سهام كاظم نمر , ٢٠١٠) حيث اتفقت على عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث فى أحلام اليقظة .

وترجع الباحثة اختلاف نتائج هذه الدراسات عن نتيجة هذا الفرض ربما يكون لاختلاف عينات الدراسة عن عينة الدراسة الحالية , فهذه الدراسة طبقت على طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً فى نجد دراسة (محمد محمود هليل , ١٩٨٧) طبقت على طلاب المرحلة الثانوية مبصرين ومكفوفين , ودراسة (لميس منصور , ٢٠٠٢) طبقت أيضا على طلاب المرحلة الثانوية المبصرين والمكفوفين , ودراسة (سهام كاظم نمر , ٢٠١٠) طبقت على طلاب المرحلة الثانوية , وربما يرجع اختلاف النتائج أيضا إلى اختلاف الفترة الزمنية المطبقة بها الدراسة .

وترجع الباحثة استخدام الإناث المتأخرات دراسياً لأحلام اليقظة أكثر من الذكور ربما للأسباب التالية:

-وذلك لان الإناث المتأخرات دراسياً خلال المرحلة الإعدادية يبدأن مرحلة المراهقة قبل الذكور , مما يجعل مشاعرهم متقلبة ويتعرض لضغط نفسى ناتج عن التغيرات النفسية والفسولوجية لمرحلة البلوغ , فيلجئن إلى الإسراف فى أحلام اليقظة ليخرجن من هذا الضغط النفسى الناتج عن تلك التغيرات بتخيلات تجعلهن أكثر سرورا .

-وأیضا لأن الإناث المتأخرات دراسياً أكثر شعورا بالخجل من الذكور , ومن ثم قد يجعلهم الخجل أكثر إسرافاً لأحلام اليقظة حيث يؤكد شيفر وملمان Millman & Scheefer (١٩٩٩ , ص ٤١) إلى

أن الأفراد الذين يعانون من مشاعر الخجل يلجئون عادة إلى أحلام اليقظة كأداة لتعزيز الثقة بالنفس والشعور بالقدرة , ولاسيما أن مثل هؤلاء الأفراد لا يستطيعون التعامل مع المواقف الحقيقية لشعورهم بالعجز أو الخجل , وبهذا فهم يجدون في أحلام اليقظة متنفسا للشعور بالرضا والقوة , مما يؤدي بهم إلى أنهم يظهرون دهشة واستغراب في التفاعلات الاجتماعية وقلق في المواقف الاجتماعية وتكون مشاركتهم أقل وأقل مع الآخرين بالمقارنة مع غيرهم .-كذلك ترجع الباحثة هذه النتيجة وذلك لأن الإناث المتأخرات دراسياً في هذه المرحلة يكونن مشاعرهن مرهفة ولديهن أحاسيس عاطفية مفرطة وذلك لأنهن في بداية مرحلة البلوغ فيلجئن إلى أحلام اليقظة لكي يستغرقوا في مشاعر عاطفية سارة عن طريق تخيلهم بعض المواقف العاطفية و مغامرات عاطفية على عكس الذكور فمعظمهم خلال هذه المرحلة يتأخرون عن الإناث في عملية البلوغ وهذا ما يؤكد شيفر وملمان Millman & Scheefer (١٩٩٩ , ص ٤١) حيث أشاروا إلى أن الخيالات تعطي سروراً أكبر ونسبة أقل من المشاعر السالبة وذلك لأنهم يمضون وقتهم في أحلام سارة لهم وتبدو الابتسامة واضحة على وجوههم أثناء الاستغراق في حلم اليقظة , مما يجعل أحلامهم أكثر تعزيزاً وتحدث بشكل متكرر أكثر .

-أيضا ترى الباحثة أن الإناث عندما يتعرضن إلى مشكلة أو بعض الإحباطات خلال حياتهن اليومية يلجئن إلى أحلام اليقظة وذلك كوسيلة للتغلب على المشكلة و للهروب من الإحباطات عن طريق التخيل فيشير (عماد عبد الرحيم الزغول , ٢٠٠٦ , ص ٢٠٢) إلى إن مثل هذه الأحلام هي أكثر إشباعاً من الواقع ولاسيما عندما يعاني الأفراد أثناء تفاعلاتهم اليومية للكثير من الإحباطات والمخاوف ومشاعر العجز والاضطهاد ولا يستطيعون مواجهتها على أرض الواقع , الأمر الذي يدفعهم إلى اللجوء إلى أحلام اليقظة كوسيلة لتجاوز هذه الصعوبات والتكيف مع المخاوف ومشاعر اليأس التي يواجهها , وبذلك فهي تشكل أداة للهروب من الواقع.

-وترى الباحثة أيضا أن الإناث نتيجة شعورهن بالملل بسبب أوقات الفراغ الكثيرة وذلك لعدم خروجهن كثيراً مثل الذكور بسبب العادات والتقاليد السائدة في المجتمع فأنهم يلجئن لأحلام اليقظة للتخلص من الشعور بالملل ويؤكد سنجر (Singer 1975) أن أحلام اليقظة تعمل على التقليل من الملل وتعمل أيضا على توفير (ملاذ سلمى) من خلال السماح للفرد من التمتع برحلات من الخيال من خلال

تصور مشاهد من الهدوء اللطيف مما تعمل على تحقيق أقصى قدر من المشاعر الايجابية والتقليل من تأثير المشاعر السلبية (Michael Gruis , 2005 , P 13).

نتائج الفرض الثالث: -

ينص الفرض الثالث على : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في الانغلاق النفسي .ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ت (T- Test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين درجات الذكور والإناث المتأخرين دراسياً في الانغلاق النفسي ويوضح الجدول التالي رقم (٥) نتائج هذه الفروق.

جدول رقم (٥) يوضح الفروق بين الجنسين في الانغلاق النفسي

المتغير	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	درجات الدلالة	مستوى الدلالة
الانغلاق النفسي	الذكور	١٠١	١٠٩.١٥	١٦.٠٤٨	١٧٨	٠.٦٣٩	٠.٥٢٤	غير داله
	الإناث	٩٩	١١٠.٧٢	١٦.٩٣٦				

يتضح من خلال الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الانغلاق النفسي، وبهذه النتيجة فقد تثبت صحة الفرض الثالث ومن هنا نقبل الفرض الصفري الذي تمت صياغته . وقد اتفقت مع هذه النتيجة بعض الدراسات مثل دراسة (Laura Jean Mackay , 1999) و دراسة (Jonathon D. Brown et al , 1992) ، و دراسة (دلال طاهر كاظم , ٢٠١٠) و دراسة كينث (Kenneth Savitsky et al , 2011) فقد أثبتت جميع هذه الدراسات علي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغير الانغلاق النفسي وترجع الباحثة هذه النتيجة ربما إلي خصائص المرحلة العمرية التي يمر بها الذكور والإناث وهي مرحلة المراهقة ، حيث يتميز المراهق في هذه المرحلة بالميل إلي العزلة والانطواء والانغلاق علي ذاته منعزلاً عن الآخرين ، نتيجة التغيرات الفسيولوجية السريعة التي تتناوبه في هذه المرحلة وتؤثر علي

سلوكه وعلاقته مع من حوله , كما ترجع الباحثة هذه النتيجة أيضا إلى توافق الضغوط التي يتعرض لها الطالب والطالبة المتأخرين دراسيا نتيجة تأخرهم الدراسي سواء من الأهل أو من معلمي المدرسة حيث أشار ويلين (welen) إلى تجنب الطفل التعرض للناس أو للمواقف أو الأشياء التي تثير في نفسه القلق والضيق بعد أن حدث له إحباط حاجات تتعلق بها , وإذا اضطرت الظروف إلى مواجهه هذه المواقف انغلق وتوقع وعاش مع الناس دون أن يتعايش معهم , ويكف عن أي محاولة للتعامل مع المثير المحبط , وهم يميلون إلى اللعب منفردين , ويميلون إلى الجلوس منعزلين في مقعد منفرد داخل الفصل , ولا يشتركون في الأنشطة الجماعية ويفضلون موقف المشاهد في هذه الأنشطة دون الاشتراك فيها , و يعوضون النقص في الاشتراك في الموضوعات الخارجية بخلق موضوعات خيالية يتعاملون معها في عالم الخيال وقد يؤدي إلى تحويل اهتمامه إلى الفن والقراءة وحب الطبيعة أكثر من اهتمامه بالأشخاص الواقعيين في عالم الواقع .

المراجع

- أميرة عبد العزيز احمد (٢٠٠٩) . التدخل المهني لطريقة العمل مع الجماعات والتخفيف من حدة الانسحاب الاجتماعي للفتيات المحرومات من الرعاية الأسرية . مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية , (٢٦) , ٥ , ٢٣٧٣ - ٢٤٠٧ .
- بشير معمريه (٢٠٠٥). السلوك اللاتوافقي لدى المتأخرين دراسياً . مجلة شبكة العلوم النفسية العربية , العدد (٧) .
- جمال ذكي و إبراهيم أبو عقيل (٢٠١٢) . العلاقة بين الوحدة النفسية وكل من الخجل والانغلاق لدى طلبة كلية التربية بجامعة الخليل . مجلة العلوم الإنسانية كلية التربية جامعة بابل , (٩) , ١ , ٣١٢-٣٠٠ .
- حامد عبد السلام زهران (١٩٩٧) . الصحة النفسية والعلاج النفسى (ط ٣) . القاهرة : عالم الكتب .
- حسن مرضى حسن (١٩٨٣) . الصحة النفسية . بيروت :الدار العالمية للنشر .
- خولة احمد يحيى (٢٠٠٠) . الاضطرابات السلوكية والانفعالية . القاهرة : دار الفكر العربي

- دلال طاهر كاظم (٢٠١٠) . اضطراب الشخصية الاعتمادية وعلاقته بانغلاق الذات والتفكير الانتحاري لدى طلبة المرحلة الإعدادية . رسالة دكتوراه , كلية التربية العراقية .
- سهام كاظم نمر (٢٠١١) . أحلام اليقظة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية . مجلة العلوم النفسية , العدد ١٩ , ٢٠١ - ٢٤٨ .
- شيفر وملمان (١٩٩٩) . سيكولوجية الطفولة والمراهقة : مشكلاتها وأسبابها وطرق حلها . (ترجمة سعيد حسنى العزه) . القاهرة : مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع .
- عبد المطلب أمين القريطى (٢٠١١) . سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة وتربيتهم (ط ٥) . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
- عبد المهدي محمد (٢٠١٣) . فاعلية الدعم الاجتماعي في خفض درجة الانطواء لدى طلبة جامعة أربد الأهلية . المجلة العربية للعلوم الاجتماعية - المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية - مصر , (٤) ٢ , ٢١ - ٥٢ .
- عماد عبد الرحيم الزغول (٢٠٠٦) . الاضطرابات النفسية والسلوكية لدى الأطفال . الأردن : دار الشروق.
- فرج طه , و شاکر قنديل , و حسين عبد القادر , ومصطفى كامل (١٩٩٣) . موسوعة علم النفس والتحليل النفسي . القاهرة : دار سعاد الصباح للنشر .
- فؤاد أبو حطب وآخرون (٢٠٠٣) . معجم علم النفس والتربية . القاهرة : مطابع الأميرية .
- لميس محمد منصور (٢٠٠٢) . أحلام اليقظة عند العميان والمبصرين وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية والتحصيل الدراسي . رسالة دكتوراه , كلية التربية , جامعة حلوان .
- محمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٦) . نظريات الشخصية (ط ٢) . القاهرة : دار غريب للتوزيع والنشر .
- محمد عثمان نجاتي (١٩٩٣) . علم النفس والحياة : مدخل علم النفس وتطبيقاته في الحياة (ط ١٥) . الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع.

- مديحه محمد العزبي (١٩٨٥) . أبحاث في أحلام اليقظة لدى أطفال المرحلة الابتدائية: خصائص وأنماط أحلام اليقظة. القاهرة: مركز دراسات الطفولة.
- ميخائيل إبراهيم اسعد (١٩٩٨) . مشكلات الطفولة والمراهقة (ط ٢) .بيروت: دار الجبل.
- نبيل صالح سفيان (٢٠٠٤) . المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي " دليلك لاكتشاف شخصيتك وشخصية الآخرين " . القاهرة : ايتراك للنشر والتوزيع .
- نبيلة عباس الشورجى (٢٠٠٣) . المشكلات النفسية للأطفال " أسبابها وعلاجها " . القاهرة : دار النهضة العربية .
- يسرى عبد المحسن (١٩٩٠) . المراهقات والطب النفسي . القاهرة: دار الحرية.
- يوسف ذياب (٢٠٠٦) . سيكولوجية التأخر الدراسي : نظرة تحليلية علاجية . عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.
- يوسف ميخائيل اسعد (٢٠٠٠) . أحلام اليقظة مالها وما عليها. القاهرة: دار غريب للنشر.
- Francesca Gino , Adam D.Galinsky (2012) . Vicarious dishonesty: When psychological closeness creates distance from one's moral compass . [Organizational Behavior and Human Decision Processes](#) , (119)1 , 15-26.
- Kenneth Savitsky & Boaz Keysar & Nicholas Epley & Travis Carter & Ashley Swanson (2011) . The closeness-communication bias: Increased egocentrism among friends versus strangers . **Journal of Experimental Social Psychology** , 47 , 269–273 .
- Klinger, E. (2000) . **Day dreams : Encyclopedia of Psychology** . Los Angeles : American Psychological Association .
- Klinger, E. (1990). **Day dreaming**. Los Angeles. Jeremy P. Torcher , Inc .
- Lance H. Linke (2012) . Social Closeness and Decision Making: Moral, Attributive and Emotional Reactions to Third Party Transgressions . **Curr Psychol** , Dol 31 , 291 – 312 .
- Mara, R. Masonb,M. , Litvack , A. (2011) . How daydreaming relate to life satisfaction, loneliness, and social support: The importance of

gender and daydream content. **Consciousness and Cognition**, 10, P P1-7.

- Michael Gruis (2005).Mental life and medical illness : a study of general practice patients . **phd** , univ , psychol , Bogotoa , Colombia .
- R. Weylin Sternglanz , Bella M. De Paulo (2004) . Reading Nonverbal Cues to emotion: The Advantages and Liabilities of relationship Closeness . **Journal of Nonverbal Behavior** , 28(4) , 245-266 .
- Sue A. Rodri'guez , Norma J. Perez-Brena , Kimberly A. Updegraff (2014) . Taylor Emotional Closeness in Mexican-Origin Adolescents' Relationships with Mothers, Fathers, and Same-Sex Friend . **Journal Youth Adolescence** , (43) , 1953 – 1968 .