



مشكلات المراهقة وطرق التعامل معها

الدكتور لكحل لخضر

جامعة الجزائر «2»

المشكلات النفسية

تعتبر المراهقة مرحلة انتقال حرجة من الطفولة وبراءتها إلى الكهولة ومتطلباتها. وقد عبر عنها روسو بأنها مرحلة ميلاد جديدة. ويفهم من ذلك أنه إذا كان الطفل في ميلاده قد عرف عالم البشر، فإن المراهق يزداد معرفة لهذا العالم، إذ أنه يكتشف عالم الراشدين الذي كان يشاهده ولا يدركه. ولكن هذا المستوى من النمو لا يعني أن المراهق أصبح راشداً، فبينه وبين هذا المستوى مرحلة حرجة تتطلب تحقيق مجموعة من المساعدات النفسية والاجتماعية.

إن فهم المراهقة وحاجاتها يعتبر عنصراً أساسياً في تكوين المشرفين على تربيتهم، وأي تقصير في معرفة المراهقة وخصائصها من شأنه أن يؤثر سلباً على التفاعل الذي ينبغي توفره بين الأستاذ وتلامذته.

وإن الملاحظ للعلاقة بين المراهقين والمشرفين على تربيتهم يسجل في كثير من الأحيان درجة معينة من التنافر بين الطرفين. وإذا أردنا تحليل الموقف التعليمي وما يتطلبه من شروط النجاح، فإننا نسجل أن الانتباه الذي يعتبر جلبه مقياساً حقيقياً للكفاءة في المجال البيداغوجي يتأثر تأثراً كبيراً بنوعية هذه العلاقة. فنستنتج إذن أن المربي الناجح ليس فقط ذلك الذي يحسن فهم مادته وتبليغها، وإنما زيادة على هذا وبأهمية كبيرة هو ذلك الذي يحسن فهم خصائص المتلقي ليعامله وفقها.

لهذه الأسباب استوقفنا موضوع المراهقة ورأينا أنه من الضروري تناوله، وهذا من أجل التقرب أكثر من أفراد هذه الفئة والولوج في أعماق نفسياتهم، وكذلك من أجل فهم مشكلاتهم وآمالهم. ومن شأن هذه المعرفة أن تجعل المربي يستنتج الطرق المناسبة لمعاملة أفضل من شأنها أن تجعل فرص النجاح أوفر وأن تحقق الرضا عن الانجاز عند المشرفين والراحة النفسية والاندماج الاجتماعي السليم عند المراهقين.

وللوصول إلى تحقيق هذه المقاصد، ارتأينا أن نتناول مشكلات المراهقة في جانبها النفسي والاجتماعي والمدرسي باعتبارها المشكلات التي تفرض نفسها بشكل واضح على المراهق نفسه وعلى المتعاملين معه، ويتضمن تناول مشكلات المراهق بالضرورة العناصر المرتبطة بها سواء ما تعلق بالنمو في مختلف مظاهره أو الخصائص النفسية أو علاقة المراهق بمحيطه الاجتماعي والمدرسي. مبتدئين بمفهوم المراهقة، لننتقل بعدها إلى حياة المراهق النفسية حيث نسعى إلى معرفة خبايا نفسية المراهق، ثم يأتي مبحث المراهق والمجتمع لنبين فيه كيف يتأثر المراهق بشئى المؤثرات الاجتماعية من أسرة وقيم وأخلاق ووسائل إعلام وغيرها، وأخيرا نتعرض إلى المراهق والمدرسة وذلك من أجل معرفة كيفية تفاعل المراهق مع هذا المحيط وما هي المشاكل التي يتلقاها فيه. إن فهم مشكلات المراهقة ما هو في حقيقة الأمر إلا مرحلة مهددة لموضوع آخر لا يقل أهمية ألا وهو تحديد طرق التعامل مع هذه المشكلات تبعا لنوعها، وهو الموضوع الذي نسعى كذلك إلى الوقوف عنده في هذه الدراسة. نسأل الله أن يكون هذا العمل المتواضع مفيدا ونافعا.

مفهوم المراهقة:

جاء في لسان العرب لابن منظور أن المراهق هو : «الغلام الذي قارب الحلم» (شيشوب، 1991)، وعرفه الجرجاني في التعريفات بأنه : «صبي قارب البلوغ وتحركت آلته واشتهى». نلاحظ في هذين التعريفين أن المراهقة قد حددت تحديدا زمنيا وعضويا، فمن الناحية الزمنية ترتبط المراهقة بقرب الخروج من مرحلة الصبا ومن الناحية العضوية ترتبط بالتغيرات الفيزيولوجية التي سيستج عنها بلوغ الحلم. ويطلق على هذه الفترة في علم النفس الحديث مصطلح مرحلة البلوغ Puberté والتي جاء تعريفها في معجم ليتري LITRE بأنها : «الفترة التي يبدأ الشعر في الظهور» (شيشوب، 1991).

وقد ظهر مصطلح المراهقة في اللغة الفرنسية حسب بلوش BLOCH ووارتبورغ WARTBURG في القرن الثامن ومصطلح المراهق في القرن الذي يليه (J.LEIF. J.DELAY, 1983). فكلية Adolescent مشتقة من فعل Adolescere في صيغة المضارع التي تعني النمو، عكس كلمة Adultus المشتقة من نفس الفعل في صيغة الماضي والتي تعني أن عملية النمو قد وصلت إلى نهايتها (J.LEIF. J.DELAY, 1983).

ولا يهمنا في هذا المجال التعرض إلى مزيد من التفريعات اللغوية، بقدر ما يهمنا محاولة تحديد مفهوم المراهقة.

إن المراهقة ترتبط أساسا بالتغيرات الطارئة على الطفل بعد البلوغ، وما يقابل هذا التغير الحاصل



لدى المراهق من تغيرات سلوكية تفرضها الحياة الاجتماعية. والإشارة إلى هذا المعنى واضحة في قول الله تعالى: «وإذا بلغ الأطفال منكم الحلم فليستأذنوا كما استأذن الذين من قبلهم» من سورة النور الآية 59. فبلوغ الأطفال الحلم (تغير عضوي) يقابله الإستئذان (مطلب سلوكي اجتماعي)، وهو ما لم يكن قبل بلوغ الأطفال هذا المستوى من النمو. ويقول ويتيج عن تحديد فترة المراهقة: «تتمد فترة المراهقة من بداية البلوغ وحتى العام الثامن عشر تقريباً من حياة الفرد، وتتميز بنهاية المراهقة باكتمال نسبي لعملية النمو ووصول هيئة جسم المراهق إلى صورة قريبة من جسم الراشد (ويتيج، 1994)». ويقول الدكتور فؤاد البهي السيد: «المراهقة بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج، وهي بهذا المعنى عند البنات والبنين حتى يصل عمر الفرد إلى 21 سنة، وهي بهذا المعنى تتمد من البلوغ إلى الرشد» (بهي السيد، 1997).

إن المتأمل في مرحلة المراهقة بناء على الدراسات النفسية والجسمية، يستنتج أن حل الدراسات تتفق على أن المراهقة هي مرحلة أزمة حقيقية يعيشها الإنسان. وأطراف هذه الأزمة تتمثل في التوازن بين النفس والجسم عند المراهق ذاته من جهة، وبين هذا الكيان المتكامل والمحيط الاجتماعي الذي يوجد فيه من جهة أخرى.

فمن الناحية الجسمية يحدث تدفق ظاهر في النمو في مدة زمنية قصيرة بالمقارنة مع فترة الكمون السابقة، وكذلك تبلغ الغريزة الجنسية غوها الكامل. إن هذه التغيرات كفيلة بأن تخرج المراهق نهائياً من مرحلة الطفولة، ولكن تبقى مشكلة التوازن بين النمو الجسدي من جهة والحياة النفسية للمراهق من جهة أخرى، مطروحة بقوة.

فليس هذا النمو الظاهر دليلاً على التوازن بين مظاهر النمو المختلفة، إذ نستطيع القول منذ البداية أن نهاية هذا النمو هو مرحلة الرشد، وهي المرحلة التي يتحقق فيها هذا التوازن المطلوب، وبمجرد حدوثه نقول أن الشاب أصبح راشداً.

كما أن المجتمع ولأسباب متعددة، تبقى نظرتهم للحياة الداخلية للمراهق متميزة بالسطحية وعدم التفهم. فالنمو الجسدي عند كثير من الناس يكفي وحده لتحديد مرحلة الرشد. فتتسبب تغيرات في المعاملة ينجم عنها تضاييق وتفاعل سلبي من طرف المراهق، مما يجعله يبحث عن ذاته في عالم خاص، قد يكون أحلام اليقظة أو جماعة الرفاق أو الجنوح أو الانطواء والاعتزال، وبصفة عامة كل مظاهر عدم التكيف مع المجتمع سواء في مجاله الواسع أو في مجال أكثر تحديداً يمثل بصفة خاصة في الأسرة والمدرسة.

وبهذا يمكننا القول أن المراهقة هي مرحلة انتقال من عالم الطفولة إلى عالم الكهولة، تتميز أساسا بتغيرات جسمية وتفاعلات نفسية، تكون في غالب الأحيان سلبية تؤدي إلى صعوبات في التكيف، وتنتج هذه السلبية بصفة رئيسية بسبب عدم تفهم أفراد المجتمع للحالة التي يعيشها المراهق.

تدفق النمو وآثاره النفسية

يترك النمو المتزايد في هذه المرحلة آثارا نفسية على المراهق، تجعل من الضرورة الإحاطة بها حتى يكون التعامل معه مراعيًا لما يبحث عنه المراهق من توازن بين نموه الجسدي من جهة والعقلي والانفعالي من جهة أخرى. فنجد أن المراهق على المستوى النفسي لا يستطيع في تقديره لذاته مواكبة هذا التغير السريع والمفاجئ، فيعيش حالة من اللااستقرار تجعله عرضة للاضطرابات المختلفة التي تظهر جليا في زيادة القلق والمليل إلى العزلة والهروب من الواقع عن طريق أحلام اليقظة.

وعلى المستوى العضوي، فإن الزيادة في الضغط قبل الوصول إلى التوازن، تجعل المراهق معرضا للإغماء والإعياء والصداع والتوتر والقلق. كما أن الزيادة المعتبرة في الحجم الطولي والوزني تجعل المراهق يقبل على الأكل بنهم وشراهة، مما يجعله عرضة لسخریات الآخرين وعدم تفهمهم.

كما أن نمو الغريزة الجنسية واستعدادها لأداء وظيفتها، يجعل المراهق يدرك أشياء جديدة لا عهد له بها في السابق. وهنا تبدو الحاجة ملحة إلى تربية جنسية تعتمد على النوعية ومواجهة المراهق بالحقائق الجديدة عوض النفور الذي يجعله عرضة لانحرافات كثيرة قد تؤثر حتى على مسار حياته مستقبلا.

إن النمو الجسدي السريع كما يتطلب اعتناء خاصا في مجال الغذاء وبالتالي العمل على تزويد جسم المراهق بالطاقة الحيوية الضرورية له، فإنه يتطلب أيضا تفهما لإقبال المراهق خلال مدة محددة على الأكل بشره، فعوض توبيخه ينبغي إشعاره بأن الغذاء ضروري لجسمه ويعلمونه بعد ذلك آداب الأكل التي يتقبلها إن قدمت له بما يوافق احترام شخصيته.

كما أن ظهور الغريزة الجنسية لا ينبغي مقابلته بالنفور الشديد وعدم الخوض في الحديث عنها، بل إنه من المطلوب التحضير للخوض في هذا الموضوع منذ مرحلة الطفولة، وهذا بطبيعة الحال دون الخروج عن نطاق الآداب العامة. فالتربية الجنسية لا تعني الدعوة إلى الانحراف بحجة تحقيق الحاجة، وإنما تعني بالدرجة الأولى الاعتراف بالواقع الجديد الذي يعيشه المراهق، والتوجيه السليم القائم على الأخلاق والتعويض المناسب الذي يمكن المراهق من تفريغ طاقته في أصناف مفيدة من النشاطات كالرياضة والمطالعة والترويح على النفس... ونجد أيضا أن تشجيع المراهق ومساعدته على الثقة في



نفسه وعلى تجاوز الأزمة التي يعيشها، يعتبر من أبرز الخدمات التي يمكن أن يقدمها المحيطون بالمراهق له، وهذا حتى يصل إلى سن الرشد دون مضاعفات تخل من التوازن والانسجام الذي ينبغي أن يكون عليه الراشد.

الحياة النفسية للمراهق

نحاول في هذا الجزء التعرض ولو باختصار إلى أهم مظاهر الحياة النفسية للمراهق، والهدف من التعرض لهذه المظاهر يرتبط بمعرفة خصائص المراهقة في جانبها النفسي، الذي كثيرا ما يعتريه إهمال يعبر عن عدم فهم من طرف الراشدين، كما نهدف من خلال تناول هذه المظاهر إلى تحديد أوجه التعامل السليم مع المشكلات التي قد يتعرض لها المراهق نتيجة لهذه الخصائص النفسية. ويمكننا تناول هذه المظاهر على النحو التالي :

النزعة الاستقلالية

ومن مظاهر هذه النزعة، تجاهل المراهق للآخرين وكثرة خصومته للراشدين وكذلك الجهد الذي يبذله من أجل التخلص من سلطة الوالدين والمربين (أوبير، 1996)، وهذا بطبيعة الحال حين يجد المراهق عدم تفهم هؤلاء لمطالبه واهتماماته.

فالنزعة الاستقلالية نتيجة حتمية لمستوى النمو الذي وصل إليه المراهق، ولا ينبغي أن ينظر إليها نظرة سلبية، لأن هذه النظرة من شأنها أن تحول كل سلوكيات المراهقين إلى مظاهر من التمرد والعصيان، بل إن المبالغة في الانتقاد واللوم على المراهق هو الذي يحوله إلى الانحراف في كثير من الأحيان. ومن هنا تفسر هذه النزعة بأنها سير في اتجاه تأكيد الذات الذي تحتاجه نفسية المراهق لتحقيق التوازن المنشود، وينبغي أن يجد عند الراشدين الرعاية المعبرة عن التفهم وحسن التوجيه حتى أمام السلوكيات التي لها طابع الرفض للخضوع أمام سلطة الوالدين والمربين.

ولعلنا نجد تفسيراً لهذا السير نحو التوازن في رأي يياجييه عن التمرکز حول الذات في مرحلة المراهقة وذلك في قوله : « كل اكتساب ذهني جديد يتجه نحو تمثيل العالم الخارجي في عملية تمرکز حول الذات، ولا يكتسي توازنه إلا في فترة لاحقة، لذلك يمكن الحديث عن تمرکز الذات عند المراهق شبيه بتمرکز الذات عند الطفل ويتمثل في الاعتقاد في قوة التفكير وضرورة خضوع العالم للفكر » (Piaget, 1964، وشبشوب 1991).

وفي نهاية المراهقة، يبدو المراهق أكثر واقعية وتزول عنده السلوكيات العدوانية المرتبطة بهذه النزعة، مما يدل على الاستقرار النفسي والتوازن الوجداني.

تقدير الذات

ويقصد به تقييم المراهق لنفسه ونظرته إليها. ويكون هذا التقدير إما سلبيا وإما إيجابيا. ويرتبط تقدير الذات ارتباطا وثيقا بالمحيط الذي يعيش فيه المراهق. فإما أن يكون هذا المحيط مشجعا ومتفهما وبالتالي يكون التقدير إيجابيا وتظهر آثاره في الرضا عن الذات وسرعة تحقيق التوازن النفسي والانسجام الوجداني، وإما أن يكون هذا المحيط على العكس من ذلك، فيصاب المراهق بكثرة الإحباطات الناجمة أساسا عن عدم تحقيق حاجياته والتعارض الموجود بين تطلعاته ومحيطه. وتظهر آثار هذا التقدير السلبي في عدم الرضا عن الذات والسلوكات المنحرفة والاكتئاب والانطواء والابتعاد عن الناس. وتظهر العلاقة بين تقدير الذات والمحيط بشكل واضح عند المراهقين الذين يعانون من بعض الاضطرابات العضوية أو النفسية. فالمراهق المصاب بالبرص مثلا يكون أكثر تأثرا بمحيطه في تقديره لذاته ونفس الأمر ينطبق على المراهق الذي يعاني من أزمات نفسية عصابية بشكل خاص. وإنما أضفنا هذه الحالات المرضية، لكي نعلم دور المحيط في تمكين المراهق من تقبل ذاته وغرس بذرة أمل فيه تجعله يتطلع لمستقبل زاهر تزول فيه تأثيرات اضطراباته إلى أبعد الحدود. وبهذا نتجاوز التأثير السلبي للمحيط على جميع المراهقين أسواء ومرضى.

أحلام اليقظة

جاء في معجم علم النفس للدكتور فاخر عاقل تعريفها كما يلي: «تفكير راغب أولا هدف له يتم أثناء اليقظة ويتخذ شكل سلسلة من طويلة من الخيالات غير المضبوطة والمغامرات الخيالية» (عاقل، 1982).

ويعرفها لافون R. LAFON بأنها حالة من الشرود عن الواقع، وتتواصل خلالها نشاطات الذهن دون انتباه وتنبعث غالبا من اللاشعور (Lafon 1973).

وجاء في تعريفها أيضا بأنها: «أفكار سارة متمنة خيالية، هي عادية في الأطفال العاديين، إن لأحلام اليقظة علاقة بالأشياء المخزنة في أوقات غير ملائمة ولها علاقة على عدم إعطاء الانتباه». (شيفر وملمان، 2006).

وتكثر هذه الأحلام بشكل ملفت للانتباه خلال المراهقة المبكرة، وهذا يستدعي من الراشدين وبصفة خاصة المشرفين على التربية، اجتناب كثرة اللوم وبصفة أشد كثرة الضغط على المراهقين، لأن التعامل السلبي من طرف الراشدين يجعل المراهق يسبح في أحلام يرى فيها المجتمع المثالي الذي يقدره ويعطيه مكانته اللائقة به. وعلى حد تعبير الدكتور الجسماني: «المراهقون يحكم تكوينهم النفسي



والفلسفي والاجتماعي الجديد يفكرون وكأنهم في عالم آخر ومن هنا تحصل الفجوة بينهم وبين الذين يحيطون بهم ولكل من الفئتين معايير يلتزم بها» (الجسماني 1994).

صعوبات التكيف

ما دامت المراهقة نقطة تحول في حياة الإنسان، من الطفولة إلى الكهولة، فإنه يكتنفها المرور بمجموعة من الصعوبات التي تميز مرحلة الانتقال. ويمكننا حصر صعوبات التكيف في المراهقة في مستويات ثلاث كما يلي:

المستوى النفسي: وهي صعوبات تتعلق بالتكيف النفسي، أي بمدى قبول المراهق لذاته، ومدى قدرته على تحقيق الانسجام النفسي في هذه المرحلة المتميزة بالاضطرابات والقلق والمخاوف المختلفة. وتكون رغبة المراهق قوية وصراعه عنيفا من أجل تأكيد ذاته، فمن مجموع الرغبات التي يريد المراهق من خلالها تأكيد ذاته، نذكر الحاجات المرتبطة بهذا المستوى كما يلي:

- الحاجة إلى المكانة.
 - الحاجة إلى الاستقلال.
 - الحاجة إلى تحقيق أبعاد الذات، وهي موزعة كما يلي : الذات الواقعية، الذات الانتقالية والذات الاجتماعية.
 - الحاجة إلى الانتماء.
 - الحاجة إلى التخلص من المخاوف.
 - الحاجة إلى العطف والمحبة.
 - الحاجة إلى التحرر من روح الشعور بالإثم والذنب.
 - الحاجة إلى المشاركة والتعاون.
- فمن خلال الرضا عن الذات أو السخط عنها، ومن خلال تحقيق حاجات المراهق النفسية أو عدم تحقيقها، نجد أنفسنا أمام أربعة احتمالات:

1. التمرد دوماً سبب، والانفعال الجامح والانسياق وراء النزوات.
2. التكيف النفسي المنسق والتوازن الانفعالي الرصين.

3. الولوج في السلوك المنحرف، والخضوع لسيطرة الأوهام والوساوس.

4. الانطواء والاكنتاب وبالتالي العزوف الكلي عن الحياة الاجتماعية.

يعتبر الإحتمال الأول والثالث والرابع من هذه الاحتمالات مظهرًا من مظاهر التكيف السلبي الناتج عن صعوبات على المستوى النفسي.

ولا يفوتنا في هذا المجال الإشارة إلى الأهمية البالغة للحياة الجنسية عند المراهقين، والتي كثيرا ما يتعلم المراهق تفاصيلها من أقرانه. والمطلوب في هذه الحالة أن تكون محل اهتمام من طرف الأسرة والمدرسة على وجه الخصوص، وذلك بإدماج عنصر التربية الجنسية في البرامج التعليمية بشكل مهذب يتناسب مع القيم والمعايير والأخلاقية. فإهمال الحياة الجنسية للمراهق كثيرا ما تنجم عنه صعوبات في التكيف واضطرابات في السلوك كان من الممكن تجنبها لو تمت التربية الجنسية بشكل مناسب. ولعل المتأمل في آية استئذان الأطفال يستطيع أن يفهم الحكمة من ذلك، فبأسلوب التعريض يفهم المراهق الحدود التي ينبغي التوقف عندها، ويفهم شيئا فشيئا العلاقة الموجودة بين الزوجين. وينتهي به إلى فهم الحكمة من الزواج، وقيمة الإعراض عن الحرام...

المستوى المدرسي: وهي صعوبات تتعلق بالتكيف المدرسي، وقد تكمن أسباب هذه الصعوبات في الطابع السلطوي الذي تتميز به أغلبية المدارس، سواء السلطة التي تمارسها الإدارة، أو تلك التي يمارسها المدرس أو سلطة أخرى ممارسة من طرف الأقران.

وقد تعود أسباب هذه الصعوبات إلى سلطة رابعة تتمثل في الضغوطات الممارسة من طرف الأولياء، بحيث يجد المراهق نفسه عاجزا عن تحقيق النتائج التي يطمح إليها أولياؤه وبالتالي يتكون لديه نفور من المحيط المدرسي ويرغب في الهروب منه وعدم الرجوع إليه.

كما أن هذه الصعوبات قد تنجم عن الخوف من الفشل الذي يسيطر على كثير من المراهقين، مما يجعل المحيط المدرسي مفعما بالمؤثرات السلبية التي تنتقل إلى المجال النفسي فتتولد الرغبة الشديدة في الانغلاقات من تلك المخاوف.

المستوى الاجتماعي : ويقصد بها صعوبات التكيف مع المحيط الاجتماعي، وتتخذ مظهر النفور والابتعاد. ويدخل ضمن هذا المستوى تكيف المراهق مع أسرته، فالعلاقة الموجودة بين المراهق من جهة وأسرته وباقي أفراد المجتمع من جهة أخرى، تحدد درجة التكيف فيتكون الاتجاه إما إيجابيا وإما سلبيا.



ونذكر في هذا المستوى مثالا يتعلق بأسباب صعوبات التكيف الناجمة عن المعاملة داخل الأسرة، فمن خلال دراسة حول هذا الموضوع كانت إجابة أحد المراهقين كما يلي: (الجسماني، 1994)

«لدي شقيق وشقيقة وكلاهما أصغر مني، وهما في رأي أُمي ملكان، وهذا خلال نظرتهما إزائي. فأصغر الأمور تحدث في البيت أجد نفسي موضع اللوم والتفريع. وكثير ما يثقل علي عندما أجد والدي سريعَي الالتفات علي بالتأنيب وكأنه كان مفروضا علي في أن أتحمّل أخطاء غيري من أفراد أسرتي. ولا أفعال في هذا ذرة من الإنصاف. أما كان يجدر بأبوي أن يتأنيا في استبانة مصدر الخطأ قبل التوجه إلي بالاتهام».

ويبدو جليا في هذا المثال درجة الإحباط التي وصل إليها هذا المراهق، ولعل استمرارا منطقيا لهذه المعاملة، قد يؤدي إلى الانحراف أو إلى الهروب من البيت وهي ظاهرة كثيرة الانتشار في هذه المرحلة.

ونكتفي بهذا القدر في موضوع الحياة النفسية ذات التشعبات الكثيرة في هذه المرحلة، وإذا أضفنا إليها الصعوبات المتعلقة بالنمو الانفعالي يبدو لنا جليا الصراع الذي يعيشه المراهق وتزداد هذه المشاكل حدة إذا وجدت محيطة اجتماعيا غير مهال بحسن المعاملة ولا بالتخفيف من حدتها. وتبقى الحياة النفسية للمراهق ذات تأثير كبير على تواجده في المجتمع والمدرسة وهما العنصران اللذان ستعود إليهما في الأعداد اللاحقة إن شاء الله.

المراجع:

- أويير، رونيه. التربية العامة. ترجمة د. عبد الله عبد الدائم، دار العلم للملايين ط. 8. 1996.
- البهي السيد، فؤاد. الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة. دار الفكر العربي، القاهرة 1997.
- الجسماني، عبد العلي. سيكولوجية الطفولة والمراهقة. الدار العربية للعلوم ط1، بيروت 1994.
- شيشوب، أحمد. علوم التربية، الدار التونسية للنشر، المؤسسة الوطنية للكتاب 1991.
- شيفر وملمان. سيكولوجية الطفولة والمراهقة - مشكلاتها وأسبابها وطرق حلها. - ترجمة سعيد حسني العزة. دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان 2006.
- عاقل، فائز. معجم علم النفس. دار العلم للملايين، ط3، بيروت 1979.

- ويتيج، أنوف. مقدمة في علم النفس. ترجمة د. عادل عز الدين الأشول وآخرون. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1994.

مراجع باللغة الأجنبية:

- J. Leif - J. Delay. Psychologie et Education. tome 2 et 4. Ed: Fernand Nathan 1983.
- Lafon, Robert. Vocabulaire De Psychopedagogie Et De Psychiatrie De L'Enfant. P.u.f 1973.
- Piaget, Jean. six etudes de psychologie. Ed: Denoël 1964.