دور التصميم الداخلي لغرف المراهقين في مساعدتهم على تخطي تلك المرحلة العمرية في ظل المؤثرات النفسية الداخلية والخارجية

The role of interior design for teenage rooms in helping them overcome that age stage with internal and external psychological influences

م.د/ منى سيد عثمان بدر عثمان

مدرس بقسم الديكور والعمارة الداخلية - بالمعهد العالي للفنون التطبيقية - السادس من أكتوبر

Dr. Mona Sayed Othman Badr

Lecturer, Department of Decoration and Interior Architecture - Higher Institute of Applied Arts - Sixth of October

mona83art@gmail.com

ملخص البحث

يرتبط تصميم المسكن دائمًا بواقع المجتمع الذى يعيش فيه الفرد وكذلك بمتطلباته واحتياجاته وموارده المادية المتاحة ، ولم تعد أهمية المسكن تكمن فى كونه مأوى فقط بل زادت أهميته وأصبح من الضرورى أن يفى هذا المسكن بحاجات الأسرة كلها، التي تكاد لا تخلو من وجود مراهق بين أفرادها.

يزداد تحدي الوصول إلى السلام والسعادة الداخلية لدى المراهق صعوبةً يوماً بعد يوم، حيث أثرت كل من متطلبات الحياة الكثيرة، وسرعتها الفائقة، وعدم الفهم الكامل لقوانينها، والتخبط مع الأفكار والموروثات الخاطئة؛ على فهمه العميق للأمور.

من هنا يأتي دور التصميم الداخلي في تهيئة الفراغ السكني للمراهق، ليس فقط عن طريق تلبيه احتياجاته الفسيولوجية التي تعتمد عليها ممارسة الأنشطة اليومية بل يمتد إلى تحقيق الاحتياجات السيكولوجية والتي بدورها تعمل على تعزيز العواطف الإيجابية لديه، ويعد تعزيز العواطف الإيجابية داخل المسكن واحدًا من أولويات الحياة المعاصرة، فمراهق العصر الحديث محاط بالضغوط النفسية العديدة الناتجة عن صعوبات الحياة، هذا ما يجعله يسعى لتحقيق بيئة آمنة وهادئة في مسكنه.

كلمات مفتاحية

التصميم الداخلي للمسكن، تصميم غرف النوم، مرحلة المراهقة، الإحتياجات السيكولوجية والفسيولوجية للمراهق.

Abstract:

The design of the residential building is always related to the reality of the society in which the individual lives, as well as to its requirements, needs and available material resources. The importance of the house no longer lies in being a shelter only, but rather its importance has increased and it has become necessary for this house to meet the needs of the whole family, which is almost not without the presence of a teenager among its members.

The challenge of achieving peace and inner happiness for the teenager is becoming more and more difficult day by day, as the many demands of life, its high speed, the lack of full understanding of its laws, and the confusion with the wrong ideas and legacies have affected; His deep understanding of things.

From here comes the role of interior design in creating the residential space for the adolescent, not only by satisfying his physiological needs on which the practice of daily activities depends, but also extends to achieving psychological needs, which in turn works to enhance his positive

emotions, and promoting positive emotions inside the house is one of the priorities of life Contemporary, modern teenager is surrounded by many psychological pressures resulting from the difficulties of life, this is what makes him strive to achieve a safe and calm environment in his home.

Keywords

The interior design of the residential building, the design of bedrooms, the adolescence stage, the psychological and physiological needs of the adolescent.

مقدمة

التصميم الداخلي هو فن التعامل مع الفراغات الداخلية لإيجاد الجو المناسب وتحقيق الراحة النفسية لشاغلي الفراغ عن طريق توزيع وتوظيف عناصر التصميم الأساسية: (أسقف - أرضيات - حوائط - وحدات الأثاث)، والعناصر المعمارية: (أدراج "سلالم" – فتحات معمارية)، والعناصر المؤثرة من: (الضوء - اللون – التهوية – الصوت)، عناصر مكملة: (الإكسسوار بأنواعه : الساعات – الفازات – النوافير - العناصر الخضراء).

يعد المراهق أحد أهم شاغلي المنشأ السكني، الذي لديه احتياجات يعد إرضاءها عاملاً مساعداً على حسن توافقه مع بيئته، وعلى نموه السليم، وقد اجتمع معظم العلماء على أنه يكافح باستمرار لتحقيق حالة من الاتزان والثبات النسبي للمحافظة على بقائه واستمراره، كذلك فهم متفقون على أن وراء كل دافع أو سلوك حاجة لم تشبع، وعدم إشباع هذه الحاجة يترتب عليه وجود مشكلة لديه، لذلك فإن فهم مشكلاته لا يتم بالشكل الصحيح إلا إذا تم الرجوع إلى حاجاته، والتعرف على هذه الحاجة مما يساعد في توجيهه ورعايته الرعاية الصحيحة.

من هنا يأتي دور المصمم الداخلي في تهيئة الفراغ السكني للمراهق وجعله أكثر راحة وملائمة للإستخدام، من خلال إتباع الأسس الوظيفية والجمالية الصحيحة المؤثرة على بنية التصميم الداخلى الجيد والمحققة للأستدامة، والذي بدوره يعمل على تعزيز العواطف الإيجابية لدى المراهق. [١]

مشكلة البحث

يسعى المراهق من خلال أفكاره، وسلوكه إلى تحقيق بعض حاجاته الملحة والضرورية، لإعادة اتزانه الجسمي، والنفسي والفكري والاجتماعي وعدم إشباع هذه الحاجات يترتب عليه وجود مشاكل لديه، لذلك فإن فهم مشكلاته لا يتم بالشكل الصحيح إلا إذا تم الرجوع إلى حاجاته.

إغفال العديد من المصممين دراسة مرحلة المراهقة ومتطلباتها النفسية والسيكولوجية وذلك لتهيئة الفراغ السكني للمراهق، ليس فقط عن طريق تلبيه احتياجاته الفسيولوجية التي تعتمد عليها ممارسة الأنشطة اليومية بل يمتد إلى تحقيق الاحتياجات السيكولوجية والتي بدورها تعمل على تعزيز العواطف الإيجابية لديه، وتوفر له بيئة صحية أكثر راحة وملائمة للإستخدام.

أهداف البحث

التصميم الداخلي لغرف المراهقين بما يحقق الراحة النفسية بالفراغ الداخلى من خلال التركيز على معرفة الأحتياجات البشرية والمتطلبات الوظيفية الأساسية والجمالية للحصول على فراغ مريح يواكب العصر والتطورات الحديثة والنواحى البدنية والنفسية.

أهمية البحث

- دراسة شريحة عمرية تعد من أهم شرائح هذا المجتمع المنفرد بخصائصه وهم المراهقون وصراعاتهم النفسية، حيث يتعرضون لأزمات وصراعات وضغوط بيئية كثيرة ينعكس ذلك على اتجاهاتهم وتصرفاتهم السلوكية.

- الإهتمام بالمراهق كعضو رئيسي في الأسرة، وذلك من خلال توفير بيئة صحية مريحة مما يساعده على توافقه مع بيئته، ونموه السليم، ونجاحه في حياته العامة والخاصة، ليكون عضوا فعالًا في تقدم وازدهار المجتمع الذى يعيش فيه.

- إحتياج المراهق في ظل الضغوط العديدة الخارجية والداخلية المحيطة به أن يكون مسكنه مكانًا يخلد فيه للراحة الجسدية والنفسية.

منهجية البحث

يتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي من خلال الإضطلاع على المشكلة، وتحديد معالمها، وصياغة الفرضيات واستنباط ما يترتب عليها.

فرض البحث

دراسة مرحلة المراهقة ومشاكلها ومتطلباتها عند التصميم الداخلي لغرف المراهقين يجعل من السهل على المصمم الداخلي تلبيه احتياجاتهم الفسيولوجية والسيكولوجية والتي بدورها تعمل على تعزيز العواطف الإيجابية لديهم من خلال تحقيق بيئة سكنية آمنة وهادئة.

حدود البحث

تقتصر حدود البحث على التصميم الداخلي لغرف المراهقين الذكور والإناث فى عمر المراهقة من ١٠ سنوات إلى ١٩ سنة في مصر.

محاور البحث

يتناول البحث المنهج الوصفي التحليلي في إطار نظري من خلال المحاور التالية:-

أولًا:- مرحلة المراهقة والمشكلات التي يواجها المراهق في تلك المرحلة العمرية

ثانيًا:- متطلبات المراهق في تلك المرحلة

ثالثًا:- التصميم الداخلي لغرف النوم الخاصة بالمراهقين

رابعًا:- النتائج والتوصيات

أولًا:- مرحلة المراهقة والمشكلات التي يواجها المراهق في تلك المرحلة العمرية

ماهية المراهقة ومعناها :

المراهقة مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعالياً وذا خبرة محدودة ويقترب من نهاية نموه البدني والعقلي، كلمة مراهقة Adolescence مشتقة من الفعل اللاتينى Adolescere ومعناه (ينمو) أو ينمو إلى النضج وهي الفترة من حياة الشخص التي تقع فيما بين نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية الرشد[٢]

كشفت النشرة الإحصائية الرقمية الرسمية الصادرة عن الجهاز المركزى للتعبئة العامة والإحصاء فى مارس ٢٠١٩ ، أن إجمالى عدد الذكور والإناث فى عمر المراهقة من ١٠ سنوات إلى ١٩ سنة بلغ نحو ١٨ مليوناً و٤٨٧ ألفاً و٣٧٣ مراهقاً ومراهقة في مصر.

مشكلات مرحلة المراهقة

على الصعيد العالمي، تشير التقديرات إلى أن شخصاً من بين كل ٧ أشخاص (١٤ في المائة) ممن تتراوح أعمارهم بين ١٠ و١٩ عاماً يعانون من اضطرابات نفسية [٣]تتمثل في :-

الاكتئاب – القلق – العناد – الغيرة – الخوف – الانسحاب – العدوان.

ترجع المشكلات النفسية للظروف الغير مناسبة التي يعيشها المراهق، هذه الظروف البيئية غير المناسبة قد تكون متعلقة بالأسرة أو المدرسة أو بالمجتمع الذي يعيش فيه الفرد[٤]

هناك عوامل متعددة تؤثر على الصحة النفسية للمراهق، وكلما زاد تعرض المراهقين لتلك العوامل، كان التأثير المحتمل على صحتهم النفسية أكبر، وتشمل تلك العوامل نوعية حياتهم اليومية داخل المسكن وعلاقاتهم مع أقرانهم.

تتراوح المشكلات لدى المراهق من حيث شدتها إلى كونها مجرد مشكلات ثانوية أو أعراض طارئة لا تلبث أن تزول من تلقاء نفسها وإلى كونها أنماط ثابتة في السلوك كشدة الخجل أو زيادة العدوانية، فالمراهق يحتاج لمن يساعده في تغلبه على مخاوفه ويواجه اكتئابه أو يتخلص من سلوكه العدواني[٥]

صنف (Quay) [٦]المشكلات النفسية لدى المراهقين إلى :-

1- مشكلات السلوك وتضم :العدوانية - المشاغبة - العناد - سوء العلاقات الاجتماعية .

2- مشكلات الانسحاب وتضم : الخوف - التوتر - القلق - الخجل - الاكتئاب .

3- مشكلات عدم النضج : عدم تركيز الانتباه - عدم التوافق الحسي الحركى - عدم اهتمام المراهق بما حوله والملل.

ثانيًا:- متطلبات مرحلة المراهقة

تعد المراهقة فترة حاسمة من أجل تطوير عادات اجتماعية وعاطفية مهمة لسلامة المراهق النفسية، ويشمل ذلك اتباع أنماط نوم صحية، وممارسة الرياضة بانتظام، وتطوير مهارات التأقلم وحل المشاكل، ومهارات التواصل مع الآخرين، وتعلم كيفية إدارة العواطف، وتتسم كذلك البيئات الداعمة داخل الأسرة والمدرسة والمجتمع المحلي بنطاقه الأوسع بالأهمية أيضا[٣].

الحاجات الأساسية لدى المراهقين

من الطبيعي أن يسعى المراهق من خلال أفكاره وسلوكه إلى تحقيق بعض حاجاته الملحة والضرورية، لإعادة اتزانه الجسمي، والنفسي والفكري والاجتماعي، لكنه غالباً ما يشعر بفقدان هذه الحاجات، فهو يشعر بالحاجة إلى الراحة في حالة التعب، وإلى الأمان عندما يتعرض للفشل، ومن المعلوم لدينا من الناحية النفسية أن حاجات المراهق ودوافعه تكون بمثابة الطاقة الدافعة له التي تؤدي به إلى حالة من الاستثارة الداخلية والتي تدفعه نحو القيام بعمل أو سلوك ما من أجل إشباع هذه الحاجات أو اختزالها.

إنّ السلوك أو النشاط الذي يقوم به المراهق أو الفرد لإشباع حاجاته إما أن يؤدي إلى نجاح في إشباع هذه الحاجات أو إلى فشل، ويكون الفشل بسبب وجود عقبات ترجع للفرد، أو إلى محيطه البيئي الذي ينتمي إليه، وإذا فشل المراهق في إشباع حاجاته يكرر محاولاته ثانية، وثالثة، ورابعة، ويحاول التعرف على أسباب الفشل، ويسعى إلى التغلب على ذلك بمساعدة خبراته أو قدراته، وإذا تكرر الفشل بدأ بمعاناة الصراع النفسي، والإحساس بالإحباط الذي قد يتولد عنه العدوان إمّا على الذات أو على الآخر (البيئة الخارجية)، وتظهر على المراهق أعراض سوء التكيف الاجتماعي والنفسي، وهذه الأعراض (Symptoms)تأخذ أشكالاً مختلفة، تختلف حسب طبيعة الفرد، ومستوى نضجه، ونموه، وقدراته، وثقافته، وخبرته السابقة، كما تختلف من بيئة لأخرى، ومن جنس لآخر ومن عمر لآخر.[٨]

تشير الدراسات إلى أنّ الحاجات (Needs) لدى الأفراد تصنَّف عادة حسب الأشكال الآتية:

أ- الحاجات الفسيولوجية أو الأولية: وهي حاجات تنبع من طبيعة التكوين العضوي والجسمي لدى الفرد، غير متغيرة إلى حدٍ ما، وسهلة الإشباع أو التحقيق، ولكنها قوية من حيث التأثير والإلحاح، وهذه الحاجات تسعى إلى نمو الجسم ونضجه، وإلى تحقيق التوازن الوظيفي والعضوي في الجسم مثل:-

- الحاجة إلى الراحة من التعب - الحاجة إلى المحافظة على حرارة، أو برودة معينة للجسم.
- الحاجة إلى النشاط والحركة واللعب - الحاجة إلى استخدام الحواس - حاجات أخرى.

هرم ماسلو

هرم ماسلو للإحتياجات النفسية

ب - الحاجات النفسية/ الوجدانية: وهي حاجات تعمل على تحقيق التوازن النفسي لدى الفرد، ومما لا شكّ فيه أنّ التوازن النفسي يرتبط بالتوازن العضوي وبالعكس، وهذه الحاجات تشير إلى التكامل النفسي لعمليات الإنسان النفسية، والعقلية، والوجدانية والاجتماعية... والصحية. وهذه الحاجات مثل:-

- الحاجة إلى الأمن والطمأنينة - الحاجة إلى الإحساس بالحرية - الحاجة إلى إشباع الدوافع والميول والرغبات لدى الفرد.
- الحاجة إلى توفير السرور والراحة والتخلص من الألم - الحاجة إلى التنافس.

الحاجة إلى التفوق أو السيطرة - الحاجة إلى التعاون - الحاجة إلى حب المعرفة والاستطلاع.

- الحاجة إلى التملك - الحاجة إلى النظام في الحياة - الحاجة إلى التطوير - حاجات أخرى.

ت - الحاجات الاجتماعية: وهي متعلقة بالمجتمع، وبالبيئة المحيطة بالفرد، وهي حاجات تتأثر بعملية الاكتساب والتعلم، وتكون متغيِّرة حسب المجتمعات والحضارات، وتختلف حسب الأفراد، وهي حاجات كسابقتها (الحاجات النفسية) صعبة التحقيق، ولكنها تخدم الحاجات العضوية، وهي مثل:-

- الحاجة إلى الاجتماع مع الغير وتكوين علاقات اجتماعية حسنة.
- أن يكون الإنسان محبوباً من قبل الآخرين - الحاجة إلى القيام بالواجبات وتحمل المسؤولية تجاه الغير.
- الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعة - الحاجة إلى تكوين أصدقاء - حاجات أخرى.

تختلف تلك الحاجات من حيث الشدة ودرجة الإلحاح، ومن حيث نوع الحاجة أيضاً، كما أنّ هذه الحاجات تختلف من ظرف لآخر، وحسب طبيعة التطورات والتغيرات التي تطرأ على المجتمع.

ثالثًا:- التصميم الداخلي لغرف النوم الخاصة بالمراهقين

يعد المراهق أحد أهم شاغلي المنشأ السكني، الذي لديه احتياجات يعد إرضاءها عاملاً مساعداً على حسن توافقه مع بيئته، وعلى نموه السليم.

من هنا يأتي دور المصمم الداخلي في تهيئة غرفة نوم المراهق وجعلها أكثر راحة وملائمة للإستخدام ، وذلك ليس فقط من خلال التركيز على تلبيه احتياجاته الفسيولوجية التي تعتمد عليها ممارسة الأنشطة اليومية بل يمتد إلى تحقيق الاحتياجات السيكولوجية والتي بدورها تعمل على تعزيز العواطف الإيجابية لديه، حيث يزداد إحتياج المراهق في ظل الضغوط العديدة الخارجية والداخلية المحيطة به أن يكون مسكنه مكانًا يخلد فيه للراحة الجسدية والنفسية، مواكبًا للعصر والتطورات الحديثة.

يحتاج المراهقون إلى غرفة مقسمة إلى مناطق متعددة الإستخدامات، حيث يجب أن تتضمن مكان للمذاكرة ومكان للنوم و مكان يمكنهم فيه الإسترخاء واستقبال أصدقائهم، مكان للعب بالألعاب الإلكترونية.

تتأرجح نشاطات واهتمامات المراهق في تلك المرحلة بين الطفولة و النضج، بين المذاكرة و اللعب والعمل أحيانًا ، بين اكتشاف العالم والرغبة في التركيز داخل نفسه و أحيانا التقوقع داخل غرفته التي يعتبرها عالمه الخاص، لذا فإن هذه الغرفة لابد أن تحوي داخلها كل نشاطاته واهتماماته وتكون مريحة وعملية ومرضية من ناحية الشكل ومعبرة عن شخصيته.

تم إجراء مقابلات مع عينة مكونة من ٣٠ طالب وطالبة تتراوح أعمارهم من ١٣:١٦ سنة يدرسون بمراحل مختلفة بمدرسة مصر للغات - طريق الفيوم، للتعرف على المشكلات التي تواجهم والإحتياجات والمواصفات التي يرغبون فيها عند التصميم الداخلي لغرف النوم الخاصة بهم.

وقد حصرت الباحثة تلك المجموعة من المشكلات والإحتياجات وقامت بدراستها وتطبيق نتائج تلك الدراسة على التصميم الداخلي لغرفة نوم إحدى المراهقين.

المشروع التطبيقي

وقع إختيار الباحثة على غرفة إحدى المراهقين في وحدة سكنية بإحدى التجمعات السكنية الجديدة بمنطقة السادس من أكتوبر لتطبيق نتائج الدراسة النظرية بهدف إثبات صحة فرضية البحث.

المسقط الأفقي لغرفة النوم

قامت الباحثة بتصميم الجدول التالي موضحًة فيه مشكلات المراهق بإختلاف أنواعها والإحتياجات الفسيولوجية والسيكولوجية والإجتماعية التي توصلت لها من الدراسات والمقابلات، ودورها كمصمم في حل المشكلات وتلبية تلك الحاجات من خلال التصميم الداخلي لغرفة نوم تم تقسيمها لمناطق متعددة الاستخدامات.

مشكلات المراهق		حاجات المراهق		المنطقة	دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم
نوع المشكلة	المشكلة	نوع الحاجة	الحاجة		

جدول يوضح دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم

توضح كل من الجداول التالية كل من مشكلات وإحتياجات المراهق الفسيولوجية والسيكولوجية والإجتماعية التي توصلت لها الباحثة من الدراسات والمقابلات، ودورها كمصمم في حل المشكلات وتلبية تلك الحاجات من خلال التصميم الداخلي لغرفة نوم تم تقسيمها لمناطق متعددة الاستخدامات.

مشكلات المراهق		حاجات المراهق		المن طقة	دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم
نوع المشكلة	المشكلة	نوع الحاجة	الحاجة		
مشكلات انسحاب	التوتر والقلق	أساسية	اتباع أنماط نوم صحية	منطقة النوم	تصميم منطقة النوم في غرفة نوم احدى المراهقين
		نفسية	التملك		
			النظام		

- **التصميم الداخلي لمنطقة النوم**

المراهق في سن مازال يكتشف فيه العالم، حيث تتنوع اختياراته فيما يحب وما لا يحب، لذلك يشكل تصميم غرفة تحتوي على كل هذا تحدياً للمصمم الداخلي

حاولت الباحثة اثناء تصميم منطقة النوم حل مشكلة التوتر والقلق التي تواجه المراهق وسد احتياجاته من انماط نوم صحية وتملك ونظام.

- **وحدات الأثاث**

يصعب على المراهق المحافظة على نظام وترتيب غرفته، لذلك قامت المصممة باختيار سرير به وحدات للتخزين التي توفر مساحة كافية للتخزين وتجنب الفوضى، وقامت بوضعه على جانب من جوانب الغرفة مما يوفر للمراهق الأمان والخصوصية.

من الضروري اختيار المرتبة المناسبة للمراهق حيث تعددت أنواع المراتب ليصبح لكل شخص مرتبة تخصه وتلائم الحالة الصحية لجسده ووضعية النوم المفضلة لديه، بل صار اختيار المرتبة له بعد طبي؛ إذ يوصي بعض الأطباء بالنوم على مرتبة بمواصفات

خاصة تتفق مع الحالة الصحية لكل فرد، بناء على ذلك قامت الباحثة بإختيار المرتبة المناسبة التي تسد حاجة المراهق من اتباع انماط نوم صحية وتتوافق مع حالته الصحية ووضعية نومه.

- **الإضاءة**

استخدمت المصممة كل من اسلوب الإضاءة شبه المباشرة في الوحدة السقفية، كما استعانت ايضا بإسلوب الإضاءة غير المباشرة في الوحدة الحائطية وذلك لخلق تنوع في الإضاءة يجنب المراهق مشكلة الملل، كما ابتعدت عن اسلوب الإضاءة المباشرة لتجنب مشكلتي التوتر والقلق لدى المراهق

وحدات الإضاءة المستخدمة في منطقة النوم في غرفة نوم احدى المراهقين

- **الألوان المستخدمة**

اللون هو أداة اتصال قوية وهو من أكثر العناصر فعالية في الإتصال مع المشاهد، ولكل لون دلالته الخاصه التي تؤثر على الشكل وتحمل رمزية محددة، و ترتبط بالحالة المزاجية للإنسان:[١]

قامت المصممة بإختياركل من اللون الأبيض في السرير والكمود، لما لهذا اللون من تأثير قوي في إدخال مشاعر الهدوء والسلام والطمأنينة الى النفس، وتبين أنه إذا كان المرء يشعر بالانزعاج أو الغضب، يكفي أن ينظر إلى أي شيء لونه قريب من الأبيض ليشعر بالهدوء ويتخلص من مشاعر الغضب التي تجتاحه، كما اختارت اللون الأزرق الرمادي في معالجة الحوائط ، حيث يساعد هذا اللون في السيطرة على العواطف والمشاعر وخلق شعوراً بالاستقرار النفسي، كما يعمل كمهدئ للأعصاب، وقد ثبُت ذلك من خلال تجارب أُجريت على أطفال عدائيين وسريعي الغضب، حيث تم وضِعهم في صف دراسي طُليت جدرانه باللون الأزرق، ومع مرور الوقت تراجع مستوى عدائيتهم بشكل ملحوظ.

اختيار المكملات والاكسسوارات

ابتعدت المصممة عن جميع الإكسسوارات والتفاصيل الخاصة بمرحلة الطفولة سواء كانت عبارة عن ملصقات أو أغراض صغيرة، مع اللجوء بالمقابل إلى نمط التصميم الهادئ، الذي لا يخلو من الحيوية .

اختارت المصممة معلقات فوق السرير تتنوع بين المناظر الطبيعة لما لها من تأثير ايجابي على النفس، وصور شخصية وعائلية قام المراهق بإختيارها لتمنحه المزيد من التملك والخصوصية.

جاء اختيار المصممة لغطاء السرير بدرجات لونية قريبة من تلك المستخدمة في معالجة الحائط لمنع حدوث تشتت وارتباك، كما اختارت سجادة صغيرة بتصميم بسيط ولون قريب من لون الارضية مما يعطي نعومة وانسجام لعناصر الفراغ.

مشكلات المراهق		حاجات المراهق		المنطقة	دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم
نوع المشكلة	المشكلة	نوع الحاجة	الحاجة		
مشكلات عدم النضج	عدم تركيز الانتباه	فسيولوجية	استخدام الحواس	منطقة المذاكرة	التصميم الداخلي لمنطقة المذاكرة في غرفة نوم احدى المراهقين
		نفسية	التفوق		
			تطوير مهارة حل المشكلات		
			حب المعرفة والاستطلاع		
		اجتماعية	القيام بالواجبات وتحمل المسئولية		

- **التصميم الداخلي لمنطقة المذاكرة**

حرصت المصممة على أن يكون المكتب مواجهًا للحائط ليساعد المراهق على المذاكرة، والابتعاد عن وضعه في منتصف الغرفة وذلك لحل مشكلة عدم تركيز الانتباه وتشتيت التفكير.

- **وحدات الأثاث**

قامت المصممة بإختيار وحدات الأثاث التي لا تكثر فيها الزوايا الحادة، ذات ألوان فاتحة باردة ، كما اختارت الأثاث المصنوع من الخشب في وحدة المكتب التي تتوافر فيها وحدات للتخزين ممثلة في الأدراج يمينًا ويسارًا وذلك لتوفير مساحة أكبر للتخزين.

استخدمت الوحدات ذات الأرفف المفتوحة مما يساعد على إضفاء مساحات إضافية للغرفة و يقضي على الفوضى، وذلك لتستخدم في وضع الكتب والتحف والنباتات والأقراص المدمجة وغيرها من كافة العناصر، كما أنها كلما زادت بشكل رأسي أعطت مساحة أكبر.

- **الإضاءة**

من أهم العوامل التي تؤثر على التصميم الداخلي لغرفة المراهق هي اختيار الإضاءة المناسبة لنشاطاته، فهي ليست كغرف النوم العادية التي تحتاج ضوءًا هادئًا، ولكنها غرفة متعددة الإستخدامات تحتاج إضاءة أعلى مناسبة للمذاكرة والقراءة والجلوس على الحاسب الشخصي، لذا فمن المفضل ألا يكون الإعتماد على الإضاءة التي تتوسط الغرفة وحدها وتكملتها بإضاءات جانبية.

وحدة الإضاءة المستخدمة في منطقة المذاكرة في غرفة نوم احدى المراهقين

اختارت المصممة وحدة إضاءة موجهة فوق المكتب وذلك لتتيح للمراهق حرية توجيهها وتغيير شدة الإضاءة مع اختلاف النشاط.

- **الألوان المستخدمة**

الإفراط في استخدام الألوان الدافئة، كالأحمر والبرتقالي والأصفر، يزيد من انفعالات المراهق وتوتره، لذا فضلت المصممة اختيار اللون الأبيض والرمادي الفاتح والبيج الفاتح مما يحقّق الهدوء والراحة النفسية.

- **اختيار المكملات والاكسسوارات**

يعد المراهق غرفته هي مساحته الخاصة لذلك حرصت الباحثة على أن تدع للمراهق الفرصة في إختيار اكسسوارات مبتكرة أو تصميمات مميزة تعلق على الحائط مثل لوحات بها كلمات تشجيعية.

الإكسسوارات المستخدمة في منطقة المذاكرة في غرفة نوم احدى المراهقين

اختيار تعليق لوحة للكتابة بالطبشور أو لوحة ملاحظات، يتيح للمراهق التعبير عن شخصيته التي تنمو وتتغير كل يوم.

مشكلات المراهق		حاجات المراهق		المنطقة	دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم
نوع المشكلة	المشكلة	نوع الحاجة	الحاجة		
السلوك	سوء العلاقات الاجتماعية	فسيولوجية	الراحة من التعب	منطقة الاسترخاء واستقبال الأصدقاء	
انسحاب	خجل	نفسية	الأمن والطمأنينة		
	اكتئاب	اجتماعية			

عدم النضج	عدم الاهتمام بما حوله		تكوين علاقات اجتماعية جيدة		التصميم الداخلي لمنطقة الإسترخاء واستقبال الأصدقاء في غرفة نوم احدى المراهقين

- **التصميم الداخلي لمنطقة الاسترخاء واستقبال الأصدقاء**

تعد غرف النوم للمراهقين ليست فقط مكانًا للنوم، ولكنها المكان الذي يمكنهم فيه الهروب من العالم الخارجي، لذلك يجب أن تكون مكانا مريحًا وعملياً، يمكنهم فيه التعبير عن أنفسهم.

- **وحدات الأثاث**

اختارت المصممة كنبة تساعد المراهق على الراحة في أوقات التعب، متعددة الإستخدام يمكن فتحها لتصبح سرير إضافي وذلك لتشجيع المراهق على إستضافة الأقارب والأصدقاء لمشاركة الأنشطة والأوقات وذلك للتغلب على مشكلة سوء العلاقات الإجتماعية والخجل وتكوين صداقات جديدة.

استعانت المصممة بوحدات تخزين اضافيه مثل الأدراج أسفل الكنبة والأرفف والدواليب، وحتى الصناديق، مما يسهل على المراهق الإحتفاظ بغرفته مرتبة، ويجنبه استنفاذ الوقت والجهد في محاولات غير مجدية لترتيب الغرفة.

- **الإضاءة**

استعانت المصممة بالإضاءة الحائطية الموجهة وذلك لخلق تنوع في نوع وشدة ومستويات الإضاءة.

- **الألوان المستخدمة**

الألوان هي أفضل وسيلة لتحويل الغرفة وجعلها متعددة الاستخدامات، لذلك اختارت المصممة اللونين الأزرق والرمادي في معالجة الحوائط لتقسيم الغرفة إلى أكثر من منطقة، مع إضافة ألوان مثل الأبيض و لون الخشب الطبيعي مع ألوان الوسائد المختلفة مما لها من تأثير نفسي يبعث الأمن والطمأنينة لإشباع حاجة المراهق.

ينفذ اللون الأخضر في العناصر الخضراء للعين بهدوء دون الحاجة للجهد وبالتالي هو لون مريح يبعث على التوازن والطمأنينة.

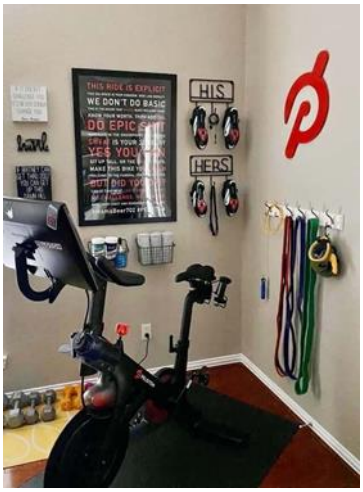
- **اختيار المكملات والاكسسوارات**

تلعب الخامة دور هام في التصميم الداخلي من حيث المساهمة في تكيف حياة الإنسان وظروفه البيئية لخلق جو هادئ ومريح، أصبح المصمم الداخلي أمام كم هائل من الخامات الطبيعية المختلفة من حيث ملمسها وألوانها وإمكانيات

تشكيلها وخصائصها المميزة، ومع تعدد تلك الخامات بات المصمم أمام حرية ورؤية إبداعية في استخدام المناسب منها.[١١]

تنوع إختيار المصممة بين الخامات المختلفة في مكملات التصميم من معلقات ووسائد ووحدات للتخزين مما خلق حيوية وديناميكية داخل الفراغ.

تنوع إختيار المصمم بين الخامات المختلفة في مكملات التصميم الداخلي بمنطقة الاسترخاء واستقبال الأصدقاء

مشكلات المراهق		حاجات المراهق		المنطقة	دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم
نوع المشكلة	المشكلة	نوع الحاجة	الحاجة		
مشكلات سلوك	عدوانية	فسيولوجية	النشاط والحركة واللعب	منطقة الألعاب وممارسة الرياضة والهوايات	
	مشاغبة	نفسية	الإحساس بالحرية		
	عناد		اشباع الدوافع والميول والرغبات		
عدم النضج	عدم التوافق الحسي الحركي		التنافس		
	الملل				

التصميم الداخلي لمنطقة الألعاب وممارسة الرياضة في غرفة نوم احدى المراهقين

- **التصميم الداخلي لمنطقة الألعاب وممارسة الرياضة والهوايات**

تتزايد الحاجة إلى الغرف متعددة الأغراض والاستخدامات مع صغر مساحات المنازل الحديثة؛ حتى تلبي كافة الوظائف المطلوبة وتعطي إحساساً أكبر بالاتساع، فالمراهق بطبيعة الحال متغير النشاط فهو لا يذاكر طوال الوقت ولا يلعب طوال الوقت.

يعد المراهق أكثر الناس إحتياجًا لممارسة الرياضة لأنها تساعده على التغلب على كثير من مشكلاته مثل العدوانية والمشاغبة وعدم التوافق الحسي الحركي، كما انها توفر له العديد من احتياجاته مثل ممارسه النشاط والحركة واللعب واشباع الميول والرغبات والتنافس مع الأخرين.

- **وحدات الأثاث**

ساعدت الباحثة المراهق على الوصول لأنسب أجهزة وأدوات رياضية تتناسب مع مرحلته العمريه وتتوافق مع ميوله ورغباته، كما اختارت أن تكون وحدات التخزين على هيئة معلقات وحوامل مكشوفه لتشجيع المراهق وإعطاءه المزيد من الحماس لممارسه الرياضه.

- **الألوان المستخدمة**

يفضل البالغون غرفة هادئة ذات ألوان محايدة، بينما يفضل معظم المراهقين غرفة مليئة بالحيوية ذات ألوان مبهجة، لذلك اعتمدت المصممة في هذه المنطقة على تنوع ألوان الأدوات الرياضية والإكسسوارات المختلفة، كما استخدمت اللون الأحمر في الأرض والمعلقات واللوحات، حيث يوحي بالنشاط والحيوية والشجاعة.

- **اختيار المكملات والاكسسوارات**

اختارت المصممة المعلقات واللوحات ذات العبارات التشجيعية والألوان المختلفة، مع تخصيص مساحة للكؤوس وشهادات التقدير، بشكل يُحفز المراهق على إنجاز المزيد.

قامت الباحثة بإستطلاع أراء مجموعة مكونة من ٢٥ متخصص في مجال التصميم الداخلي والأثاث، و٢٥ من الأطباء والأخصائيين النفسيين المتخصصين في التعامل مع المراهقين، وذلك من خلال استطلاع رأي تضمن عرض المشروع التطبيقي وصياغته في مجموعة من النقاط للوصول لنتائج تفيد البحث، جاء الاستطلاع كالتالي:-

إستطلاع رأي

هذا الاستطلاع مخصص لجمع بعض المعلومات الخاصة بالتصميم الداخلي لغرف المراهقين وذلك لإتمام بحث بعنوان: دور التصميم الداخلي لغرف المراهقين في مساعدتهم على تخطي تلك المرحلة العمرية في ظل المؤثرات النفسية الداخلية والخارجية.

شكر اً لحسن تعاونكم معنا.

كيفية إتمام الإستطلاع

يرجى تحديد الإختيار المناسب بوضع علامة √ أسفل الاختيار، عند اختيار غير محقق أو محقق إلى حد ما، الرجاء وضع الملاحظات في الأسفل.

بيانات شخصية

الأسم:

الوظيفة (عضو هيئة تدريس)-الدرجة العلمية،(طبيب نفسي/ أخصائي):

جاء الإستطلاع في ورقتين كالتالي:-

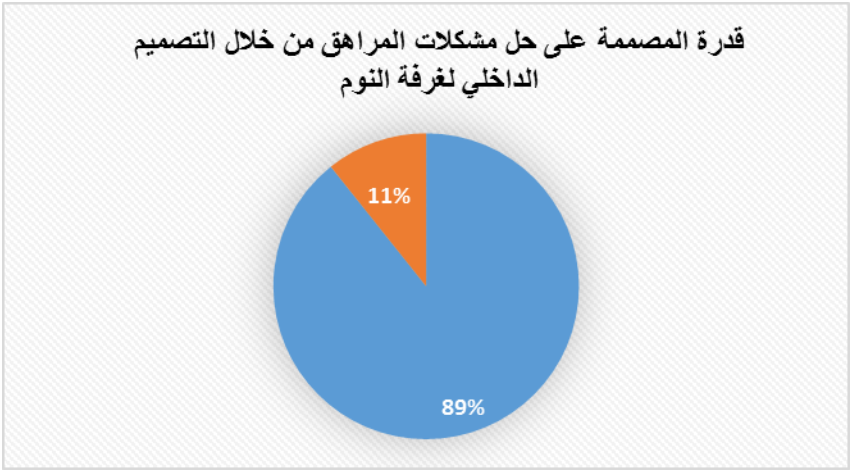
دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم		استطلاع الرأي				
		محقق		غير محقق		محقق إلى حد ما
		المشكلة	الحاجة			
تصميم منطقة النوم	نجحت المصممة من خلال تصميم منطقة النوم في حل مشكلة **التوتر والقلق** التي تواجه المراهق وسد احتياجاته من **انماط نوم صحية**.					
	ملاحظات					
	الإستعانة بالعديد من وحدات التخزين ساعد المراهق في التغلب على **الإهمال** وتجنب **الفوضى**.					
	ملاحظات					
	التنوع في الإضاءة ساعد المراهق على تجنب مشكلة **الملل.**					
	ملاحظات					
	إختيار اللون الأزرق الرمادي في معالجة الحوائط يساعد على **السيطرة على العواطف** والمشاعر وخلق شعوراً **بالاستقرار النفسي وتهدئة الأعصاب**.					
	ملاحظات					
	الإستعانة بالصور الشخصية والعائلية التي قام المراهق بإختيارها يمنحه المزيد من **التملك والخصوصية**.					
	ملاحظات					
	استطاعت المصممة حل كل من مشكلتي **عدم تركيز الانتباه وتشتيت التفكير** من خلال التصميم الداخلي لمنطقة المذاكرة.					
	ملاحظات					
	التصميم الداخلي لمنطقة المذاكرة ساعد المراهق على **استخدام الحواس وتطوير المهارات**.					

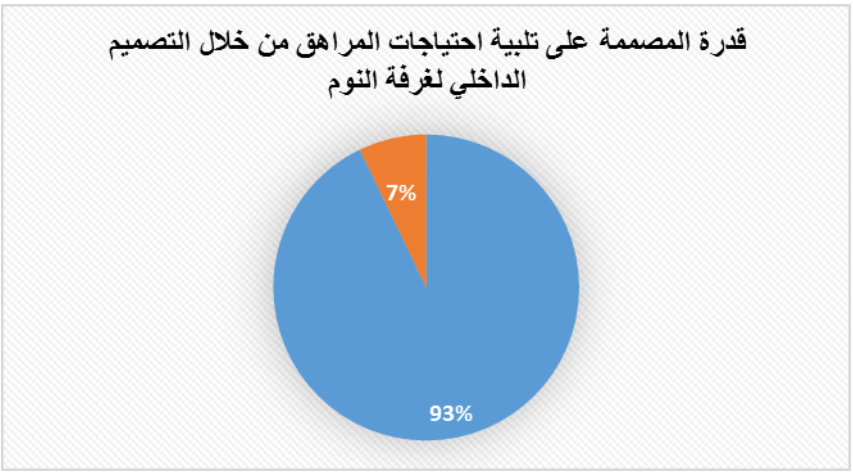
تصميم منطقة المذاكرة		ملاحظات
	الإبتعاد عن اسلوب الإضاءة المباشرة يجنب المراهق مشكلتي **التوتر والقلق**.	
		ملاحظات
	إختيار اللون الأبيض له تأثير قوي في إدخال مشاعر **الهدوء والسلام والطمأنينة** على نفسية المراهق	
		ملاحظات

	دور المصمم الداخلي في حل مشكلات المراهق وتلبية إحتياجاته من خلال التصميم الداخلي لغرفة النوم	استطلاع الرأي: محقق	غير محقق	محقق إلى حد ما
تصميم منطقة الإسترخاء واستقبال الأصدقاء	نجحت المصممة أن تكون منطقة الاسترخاء مكانا **مريحًا وعملياً**، يمكن للمراهق فيه **التعبير عن نفسه**.			
		ملاحظات		
	نجح التصميم الداخلي لمنطقة الاسترخاء في تشجيع المراهق على إستضافة الأقارب والأصدقاء وذلك للتغلب على مشكلة **سوء العلاقات الإجتماعية والخجل وتكوين صداقات جديدة**.	المشكلة / الحاجة		
		ملاحظات		
تصميم منطقة الألعاب وممارسة الرياضة	يعد المراهق أكثر الناس إحتياجًا لممارسة الرياضة لأنها تساعده على التغلب على كثير من مشكلاته مثل **العدوانية والمشاغبة وعدم التوافق الحسي الحركي**.			
		ملاحظات		
	نجحت المصممة في توفير العديد من احتياجات المراهق مثل **ممارسه النشاط والحركة واللعب واشباع الميول والرغبات والتنافس مع الأخرين**.			
		ملاحظات		

	استخدام وحدات التخزين على هيئة معلقات وحوامل مكشوفه يعمل على **تشجيع** المراهق وإعطاءه المزيد من **الحماس** لممارسه الرياضه.			
		ملاحظات		
	نجحت المصممة في توظيف اللون الأحمر في الأرض والمعلقات واللوحات، لانه لون مبهج ملئ بالحيوية، يوحي **بالحيوية والشجاعة**.			
		ملاحظات		

قامت الباحثة بتحليل نتائج إستطلاع الرأي وتمثيلها كالتالي:-





جاءت نتيجة استطلاع رأي المتخصصين حول قدرة المصممة على حل مشكلات المراهق من خلال التصميم الداخلي لغرفته، وذلك بعد صياغة المشكلات في ١٤ مشكلة، بنسبة ٨٩% استطاعت المصممة التغلب على مشكلات المراهق، ١١% استطاعت المصممة التغلب على مشكلات المراهق إلى حد ما، بينما جاءت نتيجة استطلاع رأي المتخصصين حول قدرة المصممة على تلبية احتياجات المراهق، وذلك بعد صياغة الحاجات في ٢٣ حاجة، بنسبة ٩٣% استطاعت المصممة

تلبية احتياجات المراهق، ٧% استطاعت المصممة تلبية احتياجات المراهق إلى حد ما، وقد صاغت الباحثة ملاحظات المتخصصين في عدة نقاط:-

النتائج

توصلت الباحثة من خلال مقابلتها مع عينة من المراهقين واستطلاع رأي المتخصصين لمجموعة من النتائج تم صياغتها في النقاط التالية:-

- يختلف التصميم الداخلي وتصميم وحدات الأثاث لغرف المراهقين، من مراهق لأخر تبعًا لسلوكه ومتطلباته المختلفة.
- تواصل المصمم الداخلي مع المراهق قبل البدء في التصميم الداخلي لغرفته يتيح للمراهق التعبير عن شخصيته بصورة تعزز العواطف الإيجابية لديه.
- تعرف المصمم على مشكلات المراهق النفسية واحتياجاته الفسيولوجية و الإجتماعية من الممكن أن يؤثر على عملية التصميم الداخلي ورؤية المصمم في تطويع عناصر التصميم الداخلي المختلفة لخدمة المراهق.
- استعانة المصمم بوحدات أثاث متعددة الإستخدام ومعالجة التصميم الداخلي بألوان وتجاليد محايدة، والإبتعاد عن وحدات الأثاث الثابتة، يسهل على المصمم تغيير التصميم الداخلي للغرفة بين الحين والأخر نظرًا للمزاج المتقلب للمراهق.

التوصيات

- على المصمم الداخلي التواصل مع المراهق أثناء عملية التصميم الداخلي لغرفته، بهدف إرضاءه، الذي يعد عاملاً مساعداً على حسن توافقه مع بيئته.
- أن يعمل المصمم الداخلي على فهم مشكلات المراهق والتعرف على حاجاته، من خلال دراسة مرحلة المراهقة ومتطلباتها النفسية والسيكولوجية، مما يعمل على تعزيز العواطف الإيجابية لديه.

المراجع

١- ابراهام ماسلو - نظرية التدرج في الإحتياجات الإنسانية- ورقة بحثية - نظرية الدافع البشري- دورية المراجع النفسية - ١٩٤٣.

1-Abraham Maslo- nzryet altdrog fi alehtyagat alensanya-waraka bhthya- nzryet aldafa albashari- dwryet almragea alnfsya-1943.

2- أحمد عكاشة- الطب النفسي المعاصر- مكتبة الأنجلو المصرية- الطبعة الرابعة – ١٩٨٠.

2- Ahmed Okasha- altb alnfsi almoaaser- mktbet alanglo almsrya-altbaaalrabaa-1980.

3- حامد زهران - علم نفس النمو- الطفولة والمراهقة- (الطبعة الرابعة)، مصر: دار المعارف-١٩٧٧-مصر.

3- Hamed Zahran-elm nfs alnmo-altfola wlmorahka-(altbaa alrabaa)-msr:dar almaaref- 1977-msr.

4- سحر عز العرب رمضان سيد- معايير لتقييم توافق التصميم الداخلى للمبانى السكنية مع سكانها من حيث (الصحة النفسية – البدنية)- مقال منشور- ايريك للصحافة - مجتمع البحث الأكاديمي- ٢٠١٩.

4- Sahar Ezz Elarab Ramadan Sayed- maayeer ltakeem twafok eltasmim aldakhli llmbani alsknya maa sokanha mn hyth (alsha alnfsya –lbdnya)- mkal mnshor-ierek llshafa-mogtma albhth alakadimi-2019.

٥- سعدية بهادر- علم نفس النمو - مطبعة مدني- المؤسسة السعودية بمصر-١٩٩٤ -القاهرة .

5- Saadya Bhader-alm nfs alnmo-mtbaa mdni-almoassa alsaodya bmsr-1994-alkahra.

6- شيماء سمير عبد المنعم – الدلالة اللونية والرمز في أعمال عبد الهادي الجزار (دراسة تحليلية)- مجلة التراث والتصميم - المجلد الأول - العدد السادس.

6- Shimaa Samir Abdelmonaem- aldlalh allonya wlrmz fi aamal abd elhadi algzar (drash thlilya)-mglet altorath wltsmeem- almogld alawel-aladd alsades.

7- محمد عماد الدين إسماعيل -التنشئة الاجتماعية للطفل في الأسرة العربية -سلسلة كيف نرى الطفل الطبعة الثانية (١٩٧٤) القاهرة : النهضة العربية.

7- Mohamed Emad Aldeen Ismaael- altnsheah alagtmaya lltfl fi alosra alarabya-slslet kayf nra altfl-altbaa altanya-(1974)-alkahra: alnhda alarabya.

8- محمد فايز محمد رشوان- قيم الطبيعة كمثير حسي ومادي في التشكيل بخامات التصميم الداخلي- مجلة التراث والتصميم - المجلد الأول - العدد الخامس.

8- Mohamed Fayez Mohamed Rashwan-qym altbiaa kmother hsi wmadi fi altshkeel bkhamat altsmeem aldakhli-mglet altorath wltsmeem-almogld alawel-aladd alkhames.

9- ناصر الشافعي- فن التعامل مع المراهقين مشكلات وحلول- دار البيان- (الطبعة الأولى)- ٢٠٠٩.

9- Naser Alshafaai- fn altaamol maa almorahkeen moshklat whlol-(altbaa alola)-dar albyan-2009.

10- Bee, H., The development child. 3rd, harrer international Edition. (1981) Row, New York.

11- Institute of health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx)

12- Quay, C., et. al, Psychopathological disorders of child hood. (1979) znded hohn wiley, New York sons : inc .

13- https://mawdoo3.com/%D9%85%D8%B4%D8%A7%D9%83%D9%84_%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%A7%D9%87%D9%82%D8%A9- 12-5-2022

14- https://www.feedo.net/Society/SocialInfluences/SocialPsychology/MaslowHierarchyOfNeeds.htm 19-5-2022

15- https://press.ierek.com/index.php/Baheth/article/view/424-23-5-2022

16- https://books-library.net/free-552636073-download-1- 6 - 2022

17- https://www.worldcat.org/title/developing-child/oclc/690771605-10-6-2022

---

[١] - ناصر الشافعي- فن التعامل مع المراهقين مشكلات وحلول (الطبعة الأولى)- دار البيان ٢٠٠٩- مصر

[٢]- سعدية بهادر- علم نفس النمو - (١٩٩٤) القاهرة - مطبعة مدني- المؤسسة السعودية بمصر .

[٣](1) Institute of health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx)

[٤] محمد عماد الدين إسماعيل ، التنشئة الاجتماعية للطفل في الأسرة العربية. سلسلة كيف نرى الطفل ، الطبعة الثانية (١٩٧٤) القاهرة : النهضة العربية.

[5] Bee, H., The development child. 3rd, harrer international Edition. (1981) Row, New York.

[٦] Quay, C., et. al, Psychopathological disorders of child hood. (1979) znded hohn wiley, New York sons : inc .

[٧]– أحمد عكاشة ، الطب النفسي المعاصر . الطبعة الرابعة (١٩٨٠) القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .

[٨] - حامد زهران - علم نفس النمو- الطفولة والمراهقة- (الطبعة الرابعة)، مصر: دار المعرف-١٩٧٧-مصر

[٩] ابراهام ماسلو– نظرية التدرج في الإحتياجات الإنسانية– ورقة بحثية– نظرية الدافع البشري– دورية المراجع النفسية –١٩٤٣

[١] شيماء سمير عبد المنعم – الدلالة اللونية والرمز في أعمال عبد الهادي الجزار (دراسة تحليلية)– مجلة التراث والتصميم – المجلد الأول – العدد السادس.

[١] – محمد فايز محمد رشوان– قيم الطبيعة كمثير حسي ومادي في التشكيل بخامات التصميم الداخلي– مجلة التراث والتصميم – المجلد الأول – العدد الخامس