وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: . . . . /.. .. .. .

رقم التسجيل ط1: **2323075097886**

رقم التسجيل ط2: **232300478974**

تقدير الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي

دراسة ميدانية بثانوية المجاهد زابي صالح بلدية الخبانة- بوسعادة

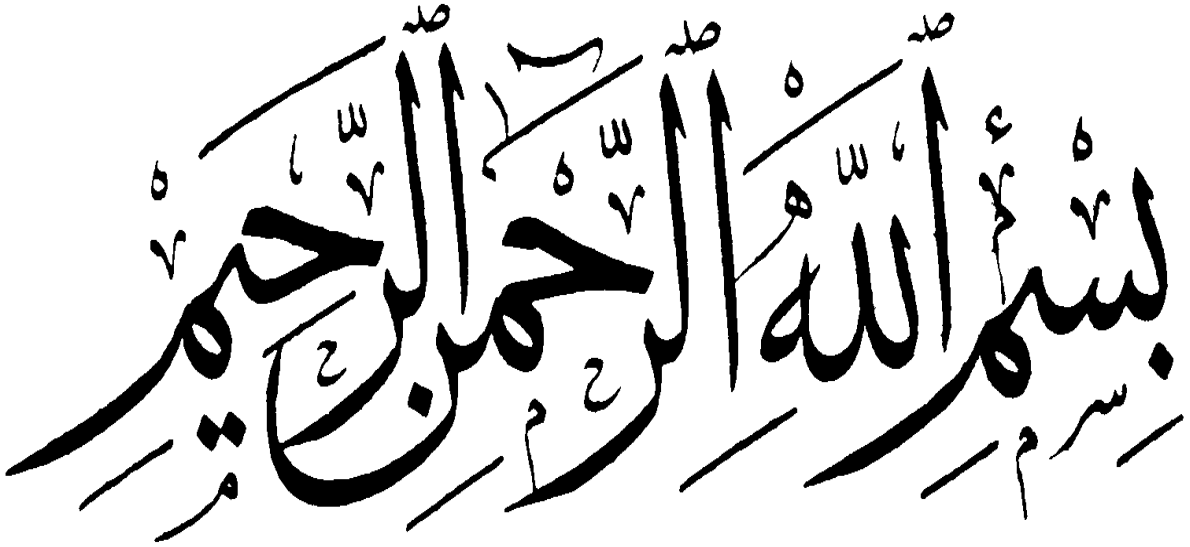
مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس

شعبة: علوم التربية **تخصص: إرشاد وتوجيه**

إعداد الطالبة:
- إكرام نصري
- عائشة حليب

إشراف الأستاذة:
د- نعيمة برابح

السنة الجامعية: 2024/2023م


بسم الله الرحمن الرحيم

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلي التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، وتم استخدام المنهج الوصفي والذي من خلاله حاولنا معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي حيث بلغت عينة الدراسة 60 تلميذ وتلميذة متمدرسين بالنسبة للسنة أولى ثانوي يتراوح سنهم ما بين (15 سنة –18 سنة)، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وشكلوا ما نسبته 47% من مجتمع الدراسة الأصلي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس تقدير الذات لصاحبته "سايح زليخة" (2014)، ومقياس التكيف الاجتماعي لمحمود عطية هنا. وتم الاعتماد على نظام SPSS للتحليل الإحصائي لنتائج الدراسة، وكانت النتائج التي تم التوصل إليها:

– وجود علاقة بين تقدير الذات ودرجة التكيف الاجتماعي.

– مستوى تقدير الذات عند أفراد العينة جاء معتدلا.

– مستوي التكيف الاجتماعي جاء معتدلا لدى عينة الدراسة.

– وجود فروف دالة إحصائيا على مقياس تقدير الذات لصالح الذكور مما يدل على أن الذكور الأكثر اتساما بتقدير الذات من الإناث.

– وجود فروق دالة إحصائيا على مقياس التكيف الاجتماعي لصالح الإناث مما يدل على أن الإناث الأكثر اتساما بالتكيف الاجتماعي من الذكور.

الكلمات المفتاحية: التكيف الاجتماعي، تقدير الذات، أولى ثانوي، تلاميذ.

Summary:

This study aimed to identify the relationship between self-esteem and social adaptation among first-year secondary school students. The descriptive approach was used, through which we tried to find out the relationship between self-esteem and social adaptation. The study sample consisted of 60 male and female students studying for the first year of secondary school, whose ages ranged between (¬15 years - 18 years), and they were selected randomly, and they constituted 47% of the original study population. To achieve the objectives of the study, the self-esteem scale by Sayeh Zulekha (2014) and the social adaptation scale by Mahmoud Attia were used here. The SPSS system was relied upon to statistically analyze the results of the study, and the results reached were:

- There is a relationship between self-esteem and the degree of social adaptation.

The level of self-esteem among the sample members was moderate.

The level of social adaptation was moderate among the study sample.

- There are statistically significant differences on the self-esteem scale in favor of males, which indicates that males are more characterized by self-esteem than females.

- There are statistically significant differences on the social adaptation scale in favor of females, which indicates that females are more socially adaptive than males.

***Keywords**: social adaptation, self-esteem, first secondary school, students..*

كلمة شكر وعرفان

﴿رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ﴾ [سورة النمل، الآية: 19]

الشكر والثناء أوّل ما يشكر ويحمد آلاء الليل وأطراف النهار هو العي القهار، الأول والظاهر والباطن، الّذي أغرقنا بنعمه الّتي لا تحصى، وأغدق علينا برزقه الّذي لا يغنى، وأنر دروبنا فله جزيل الحمد والثناء العظيم، هو الّذي أنعم علينا إذ أرسل فينا عبده ورسوله محمد بن عبد الله عليه أزكى الصلوات وأطهر التسليم، أرسله بقرآنه المبين فعلمنا ما لم نعلم وحثنا على طلب العلم أينما وجد، الحمد لله كله والشكر كله أن وفقنا وألهمنا الصبر على المشاق الّتي واجهتنا لإنجاز هذا العمل المتواضع.

وتتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتورة "**نعيمة برابح**" الّذي رافقتني طيلة هذا البحث العلمي وأمدتني بالمعلومات والنصائح القيمة راجين من الله عز وجل أن يسدد خطاها ويحقق مناها فجزاها الله عنا كلّ خير

تتقدم بالشكر الموصول إلى كل أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية وأخص بالذكر الدكتور "**بوقرة العيد**"

وإلى السيد مدير ثانوية المجاهد زابي صالح السيد: "حرزي عشور"

وإلى جميع طاقم مكتبة البيان

وإلى كل من قدم لنا يد المساعدة من قريب أو بعيد.

قائمة المحتويات

فهرس المحتويات:

ملخص الدراسة

شكر وعرفان

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

فهرس الملاحق

مقدمة ..... أ-ج

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية 05

2- فرضيات الدراسة 08

3- أهداف الدراسة 08

4- أهمية الدراسة 08

5- المفاهيم الإجرائية للبحث 09

6- الدراسات السابقة 10

7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسية 19

أولا- تقدير الذات 19

ثانيا- التكيف الاجتماعي 45

الفصل الثاني

إجراءات الدراسة الميدانية

1. منهج الدراسة 70

2. حدود الدراسة 70

3. مجتمع وعينات الدراسة 70

4: أداتا الدراســـة 71

5. الدراسة الاستطلاعية 72

6. نتائج الدراسة الاستطلاعية لمقياس تقدير الذات 72

خلاصة..... 80

الفصل الثالث

عرض وتحليل ومناقشة نـتائج الدراسة

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة..... 82

2- الاستنتاج 96

3- اقتراحات الدراسة..... 96

خلاصة النتائج 98

قائمة المراجع..... 100

الملاحق..... 105

فهرس الجداول:

رقم الجدول	الجدول	رقم الصفحة
01	توزيع عينة الدراسة في الثانوية	70
02	صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود البعد النفسي ودرجته الكلية	73
03	صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود البعد الأسري ودرجته الكلية	73
04	صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود بالبعد الاجتماعي ودرجة نفس البعد	74
05	الاتساق الداخلي بين درجات الأبعاد ودرجة المقياس	74
06	نتائج المقارنة الطرفية للمقياس	75
07	نتيجة ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية والطريقة المصححة وألفا كرونباخ	75
08	صدق الاتساق الداخلي بين درجات البنود ودرجة المقياس	76
09	نتائج المقارنة الطرفية للمقياس	78
10	نتيجة ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية والطريقة المصححة وألفا كرونباخ	78
11	يوضح طريقة تصحيح مقياس ليكرت ذو التدرج الخماسي	79
12	يوضح اعتدالية توزيع درجات عينة الدراسة	82
13	معامل الارتباط بين متوسطي درجتي تقدير الذات والتكييف الاجتماعي	83
14	مستوى تقدير الذات لدى أفراد العينة	85
15	مستوى التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة	88
16	حساب الفروق لمتغير الجنس على تقدير الذات	92
17	حساب الفروق لمتغير الجنس على مقياس التكييف الاجتماعي	94

فهرس الملاحق:

رقم الملاحق	الملحق	رقم الصفحة
01	مقياس تقدير الذات	**105**
02	مقياس التكيف الاجتماعي	**107**
03	مخرجات SPSS	**110**

مقدمة

تقدير الذات من أهم المفاهيم التي شاع انتشارها في الآونة الأخيرة، فمنذ سنوات عديدة والباحثون الاجتماعيون مهتمون بدراسة النظريات المرتبطة بالذات، ويرجع الفضل لكل من "جريت ميد" و"كولي" في إدخال هذا المفهوم إلى مجال علم النفس، فلقد افترضت "ماجريت ميد" أن الفرد يأتي إلى مرحلة تكوين مفهومه عن ذاته من خلال تعريفه للسلوك الذي ينبغي أن يقوم به، وكذلك من خلال رد فعله تجاه الآخرين، بينما اعتبر كولي صورة الفرد عن ذاته بمثابة المحصلة لانعكاسات تقييم الآخرين له. (الضيدان، 2003، ص.2)

وبذلك يعد تقدير الذات من العوامل الأساسية التي تساهم في إدراك الفرد لذاته بصورة إيجابية أو سلبية، فتقدير الذات الإيجابي يعد من الدلائل على الصحة النفسية والتكيف الحسن للفرد، فكلاهما يتطلب شخصية متوازنة، بناءة قادرة على مواجهة الصعوبات وعلى التواؤم بين حاجاتها وميولها من ناحية والمتطلبات المحيطة بهم من ناحية أخر. كما أن التلميذ فرد مهم في المجتمع، وتعتبر نظرة التلميذ عن نفسه من العوامل الهامة التي تؤثر على شخصيته وصحته النفسية.

فتلميذ السنة الأولى ثانوي يمر بمرحلة حساسة ومهمة وهي مرحلة المراهقة، وهنا يحاول التلميذ المراهق البحث عن هويته من خلال اكتشافه لقدرات وإمكاناته وما اكتسبه من علاقاته مع والديه ومع أقرانه.

كما أن هناك متغيرات عديدة من الممكن أن تؤثر إيجابيا وسلبيا على تكوين ذات الفرد، ومن تلك المتغيرات متغير الخصائص الجسمية حيث يتأثر تقدير الأفراد لذواتهم فيؤثر على طبيعة الخصائص الجسمية التي تميزه، كما قد يؤثر تكيف الفرد مع أفراد مجتمعه سواء كان ذلك التكيف سلبا أو إيجابا، سيؤثر في شخصيته.

إن التكيف الاجتماعي عملية سلوكية معقدة تستدعي وجود تغيرات تصيب المحيط الذي يكون فيه الفرد وهدفه توفير توازن بين الفرد وهذه التغيرات، فهو عملية تتم داخل إطار العلاقات الاجتماعية الذي يعيش فيها الفرد ويتفاعل معها سواء كانت هذه العلاقات في مجتمع الأسرة أو المدرسة أو الرفاق أو المجتمع ككل، ويعني قدرة الفرد على إتباع

السلوك الذي يتوافق على ما هو سائد في المجتمع بشكل يحقق له الرضا عن نفسه ورضا الجماعة عنه، ويعد التكيف الاجتماعي ضروري لكل فرد في أي مرحلة من مراحل النمو، ولكنه في فترة المراهقة أكثر ضرورة منه في غيرها لكونه من حاجات المراهق(هايط، 2003، ص.31)

لذا فإن الهدف من هذه الدراسة هو بيان العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. ولبلوغ الهدف كان لزاما علينا تصميم هذه الدراسة التي احتوت مقدمة، وفصل تمهيدي، وكذا جانبين نظري وجانب تطبيقي، والذي جاء على النحو التالي:

الجانب التمهيدي: الإطار العام للدراسة وتعرضنا فيه إلى تحديد الإشكالية، أهمية الدراسة وأهدافها، تحديد المفاهيم الإجرائية، ومن ثم أبرز الدراسات السابقة، ثم فرضيات الدراسة

الجانب النظري: واشتمل على فصلين وهما:

- **الفصل الأول**: والذي يتناول تقدير الذات الذي نجد فيه (تعريف الذات- مفهوم الذات- بعض المفاهيم المرتبطة بالذات -الأطر النظرية لمفهوم الذات- وظائف مفهوم الذات العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات) ثم تقدير الذات وعناصره (تعريف تقدير الذات- النظريات المفسرة لتقدير الذات- الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات- مستويات تقدير الذات- علاقة تقدير الذات بمرحلة المراهقة)

- **الفصل الثاني**: تحدثنا فيه عن (تعريف التكيف الاجتماعي- معايير التكيف الاجتماعي النظريات المفسرة عن التكيف الاجتماعي- وكذلك أبعاد التكيف الاجتماعي وخصائصه واستراتيجيات التكيف الاجتماعي- شروط التكيف الاجتماعي وكذلك عوائق التكيف الاجتماعي)

أما الجانب الميداني فقد اشتمل على فصلين هما:

- **الفصل الثالث:** احتوى الإطار المنهجي للدراسة واشتمل علي: الدراسة الاستطلاعية- مجالات الدراسة- المنهج المتبع في الدراسة وكذا عينة الدراسة وكيفية اختيارها -أدوات الدراسة- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

- **الفصل الرابع:** فقد خصص لعرض وتحليل البيانات والنتائج ليختتم بخاتمة عامة لينتهي بقائمة المراجع والملاحق.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية

2- فرضيات الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- أهمية الدراسة

5- المفاهيم الإجرائية للبحث

6- الدراسات السابقة

7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسية

أولا- تقدير الذات

ثانيا- التكيف الاجتماعي

1- الإشكالية:

تعرف الثانويات في بداية كل سنة إقبال عدد من التلاميذ الناجحين في شهادة التعليم المتوسط لمزاولة التعليم الثانوي وهذه الأخيرة مرحلة من أهم مراحل التعليم في حياة الفرد، "فهي المرحلة التي تلى المرحلة الأساسية بجميع أنواعها، ويقابل هذه المرحلة المراهقة حسب تقسيم مراحل النمو النفسي **(براجل، 1992، ص. 145)**، وتعتبر هذه الفئة من التلاميذ فئة حساسة لما تمر به من تغيرات في الشخصية والتي تعتبر" مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج كما يستخدم في علم النفس **(زهران، 1997، ص. 289)**، كما وصفها **(ستانلي هول** (G. Stoney Hall) بأنّها فترة عواصف وتوتر وشدة. ولقد أثبتت الدراسات أيضا أنّ المراهقة مرحلة نمو عادي، وأن المراهق لا يتعرض لأزمة من أزمات النمو مادام هذا النمو يسير في مجراه الطبيعي، أي أن هؤلاء يرون في المراهقة مرحلة البحث عن الذات وتحقيق الذات، مرحلة الحب، مرحلة نمو الشخصية وصقلها، مرحلة اكتشاف القيم والمثل، كما هذا يصور لنا أن مرحلة المراهقة مرحلة فيها الكثير من النمو، وفي نفس الوقت فيها الكثير من التذبذب والاضطراب والمحاولة والخطأ. **(زهران، 1997، ص. 292)**، فالمراهقة هي فترة يعرف خلالها الفرد تغيرات عديدة فيزيولوجية، وانفعالية واجتماعية.. . إلخ، تغيرات قد ينجم عنها عدّة مشكلات يحتاج خلالها التلميذ إلى الرعاية والاهتمام والتوجيه، بالإضافة إلى ذلك فإن هذه المرحلة مرحلة بناء المشروع المستقبلي لدى التلميذ.

ولعل أهم ما يشغل بال المراهق تكوين صورة إيجابية عن نفسه لإشباع إحدى الحاجات الأساسية كما يراها ما سلوا في هرمه ألا وهي تقديرات الذات، فالحاجة شيء ضروري لاستقرار الحياة نفسها (حاجة فسيولوجية) أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجة نفسية)، فالحاجة إلى الأوكسجين ضرورية للحياة نفسها وبدون الأوكسجين يموت الفرد في الحال، أما الحاجة إلى الحب والمحبة فهي ضرورية للحياة بأسلوب أفضل وعدم إشباعها يجعل الفرد سيئ التوافق، وتتوفق كثير من خصائص الشخصية على حاجات الفرد ومدى إشباع هذه

الحاجات. ولا شك أن فهم حاجات الفرد وطرق إشباعها يضيف إلى قدرتنا على مساعدته للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي والتوافق النفسي والصحة النفسية، وقد وضع **أبراهام ماسلو** Maslow ترتيباً هرمياً للحاجات في ادناه الحاجات الفيسيولوجية مثل الحاجة إلى الطعام والماء والأوكسجين والراحة والنشاط والجنس والإشباع الحسي وهي الحاجات الأساسية، وعندما تشبع هذه الحاجات ينتقل الفرد إلى إشباع الحاجات في المستوى الأعلى وهي الحاجات إلى الأمن بمختلف فروعها. يلي ذلك في المستوى الحاجة إلى الحب والانتماء والتفاعل، يتلو ذلك مستوى الحاجة إلى المكانة والتقدير واحترام الذات، يلي ذلك في المستوى الحاجة إلى تحقيق الذات، وأخيراً تأتي الحاجات الجمالية. **(زهران، 1997، ص ص32-33).**

وفي هذا الصدد أشارت دراسة **روز نبرج (1965)** والتي طبقت على (5024) من المراهقين والمراهقات الأمريكيين التي يبين وجود علاقة بين تقديرات الذات والعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية كالقلق ودرجة تقبل الفرد. **(زبيدة، 2007، ص. 9).**

ويعتبر تقديرات الذات من المواضيع المهمة التي حضيت باهتمام الباحثين، فتقدير الذات يعتبر مركزاً هاماً في نظريات الشخصية، فالذات عند "مارجريت ميد" ظاهرة اجتماعية نتاج اجتماعي لا تنشأ إلا في ظروف اجتماعية، وحيث توجد اتصالات اجتماعية، وترى "ميد" أنه يمكن أن تنشأ عدة ذوات كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة وبأخرى، ومكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية، فقد تنمو لدى الشخص مثلاً (ذات عائلية) تمثل بناء الاتجاهات التي تعبر عن العائلة، و(ذات مدرسية) تمثل الاتجاهات المعبرة عن معلميه وزملائه، وذات أخرى كثيرة بحسب أوجه النشاط الذي يقوم به **الشخص (الضيدان، 2003، ص. 4)**

وقد توصل (**هوريتز** Horowitz) إلى أن الفرد الذي يدرك أنه غير متقبل من الجماعة الاجتماعية التي ينتمي إليها فإنه يقدر نفسه تقديراً منخفضاً. **(الأنصاري، 1989، ص.284).** كما أن تقديرات الذات مرتبط أيضا بتكامل شخصية الفرد حيث يرى "**زيلر**" أن تقدير

الذات تقع كوسط بين ذات الفرد والواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو بذلك يعمل على المحافظة على الذات من خلال الأحداث السلبية الإيجابية التي يتعرض لها. **(الضيدان، 2003، ص.5)**

ويعتبر مفهوم الذات موضوعا جوهريا للعديد من الدراسات النفسية والاجتماعية، وهو عند معظم الباحثين في هذا المجال الأساس في تكوين الشخصية، إذ لا يمكننا أن نحقق فهما واضحا للشخصية أو للسلوك الاجتماعي والتكيف بوجه عام دون أن تضمن متغيرات مفهوم الذات. ولقد اعتبر التكيف خلال العقود الأخيرة العمود الفقري في علم النفس حيث أكدت دراساته أن الوظائف النفسية تتأزر لتحقيق التكيف للإنسان، وبالتالي التكيف الاجتماعي السليم والتوافق البناء مع البيئة الاجتماعية **(سبيعي، 1992، ص.77)**

أمّا عملية التكيف الاجتماعي تتمثل في سعي الفرد الدائم للتوفيق بين مطالبه وظروفه، ومطالب الظروف البيئية المحيطة به، فقد تجد نفسك في ظروف أو في بيئة لا تشبع كل احتياجاتك ومطالبك، وقد تكون مصدر إعاقة لإشباع هذه الحاجات النفسية والاجتماعية، مما يستدعي بذل جهد أكبر لمواجهة هذه الصعوبات سعياً لحلها، وهذه هي صورة من صور السلوك السوي عند الإنسان للوصول إلى التوافق والتكيف. **(مراد، 2018، ص.77)**.

فقد خلصت العديد من الدراسات إلى وجود أثار متباينة بين تقدير الذات والمجتمع الذي يعيش فيه الفرد، فالمعاملة الوالدية أيضا لها أهمية كبيرة في تكوين التقدير الإيجابي للذات **(محمود القشعان، 2007 ص.41)**، وهذا ما كشفته دراسة "**روز نبرج** Rosenberg" **(1965)** ودراسة **كوبر سميث** "Cooparsmith" **(1969)** ودراسة **بكمان** "Beckman" **(1970)** ودراسة " **جاكس،** Jax" **(1974)** بحيث أن تقدير الذات المرتفع لدى المراهقين يرتبط بدرجة كبيرة بالعلاقات الجيدة بالأسرة، والتي يتم تشخيصها على أساس التأثير القائم بين أعضاء الأسرة وأن المساندة الأبوية ترتبط بتقدير الذات المرتفع، بينما تقدير الذات السالب يرتبط بالسيطرة الأبوية على المراهق، إلى جانب بعض العوامل الأخرى الذي أكد بعض الباحثين على أن لها دور في تكيف الفرد في مجتمعه.

- وعلى ضوء ما تقدم يمكن تحديد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائية بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟

وينبثق عن هذا التساؤل العام التساؤلات الجزئية التالية:

1- ما مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟

2- ما مستوى التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدي تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزي لمتغير الجنس؟

2- فرضيات الدراسة:

- الفرضية العامة:

- توجد علاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي.

- الفرضيات الفرعية:

1- مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة معتدل.

2- مستوى التكيف الاجتماعي لدي عينة الدراسة مرتفع.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

3- أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

1- الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الأولى ثانوي.

2- التعرف على مستوي تقدير الذات لدى تلاميذ الأولى ثانوي.

3- التعرف على مستوى التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الأولى ثانوي.

4- التعرف فيما إذا كانت هناك فروق في تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

5- التعرف فيما إذا كانت هناك فروق في التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزي لمتغير الجنس.

4- أهمية الدراسة:

- الدراسة الحالية ستقدم إضافة جديدة من خلال دراسة العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى فئة هامة وهي فئة تلاميذ السنة أولى ثانوي الذين يتصفون بكونهم في مرحلة مراهقة، والتي تعد من المراحل الحرجة في حياة الإنسان الانتقالية من مرحلة إلى أخرى.

- توضح هذه الدراسة العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الأولي ثانوي.

- توضيح دور مؤسسات التنشئة الاجتماعية في التأثير على شخصية الفرد في تقديره لذاته وتكيفه الاجتماعي.

- توفر الدراسة الحالية بعضا من المعلومات عن بعض أساليب التنشئة الاجتماعية الصحيحة، لاسيما وأننا في المجتمع الجزائري نحتاج إلى تحديد الأساليب الصحيحة في تربية الأبناء، ولا سيما في مرحلة الثانوي، والتي تسهم بصورة إيجابية في بناء ذات إيجابية لدى الأبناء.

- تكمن أهمية الدراسة كذلك في الأهداف المنشودة والموضحة أدناه.

5- المفاهيم الإجرائية للبحث:

- **مفهوم تقدير الذات اصطلاحا:** يعرفه كوبر سميث (1967) أنه الاستحقاق الذي يعبر عنه الفرد من خلال الاتجاهات التي يتمسك بها نحو ذاته، ويعتقد بصحتها وبالتالي يحافظ عليها.

(حمزاوي، 2016، ص.91)

- **تقدير الذات إجرائيا:** ذلك التقدير الذي يدركه الفرد من الأخرين والذي يعكس مشاعر الثقة والكفاءة والفاعلية والتقبل الاجتماعي والإحساس بالقيمة وهو مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة.

- **مفهوم التكيف الاجتماعي اصطلاحا:**

- ويري حامد زهران على انه السعادة مع الأخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة والسعادة الزوجية، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية. **(زهران، 1994، ص.150)**

التكيف الاجتماعي إجرائيا: هو قدرة الفرد على اتباع السلوك الذي يتوافق على ما هو سائد في المجتمع بشكل يحقق له الرضا عن نفسه ورضا الجماعة عنه، وهو مجموع الدراجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس التكيف الاجتماعي المستخدم في الدراسة.

6- الدراسات السابقة:

تشكل الدراسات السابقة تراثا هاما ومصدرا غنيا للدراسة الحالية حيث أفادتنا في توضيح الرؤية أكثر حول الموضوع المدروس وهي على النحو التالي:

6-1 الدراسات السابقة التي تناولت تقدير الذات:

أ- الدراسات العربية:

- **دراسة شرقي حورية (2018): بعنوان:** تقدير الذات وعلاقته بالصلابة النفسية والضبط النفسي لدي متعلمي الطور الثانوي التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا)، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أثر تقدير الذات على الصلابة النفسية ومركز الضبط لدى عينة من تلاميذ التعليم الثانوي (القسم النهائي)، وتكونت عينة الدراسة من 513 تلميذ وتلميذة في بعض ثانويات المدية، حيث استخدمت الباحثة كل من:

- مقياس تقدير الذات cooper smith.

- مقياس الصلابة النفسية لعماد الدين مخيمر.
- مقياس مركز الضبط Rother.

واعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي، وأسفرت الدراسة على النتائج التالــية:

- لدي تلاميذ السنة الثالثة ثانوي مستوي متوسط من تقدير الذات والصلابة النفسية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي تقدير الذات تبعا لمتغير الجنس والإعادة لدى عينة الدراسة.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير التخصص لدي عينة الدراسة ما عدى محور تقدير الذات العام حيث جاء الفرق لصالح العلميين.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس والإعادة لدي عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الصلابة النفسية تبعا لمتغير التخصص لدى عينة الدراسة ماعدا محور التحدي حيث جاء الفرق لصالح العلميين.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تبعا لمتغير الجنس والتخصص والإعادة لدى عينة الدراسة.

- **دراسة بو عقادة هند (2013):** قامت الباحثة بدراسة حول: تقدير الذات لدى المراهق البطال، هدفت هذه الدراسة للكشف عن مدى تأثير البطالة على تقدير الذات للمراهق باعتبار الذات المحرك الأساسي لمختلف السلوكيات التي يقوم بها، تكونت عينة الدراسة من 178 والمتكونة من ذكور وعددهم 83 ومن إناث وعددهم 95 أجريت الدراسة في كل من الوكالة الوطنية للتشغيل لولاية وهران وجامعة وهران والمستشفى الجامعي بولاية وهران، وقامت الباحثة في هذه الدراسة باستخدام مقياس روزنباغ الذي يقيس تقدير الذات وهو غالبا ما يستخدم في الدراسات التي تخص تقدير الذات في فترة المراهقة.
- قصة الحياة: وهي تقنية للبحث في علم الإجماع حيث أن الفرد يقوم بسرد أحداث أو مرحلة من حياته، يكشف من خلاله الفرد على أمور داخلية تخصه.

- واستخدمت الدراسة كلا من الإحصاء الوصفي والاستدلال وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

البطالة تؤدي إلى انخفاض تقدير الذات لدي المراهقين من خلال تطبيق مقياس الذات لروزنباغ مقارنة بفئة غير البطالين من (طلبة، عامين)

- ومن خلال قصص الحياة فإن الحالات عبروا عن إحساسهم بأنهم لا يملكون قيمه ومكانة في المجتمع.

- البطالة تؤدي إلى انخفاض تقدير الذات بالنسبة لكلا الجنسين.

2- دراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003): قام الباحث بدراسة بعنوان: تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض، وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدي تلاميذ مرحلة المتوسطة وكذلك لمعرفة العلاقة بين تقدير الذات وأبعاد السلوك العدواني المختلفة، وتكونت عينة الدراسة من 798 تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الثالث للمرحلة المتوسطة بمدينة الرياض من المدارس التابعة لمراكز الإشراف التربوي.

حيث اعتمد الباحث في هذه الدراسة على أداتين رئيسيتين هما:

- مقياس تقدير الذات لبروس ارهير(1985) Hair ،R ،Bross

- مقياس السلوك العدواني لمعتز عبد الله وسيد أبو عبادة (1995)

- وقد استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة ويصفها وصفا دقيقا، وبعد التطبيق تم التوصل إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند مستوى (0، 01) بين مستويات تقدير الذات (تقدير الذات العائلي، تقدير الذات المدرسي، تقدير الذات الرفاقي، جماعة الأصدقاء) والسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات تقدير الذات والسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة لصالح تقدير الذات المنخفض، وتقدير الذات المتوسط.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات ووظيفة ولي الأمر من جهة والسلوك العدواني من جهة أخرى لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمستوى التعليمي لولي الأمر من جهة والسلوك العدواني من جهة أخرى لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض.

ب- الدراسات الأجنبية:

- **دراسة دنيس وبياني (1989):** فقد بحثت العلاقة بين المراهقين وشخصية الآباء في تطور الشخصية لدى أبنائهم وتأثير نمط التربية التي يتبعها الآباء في كشف الذات لدى المراهقين، تألفت العينة من (174) طالبا من المرحلة الإعدادية تراوحت أعمارهم بين (12-15) سنة.

- ومن النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الأسرة التي يتصف فيها الآباء بالدفيء والتسامح والمحبة كان أبناؤهم أكثر كشفا لذواتهم من الأسر التي تتصف بالقسوة والتسلط والسيطرة، يظهر من خلال ذلك الأثر الكبير لأنماط التربية التي يتبعها الآباء إذ أن الكشف عن الذات يحمل في طياته الإيجابية نحو الذات، لأن الإنسان بشكل عام يحاول أن يظهر السمات السلبية. فاتجاهات الوالدين نحو أبنائهم يرسم نمط التعامل الذي يؤثر بدوره في رسم ملامح الشخصية بشكل عام ومفهوم الذات لدي الأبناء بشكل خاص. **(قحطان، 2004، ص91)**

- **دراسة ليتوفسكي وديوسك (1985):** التي هدفت لمعرفة مفهوم الذات لدى المراهقين من حيث علاقته بإدراك المراهقات للممارسات الوالدية لدي عينة من (130) طالب وطالبة من الصف السابع والثامن والتاسع. طلب منهم الإجابة على قائمة (Crbi) Childrens Report Of Parental Behaviour Inventory

- ظهرت النتائج وجود ارتباط موجب بين بعد التقبل/ الرفض في قائمة (CRBI) ومتغيرات تقدير الذات، كما أن المراهقين ذوي تقدير الذات المرتفع أدركوا والديهم بأنهم أكثر تقبلا لهم من المراهقين ذوي تقدير الذات المنخفض.

تشير هذه النتائج بشكل واضح إلى أن التطور الأفضل والسليم لمفهوم الذات لدى الأفراد يتم من خلال الجو الأسري الصحي الذي يتصف بالتقبل والدفيء/ توفير الفرص اللازمة لتعلم الكفاءة والاستقلال. **(قحطان، 2004، ص.91)**

2- الدراسات السابقة التي تناولت التكيف الاجتماعي:

أ- الدراسات العربية:

- **دراسة: تركية عقيل المطيري (2023):** مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التكيف الاجتماعي لدي المراهقين

هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدي المراهقين وكذلك مستوي التكيف الاجتماعي لدي المراهقين، تكونت عينة الدراسة من جميع الطلبة المراهقين في المدارس الثانوية في محافظة المجمعة في المملكة العربية السعودية، وبلغ عددهم (3454) طالب وطالبة موزعين على 39 مدرسة ثانوية، واستخدمت الباحثة دراسة وصفية باستخدام المسح الاجتماعي، وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- مستوي التكيف الاجتماعي لدي المراهقين متوسط وتبين ارتفاع تكيفهم مع أسرهم وانخفاضه مع المجتمع الخارجي لدي المراهقين، حيث يتضح أنه كلما زاد استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي كلما تحسن مستوي التكيف الاجتماعي وأبعاده (التكيف مع الزملاء بالمدرسة، التكيف مع المجتمع الخارجي)

- **دراسة: داليا طارق عبد الرزاق (2018):** عنوان الدراسة: التكيف الاجتماعي لدى طالبات الأقسام الداخلية، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى التكيف الاجتماعي للطالبات الساكنات في الأقسام الداخلية، تكونت عينة الدراسة من 50 طالبة من الساكنات في الأقسام الداخلية بصورة عشوائية، حيث استخدمت الباحثة:

استبيان يعتمد أساسا على أسئلة بعضها مفتوحة وبعضها مغلقة، واعتمدت على منهج المسح الاجتماعي وهو تحليل ودراسة أي موقف أو مشكلة اجتماعية وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- هناك تكيف اجتماعي مختلف في مستوى الأقسام الداخلية للبنات.

- **دراسة عبد الرزاق فايد (2015):** بعنوان: التكيف الاجتماعي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، هدفت هذه الدراسة للتعرف على العلاقة بين اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية وتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة في المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من 330 تلميذ في السنة الأولى ثانوي ببعض ثانويات ولاية المسيلة وعددها 10 ثانويات موزعة على أكبر بلديات ولاية المسيلة، حيث استخدمت الباحثة كل من:

- مقياس خاص بالتكيف الاجتماعي.
- شبكة التقويم في الكرة الطائرة.

- اعتمد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي لأنه المنهج المناسب لطبيعة هذا الموضوع، وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية وتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة لدي تلاميذ المرحلة الثانوية.
- هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين علاقة المراهق بالأسرة وتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين علاقة المراهق بالمدرسة وتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة لدي تلاميذ المرحلة الثانوية.
- هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين علاقة المراهق بالبيئة المحلية وتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ب- الدراسات الأجنبية:

- **دراسة كارلينا وغولوبيس 2016:** وقد جاءت هذه الدراسة تحت عنوان "النشاط الرياضي كعامل يسهم في التكيف الاجتماعي للطلاب":

– وتساءلت الدراسة عن العوامل الأكثر فاعلية التي تسهم في التكيف الاجتماعي للطلاب في ظروف التدريب في المدرسة الثانوية، وقد هدفت الدراسة إلى محاولة معرفة دور التربية البدنية والرياضية لتعزيز التكيف الاجتماعي للطلاب خلال النشاط التعليمي في بيئة المدرسة الثانوية وتوصلت الدراسة إلى أن ممارسة النشاط الرياضي يؤدي إلى تكيف نشط للفرد مع ظروف البيئة الاجتماعية وينبغي اعتبار التعليم في مؤسسة التعليم الثانوي المرحلة الأولية للتكيف المهني أي التكيف الاجتماعي (للطلاب مع بيئة المدرسة الثانوية الجديدة).

– ولذلك من خلال مشاركة الطلاب في الحياة العامة وتطوير خبراتهم في العلاقات الاجتماعية والصفات القيادية وصقل مهاراتهم التنظيمية، وهنا يوسعون دائرة اتصالاتهم ويطورون عددا من السمات الشخصية الأخلاقية وتنمية قوة الإرادة مثل: الشعور بالهدف والعزم والمسؤولية وما إلى ذلك.

تعقيب على الدراسات السابقة:

– أوجه التشابه والاتفاق بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

– أولا من حيث الهدف:

اتفقت دراستنا الحالية مع الدراسات السابقة، في متغير واحد، إما في تقدير الذات أو في التكيف الاجتماعي، ولم نجد في حدود بحثنا على دراسة جمعت بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي، وتكون دراستنا هي الأولى في الجمع بين المتغيرين المذكورين آنفا.

وعناوين الدراسات السابقة في تقدير الذات كانت مرتبطة بالمتغيرات التالية

– تقدير الذات وعلاقته بالصلابة النفسية والضبط النفسي

– تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني.

– تقدير الذات لدى المراهق البطال.

– أما بالنسبة إلى متغير التكيف الاجتماعي فارتبط بالمتغيرات التالية:

– التكيف الاجتماعي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية

– التكيف الاجتماعي لدى طالبات الأقسام الداخلية.

- مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التكيف الاجتماعي.

-"النشاط الرياضي كعامل يسهم في التكيف الاجتماعي للطلاب "

ثانيا: من حيث المنهج: اتفقت كل الدراسات مع الدراسة الحالية على المنهج الوصفي بنوعيه (المنهج الوصفي الارتباطي، المنهج الوصفي التحليلي)، كل دراسة حسب طبيعتها.

ثالثا: من حيث العينة: تركزت عينة الدراسات السابق في مجملها على طلاب المرحة الابتدائية والمتوسطة والمرحلة الثانوية كما هو واضح فيما يلي:

- دراسة شرقي حورية (2018): تلاميذ الطور الثانوي.

- دراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان(2003): تلاميذ المرحلة المتوسطة.

-دراسة بو عقادة هند (2013): عينة من الوكالة الوطنية للتشغيل لولاية وهران

-دراسة ليتوفسكي وديوسك (1985): المراهقين والمراهقات.

-دراسة دنيس وبياني (1989): المرحلة الإعدادية والإباء.

-دراسة عبد الرزاق فايد (2015): تلاميذ المرحلة الثانوية.

-دراسة داليا طارق عبد الرزاق (2018): طالبات المرحلة المقيمات

-تركية عقيل المطيري (2023): التلاميذ المراهقين.

- من حيث الأساليب الإحصائية: اتفقت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استخدام معاملات الارتباط (بيرسون)، الفروق (ت)، واختبارات النزعة المركزية (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، التبيان، النسب).

- من حيث مكان إجراء الدراسة: تختلف الدراسة من مكان إجرائها فبعضها أجريت في بلدان عربية كدراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان بمدينة الرياض (2003) ودراسة تركية عقيل المطيري (2023) من المملكة العربية السعودية، والبعض الأخر في البلدان الأجنبية كدراسة ليتوفسكي وديوسك (1995) ودراسة كارلينا وغولوبيس (2016).

- من حيث العينة: هناك تباين من حيث عدد أفراد العينة التي أجريت عليها الدراسات السابقة، فلقد كانت أصغر عينة حسب الدراسات المحددة وهي دراسة داليا طارق عبد

الرزاق (2018) إذ كان عدد أفرادها (50) فردا، أما الدراسات التي استخدمت عينات كبيرة فنجد دراسة تركية عقيل المطيري (2023) حيث بلغ أفراد العينة(3454) طالب وطالبة، ودراسة الحميدي محمد الضيدان (2003) على عينة تكونت من (790) فردا وغيرهما من الدراسات.

– **من حيث أدوات الدراسة:** لقد اختلفت بعض الدراسات من حيث نوع الأدوات المستخدمة ولكن لم نجد دراسات استخدمت أداة بحثها فمعظم الدراسات استخدمت أدوات جاهزة كدراسة شرقي حورية (2018) استخدمت مياس تقدير الذات "لكوبر سميت"، ودراسة الحميدي حميدي الضيدان مقياس تقدير الذات "لبروس أزهير" ودراسة بوعقادة هند (2013) استخدمت مقياس روزنباغ الذي يقيس تقدير الذات، أما دراسة عبد الرزاق فايد فقد استخدم استبيان خاص بالتكيف الاجتماعي من إعداد الباحث بنفسه، أما دراستنا الحالية فقد استخدمنا أداتين جاهزتين مقياس تقدير الذات لصاحبته سايح زليخة (2014) ومقياس التكيف الاجتماعي لمحمود عطية هنا.

– **من حيث المنهج:** معظم الدراسات استخدمت المنهج الوصفي وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية، بينما دراسة تركية عقيل المطيري (2023) فقد استخدمت المسح الاجتماعي.

– **من حيث النتائج:** أشارت بعض الدراسات إلى أهمية الأسرة في تنمية تقدير الذات لدى الطلاب، ومن هذه الدراسات دراسة "ليتوفسكي ويوسك (1985) حيث أوضح أن نتائج الجو الأسري الصحي الذي يتصف بالتقبل والدفئ هورفع من مستوي التقدير للذات، ودراسة "دنيس وبياني " أن الأسرة التي يتصف بها الأباء بالتسامح والمحبة كان أبناؤهم أكثر كشفا لذواتهم، وتوصلت دراسة الضيدي محمد ضيدان الضيدان (2003) على أن توجد علاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني للطالب ودراسة شرقي حورية (2018) التي أكدت من خلال تحليلها الإحصائي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي تقدير الذات تبعا لمتغير الجنس، أما دراسة داليا طارق عبد الرزاق (2018) التي تطرقت لمتغير من الدراسة

الحالية وهو التكيف الاجتماعي الذي أوضحت من خلاله على أن هناك تكيف اجتماعي مختلف في مستوى الأقسام.

- هناك العديد من الدراسات التي تناولت تقدير الذات والتكيف الاجتماعي بشكل منفرد، أو في علاقته مع متغيرات أخري إلا أن الدراسات التي تناولت علاقة تقدير الذات بالتكيف الاجتماعي لم نستطع الحصول عليها.

- مجال الاستفادة من الدراسات السابقة:

من خلال اطلاعنا على الدراسات السابقة والتي تم عرضها مسبقا فإن هذه الدراسات تساعد في تحديد أدوات الدراسة الحالية وطريقة المعالجة الإحصائية وكيفية تحليل المعطيات.

7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسية:

أولا- تقدير الذات:

إن من أهم السمات التي تميز الإنسان عن المخلوقات الدنيا قدرته على أن يكون واعيا بذاته شاعرا بها وإذا كان كل من الإنسان والحيوان قادرا على أن يستجيب للبيئة الخارجية وللأخرين، فإن الإنسان قادر بصفة خاصة أن يستجيب لنفسه، فكل إنسان له كينونته الخاصة به وشخصيته المميزة التي ينفرد بها عن غيره من أبناء جنسه، هذه الشخصية تتمو من خلال تقدير الإنسان لذاته سواء بالسلب أو الإيجاب هذا الأخير -تقدير الذات- كان ولا يزال محل اجتهادات الكثير من علماء النفس والصحة النفسية على اختلاف توجهاتهم الفكرية والنظرية.

ففي هذا الفصل سنتناول بشيء من التفصيل تقدير الذات دون أن ننسى المرور على مفهوم الذات لما له من علاقة واضحة بتقدير الذات.

1- تعريف الذات:

أ- التعريف اللغوي: "الذات": مأخوذة من "ذات الشيء" وهي مؤنث ذو، وذات الشيء نفس الشيء أو عينه وهي مرادفة لكلمة "نفس"، وتطلق الذات حسب جميل صليبا (1978) على الجسم وغيره والشخص لا يطلق إلا على الجسم عند الجرجاني، و"الذات" بالإنجليزية. self مرادفة بالفرنسية "soi" (ميزاب،2013،ص.45)

ب- التعريف الاصطلاحي للذات:

تمثل الذات قلب نظرية روجرز. ومفهوم "الذات" قديم قدم الحضارة المصرية، وقد مر مفهوم "الذات" بنمو ديني وفلسفي عبر التاريخ، واقتبسه المفكرون اليونان مثل أفلاطون وسقراط وأرسطو وفلسفوه، ثم احتضنه المفكرون العرب مثل العلامة ابن سينا في القرن العاشر والعالم الفيلسوف أبو حامد الغزالي في القرن الحادي عشر، ولقد علمنا الله مالم نكن نعلم عن: النفس الملهمة، والنفس اللوامة والنفس البصيرة، والنفس المطمئنة، والنفس الأمارة بالسوء ويقول الغزالي إن الواجهات الأربع الأولى للنفس البشرية حميدة، أما الأخيرة فهي غير محمودة. وقد ذكر ابن سينا مفهوم الذات على أنه "الصورة المعرفية للنفس البشرية وتكلم من جاء بعد ذلك من المفكرين عن مفهوم "الذات" متذبذبين بين الروح تارة وبين الذات تارة أخري مثل "جون لوك" (1632-1704) وجرج بيركيلي (1685-1753) وهيوم (1740) وتوماس براون (1778-1820) وجيمس ميل (1829) وكانت (1838)، وفي العقد الأخير من القرن التاسع عشر فقط بدأ المفهوم "العجوز "للذات يجعل مكانه الصحيح في علم النفس "الرضيع" كمفهوم نفسي خلال كتابات وليام جيمس (1890)

ومنذ بداية القرن الحالي أخذت معظم النظريات النفسية تتبني مفهوم "الذات" أو الأنا كمفهومين هامين في دراسة الشخصية والتوافق النفسي. ولكن النظريات اختلفت حول طبيعة الذات بنيتها وتركيبها وأبعادها ووظائفها، وحتى على تعريفها وكان

الخلط كثيرا بين مصطلح الذات ومصطلح الأنا تارة على أنهما مختلفان وتارة على أنها مترادفان.

- فالذات عنده مفهوم مركزي حتى إن نظريته يطلق عليها نظرية الذات الشخصية، والذات أو مفهوم الذات المصطلحان متكافئان بالنسبة لوجرز هي كل منظم ومنسق يتكون من إدراك خصائص الأنا وإدراك العلاقة بين الأنا والأخرين وبالجوانب المتنوعة للحياة سوية مع القيم المرتبطة بتلك الإدراكات، ونتيجة للتفاعل مع البيئة وجزءا من هذه المدركات يتمايز تدريجيا ليكون الذات والذات المدركة هي مفهوم الذات تؤثر في الإدراك والسلوك، أي تفسير الذات كونها قوية أو ضعيفة. (قحطان ، 2004،ص. 27)

2- تعريف مفهوم الذات:

ويعرف مفهوم الذات على أنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتطورات والتقييمات الخاصة بالذات ببلورة الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المحددة الأبعاد من العناصر المختلفة لكينونته الداخلية والخارجية وتشمل هذه العناصر التصورات والمدركات تمدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو (زهران ، 1989،ص. 83)

3- بعض المفاهيم المرتبطة بالذات:

بعض التعبيرات المختلفة المرتبطة بمفهوم الذات نذكر منها:

- **تقبل الذات:**

ويقصد به اتجاه شخصي يكونه الفرد نفسه بعد معرفته العامة بقدراته واستعداداته الخاصة وإمكاناته الذاتية.

- **تحقيق الذات:** هو عملية تنمية قدرات ومواهب الذات الإنسانية وفهم الفرد لذاته وتقبله لها بما يساعد على تحقيق الاتساق والتكامل والتناغم ما بين مقومات الشخصية وتحقيق التوافق ما بين الدوافع والحالة الناتجة عن ذلك، وهذا ما قال به بالأخص "ماسلو" من المدرسة الإنسانية.

- **تأكيد الذات:**

وهو ميل الفرد للوصول إلى تحقيق أهدافه الخاصة في المرافق الاجتماعية المختلفة حتى وإن كان ذلك على حساب الآخرين.

- **تنظيم الذات:**

وهو تحكم الفرد في سلوكه الحالي وميله إلى ضبط النفس والتحكم الذاتي بهدف تحقيق الرضا النفسي الداخلي.

- **الشعور بالذات:** ويضم نوعين من المشاعر: الشعور الإيجابي نحو الذات وذلك نتيجة التقدير والمدح والتفوق الاجتماعي والنجاح والشعور السلبي نحو الذات الذي يتكون نتيجة الشعور بالرفض الاجتماعي ونقص الكفاءة الاجتماعية.

- **الوعي بالذات:**

وهو إدراك نظرة الآخرين وعلى ضوئها يحدد الفرد مكانته ووضعه الاجتماعي.

- **صورة الذات:**

وهي صورة داخلية مدركة من قبل الفرد وتظهر على شكل تصرفات وأساليب سلوك فردية.

- **الرضا عن النفس:**

وهو الشعور بالارتياح الذي يتكون في ذات الفرد نتيجة إشباعه لحاجاته ودوافعه الشخصية مثل الحاجة للانتماء والتقدير والمديح والنجاح.

- **تقدير الذات:**

يمثل تقدير الذات الجزء الوجداني من تكون تقدير الذات وهو يشير إلى درجة إعجابنا بأنفسنا أو إعطائها قيمة ويتجمع (الذات وتقديرها ومفهومها) تكون الشخصية، فعند التكلم عن تقدير الذات فإننا نشير إلى حكم الشخص بأهمية نفسه أو عدم أهميته وتقبل الأخرين أو

عدم تقبلهم والذي يعبر عنه الفرد بما لديه من اتجاهات نحو نفسه بالاستحسان أو الاستهجان، كما يشير إلى درجة اعتقاد الفرد في نفسه بقدرته وأهميته ونجاحه وقيمته.

- احترام الذات:

يعتبر احترام الذات القطاع القيمي من مفهوم الذات فإذا كانت درجة احترام الإنسان لذاته منخفضة فإنه سيفقد احترامه لنفسه وسيؤمن بعجزه وعدم احترام الذات هو الأمل في أن يكون الفرد ذا قيمة ومحبوبا ومقدرا، وأن لا يكون وضيعا وعديم القيمة، التمني في أن يكون الفرد قويا ومترفعا، وعظيما وأمنا، وأن لا يكون ضعيفا وغير امن والتمني في أن لا يكون عدائيا كارها. بتصرف عن **(ميزاب، 2013،ص ص 57-58)**

4- العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات: هناك عدة عوامل تسهم في تكوين مفهوم الذات منها:

4-1- تحديد الدور: يؤكد ساربي أهمية التفاعل بين الذات والدور الاجتماعي في السلوك البشري فلدرجة ما يتأثر إحساس الشخص بهويته بتقدير الأخرين للأدوار الاجتماعية التي يقوم بها ويعتبر تصور الفرد لذاته من خلال الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها من العوامل الهامة التي تساهم في تكوين مفهوم الذات لديه وقد وجد "كوهن "وزملاؤه أن هذا التصور للذات ينمو مع نمو الذات وأن الفرد في أدائه للسلوك الدور المنوط به، يعبر قاصدا أو غير قاصد عن جزء دورة بطرق معينة فالصلة بين الإدراكات الذاتية وسلوك الدور دائمة ونحن تعتمد على المعايير الاجتماعية في إدراك ذواتنا وإلي المدى الذي نبلغه في ذلك الإدراك فإننا يمكننا اتخاذ دور الأخر وتوقع استجابات الأخرين عنه والاستجابة لذواتنا الأمر الذي يؤكد أن سلوك الدور يتضمن دائما علاقة قوية بين ذات الفرد والأخرين وبين مفهوم ذات الفرد على أساس التوحدات الأولية مع الأم في بكورة حياته وعندما يتم النمو الجسمي للفرد فإن صورة الجسم تصبح أكثر ثباتا وتصبح الأدوار أكثر وضوحا واندماجا داخل مفهوم ذاته وتزداد شخصيته تبعا لذلك اتساقا مع مرور الوقت.

4-2- المعايير الاجتماعية:

يتضمن كل مفهوم للذات حكما من أحكام القيمة فالفرد عندما يحكم على نفسه فهو يحمل على نفسه صفة من الصفات بدرجة معينة وبالنسبة لمعيار معين يشتقه الفرد من المعايير الاجتماعية ومستويات السلوك التي وضعها له المجتمع ليسلك وفق مقتضياتها.

وقد ظهرت أهمية المعايير الاجتماعية وخاصة المعايير الجسمية بالنسبة لمفهوم الذات بعد أن ثبت عن طريق الدراسات التي تمت في هذا المجال "أن صورة الجسم والقدرة العقلية وما لها من أثر في تقييم الفرد لذاته تعتمد على معايير اجتماعية " ومع تقدم السن نجد أن رضا الفرد عن ذاته يعتمد على كيفية قياسه لعناصر قدراته المختلفة التي يكتشفها والتي يساعد الكبار المحيطين به على إحاطته بها ويتضح إذ أننا نحمل في عقولنا تأثير المعايير الاجتماعية على أمالنا وأهدافنا فهي التي تحدد المستوى الذي تهدف إليه والأداء الذي نرضى عنه.

4-3- التفاعل الاجتماعي:

أوضحت نتائج العديد من الدراسات أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناضجة تعزز الفكرة السليمة عن الذات وأن مفهوم الذات الموجب يعزز بنجاح التفاعل الاجتماعي ويزيد عن نجاح العلاقات الاجتماعية بدوره وتلعب نبرات تربية الطفل من خلال عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي دورا هاما وخطيرا في تشكيل فكرته عن نفسه وتكوين شخصيته من خلال علاقاته المتبادلة مع الوالدين وتفاعله مع هما ومن خلال عملية التنشئة ترتبط مشكلة الذات بمشكلة الدافعية الإنسانية نتيجة تنمية الفرد البيولوجي ردود فعل ليس فقط تجاه الآخرين وإنما اتجاه نفسه ومعايير جماعته وتعتبر هذه المشاعر علامات محددة لنمو الذات ومن العمليات الديناميكية التي تساعد على تكوين الذات في هذا المجال:

ا- الامتصاص: وفيها يمتص الطفل من المجتمع الخارجي خاصة أسرته موقفهم من أفعاله ونوع معاملتهم له فيسلك نحو نفسه كما يسلك الأخرون نحوه.

ب- التوقع: ومعني ذلك أن يسلك الطفل مع الآخرين السلوك الذي يتوقعونه منه ثم هو يستطيع في نفس الوقت توقع ردود أفعالهم نحوه في حدود الأدوار المقررة والمعايير المشتركة وما اللذان يسهلان عملية التوقع.

4-4- اللغة: أشار "ميد" إلى نتيجة هامة لاستعمال اللغة وهي أن الطفل عندما يستعمل صوته ويسمع نفسه عندما يتحدث فإنه يثير نفسه فضلا على إثارته للأخرين وبسبب ذلك يستطيع أن يتفاعل مع كلماته الخاصة ويبدأ يفكر بهذا يصبح موضوعا لنفسه ويأخذ دور الأخر لكون اللغة التي تعلمها تسمع ويستجاب بها بواسطة نفسه والأخرين بالمثل فيخبر ذاته ويسهل عليه بفضل تطور اللغة اتخاذ دورة والاستجابة للسلوك المتوقع للأخرين وبسبب كون الطفل يتعلم أن يتحدث ويفهم عندما يتحدث إليه الأخرون فإنه يكون قادرا على أن يضع نفسه والأخرين داخل فئات معينة كما تساعده اللغة على أن يمتد بنفسه من الحاضر إلى الماضي كما يتعلم كل شيء عن المستقبل فهو يتكون صورة كثيرة الوضوح أو قليلة كما يود أن يكون.

- إن الأداء اللفظي للفرد لا يمكن فهمه إلا من زاوية علاقة بوظيفة الكائن الحي في محاولته لتحقيق ذاته بقدر المستطاع في موقف معين.

4-5- الجماعات الاجتماعية:

لا يتفاعل الجنس البشري كأفراد منفردين فحسب وإنما كأعضاء في جماعات أيضا، فتطور الإدراكات الذاتية اتجاهات الذات إنما يحدث تحت ظروف الحياة الجماعية ويجب أن يفهم في حدودها.

- ففي كل موقف اجتماعي فقد يظهر الفرد أنماطا فريدة ومختلفة من السلوك في ظاهرة أي أنه يلعب أدوارا اجتماعية هي عناصر في الذات الكلية تنكشف من خلال عملية التكيف مع جماعة معينة.

- ويري "ميد وميلر" أن الفرد يمكنه تملك عدد من الذوات الاجتماعية تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة أو بأخرى ومكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية التي

يشارك فيها وتلعب المقارنة دورا يؤثر في مفهوم الذات لدي الفرد حيث يخبر الفرد نفسه بطريقة غير مباشرة من المقاييس الخاصة للأفراد الآخرين الأعضاء في نفس الجماعة التي ينتمي إليها.

- وتحتاج الإدراكات الذاتية الفردية إلى إطارات مرجعية ثابتة لكي تتم من خلالها وتقدم الجماعات هذه الإطارات المرجعية من خلال العلاقة بين ذات الفرد وعضوية جماعة أو جماعة مرجعية وقد تركزت مجموعة من الاتجاهات حول تأثير مفهوم الذات على السلوك الاجتماعي خاصة اختيار الصديق وإن الكائن الإنساني لا يصبح كائنا إنسانيا إلا بدخوله في علاقات متبادلة مع غير من الكائنات الإنسانية كما تعمل الجماعات على إشعار الفرد بالانتساب لها ومكانته فيها وزيادة احترامه لذاته وتوفير الحب والأمن والحماية له (زيد، 2007)

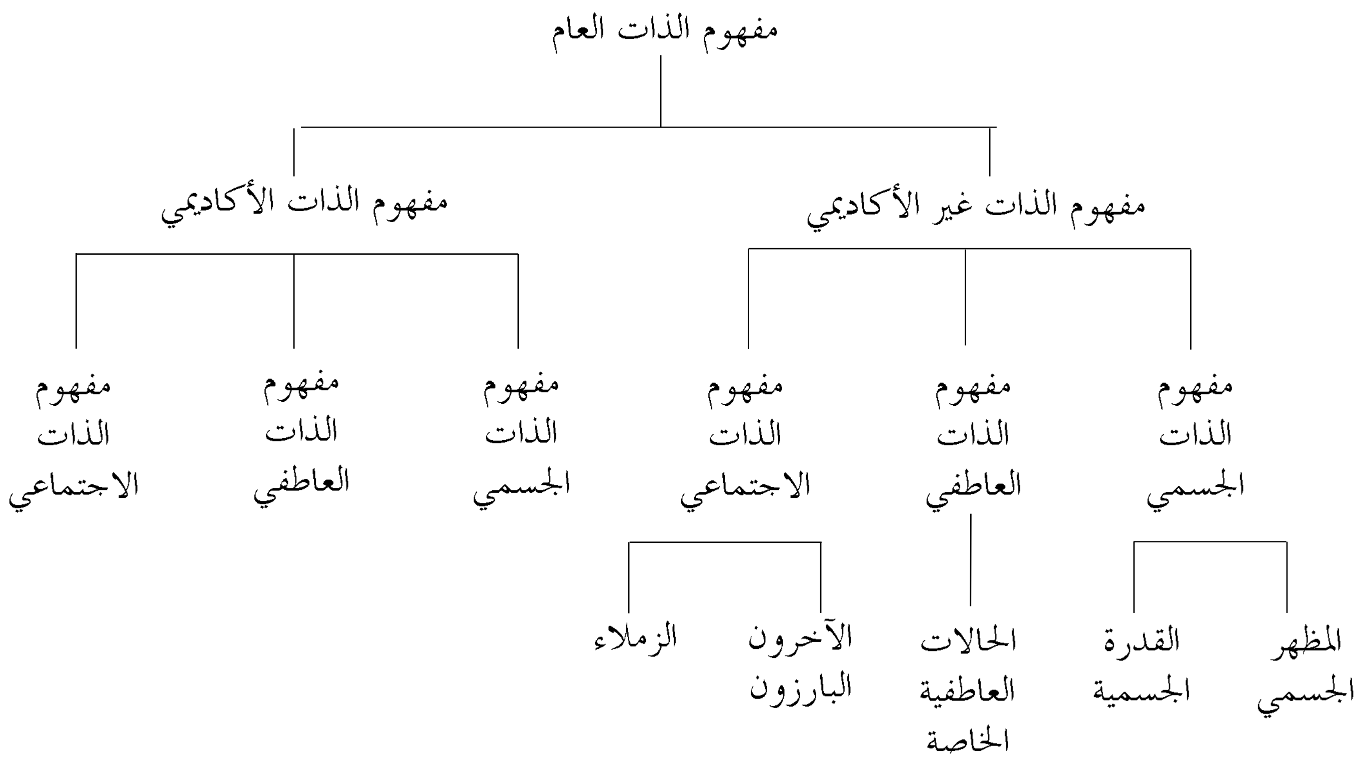
5- الأطر النظرية لمفهوم الذات:

تعددت التعريفات المتعلقة بمفهوم الذات، ولم يكن هناك تعريف واحد يتفق عليه المهتمون، ومن الطبيعي أن تختلف وجهات النظر حول الإطار النظري لمفهوم الذات.

من أقدم وجهات النظر الّتي تعتبر مفهوم الذات أحادي البعد، ولافت هذ الوجهة قبول وتأييد من عدد من الدارسين مثل رونبرغ Rosenberg.

أمّا وجهة النظر الثانية فتعتبر مفهوم الذات نموذجا "جهر ميا" وقد اقترحت من قبل سنافلسون وزملاؤه (Snavelson etal) ولا فت هذه الوجهة قبول عدد من الدارسين مثل (Byrne) ويقترح هذا الإطار أن المفاهيم المتعددة الجوانب يمكن أن تشكل هرما، ومنه مفهوم الذات العام، وقاعدته خبرات الفرد في المواقف الخاصة والشكل التالي يوضح ذلك"

شكل يبين أبعاد مفهوم الذات (القحطان، 2004، ص.40)



أما وجهة النظر الثالثة فتعتبر مفهوم الذات نموذجا تصنيفيا، وهذا النموذج مماثل لنظريتي سيرما وثيرسقون للذكاء وحيث يفترض وجود عامل لمفهوم الذات بالإضافة إلى وجود مجموعة من العوامل الخاصة والّتي تعتبر عوامل شبه مستقلة، وهناك العديد من الدراسات أجريت وفق الإطار التصنيفي لمفهوم الذات حيث ذكر بايرن (Byrne 1984) عدة دراسات مثل ليمر (Lillemer) وماركس وواين (Wine and Marx) وسورس وسورس (Soars and Soars).

أمّا وجهة النظر الرابعة فكانت لواين وماركس (Wine an Marx) وتعتبر مفهوم الذات نموذجا تعويضيا، وهذا النموذج يتفق مع النموذج الهرمي والتصنيفي في تأييده فكرة وجود العامل العام لمفهوم الذات، يرى هذا النموذج أنّ التدين في أحد جوانب مفهوم الذات يقابله تعويض في جانب آخر، ولقد لاحظ كلّ من واين وماركس (1981) إنّ من يدرك نفسه وكأنه في مستوى أكثر نجاحا في الجوانب الجسمية والاجتماعية، وعكس ذلك، وهذا ما يؤيد

الفرصة القائلة بأنّ إدراك الذات بالفشل وعدم الرضا في جانب ما يرافقه إدراك الذات بالنجاح والرضا في جانب آخر **(قحطان، 2004، ص39-41)**

6- وظائف مفهوم الذات:

يتفق العلماء والباحثون على أن مفهوم الذات الّذي يعتبر حجر الزاوية في الشخصية، وأن وظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشّخصية ليكون الفرد متكيفا مع البيئة الّتي يعيش فيها وجعله بهوية تميزه عن الآخرين.

فتتمثل وظائف مفهوم الذات حسب ألبورت وروجرز فيما يلي:

- الحفاظ على وحدة وتماسك الشّخصية.
- تساعد على اتساق الذات وتقييمها ومقاصدها.
- تنظيم عالم الخبرة من أجل التكيف السلوكي.
- تعمل على التحكم في السلوك البشري **(قحطان، 2004،ص. 60)**.

ويجسد "زهران" في رؤيته لوظيفة مفهوم الذات كبرمجة لعالم الخبرة المتغير الّذي لا يوجد الفرد في وسطه، ولذا فأنّه ينظم و يحدد السلوك.

ويعتقد لابين وجرين أنّ مفهوم الذات هو الّذي يقوم بصفة أساسية بتوجيه وضبط وتنظيم أداء الفرد وعمله **(قحطان، 2004، ص .61)**

حيث ذهب "بيمر beemer" إلى أبعد من ذلك فقالت أن مفهوم الجوهري في التحكم بالسلوك البشري، فهو قوة دافعة في مواقف الحياة المختلفة، كما أنّه يعطي تفسيرات لاستجابات الآخرين، وأن ذلك يحدد أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين من جهة ومن جهة أخرى فهو يؤثر بشكل أو بآخر تحديد تعامل الآخرين معه، كما تتميز وظيفة مفهوم الذات بأنّها انتقائية من خلال إدراكه للخبرات والمواقف الّتي يتعرض لها والّتي تتلاءم أو تتعارض مع ميول ورغباته وحاجاته واعتقاداته.

لذلك يتحدد استجابات الفرد عن النمطية فقدت تختلف استجابته في موقف مماثل وفق الزمان والمكان، فهو يسعى إلى تنظيم عالم الخبرة من أجل التكيف مع الذات ومع الآخرين والّتي تدعو إلى اتساق الفرد. .. .. الإنجاز، الإتقان، الاستقلالية، والحرية.

والوجه السلبي لتلك الحاجات يتمثل في الاعتقاد المتدني بالذات، وعقد النقص، لقد شعر ماسلو بأنّ أدلر كان على صواب إلى حد ما عندما اعترض أنّ تلك الحاجات هي الجذور للعديد أو لمعظم مشكلاتها النفسية.

7- تعريف تقدير الذات:

- تقدير الذات هو الميل إلى النظر إلى الذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة. كما أنها مجموع المشاعر التي يكونها الفرد عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها. تستند هذه المشاعر إلى الاقتناع بأن الذات:

1- جديرة بالمحبة

2- وجديرة بالأهمية

بمعني أن لدى الأفراد كفاية لتدبر شؤون أنفسهم وبيئتهم وأن لديهم شيئا يقدمونه للأخرين.

يساوي تقدير الذات الشعور بالرضا الذي ينشأ عند الفرد نتيجة تلبية حاجاته، وكذلك فإن تقدير الذات هو ما يعتقده الفرد ويشعر به إزاء صورته عن نفسه وتقدير الذات هو أيضا إدراك الفرد لأهميته التي تدفعه إلى التصرف بمسؤولية إزاء نفسه والأخرين.

- وينمو تقدير الذات ويتطور من خلال عملية عقلية تتمثل في تقييم الفرد نفسه ومن خلال عملية وجدانية تتمثل في إحساسه بأهميته وجدارته، ويتم ذلك في ست نواح هي:

- المواهب الطبيعية الموروثة مثل الذكاء والمظهر والقدرات الطبيعية.
- الفضائل الأخلاقية والاستقامة.
- الإنجازات والنجاحات في الحياة مثل: المهارات، الممتلكات، الإنجازات
- الشعور بالأهلية وأن يكون محبوبا.

- الشعور بالخصوصية والأهمية والجدارة والاحترام.

- الشعور بالسيطرة على الحياة. بتصرف **(سليم، 2003، ص ص.7-8)**

- مفهوم تقدير الذات: تعود جذور مفهوم تقدير الذات إلى كتابات وليام جيمس 1892 الذي يعتبر من الأوائل العلماء المؤسسين لهذا المفهوم، حيث عبر عنه بانه شعور بقيمة الأنا الذي يتحدد من خلال الموازنة والمطابقة، بينما سعي الفرد لتحقيقه وما استطاع أن يحققه فعلا، أي الموازنة بين الطموح والواقع. **(حمري، 2011، ص15)**

- يعرف "محمد عاطف غيث" تقدير الذات على أنه: تقييم الشخص لنفسه في حدود طريقة إدراكه لآراء الآخرين فيه. **(يونسي، 2011، ص76)**

- تقدير الذات العام: ويقصد به التقييم العام الذي يضعه الفرد لذاته في خصائصه العقلية والانفعالية والسلوكية والجسدية. **(شوال وحشايشي، 2020، ص. 153)**

كما يعرف أيضا: بأنه "مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستند عليها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، ومن هنا فان تقدير الذات يعطي تجهيزا عقليا يعد الشخص للاستجابة طبقا لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية.

8- بعض النظريات المفسرة لتقدير الذات:

8-1- نظرية التحليل النفسي:

وقد أطلق على أصحاب هذه النظرية (أصحاب علاقة نظام الأنا ومفهوم الذات). ذلك أنه من الصعوبة الكشف بدقة عن مفهوم الذات منذ البداية، وبصورة واضحة أدى المدرسة التحليلية القديمة (فرويد) بالأخص لأن فرويد لم يستعمل مصطلح "مفهوم الذات" كما استعمله يونج أو الفرويديون الجدد (ادلر، فروم، سولفان، هورني، ...) بسمات مختلفة، فقد اهتم فرويد بمجموعة النظم الشخصية (اللهو، الأنا، الأنا الأعلى) كأجهزة تتكون منها شخصية الفرد السنوات الأولى للطفولة، وبالرغم من أن كل جزء من هذه الأجزاء للشخصية الكلية له وظائفه وخصائصه ومكوناته ومبادئه التي تعمل وفقها ديناميته وميكانزماته.. "إلا أنها

متفاعلة تفاعلا وثيقا، وأن سلوك الفرد في الغالب محصلة لتفاعل هذه النظم الثلاثة..." **(ميزاب، 2013، ص 84.)**

وقد أشار "دريز" بأن فرويد استعمل مفهوم الذات كجزء مرتبط بالانا وإن الذات هو ذلك الجزء اللاشعوري" للانا" في حين ذكر "لكوبير" بأن فرويد فسر مفهوم الذات على أنه ينشأ عن التفاعل بين الدوافع البيولوجية أو الغريزية" للهو" والأثار التنفيذية، التطبيقات الوالدية والثقافية التي تشكل "الأنا الأعلى"

أما "ميلاني كلاين" وهي من أتباع التحليل النفسي الفرويدي، قصدت بكلمة" الذات"، أنها عبارة عن عواطف ونزوات، بينما كلمة الأنا تشير إلى بنية الشخصية، وهكذا يلاحظ أن مفهوم الذات استعمل في التيار التحليلي القديم وبعض أتباعه بمفهوم مكمل لنظام اللهو، ناتج عن التفاعل بين محتوى اللهو ومستويات الضبط. **(ميزاب، 2013، ص85.)**

وتتكون الشخصية عند يونج من الأنا واللاشعور الشخصي واللاشعور الجمعي والذات، حيث تمثل الذات تكامل الشخصية بجوانبها المختلفة، الشعورية واللاشعورية، فهي ليست الأنا ولا هي بالقناع، إنما حصيلة وليست أمرا موروثا، فالذات كما يقول يونج... ليست مركز الدائرة فحسب بل هي أيضا محيطها الذي يضم الشعور واللاشعور، إنما مركز هذا الكل أو الصيغة الإجمالية كما أن الأنا مركز الشعور. عن **(ميزاب، 2013، ص 86.)**

كما يرى ابستان أن مفهوم الفرد عن نفسه يتكون عن غير قصد منه أثناء تفاعله مع البيئة، وهذا الاتجاه التحليلي ركز على الجانب الشعوري والراعي من الجهاز التنفسي وهو الأنا المرادف للذات والذي يعمل بين الأنا الأعلى واللهو لصالح توافق الفرد وتكيفه **(أمزيان، 2006، ص27.)**

8-2- نظرية الذات:

مؤسس نظرية الذات (كارل روجز)، وهو واضع أسس طريقة العلاج المتمركز حول المريض "المسترشد" عرف روجرز الذات أو مفهوم الذات على أنه نموذج منظم ومتسق من الخصائص المدركة" للانا " مع القيم المتعلقة بها.

ويرى روجز أن مفهوم الذات ينمو مع الأطفال حينما يلاحظون أعمالهم الخاصة كما يلاحظون سلوك الآخرين فخلال سنوات الطفولة الأولى المبكرة يتعلم الأطفال الكثير من السلوكيات ويحددون لأنفسهم سمات معينة وهم على درجة عالية من الوعي مثل الغضب، العناد، الغيرة، العدوانية الطفلية، وكذلك يتعلم هؤلاء الأطفال الكثير من السمات الإيجابية مثل التعاون، التقارب، تقبل الأخر، التفهم، حتى تتكون لديهم (أنا) اجتماعية، وهكذا تتطور لديهم مفاهيم الذات ببطء، ويرى روجرز أن الكائنات البشرية تجاهد لتحقيق التناسق بين الخبرات وصورة الذات.

أدرك روجرز مرحلة الطفولة إدراكا دقيقا وعدها مرحلة حرجة لنمو الشخصية فيما بعد، وهو بذلك يتقارب مع النظريات الدينامية في تقييمها لأهمية مرحلة الطفولة. ويرى فيها مرحلة تكوينات متعددة منها الفكرية والاجتماعية والنفسية والتربوية، فالطفل يتعلم الدفيء من الأسرة (والديه وإخوته) ويتعلم القبول والرفض من الأسرة، ويتعلم الاحترام والتقدير الذاتي من نفسه ومن الأخرين في المجتمع.

يقول روجرز أن الأطفال سوف يعملون أي شيء لإشباع هذه الحاجات، والحاجات تتطلب الإشباع، وإذا ما أشبعت تترك أثرا نفسيا في الذات، أهمه الحرمان أو النقص الانفعالي أو الاجتماعي فالأسرة تعلم الطفل إشباع حاجات مثل الحب، المعرفة، الفهم، الانتماء، التفاعل الاجتماعي، التقدير، الخضوع، تحقيق الذات، التعاون.

ويضيف روجرز لكي يحصل الأطفال على قبول الوالدين عادة ما ينكرون إدراكاتهم الخاصة، وانفعالاتهم، وإحساساتهم وكذلك أفكارهم، ويؤدي هذا الأسلوب إلى مشكلات على المستوى البعيد، وفي المستقبل، حينما تتكون الشخصية وتأخذ طابع الخصوصية. على الرغم أن روجرز يعترف أن الوراثة والبيئة تحددان الشخصية على نحو ما، فأنه يركز على الحدود التي تضعها الذات والتي يمكن أن تمتد إلى مراحل العمر اللاحقة، ونقول عندما يتصرف الفرد بموجب (الذات الطفولية) فهذا يعني أنه يخاطب الأفراد بنفس الطريقة التي يخاطب بها الطفل أقرانه أو أبويه، ونحن نعلم أن الذات الطفلية سريعة الغضب والاستثارة

وتكون عادة اتخاذ القرارات لديها غير مدروسة وهو تعبير عن سلوك أناني وحب الامتلاك، وهي بذلك تعبير عن عدم النضج النفسي ويتحكم فيها الانفعال، فالذات الطفلية تطلب كل شيء ولا تعطي شيئا، أما في النضج يبدأ الناس في نقل أنفسهم ويصبحون أكثر انفتاحا على الأخرين لما اكتسبوه من خبرات وتكون حركتهم في الحياة من أجل تحقيق الذات، وهي ما تسمى بالذات الراشدة أو البالغة، أي أن كل الناس في المجتمع يسلكون المواقف ويتخذون القرارات بناءا على المنطق والموضوعية دون انفعالات وتكون العلاقة بينهم وبين الآخرين ناضجة وتقوم على التفاهم وتسعى نحو تحقيق الأهداف والغايات، وتكون لكل إنسان غاية وهدف وهو قمة الانسجام وهي تعد الشخصية السوية في تعاملها.

يقول كارل روجرز أنه بالرغم من أن مفهوم الذات ثابت إلى حد كبير إلا أنه يمكن تعديله تحت ظروف العلاج النفسي المتمركز حول المريض "المسترشد" الذي يؤمن بأن أحسن طريقة لإحداث التغيير في السلوك وبعض جوانب الشخصية يكون بأن يحدث التغيير في مفهوم الذات (**مخدوم، 2015،ص ص36-39)**

8-3- نظرية إبراهام ماسلو:

وضع ماسلو النظرية المعروفة بهرمية الحاجات، وتضم خمس طبقات عريضة هي:

الحاجات الفسيولوجية، وحاجات الأمان والأمن، والحاجات للحب وللانتماء، وحاجات التقدير، والحاجة لتحقيق الذات.

أ- الحاجات الفسيولوجية:

وتشمل حاجاتنا للأوكسيجين، البروتين، السكر، الكالسيوم، والمعادن، والفيتامينات الأخرى. وتتضمن كذلك الحاجة للمحافظة على التوازن الضروري للصحة العامة ودرجة الحرارة، كذلك توجد الحاجة لأن تكون نشطا والحاجة للراحة، والحاجة للنوم، والتخلص من الفضلات والحاجة لتجنب الألم، والحاجة للإشباع الجنسي.

ب- حاجات الأمان والأمن:

بعدما تحظى الحاجات الفسيولوجية باهتمام كاف وإشباع مرض يأتي الدور على المرتبة التالية من الحاجات. فتصبح مهتما على نحو متزايد يتوافر ظروف الأمان والاستقرار والحماية.

ج- حاجات الحب والانتماء:

بعدما تحظي حاجاتنا الفسيولوجية والحاجة للأمن والأمن بعناية كافية وتحقق مستويات مرضية من الإشباع، تظهر مرتبة تالية من الحاجات وهي العلاقات العامة، والإحساس بالمشاركة، والتي إذا لم تشبع، تصبح أكثر عرضة للوحدة ولأنواع شتى من القلق الاجتماعي.

د- حاجات التقدير:

بعد ذلك نبدأ بالبحث عن قليل من الاعتبار بالذات، وذكر ما سلوا نوعين من حاجات التقدير حاجة أدني للتقدير وحاجة أعلي للتقدير.

فالحاجة الأني منها الحاجة لاحترام الأخرين، الحاجة للمكانة، للشهرة، للعظمة، للاعتراف والاهتمام، للسمعة، للإعجاب، للكرامة، وحتى السيطرة.

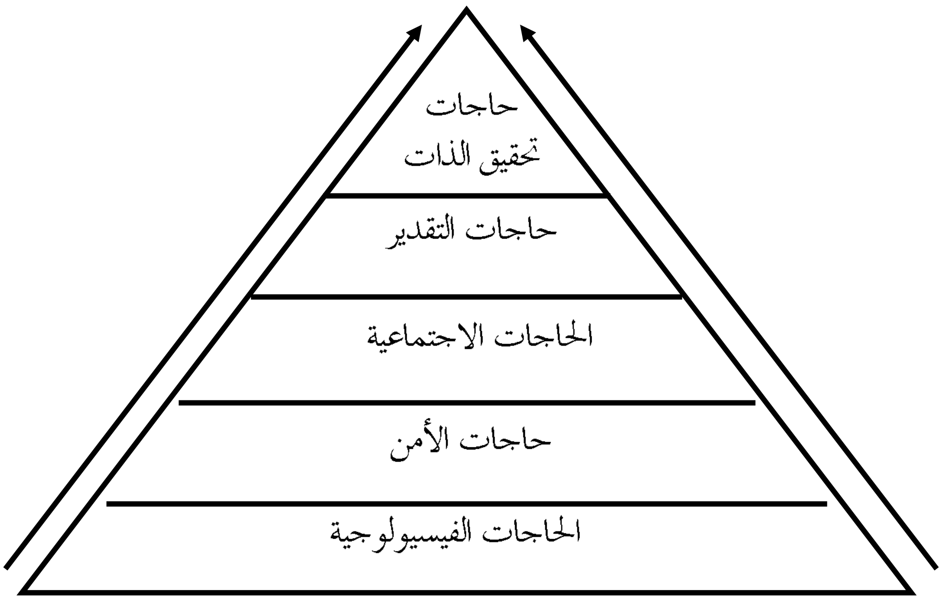
أما المستوى الأعلى من حاجات التقدير، الحاجة لاحترام الذات، والتي تتضمن الحاجة إلى بعض المشاعر م قبيل الثقة، الكفاءة، الإنجاز، الإتقان، الاستقلالية، والحرية.

والوجه السلبي لذلك الحاجات يتمثل في الاعتقاد المتدني بالذات، وعقد النقص. لقد شعر ماسلو بأن أدلر كان على صواب إلى حد ما عندما افترض أن تلك الحاجات هي الجور للعديد أو لمعظم مشكلاتنا النفسية.

ه- تحقيق الذات:

والمستوى الأخير يختلف بدرجة ما إذ استخدم ماسلو العديد من المصطلحات للإشارة إلى هذا المستوى فقد أسماه دافعية النمو، كما سماها تحقيق الذات.

وهي تلك الحاجات التي لا تدخل ضمن حاجات التوازن الجسمي الداخلي، وهي التي تستمر بمجرد أن نشعر بها، وكلما أشبعناها ازدادت قوة، وحسب نظرية الحاجات لماسلو، إذا كنت تريد أن تكون محققا لذلك بالفعل، فإنك بحاجة لأن تكون حاجاتك الأدنى قد حظيت بعنايتك بقدر مقبول على الأقل. وهذا يعني إذا كنت جائعا، فإنك ستسعي للحصول على الطعام، وإذا كنت غير امن فيستوجب عليك أن تكون دائما على أهبة الاستعداد، وإذا كنت معزولا وغير محبوب ن فيستوجب عليك أن تشبع تلك الحاجة، وإذا كان لديك شعور متدن باعتبار الذات ن فإنه يتوجب عليك أن تكون دفاعيا أو معوضا، فعندما تكون الحاجات الأدنى غير مشبعة لن تستطيع تكريس نفسك لتحقيق إمكاناتك(هريدي، 2011، ص ص257-263)



هرم ماسلو للحاجات (العتوم وآخرون، 2005، ص.180)

بعض تطبيقات صفية: هرمية "ماسلو"

- تأكد أن الحاجات الفسيولوجية للطلاب قد تحقق، حاول أن تسمح للطلاب مثلا بالتحرك وممارسة بعض التمارين حتى يتخلصوا من الطاقة المتراكمة في نفوسهم، ساعد الطلاب الفقراء في الحصول على وجبات إفطار أو غذاء مجانية من المدرسة أو من أي برامج غذائية في الجوار.

- وفر لطلبك بيئة صفية تشعرهم بالأمان والسلامة، وضع للطلاب الروتين اليومي المتعلق بتسليم الواجبات أو جمع أوراق الامتحانات أو معالجة قضايا الانضباط الصفي. عندما تلاحظ أن طالبا يهدد زملائه في الساحة، حاول أن تبعده حتى يصبح الجو أمنا لا تهديد فيه

- انتبه لحاجة الطلاب إلى الحب والانتماء قابل الطلبة في أول السنة الدراسية وتعرف منهم على ما يحبونه وما لا يحبونه، وحدد ميولهم واهتماماتهم، اعرف تاريخ ميلاد طلابك وقدم لهم التهاني وأحيانا الهدايا أو الحفلات بعيد ميلادهم وشاركهم أفراحهم وأتراحهم وتقدم منهم ببطاقات تهنئة أو مواساة حسب الظروف.

- هيئ أجواء ومواقف يشعر الطلبة فيها بتقدير الذات واحترام الآخرين، نوع من الأنشطة والمهام بحيث يجد كل طالب فرصة للتميز والإبداع، وزع على الطلاب جوائز للإنجازات التي يحققونها في المدرسة، مثلا جائزة لأفضل طالب يساعد زملاءه على التحسن واكتساب المهارات أو الدرجات العالية في الامتحانات وهكذا**(العتوم وآخرون، 2005، ص181)**

8-4- نظرية التعليم الاجتماعي باندورا Bandura:

اتخذ مفهوم كفاءة الذات وضعا محوريا كجزء من نظرية باندورا، وتتعلق الكفاءة الذاتية بالقدرة الّتي يدركه الفرد لتعايشه مع مواقف محددة، وهي ترتبط بأحكام الأفراد الّتي تتعلق بقدراتهم على مواجهة مطالب محددة في مواقف بعينها.

فقد عرف تقير الذات بأنّ الطريقة الوحيدة للشعور بذات الفرد متضمنا درجات من احترام الذات وقبول الذات، فهو شعور الفرد بقيمته وكفاءته يلحقها بمفهومه عن ذاته، فهو الشعور بالقيمة والكفاءة الذاتية الّذي يربطه الفرد بمفاهيم وتصوراته عن ذاته.

وبهذا رأى باندورا أنّ عملية الحكم على الذات تساعد على تنظيم سلوك الأفراد عن طريق عملية التوسط المعرفي ونحن نعي ذاتنا ونتأملها بل وتحكم على قيمة الفعل على أساس الأهداف الّتي وضعناها لأنفسنا وعلى نحو أكثر تحديدا تتوقف عملية الحكم على المعايير الشّخصية والأداءات المرجعية وتقييم النشاط وعزو الأداء بالتصريف عن **(شرقي، 2019، ص ص74-75)**

8-5- نظرية "روزنبرغ Rosenberg 1965":

تدور أعمال روزنبرغ حول دراسة نمو وارتقاء سلوك الفرد من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، وقد اهتم روزنبرج بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم. ووسع دائرة اهتمامه بعد ذلك بحيث شملت ديناميات تطور صورة الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة.

واهتم بالدور الّذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الّذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد مستقبلا، والمنهج الّذي استخدمه هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك، واعتبر أنّ تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وطرح فكرة أنّ الفرد يكون اتجاها نحو كلّ الموضوعات الّتي يتعامل معها ويحترمها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات ويكون الفرد نحوها اتجاها لا يختلف كثيرا عن اتجاهات الّتي يكونها نحو الموضوعات الأخرى ولو كانت أشياء بسيطة يود استخدامها، ولكنه فيما بعد عاد واعترف بأنّ اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف- ولو من الناحية- عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى، معنى ذلك أنّه يؤكد أنّ تقدير الذات هو: التغيير الّذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض. (**كفافي، 1989، ص .103)**

8-6- نظرية "زيلر Ziller 1969":

تفترض نظرية "زيلر" أنّ تقدير الذات ينشأ ويتطور بلغة الواقع الاجتماعي والمحيط الّذي يعيش فيه الفرد، لذا ينظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد تقدير الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي.

ويصف زيلر تقدير الذات بأنّه تقدير يقوم بالفرد لذاته، ويلعب دور المتغير الوسيط، أو أنّه يشتغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي، وتقدير الذات- طبقا لزيلر- مفهوم يربط بين تكامل الشّخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات

الّتي يتعرض لها من جهة أخرى، وأن تأكيد "زيلر" على العامل الاجتماعي جعله يسهم في دراسة تقدير الذات، من الناحية الاجتماعية الّتي أغفلت عنها المداخل الأخرى. (**كفافي، 1989، ص ص104-105)**

8-7- نظرية Cooper smith **كوبر سميث (1967):**

في عام (1967) أعلن "كوبر سميث" وهو أحد أطباء النفس المتحمسين المناهضين للأفكار التقليدية في جامعة كالفورنا في "دافيس" أن تقدير الذات يعتبر أحد الدعائم الأساسية لتربية الطفل، وكان هدفه الأساسي قياس تقدير الذات، فابتكر اختبار يركز على المساعر الإيجابية أي الشعر الجيد المتولد عن تقدير الذات مع تحديد المفهوم في إطار الحكم الشّخصي للفرد عن القيمة الشّخصية. (**شرقي، 2019، ص 77.)**

حيث ينظر كوبر سميث لمفهوم تقدير الذات على أنّه "مفهوم مركب يتضمن تقويم الذات، رد الأفعال الدفاعية والمفاهيم المختلفة لهذه العمليات، غير أنّه يعطي أهمية أكبر للموكب الوجداني في عملية تقويم الذات.. . "، ومن ينظر إلى أنّ هناك ثلاثة ظروف يجب أن تتوفر في المنزل يمكن أن تؤدي بدرجة مرتفعة للارتقاء بالذات وهي: تقبل الوالدين، تقوية الحدود الواضحة والمحددة للأطفال من خلال الوالدين، النظر للفرد أولا وأخيرا داخل هذه الحدود من خلال الوالدين.

وفي إطار المنظور الأسري دائما يرى "كوبر سميث 1967" أنّ هناك أربعة عوامل أساسية تساهم في ارتقاء للمفهوم الذات لدى المراهق وهي:

- إدراك الطفل للقيمة الّتي يعطيها الآخرون لذاته المعبر عنها في الانفعالات والمكافآت ومدى الاهتمام.
- خبرة الطفل مع النجاح، وتأتي من إدراكه لوضعه وإمكاناته في البيئة الاجتماعية المحيطة.
- متطلبات وطموحات الفر وتعريفه للفشل والنجاح.

- نمط الفرد في التعامل مع المردود السلبي أو النقد، فيما إنّ جميع الأفراد معرضون للمرور بأحداث سلبية، تعتبر قدرة الفرد على الاستجابة لمثل هذه الأشياء بشك غير محطم للذات، شيء أساسي بالنسبة لارتقائها.

فيعتبر كوبر سميث تقدير الذات هو تفاعل الفرد مع محيطه عند تقديره لذاته، وبذلك يتحدد مدى النجاح أو الفشل ومراعيا بذلك الجهود المبذولة من قبل الفرد. (ميزاب، 2013، ص ص98-99)

- التعقيب على بعض النظريات لتقدير الذات:

من خلال استعراضنا لمختلف النظريات المفسرة لتقدير الذات نجد أن نظرية الذات "لكارل روجرز" أن مفهوم الذات يمثل جانبا أساسيا في هذه النظرية بتحديده على انه تنظيم عقلي معرفي منظم ومرن ومتماسك مع المدركات والمفاهيم التي تتعلق بالسمات الخاصة بالفرد.

- وأصحاب النظرية السلوكية لم يعطوا أهمية كبيرة لمفهوم الذات واعتبروها معطى غير قابل للقياس والتجريب لان ما يهدفون إليه هو التحقق من الأحداث القابلة للقياس والتجريب وكل ما هو خارج عن نطاق القياس والتجريب فلا أهمية له.

أما أصحاب النظرية المعرفية اهتموا ببعض العوامل التي لها دور في نمو وتطور الذات مثل اللغة، التغيرات الجسدية، والنفسية.

- وركز أصحاب نظرية التحليل النفسي على الجانب الشعوري والواعي من الجهاز النفسي وهو "الانا" المرادف للذات والذي يعمل بين الأنا الأعلى واللهو لصالح توافق الفرد وتكيفه.

9- الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات:

مفهوم الذات عبارة على معلومات عن صفات الذات، بينما تقدير الذات هو تقييم لهذه الصفات، فمفهوم الذات يتضمن فهما موضوعيا أو معرفيا للذات، بينما تقدير الذات فهو انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس.

ويكمن الفرق في تعريف كوبر سميث "Cooper Smith" يرى أنّ مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآراءه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الّذي يصنعه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته، ولهذا فإنّ تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض، ويشير إلى معتقدات الفرد تجاه ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية، ويعبر عنه بالسلوك الظاهر.(**ناجح، 2010، ص 43.)**

10- مستويات تقدير الذات:

يرى الكثير من العلماء أنّ تقدير الذات يتعرض لتغيرات حسب تصرفات الفرد وردود أفعاله، فالتقدير الذات مستويات، ولكل مستوى خصائص ومميزات حسب شخصية كلّ فرد، ولقد صنف العلماء هذه المستويات إلى:

- المستوى المرتفع لتقدير الذات (العالي).
- المستوى العالي لتقدير الذات (المتدني).

أ- المستوى المرتفع لتقدير الذات (العالي).

إنّ الحاجة للتقدير الإيجابي هي ملحة ونشطة طول حياة الفرد، ولقد عرف جوزيف موتان Joseph mutrn تقدير الذات العالي بأنّه الصورة الإيجابية الّتي يكونها الفرد حول نفسه، إذ يشعر بأنّه إنسان ناجح جدير بالتقدير وتنمو لديه الثقة بقدراته، إيجاد الحلول لمشكلاته ولا يخاف من المواقف الّتي يجدها حوله بل يواجهها بإرادة وبافتراض أنّه سينجح فيها.

وحسب كوبر سميث: فإن الأشخاص ذوي التقدير العالي يعتبرون أنفسهم أشخاص مهمين، ولديهم فكرة محددة وكافية لما يظنونه صوابا، كما أنهم يملكون فهما طبيعا لنوع شخصياتهم، ويستمتعون بالتحدي ولا يضطربون عند الشدائد، وهم أميل إلى الثقة بأحكامهم وأقل تعرضا للقلق، ولديهم استعداد منخفض للإقناع والتأثر بآراء الآخرين وهم أكثر ميلا لتحمل الإيجابية في المناقشات الجماعية واقل حساسية للنقد. (أمزيان زبيدة، 2006، 35)

وتشير مريم سليم إلى أنّ الّذين لديهم تقديرا عاليا للذات يتصفون بما يلي:

- ينظرون إلى أنفسهم نظرة واقعية.
- يقبلون أنفسهم كأشخاص مقبولين.
- يستطيعون أن يحددوا نقاط بالضعف ونقاط القوة لديهم.
- يستند تقديرهم لأنفسهم على تغذية راجعة صحيحة وليس كما يحبون أن يعتقدون أنفسهم.
- يكون لديهم مجموعة كبيرة من الأصدقاء.
- يقيمون علاقات مع الآخرين.
- ينسجمون مع معظم الّذين في وسطهم (العمل، المدرسة، الجامعة.. .).
- يعملون في أغلب الأحيان كقادة إيجابيين، يتطوعون للقيام ببعض الأعمال.
- يرغبون في مساعدة الآخرين وفي المجازفة.
- يستجيبون للتحديات ويرغبون في محاولات جديدة.
- لا يشعرون بالتهديد بسبب التغيرات أو المواقف الجديدة.
- يتعاملون بإيجابية مع الثناء والتقدير.
- يشعرون بالرضا عن إنجازاتهم لأنّهم يشعرون بالمسؤولية إزاء النتائج.
- عندما يواجهون بأخطائهم أو مخالفاتهم فانهم يستطيعون عادة أن يقروا بأخطائهم.
- يضعون أهدافا لأنفسهم فهم يعرفون ما يريدون أن يفعلوه في حياتهم وما يرغبون في تحقيقه.
- غالبا ما يجدون طريقة لحلها.
- لديهم آراء قوية لا يخشون من التعبير عنها، وهذا ما يجعلهم محبوبين من قبل البعض.

(سليم، 2003، ص ص16-17)

ب- المستوى المتدني لتقدير الذات:

ويعرفه روزبنرغ Roseinberg 1978: بأنّه عدم رضى الفرد بحق ذاته ورفضها".

إنّ الشخص الّذي لديه تقدير متدني يمكن أن نصفه بأنه ذلك الشخص الذي يفتقر إلى الثقة في قدراته، وهو الذي يكون بائسا لأنه لا يستطيع أن يجد حلا لمشاكله، ويعتقد أن

معظم محاولاته ستبوء بالفشل، وأنه ليس في استطاعته إلا إيجادة القليل من الأعمال على إثر ذلك فهو دائما يميل إلى إدراك ما يدعم اعتقاده، ويتجاهل ما يكون عكس ذلك.

من الناحية الاجتماعية يرى روزبنرغ Roseinberg وشوتز Shutz أنّ الأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات يفضلون الابتعاد عن النشاطات الاجتماعية ولا يتقلدون مناصب ريادية، ويظهرون أحيانا الميل إلى أن يكونوا خاضعين ومسيرين إلى جانب أنهم يمتازون بالخجل والحساسية المفرطة والميل إلى العزلة والوحدة.

وفي دراسة قام بها كوبر سميث على عدد من التلاميذ الذكور وجد أن التلاميذ ذوي التقدير المنخفض يتميزون بالاكتئاب والقلق، لا يستطيعون التعبير عن أنفسهم، و ليس لديهم أي ثقة نحو قدراتهم. وبعد مقابلات مع أولياء هؤلاء التلاميذ تبين له أن لديهم اهتمامات أقل نحو الأبناء، لا يستطيعون اتخاذ القرارات، ومن ثم يؤثر ذلك على الأبناء فينخفض مستوى تقديرهم لذواتهم. **(أمزيان ، 2006، ص ص36-37)**

وتشير مريم سليم إلى أنّ الّذين لديهم تقديرا متدنيا للذات يتصفون بما يلي:

- يبدو عليهم أنّهم أكثر اهتماما بالحفاظ على شعورهم باحترام الذات أو الفشل بشرف من اهتمامهم ببذل الجهد لإحراز النجاح.
- ينشغلون بسلوكيات دفاعية لمنع الآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الّذي يشعرون به، وتشمل هذه الآليات الدفاعية: التمرد، المقاومة، التحدي، الرد، الشك في الآخرين، مضايقتهم أو تحفيزهم، الكذب، الغش، توجيه اللوم لآخرين عند حدوث فشل أو خطأ، الفشل في تحمل تصرفاتهم، الاستقواء على الآخرين وتهديدهم، الانسحاب، الخجل أو الاستغراق في أحلام اليقظة، اتباع أساليب للهروب بما فيها التأخر والتغيب وتعاطي المسكرات والمخدرات.

هؤلاء الأشخاص سواء كانوا راشدين أو مراهقين أو أطفل يرغبون في:

- الحب والقبول والتقدير الإيجابي والاحترام من قبل الآخرين، لذلك لا بد من تزويدهم بدعم إضافي، وفرص لتحقيق النجاح، والتغذية الراجعة إيجابية، ومشاعر تدل على أنّ هناك من يهتم بهم. **(سليم، 2003، ص ص17-18)**

11- علاقة تقدير الذات بمرحلة المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بمجموعة من التغيرات والتحولات الّتي تطرأ على الفرد، فالمراهقة تعني الخروج من مرحلة الطفولة، أي أنّ جميع التقمصات الّتي قام بها الفرد في طفولته والّتي شكلت أناه لم تعد تكفي، فالمراهق يبحث دائما عن اندماج ــواسع في مجتمعه وذلك من خلال تكوين مجموعة الرفاق، واتساع دائرة معارفه من خلال لقيام بأعمال متميزة عن الآخرين وذلك محاولة منه لإثبات شخصيته المستقلة.

غير أنّ هذا الانتقال من الطفولة إلى المراهقة والّذي يخلف أزمة الهوية لدى المراهق وهذه الأزمة تحدث تغيرات عميقة في الشعور بالذات، بمعنى تعتبر مشكلة الهوية جوهر الصراع في هذه المرحلة ذلك لأنّ التغيرات الجسمية وغيرها تصيب المراهق بأزمة أو بهزة كان تجعله يكاد يفقد التعرف على نفسه، وإلى اهتزازه في كلّ مفاهيمه السابقة وعن تصوره لذاته، إنّ جوهر هذه الأزمة نابعة من الخلل إلى يصيب بناء الشّخصية نتيجة البلوغ وما يصاحبه من تغيرات، ومن ثمة فإنّ إعادة بناء الشّخصية تبدأ أساسا في الوصول إلى هوية واضحة ومحددة وينعكس هذا على تقدير المراهق لذاته، وهذا التقدير يبين لنا مدى رضاه عن هذه الهوية الجديدة الّتي بدا يلتمس أبعادها وخصائصها.

ولهذا يؤكد بعض العلماء على ضرورة قياس تقدير الذات عند المراهقين كمؤشر على مدى تطور أزمة الهوية لديهم. (تونسية، 2011، ص 94.)

تنمو من خلال نمو مراحل الطفل الحاجة إلى تقدير الذات، وهذا الإحساس مستد من إدراكه لما تلقاه من اعتبار وتقدير، حيث يقول العالم "كولين (1902)": أنّ الذات اجتماعية إلى حد كبير في أصولها وفي محتواها، والوعي بالوجود الذاتي هو حصيلة الحدس في إدراك الذات عبر أغير، وكذلك حصيلة الاتصال بالغير على حد سواء.

ويقول "Ebte Nger" (1971): أنّ التقدير الذاتي كان مضمونا في الطفولة الصغرى من خلال الاحتفاظ بالنرجسية الأولى وبمواضع الحب الأبوي، ولكن في سن المراهقة عودة التقمصات الأبوية والقيم العائلية والاجتماعية غياب أو قلة العلاقة بمواضيع جديدة لا تسمح بدعم النرجسية، إنّه البعد بين السعي النرجسي لمثالية الأنا، وصورة الذات الّذي يؤدي إلى إفساد حب الذات والاكتئاب، فالملاحظة أنّه أثناء المراهقة يعيش المراهق أزمة شديدة اتجاه سلطة العائلة وقوانين المجتمع، فيحاول خلال هذه المرحلة أن يواجه سلوكياته وتصرفاته بطريقة مستقلة، انطلاقا من معاييره الخاصة وليس بالرجوع إلى القوانين الّتي تحكم المجتمع الّذي يعيش فيه، ولكي يتمكن المراهق من أن تكون حياته موضوعية فلابد له من بعض الثقة بالنفس وفي طاقاته الشخصية وقيمته الفدية وهذا يحصل عليه من خلال تقديره لذاته.
(تونسية، 2011، ص 95.)

ثانيا- التكيف الاجتماعي

إن التكيف الاجتماعي يعتبر من العمليات المهمة التي يقوم بها الفرد، فبذلك يستطيع الفرد تحقيق علاقات اجتماعية جيدة، ويستطيع التكيف مع المواقف المختلفة وذلك بتغيير سلوكه كلما تغيرت ظروف الحياة

1- تعريف التكيف الاجتماعي:

اختلف الكثير من العلماء على وضع تعريف محدد للتكيف فلقد استخدم لفظ (التكيف) استخدامات كثيرة مثل التوافق في المجال الفني أو التوافق في مجال الصحة النفسية وغير ذلك والتباين في موضوع استخدام لفظ (التكيف) إنما هو يرجع إلى اختلافات في الرؤى عند الباحثين في هذا السياق (**كمال، 2007، ص27**)

وتتعدد تعاريف التكيف الاجتماعي، نذكر منها ما يلي:

1-1- يعرف مصطفي فهمي التكيف الاجتماعي بأنه: عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين البيئة، وبناءا على ذلك الفهم نستطيع أن نعرف هذه الظاهرة بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته (**أحمد، 1996، ص27**)

1-2- ويعرف حامد عبد السلام زهران التكيف الاجتماعي بأنه: السعادة مع الأخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، والسعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق الصحة النفسية. (**أحمد، 1996، ص27**)

1-3- يعرف التكيف الاجتماعي أيضا بأنه: عبارة عن التفاعل الذي يهدف إلى التوفيق بين الأفراد والجماعات بحيث يتفهم كل طرف من الأطراف أفكار ومشاعر واتجاهات الطرف الأخر ليحدث بينهما تقارب يؤدي إلى تحقيق مصلحة مشتركة، يحدث التكيف في كل مجالات الحياة، من أمثلة ذلك التكيف بين الزوجين، والتكيف بين الرؤساء والمرؤوسين في العمل. (**الرشدان، 2005، ص235**)

ومن خلال التعاريف السابقة نستنتج أن:

التكيف الاجتماعي هو العملية التي يقوم بها الفرد لكي يصبح أكثر توازنا وتوافقا مع البيئة التي يعيش فيها، وذلك بتغيير سلوكه كلما تغيرت الظروف البيئية من حوله والقدرة على التفاعل الاجتماعي السليم مع الأخرين وذلك ما يحقق صحة نفسية.

2- معايير التكيف الاجتماعي:

يطلق على الإنسان أنه سوي أو غير سوي، ويكون ذلك من خلال ما اتفق عليه من أن ما يسلكه أو ما يقوم به من نشاط يكون مقبولا أو غير مقبول اجتماعيا، وطالما أن السواء واللاسواء يدخل في نطاق التكيف وسوء التكيف لذلك فإننا نشير إلى المعايير التي يمكن أن يتحدد من خلالها التكيف والتي حددها أحمد عزت راجح فيما يأتي:

2-1: المعيار الإحصائي:

ويري أن الشخص السوي هو من لا ينحرف كثيرا عن المتوسط وبعبارة أخرى السوي هو المتوسط، وهو الذي يمثل الشطر الأكبر من مجموعة الناس من مجموعة الناس وفق المنحنى الاعتدالي ومن ميزات هذا المعيار أنه يراعي ما بين ضروب الانحراف من تدرج، فيميز بين الحالات الخفيفة والمتوسطة والعنيفة من سوء التكيف، ولكن يجب الإشارة هنا إلى أنه وفقا لهذا المعيار نجد أن من هم على مستوى عال من الذكاء والجمال والصحة فإنما يعتبرون أيضا من الشواذ، إلا أن علماء النفس قصروا الشذوذ على الانحراف في الناحية السلبية.

2-2: المعيار المثالي:

يري أن السوي هو الكامل المثالي أو ما يقرب منه، وهذا ما قصده المحللون النفسيون حين يقولون إنه ليست هناك شخصية سوية غير أن هذا المعيار قد لا يكون له وجود على الإطلاق من الناحية الإحصائية في نواحي الذكاء أو الجمال أو الصحة وهذا يشير إلى أنه لا يوجد إنسان كامل التكيف.

2-3 المعيار الثقافي (الحضاري):

وهذا المعيار يرى أن السوي هو المتكيف مع المجتمع، أي من استطاع أن يتماشى مع قيم المجتمع، قوانينه، معاييره وأهدافه ولهذا المعيار أكثر من عيب فهو يري السواء في الامتثال التام لقوانين المجتمع وقيمه حتى إن كانت فاسدة تتطلب من الفرد العمل على إصلاحها وتغييرها بدلا من التكيف لها.

2-4 المعيار الباثولوجي:

ويري أن الشخصيات الشاذة تتسم بأعراض إكلينيكية معينة كالمخاوف الشاذة والوسواس، والأفكار المتسلطة وارتفاع مستوى القلق عند العصابيين، كالهلوسات والاعتقادات الباطلة واضطراب التفكير واللغة والانفعال عند الذهانين وكالنزعات الإجرامية والانحرافات الجنسية في الشخصية السيكوباتية ويؤخذ على هذا المعيار عدم تحديد الدرجة التي يجب أن يصل إليها إنحراف السلوك أو اضطراب الانفعال مثلا حتى يمكن اعتباره شذوذا. **(أحمد، 1996،ص ص12-13)**

2-5- المعيار القانوني:

ويري أن الشخصية السوية هي التي يسلك صاحبها على نحو ما يقره القانون والعكس مع من يتصادم سلوكه مع القانون، والعيب في هذا الرأي رغم موضوعيته أيضا هو عدم الشمول لكل الأفراد أوكل المجتمعات لذا فهو رأي نسبي يتوقف على الظروف والمواقف، كما أن تجريم السلوك أمر يتوقف على ثقافة المجتمع وما يقال في هذا الراي ينطبق على الراي الاجتماعي والثقافي الذي يتخذ من التكيف مع النظام الاجتماعي أو الثقافي القائم معيار الاستواء ومن التصادم مع النظام معيارا للاعتدال في الشخصية.

2-6- المعيار التكاملي (الطب نفسي):

ويرى هذا الرأي أن سوء التكيف واعتلال الشخصية لا يرجع لعامل واحد ذاتي أو بيئي، لكن لعدة عوامل متفاعلة ذاتية جسمية نفسية عقلية، وبيئية مادية واقتصادية واجتماعية

مع اختلاف الأهمية النسبية لكل عامل في كل حالة على حدى وأن كل عامل يؤثر في الأخر، فالعامل الذاتي يؤثر في البيئي والعكس صحيح. **(مصطفى، 1996،ص ص14-15)**

من خلال ما سبق نستنتج أن: هناك عدة معايير يمكن الرجوع إليها في تحديد التكيف، فالمعيار الإحصائي يري أن الشخص المتكيف هو الذي لا ينحرف عن المتوسط الحسابي وفق المنحنى الاعتدالي، والمعيار المثالي يري أن الشخص السوي هو الكامل المثالي، أما المعيار الثقافي فيري أن السوي هو المتكيف مع المجتمع وأن يتماشى مع قوانينه وقيمه سواء كانت صالحة أو فاسدة، والمعيار الباثولوجي يرى أن السوي هو الذي لا يعاني من أي أعراض إكلينيكية معينة بينما المعيار القانوني يرى أن الشخص السوي هو الذي يلتزم بما يقره القانون والمعيار التكاملي يرى أن السواء هو نتيجة لعدة عوامل متفاعلة، لكن نري أن الرجوع لهذه المعايير لما لها من عيوب.

3- النظريات المفسرة للتكيف الاجتماعي:

نظرا لأهمية التكيف في حياة الأفراد، فقد تناولته العديد من النظريات بالدراسة كل من جهة معينة، ومن أهم هذه النظريات ما يلي:

3-1 النظرية البيولوجية: يرى أصحاب هذا الاتجاه بأن مفهوم التكيف هو يشمل تكيف الكائن الحي مع البيئة التي يعيش فيها(الخالدي، 2009،ص. 92) وبأن سوء التكيف وفشله ينبع من الأمراض التي تصيب الجسم وأنسجته خاصة المخ، وهي الأمراض التي يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة نتيجة الإصابات والعدوى أو خلل هرموني ناتج عن الضغط الواقع على الفرد، ومن رواد هذه النظرية داروين وجالتون كالمان (مجدي، 2024،ص. 24)، فأصحاب هذه النظرية ينظرون لتكيف الإنسان من خلال المفاهيم الفيسيولوجية والطبية، وذلك وفق مسارين:

- **مسار لاشعوري:** تقوم به أجهزة الجسم تلقائيا دون إرادة الفرد، كزيادة نسبة الادرينالين في الدم تؤدي الى الهرب.

- **مسار شعوري:** يقوم به الإنسان بشكل إرادي كتناول الأدوية عند المرض أو التعب (بولجراف، 2007، 106).

3-2 نظرية التحليل النفسي: يرى "فرويد" أن عملية التكيف لدى الفرد غالبا ما تكون لاشعورية بحك-م أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية للكثير من سلوكه(الشاذلي، 2001، ص.105)

ويعتمد التكيف عند فرويد على "الأنا"، فالانا تجعل الفرد متكيفا من خلال السيطرة على اللهو مطالبه، والانا الأعلى يحدث توازن بينهما وبين الواقع، وبالتالي فإن سيطرة احد أقطاب الشخصية (اللهو/ الأنا الأعلى) يؤدي الى الاضطراب النفسي وسوء التكيف سفيان، (2004، 165)، وقد ركزت الوجهات التحليلية بعد فرويد أيضا على "فاعلية الأنا" والعوامل الاجتماعية، حيث يرى "أدلر: Adler"في حديثه عن المركب النفسي، أنه هو الوحيد المفسر لسلوك الفرد، بحيث فسر سلوك الاجتهاد والجد المبالغ فيه بمحاولة تعويض نقص خلقي أو اجتماعي أو اقتصادي. (الجماعي، 2007،ص. 97)

وركز أدلر على مصطلح "أسلوب الحياة" والذي يعني أن كل فرد فريد في أسلوب حياته بسبب مركبه النفسي الداخلي. (بركات، 2008،ص. 397)

أما "يونغ: Yung" فيري أن مفتاح الصحة النفسية يكوف في استمرار النمو الشخصي مؤكدا على أهمية المواءمة بين الميول الانطوائية والانبساطية (بولجراف، 2007،ص. 108). كما تطرق الى مفهوم "اللاشعور الجمعي، فال " هو "ليس فقط مخزن للغرائز، بل يشمل أيضا التراث الثقافي، وبالتالي إذا كان هذا التراث متكيفا مع المجتمع فسوف يحقق تكيفا لهذا الفرد مع المجتمع وبالتالي الصحة النفسية له. (الجماعي، 2007،ص. 100)، بينما ربط "أريكسون: Erikson"التكيف بالنمو في الشخصية، فالشخصية أثناء مراحل نموها تمر بأزمات على الفرد اجتيازها.

وبالتالي فإن نجاح الفرد في اجتياز أزمة مرحلة ما يؤدي به الى التكيف فيها، وهكذا مع جميع مراحل النمو (سفيان، 2004،ص. 167)، وبالتالي تتميز الشخصية المتكيفة

والمتمتعة بالصحة النفسية ب: الثقة، الاستقلالية، التوجه نحو الهدف، التنافس، الإحساس بالهوية، القدرة على الحب والألفة. (مدحت، 1990، ص. 86)

ويضيف "فروم": From ضرورة التمتع بتنظي–م موجه في الحياة، وقدرة الذات على الانفتاح على الأخرين والتعبير عن الحب لهم دون قلقل (مدحت، عوض، 1990،ص.87)

وانطلاقا مما سبق فإن رواد المدرسة التحليلية يعتبرون التكيف هو توازن السير النفسي للمفرد خلال مراحل النمو المختلفة، بحيث أن توازن أقطاب الجهاز النفسي (اللهو/الأنا / الأنا الأعلى) والموروث الثقافي للفرد يساعد في اجتياز أزمات النمو وتحقيق الصحة النفسية التي تنعكس على الفرد وعلى علاقته مع الأخرين.

3-3- النظرية السلوكية: تدور هذه النظرية حول محور أساسي وهو عملية التعلم فالسلوك الإنساني الصادر عن الفرد هو استجابة لمثيرات معينة، وبالتالي فان فشل الفرد في تعلم سلوكات ناجحة تمكنه من التكيف مع نفسه ومع مجتمعه يعتبر عامل أساسي في اختلال الصحة النفسية، أي أن اكتساب الفرد لسلوكيات ناجحة سيحقق لو التكيف مع نفسه ومجتمعه (المطيري، 2005،ص. 63)

وتؤكد هذه النظرية أن التكيفية–م بصورة شعورية، بحيث يتم تعلم العادات عن طريق البيئة في السنوات الأولى باستخدام التعزيز، والسلوك غير التكيفي يعود الى تعلم خاطئ وتثبيته عن طريق التعزيز وليس الكبت أو التثبيت (حسين، 2006،ص. 19)

ويعتقد "واطسون: Watson "و "سكينر: Skinner "أن عملية التكيف تتم بطريقة آلية ميكانيكية عن طريق تلميحات البيئة، وهو ما بينه كل من "ولمان: Ullmann و"كراسنر Krasner في تفسير سلوك الانسحاب الاجتماعي كسلوك غير تكيفي ناتج عن عدم وجود معززات إيجابية في العلاقة مع الأخرين، وهو ما رفضه "باندورا: ، Bandura بحيث أكد أن سمات الشخصية هي نتيجة التفاعل المتبادل بين 03عوامل هي: المثيرات خاصة الاجتماعية، السلوك الإنساني، والعمليات العقلية (مدحت، عوض، 1990،ص. 88)

ولم تهتم المدرسة السلوكية بمعرفة الأسباب وراء السلوك غير التكيفي، فالمهم هو إزالة الأعراض غير المرغوبة فقط، بحيث يتم أولا تحديد السلوك غير التكيفي، ثم اطفاؤه، وإحلال سلوك تكيفي مكانه عن طريق التدعي–م. (حسين، 2006،ص. 20)

3-4 النظرية الإنسانية: يرى رواد هذه النظرية أن الإنسان هو كائن فاعل يستطيع تحقيق توازنه، فهو ليس عبد للحتميات البيولوجية كالجنس والعدوان (المدرسة التحليلية) أو المثيرات الخارجية (المدرسة السلوكية)، فالتكيف يعني كمال الفعالية وتحقيق الذات (العسيري، 2003، 38) ومن أنصار هذا الاتجاه "ماسلو: Maslow و"روجرز: Rogers بحيث يرى "ماسلو" أن الشخص المتكيف هو الذي يحقق ذاته، وتحقيق الذات يعني تحقيق القوى الكامنة الفطرية عند الشخص.

ويتميز الشخص المتكيف بمجموعة خصائص هي:

- تقبل الذات والأخرين والطبيعة
- التلقائية في الحياة الداخلية والأفكار والدوافع
- التركيز على المشكلات لحلها بطريقة منطقية
- ادراك أكثر فاعلية للواقع (عبد الغني، 2001،ص. 118)
- الاستقلالية الذاتية عن الثقافة والبيئة
- التمييز بين الوسائل والغايات
- الشعور بالقوة، المشاركة الوجدانية والانتماء للأخرين (الحجاز، 2003،ص. 34)
- القدرة على التجديد

الاهتمام بالقضايا الأخلاقية وبمشاكل العالم من حوله (الحجار، 2003،ص. 34)

أما "روجرز" فيرى أن الأفراد غير المتكيفين يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير الملتصقة مع مفهومهم عن ذواتهم (مدحت، عوض، 1990، ص89)

وقد وضح روجرز نظريته في النقاط الآتية:

- أن الفرد يعيش في عال–م متغير، ومن خلال خبرته يدركه ويعتبره مركزه.

- يتوقف تفاعل الفرد مع العال–م الخارجي وفق هذه الخبرة، بحيث أن إدراكه للعالم الخارجي هو ما يمثل الواقع لديه.

- يتفاعل الفرد مع ما يحيط به بشكل كلي ومنظم.

- يناضل الفرد من أجل إثراء خبرته وزيادتها لتحقيق توازنه.

يهدف سلوك الفرد الى محاولة إشباع حاجاته كما تم إدراكها.

- أفضل ما يدركه الفرد هو شعوره الذاتي.

يتحول جزء من إدراك الفرد الكلي تدريجيا ليصبح مكونا لذاته.

- تفاعل الفرد مع المحيط الخارجي ومع الأخرين يؤدي الى تكوين الذات بشكل ثابت ومنظم ومرن

-يتحقق التكيف النفسي عندما يتمكن الفرد من استيعاب جميع خبراته الحسية والعقلية وإعطائها معنى يتلائم مع مفهوم ذاته

- ينتج سوء التكيف من فشل الفرد في استيعاب وتنظيم حبراته الحسية والعقلية التي يمر بها (الجماعي، 2007،ص. 105)

وبهذا فإن روجرز يرجع سوء التكيف الى المفهوم السلبي للذات، بحيث أن عدم توافق الذات الواقعية للفرد مع ذاته الاجتماعية والمثالية يؤدي الى سوء الاتزان في حياته، وبالتالي التوتر في محاولة إيجاد التكيف والتوازن داخل الفرد. (الجماعي، 2007،ص. 103)

- **التعقيب على نظريات التكيف الاجتماعي:**

- يرى أصحاب النظرية البيولوجية أن تكيف الإنسان يتم من خلال المفاهيم الفسيولوجية والطبية

- كما يرى أصحاب نظرية التحليل النفسي أن التكيف هو توازن السير النفسي للفرد خلال مراحل النمو المختلفة، بحيث أن توازن أقطاب الجهاز النفسي "اللهو، والانا، والانا الأعلى" والموروث الثقافي يساعد في اجتياز أزمات النمو وتحقيق الصحة النفسية التي تنعكس على الفرد وعلى علاقته مع الأخرين.

- أما النظرية السلوكية لم تهتم بمعرفة الأسباب وراء السلوك غير التكيفي، فالمهم هو إزالة الأعراض غير الرغوبة فقط، بحيث يتم تحديد السلوك غير تكيفي ثم إبداله بسلوك تكيفي أخر.

- وأصحاب النظرية الإنسانية يرجعون سوء التكيف إلى المفهوم السلبي للذات، حيث أن عدم توافق الذات الواقعية للفرد مع ذاته الاجتماعية والمثالية يؤدي سوء التكيف.

4- أبعاد التكيف الاجتماعي:

البعد مفهوم رياضي يعني الامتداد الذي يمكن قياسه، ويشير مصطلح البعد إلى العمق، ولقد اتسع معناه الأن ليشمل أبعاد سيكولوجية بعد أن كان قاصرا على البعد الفيزيقي، فأي امتداد أو حجم يمكن قياسه فهو بعد، وكثير من سمات الشخصية توصف بمركزها على بعد ثنائي القطب كالسيطرة والخضوع ويجب أن تكون الأبعاد مستقلة ومعظم الوظائف ذات تنوع متصل على طول البعد.

وأبعاد الشخصية تتجه إلى الجوانب البيولوجية والاجتماعية بالإضافة إلى الجوانب النفسية والسيكولوجية، بحيث نجد أن علماء النفس الإكلينيكي قد اتجهوا بدرجة كبيرة إلى الأبعاد الاجتماعية مع استبعاد العوامل البيولوجية، إلا أن الباحث يرى أن هناك ضرورة لدراسة كل العوامل المتصلة بالشخصية وحيث أن الجوانب البيولوجية ترجع إلى طبيعة الذات وتكوينها لذلك، فالباحث يرجعها إلى العامل الذاتي أو النفسي في تكامله بين عناصره بالإضافة إلى العامل الاجتماعي ولذلك سنركز على الأبعاد التالية لنسير من خلالها على أبعاد التكيف الاجتماعي. **(أحمد، 1996، ص 18)**

4-1 البعد الشخصي:

ويكون الفرد راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثق فيها. كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب والقلق والضيق والنقص والرثاء للذات، ومن المكونات الرئيسية لهذا البعد من التكيف

إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في أن واحد. **(مصطفى، 1976، ص34)**

حيث يشمل هذا البعد السعادة مع النفس والرضى عنها، وإشباع الدوافع الأولية (الجوع، العطش، الجنس، الراحة والأمومة) والثانوية المكتسبة (الأمن، الحب، التقدير، والاستقلال) وانسجامها وحل صراعاتها، وتناسب قدرات الفرد وإمكاناته مع مستوي طموحه وأهدافه. **(بطرس، 2008، ص103)**

4-2- البعد الاجتماعي:

هو قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس، صلات لا يغشاها الاحتكاك والتشكي والشعور بالاضطهاد ودون أن يشعر الفرد بحاجة ملحة إلى السيطرة أو العدوان على من يقترب منه. **(مصطفى، 1976، ص35)**

ويشمل هذا البعد السعادة مع الأخرين والالتزام بقوانين المجتمع وقيمه والتفاعل الاجتماعي السوي والعمل للخير والسعادة الزوجية والراحة المهنية. **(بطرس: 2008، ص103)**

4-3-البعد التكاملي: النفسي الاجتماعي

يتأسس هذا البعد على التكامل والتفاعل بين البعدين النفسي والاجتماعي، فالتكيف عملية ذات وجهين فهي تتضمن أن الفرد ينتمي إلى مجتمع بطريقة أكثر فعالية، وفي نفس الوقت يقدم المجتمع الوسائل لتحقيق الطاقة الكامنة في داخل الفرد لكي يدرك ويشعر ويفكر وينشط نشاطا خلاقا ليواكب التغير الحادث في المجتمع حيث أن الفرد والمجتمع يرتبطان معا في علاقة تبادلية تأثيرية، فلا يمكن تصور نظام منهما دون الأخر **(أحمد: 1996، ص19)**

5- عوامل التكيف الاجتماعي:

هناك عدة عوامل تؤثر بشكل كبير في إحداث التكيف الشخصي والاجتماعي لدى الفرد، نذكر منها:

5-1-العوامل الشخصية:

وهي عوامل التنشئة الاجتماعية والخبرات التي يمر بها الفرد من خلال انتمائه إلى جماعات متعددة بالإضافة إلى قدراته وصفاته الشخصية مثل السن ومستوى التعليم والعادات الشخصية ومستوى الطموح ويرى "بارسوننز وسيلز" أن التنشئة الاجتماعية تعتبر إحدى العاملين الرئيسيين للمحافظة على العملية المتواصلة لاستمرار النسق الاجتماعي وهي تتم من خلال عملية التعلم، والعامل الثاني هو الضبط الاجتماعي وترجع أهمية التنشئة الاجتماعية إلى أنها تهدف إلى إيجاد التوافق بين حاجات الشخصية ومطالب المجتمع وتتلخص هذه العملية في تحويل الفرد من كائن عضوي إلى كائن اجتماعي. وتتم عملية التنشئة الاجتماعية للفرد منذ مراحل نموه الأولى من خلال ثلاث جماعات: جماعة الأسرة – جماعة المدرسة – جماعة الرفاق.

فالفرد يتأثر بالجو المهيمن على أسرته ويكتسب اتجاهاته بتقليده لأهله وذويه كما أن البيئة الاجتماعية التعليمية لها أثار قوية في تنشئة الفرد فهي التي تجمع بينه وبين اقرأنه فيميل إلى بعضهم وينفر من بعضهم ويقارن مكانته التحصيلية والاجتماعية بمكانتهم ويتأثر بفكرتهم عنه، ويكتسب الفرد من خلال انتمائه لجماعة الرفاق قيما معينة تتصل بالصداقة والتحصيل ويتعلم الفرد كذلك من الجماعات كيف أن المسايرة مع ما يفعله الأخرون يقوده إلى الإنجاز الناجح في حياته. **(موفق، 2008، ص50-51)**

5-2- العوامل الأسرية:

إن الفرد كعضو في أسرته يتأثر بالظروف البيئية التي تحيط بهذه الأسرة ومن متغيرات هذه البيئة: موقع السكن، ونوع الحي الذي تقيم فيه الأسرة وهو يرتبط بالحالة الاجتماعية والاقتصادية للأسرة ومن مظاهر الحالة الاقتصادية الهامة للأسرة مستوى الدخل، حيث أن دخل الأسرة ينعكس على مستوي معيشة الأسرة ومكانتها الاجتماعية والعلاقات بين الأسرة وغيرها من الأسر.

وتدل الدراسات على أن للمستوى الثقافي والاجتماعي والاقتصادي للأسرة أثرا عميقا في سلوك الأفراد وفي تكيفهم الاجتماعي، كما يعتبر عدد أفراد الأسرة علاقة بتكيف الأفراد وتحصيلهم الدراسي، وبالنسبة للظروف الاجتماعية في الأسرة نجد أن العلاقات الأسرية وأسلوب تربية الأبناء لها أثرها في سلوك أبنائهم وفي علاقاتهم مع الأخرين داخل المجتمع وتتوقف عليها قدراتهم على التكيف الاجتماعي السليم، وشخصية الفرد السوية لا تنشأ إلا في جو تشيع فيه الثقة والحب والتألف، والأسرة المثالية هي التي تساير نمو الفرد وتعامله بما يتناسب مع سنه ومع مراحل نموه. وتتنوع العلاقات الأسرية حسب تركيب الأسرة وأهم أنواع العلاقات التي يرتبط بها الفرد في نطاق البيئة الأسرية وعلاقات الرفاق، فالفرد في سن المراهقة يرى أن عالم الأسرة بعيد عن أغراضه وأماله بينما يرى عالم الرفاق قريب منه لذلك يندمج مع عالم الرفاق ليتكامل مع أفراده ويتكيف معهم.**(زيد: 2008، ص50-52)**

5-3- العوامل الاجتماعية:

هي متعددة ومتشابكة، حيث تلعب عمليات التفاعل الاجتماعي ومدي نمو الفرد اجتماعيا دورا بارزا في تحديد تكيف الفرد وتعمل أساليب التنشئة الاجتماعية في المجتمع الدور الحاسم في هذه العمليات، فإنما أن تكون مساعدة للإنسان في التكيف مع مطالب مجتمعه أو تجعله في حالة مقاومة لاتجاهات المجتمع وقيمه وعاداته. **(الفرماو، 2001، ص309)**

ومن أهم العوامل المساعدة على التكيف الشخصي والاجتماعي ما يلي:

- إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية: فإذا لم تشبع حاجات الفرد عضوية كانت أم نفسية، فإنها تخلق لديه توترا يدفعه إلى محاولة إشباع هذه الحاجة وكلما طالت مدة حرمان الفرد، زاد التوتر شدة. أما إذا لم تسمح الظروف البيئية أو الاجتماعية بإشباع هذه الحاجة، وقد تكون هذه الوسيلة غير سوية لا يقرها المجتمع فيؤدي ذلك لانحرافه.**(فهمي مصطفى: 1976، 45)**

- **أن يعرف الإنسان نفسه:** إذ أن معرفة الإنسان لنفسه تعد شرطا أساسيا من شروط التكيف الجيد وهذه تتضمن النواحي التالية:

أن يعرف الإنسان الحدود والإمكانيات التي يستطيع بها أن يشبع رغباته بحيث تأتي رغباته واقعية ممكنة التحقيق.

أن يعرف الشخص إمكانياته وقدراته، ذلك أنه إذا ما عرف هذه الإمكانيات والقدرات فإنه لا يرغب في شيء لا تسمح به هذه القدرات والإمكانيات بتحقيقه.

- **أن يقبل الإنسان نفسه:** إن فكرة الإنسان عن نفسه، من أهم العوامل التي تؤثر في سلوكه، فإذا كانت هذه الفكرة حسنة مشبعة بالرضا فإن ذلك يدفعه إلى العمل والتوافق مع أفراد المجتمع، كما أن ذلك يدفعه إلى النجاح حسب قدراته دون أن يحاول العمل في مجالات لا تسمح له قدراته بالنجاح فيها. **(فهمي مصطفي: 1976،ص ص 37- 38)**

- **المرونة:** ونقصد بها أن يستجيب الفرد للمؤثرات الجديدة استجابة ملائمة. **(محمد مصطفى أحمد: 1996،ص ص 36-37)**

وهناك نوعان من المرونة:

- **المرونة القوية الإيجابية:** فيها يتكيف الشخص مع البيئة الجديدة دون أن يغير من شخصيته الأصلية.

- **المرونة الضعيفة السلبية:** فيها يتقبل الشخص قيم البيئة الجديدة تقبلا يؤدي به إلى أن ينكر شخصيته الأصلية **(فهمي مصطفي: 1976، 39)**

من خلال ما سبق نستنتج أن هناك عدة عوامل تساهم في التكيف الشخصي والاجتماعي انطلاقا من العوامل الشخصية إلى الأسرية والعوامل الاجتماعية، وكلما كان الشخص يتسم بالمرونة مع التغيرات والظروف التي تطرأ في المجتمع كلما كان أكثر تكيفا.

6- خصائص التكيف الاجتماعي:

6-1 التكيف الاجتماعي عملية مستمرة:

إن التكيف عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين البيئة، وهذه العلاقة تتحدد معالمها منذ السنوات الأولى من حياة الطفل، وتعتبر البيئة المحيطة به عاملا هاما في تكوين أسلوبه في التكيف مع نفسه ومع مجتمعه. **(مصطفى، 1976، ص42)**

6-2- التكيف الاجتماعي مفهوم معياري:

إن مفهوم التكيف الاجتماعي هو مفهوم معياري يشير إلى قيم معينة عند وصف التكيف بالسواء، أو بالصحة أو الكمال أو السعادة، وعند وصف سوء التكيف بالمرضي أو النقص أو الشذوذ أو التعاسة وهناك اختلاف بين العلماء الذين تناولوا هذا المفهوم بالتحليل والتفسير في تحديد معيار ثابت للتكيف أو سوء التكيف رغم أن معظم آرائهم تتركز على أن معيار التكيف يتعلق بقياس القدرة على التكيف مع الظروف العديدة التي تواجه الفرد أو الجماعة وهناك من ربط التكيف الاجتماعي والسعادة كمعيار لهذا التكيف بمعنى أن الشخص المتكيف اجتماعيا هو السعيد. **(زيد، 2008، ص59)**

6-3-التكيف الاجتماعي نسبي:

إن معايير التكيف أو سوء التكيف تختلف باختلاف الثقافات من مجتمع إلى أخر، بل وفي داخل المجتمع الواحد نجد الأنماط الثقافية الفرعية التي تختلف من الريف إلى المدن، وتظهر مسألة النسبية في التكيف بصفة خاصة في المجتمع الحديث حيث أصبح الفرد ينتمي إلى جماعات متعددة تختلف معاييرها الثقافية. **(زيد، 2008، ص59)**

7- استراتيجيات التكيف الاجتماعي:

إن الاستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد في تعاملهم وتكيفهم كثيرة ومتنوعة وهناك تصنيفات عدة لهذه الاستراتيجيات وأهمها:

7-1- استخدام نظم الدعم:

تشير الأبحاث بأن الناس الذين يمتلكون نظاما اجتماعيا داعما وفعالا هم أقل اكتئابا وقلقا ولديهم القدرة على مقاومة الشعور بالوحدة وأكثر نجاحا في المحافظة على تقدير الذات وأكثر تفاؤلا حول حياتهم من أولئك الذين يكون النظام الداعم لديهم سيئا وغير فعال، وهناك ثلاث أشكال للدعم، وهي الدعم المادي والدعم الانفعالي والدعم المعلوماتي.

7-2- استخدام مهارة حل المشكلات:

إن أسلوب حل المشكلات إجراء يتبعه الفرد عند تطوير الخطط استجابة لتحديات الحياة، وهو مهارة توافقية عملية مفيدة من الناحية النفسية، والممارسة الجيدة لأسلوب حل المشكلات يعتبر عاملا مساعدا في بناء الثقة وإحساس الفرد بالكفاءة والسيطرة الذي يتم دعمه عندما يعرف بأنه يمتلك مهارة حل المشكلات، وأن الذين يحلون مشاكلهم بشكل جيد يتقبلون حقيقة أن التغلب على تحديات الحياة يتطلب بذل جهود شخصية. **(زيد، 2008، ص113)**

7-3- الاسترخاء الذاتي:

لقد طور الإنسان استجابة الاسترخاء الطبيعية لمواجهة الإحباطات والمضايقات اليومية ومن السهل تعلم هذه الاستجابة فهي تتطلب بشكل أساسي الصبر والممارسة وإتباع التعليمات المقترحة، وبإمكان الفرد تعديل هذه التعليمات لتناسب ذوقه وحاجاته الفردية.

7-4- المحافظة على الضبط الداخلي:

إن الناس يختلفون في إدراكهم حول مدى الضبط الذي يمتلكونه خلال حياتهم فالناس الذين يتحملون مسؤولية الأشياء التي تحدث لهم ذوو موقع ضبط داخلي، والذين يعتقدون أن ما يحدث خارج نطاق سيطرتهم فهم ذوو موقع ضبط خارجي، وموقع الضبط لدى الفرد يتطور طبقا لتعلمه وخبراته مع التقدم في العمر، وقد بينت الدراسات أن الذين لديهم موقع ضبط داخلي هم أكثر استقلالية ويتحملون المسؤولية أكثر اتجاه الأحداث في حياتهم واتجاه

صحتهم النفسية والجسمية، ويتمسكون بأفكار ومعتقدات عقلانية أكثر من ذوي الضبط الخارجي(**زيد، 2008، ص54-55**)

7-5- الحديث الذاتي خلال التحديات:

عند حدوث المواقف الصعبة يمكن للفرد أن يقدم لنفسه الدعم النفسي عن طريق الحديث الإيجابي مع الذات حيث يمكن للفرد أن يحدث ذاته بأنه يمتلك مهارات تكيفية جيدة وأن لديه القدرة على استخدامها بفاعلية وما إلى ذلك من عبارات داعمة ومشجعة.

7-6- استخدام روح الدعابة والمرح:

إن الدعابة والمرح تساعد الفرد على تجنب النتائج السلبية عند مواجهة المشاكل، وتسمح له بتحقيق توازن أكبر وإجراء تقييمات أكثر موضوعية، والدعابة الجيدة لها تأثير محبب على الناس المحيطين بالفرد، فالفرد يتلقى المزيد من الدعم من الأخرين عندما يدركون بأنه يثير الرضا والسرور بدلا من الضيق والنكد، وتطوير الإحساس بالدعابة والمرح يدعم مشاعر الكفاءة الذاتية للفرد ويشجعه على الخلق والإبداع، بدلا من الاستجابة السلبية لتحديات الحياة.

7-7- التمارين الرياضية:

وهي مهارة وحيدة للتكيف مع الضغوط، حيث تعمل على زيادة مشاعر الضبط النفسي، وهي أسلوب جيد لخفض مستوي القلق، وزيادة قدرة الجسم على الاستفادة من الأوكسجين وزيادة اللياقة الجسمية، والتمارين الرياضية لها تأثير إيجابي على مفهوم الذات، والمحافظة على ممارسة التمارين الرياضية بانتظام تعطي الفرد سببا للشعور الجيد حول نفسه، وتوفر الفرصة للتفاعلات الداعمة مع الأخرين. **(زيد، 2008، ص55)**

8- شروط ومظاهر التكيف الاجتماعي السليم:

8- 1- الراحة النفسية:

من المعروف أن الاكتئاب والقلق والإحباط والصراع كلها من المظاهر التي تؤدي إلى سوء التكيف، لذلك من سمات الفرد المتوافق قدرته على الصمود أتجاه المواقف

والمشكلات التي تؤدي إلى سوء تكيفه، ولذلك متي شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية كان ذلك دليلا على تكيفه، ولكن ليس معني الراحة النفسية ألا يصادف الفرد أي عقبات تقف في طريق إشباع حاجاته المختلفة وفي تحقيق أهدافه في الحياة، فكثير ما يصادف مثل هذه العقبات في حياته اليومية، وإنما الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات وحلها بطريقة ترضاها نفسه ويقررها المجتمع. **(فوي، 2000، ص73)**

8-2- الكفاية في العمل:

تعتبر قدرة الأفراد على العمل والإنتاج والكفاية فيهما وفق ما تسمح به قدراتهم ومهاراتهم، من أهم دلائل الصحة النفسية، أن الفرد الذي يزاول مهنة أو عملا فنيا تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته، وتحقيق أهدافه الحيوية، الأمر الذي يحقق له الرضا والسعادة النفسية **(مصطفى، 1976، ص45)**

8-3- الخلو من الأعراض الجسمية:

في بعض الأحيان في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التكيف هو ما يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية، إن الأمراض السيكوسوماتية هي أمراض جسمية ترجع في المقام الأول إلى عوامل نفسية، سببها مواقف انفعالية، فالانفعالات كالغضب أو الحزن أو الخوف أو القلق أو الشعور بالذنب أو النقص، أحوال نفسية وجسمية ثائرة، تتميز من الناحية الجسمية باضطرابات فسيولوجية حشوية شتى في التنفس والدورة الدموية ووظيفة الهضم ومفرزات الغدد. **(مصطفى، 1976، ص47)**

من هذا القول أن الفرد المتكيف هو الشخص الذي يكون خاليا من هذه الأعراض وبهذا يحقق صحة نفسية عالية تمكنه من التكيف الاجتماعي السليم.

8-4 مفهوم الذات: إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته كما أنها عامل أساسي تكيفه الشخصي والاجتماعي. فالذات تتكون من مجموع إدراكات الفرد لنفسه وتقييمه لها. وتتميز الصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن نفسه بأنها ذات ثلاث

أبعاد: الأول يختص بالفكرة التي يأخذها الفرد عن قدراته وإمكاناته، والثاني: يتعلق بفكرة الفرد عن نفسه في علاقته بغيره من الناس، والثالث: فهو نظرة الفرد إلى ذاته كما يجب أن تكون. **(مصطفي، 1976، ص48-49).**

8-5 تقبل الذات وتقبل الأخرين: يرتبط تقبل الأخرين أشد الارتباط بتقبل الذات، فالشخص الذي لديه ثقة بنفسه، ويثق بالأخرين، يعتبر أكثر اهتماما ورغبة في للانطلاق والأخذ بيد غيره، كما يكون شديد الرغبة في أن يدع الأخرين يقودونه إلى عوالمهم، ويعرضون عليه مشاكلهم الخاصة، ويكون قادرا على التفاعل الإيجابي البناء مع الأخرين، وعلى الأخذ والعطاء معهم، وبهذه الطريقة تكمل الدورة نفسها ويحدث التوازن.

8-6 اتخاذ أهداف واقعية: إن الشخص المتمتع بالصحة النفسية، هو الذي يضع أمام نفسه مثلا وأهدافا ومستويات للطموح، ويسعي للوصول إليها حتى ولو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال، فالتكيف المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في تحقيق الأهداف، ولكي يتحقق هذا يجب ألا يكون البعد شاسعا بين فكرة الشخص عن نفسه، وبين الأهداف ومستويات الطموح التي وضعها لنفسه. **(مصطفي، 1976، ص49-50)**

8-7 ضبط الذات:

الشخص السوي هو الذي يستطيع ضبط الذات والتحكم فيها وفي انفعالاتها اتجاه المواقف المختلفة، وأن يتحكم أيضا في حاجاته ورغباته فيختار من هذه الحاجات التي يري استحالة تحقيقها وكلما زادت قدرة الفرد على ضبط ذاته كلما قلت الحاجة إلى الضبط من مصدر خارجي، ومثل هذا الشخص السوي لا نقول أنه متفق تماما مع الجماعة فأحيانا يرفض الانصياع لما هو مألوف من معايير داخل الجماعة وأن رفضه هذا لا يخرجه عن دائرة السواء إذ أن رفضه قد يكون عن اقتناع بينه وبين نفسه بأن الأوضاع التي يرفضها أوضاع غير عادلة، وأن ما يقترحه من أوضاع بديلة يري فيها سعادة أكثر وأشمل وتؤدي إلى إشباع أعم وأكثر دوما.

8-8- العلاقات الاجتماعية:

من المؤشرات التي تدل على تكيف الإنسان في علاقاته الاجتماعية مع الأخرين وسعيه في مساعدة الأخرين إلى تحقيق حوائج الناس والتعامل معهم، والعمل من أجل مصلحتهم العامة، وأن العلاقة بينه وبين الأخرين وثيقة الصلة، يتفاعل معهم ويتحمل المسؤولية الاجتماعية، ويحقق التعاون البناء كما يحظى بحب الناس له وحبه إليهم لأن الانطواء والبعد عن الناس دلالة على عدم التكيف السليم وهي سمة الإنسان اللاسوي. **(فوزي، 2000، ص77)**

8-9- القدرة على التضحية وخدمة الأخرين:

من أهم سات الشخص المتمتع بالصحة النفسية قدرته على أن يبذل وأن يعطي ويمنح، كما يستطيع أن يأخذ، سواء كان مع أولاده أو مع أصدقائه أو مع جماعات يعرفها أو لا يعرفها، فالإنسان مهما كانت حالته فهو مدين للإنسانية بوجوده وقدرته على الكلام والحركة والتمتع بنتائج الأفكار والعقول التي سبقته وأثرت في نوع الثقافة التي يعيش فيها، ولذلك فإن الشخصية السوية هي التي تسهم في خدمة الإنسانية عامة، إنها تعمل على تقدم المجتمع الإنساني والسير به في سبيل التطور إلى الهدف الأبعد، هدف العمل للإنسانية جمعاء، وبمشاركة في تحقيق السعادة لأكبر عدد ممكن من الناس. **(مصطفي، 1976، ص51)**

نستنتج مما سبق أن مظاهر التكيف الاجتماعي السليم عديدة، حيث أن الفرد الذي يتمتع براحة نفسية هو الذي يستطيع مواجهة العقبات بصرامة وفي حدود ما يقره المجتمع، والذي يحقق الكفاية في العمل، والخالي من الأعراض الجسمية التي تسببها المواقف الانفعالية، والذي يمتلك مفهوم الذات إيجابي عن نفسه، والقادر على ضبط ذاته والتحكم في انفعالاته والذي يستطيع تكوين علاقات اجتماعية، والقادر على التضحية من أجل الأخرين كل هذا يؤدي به إلى تحقيق تكيف اجتماعي سليم.

9- عوائق التكيف الاجتماعي:

هناك عوامل عديدة تؤدي إلى سوء تكيف الفرد ومن أهم هذه العوامل ما يلي:

9-1 المظاهر الجسمية والشخصية:

وهي المرتبطة بمظهر الجسم وصفاته وما فيه من إعاقات أو أمراض غير مألوفة أو غير مستحبة مثل: الطول المفرط أو القصر المفرط، أو عاهات بالأطراف أو قبح الوجه، إن كل هذه المظاهر تخلف أثارا واضحة في تكيف الشخص، أبرزها شعوره بالنقص إن هذه المظاهر والعوامل تؤثر بطريقة غير مباشرة لأن العامل المباشر فيها هو تقييم الناس لذلك أي إدراك الفرد لما يؤثره الأخرون ويفضلونه وما يكرهونه، وانخفاض نسبة الذكاء مثلا يؤدي عند الفرد إلى الكثير من حالات سوء التكيف مثلا: الانعزال والعدوان. **(فوزي، 2000، ص76)**

9-2- عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقررها الثقافة:

للفرد حاجاته الجسمانية وحاجاته الاجتماعية المكتسبة، وإذا ما استثيرت الحاجة أصبح الإنسان في حالة توتر، ولابد للحاجة من مشبع لإزالة التوتر وإعادة التوازن، وتحدد الثقافة للفرد الطرق التي يتم بها إشباع هذه الحاجات سواء الأولية أو المكتسبة، فالطريقة المحددة لإشباع الحاجة الجنسية التي تعترف بها الثقافة هي عن طريق الزواج ولا تسمح في العادة بغير ذلك كطريقة للإشباع **(يونس، 1984، ص40)**

9-3- تعلم سلوك مغاير للجماعة:

تهدف عملية التنشئة الاجتماعية إلى تعليم الإنسان معايير السلوك الخاصة بالجماعة، إلا أن هذه العملية يقوم بها أفراد يختلفون فيما بينهم في تطبيق النظم الأولية لعملية التنشئة الاجتماعية.

وقد يؤدي هذا إلى إنحراف الأفراد في فئتين: فئة يمثلها الذين دربوا اجتماعيا عن طريق التنشئة الاجتماعية على السلوك المنحرف مثل: الأحداث المنحرفين الذين ربو في أسر تشجع الانحراف، وفئة أولئك الذين تربوا على التوافق السوي غير أنهم انحرفوا لظروف ألمت بهم مثل الحدث الذي ينحرف في مرحلة المراهقة بالرغم من تنشئته في أسرة لا تشجع الانحراف. **(بطرس، 2008، ص117)**

9-4- الصراع بين أدوار الذات:

إن تناقض الأدوار التي يلعبها الفرد، وكذلك عدم كفاية عاداته السلوكية في مواجهة دور جديد يؤدي إلى الصراع وعدم التكيف، ولكن خطورة الصراع ليس في وجوده وإنما في استمراره وكثرته وشدته بحيث يستنفذ طاقة الفرد النفسية ويعجز عن تحمل التوتر المصاحب له ويلجأ الفرد عادة إلى حيل أو رسائل دفاعية لحماية وإرضاء دوافعه أو لتغير الواقع حتى يصبح مقبولا ومحتملا. **(أحمد، 1996، ص41).**

9-5- عدم إشباع الحاجة إلى المركز:

يعتبر المركز هو المكانة التي يمثلها الفرد في أي نظام اجتماعي في أي وقت من الأوقات فالطفل يتعلم أثناء تفاعله مع الأخرين السلوك المتوقع منه وتوقعاته من أدوار الأخرين، وكيف يكيف سلوكه ويبرره في مواقف التفاعل فعملية التفاعل الاجتماعي تتطلب من الفرد أن يعرف ما يجب عليه أن يفعله، وما يكسبه رضاء الجماعة وما يجلب عليه سخطها حتى يتمكن من الاحتفاظ بمركزه فيها. **(ر يونس، 1984، ص344)**

9-6- القلق:

وهو خوف غامض مبهم لا يعرف له سبب ويعتبر العامل الأساسي في جميع حالات المرض النفسي.

بالإضافة إلى العوامل السابقة هناك عاملان أساسيان في إحداث سوء التكيف الاجتماعي هما: الإحباط والصراع.

ا- الإحباط:

هو حالة من التأزم النفسي تنشأ عن مواجهة الفرد لعائق يحول دون إشباع دافع أو حاجة ملحة أو تحقيق هدف معين. **(شاذلي، 2001، ص73)**

ويحدث الإحباط نتيجة عوائق كثيرة وبعض هذه العوائق خارجية تنشأ عن ظروف البيئة التي يعيش فيها الفرد كالعوامل المادية والاجتماعية والاقتصادية المختلفة التي تعوق الإنسان عن تحقيق رغباته، وقد ينشأ الإحباط عن عوائق شخصية.

- فمن أمثلة العوائق المادية ما قد يعترضك من مشاكل المواصلات وأنت متجه إلى ميعاد هام كحضور امتحان نهاية العام تحول بينك وبين الوصول إلى الميعاد المحدد، فهذا العائق يمنعك من تحقيق رغبتك، ومن أمثلة العوائق الاجتماعية شاب يحب فتاة معينة ويريد الزواج منها ولكن تقاليد أسرته تفرض عليه أن يتزوج من فتاة أخرى. أما العوائق الاقتصادية والتي تقوم بدور كبير في الإحباط فقد يعجز البعض بسبب دخلهم الصغير عن تحقيق أمالهم في الحياة.

ومن أمثلة العوائق الشخصية تلك:

- العيوب والنقائص البدنية كقبح المنظر والعاهات البدنية المختلفة التي قد تعوق بعض الناس عن إشباع كثير من دوافعهم ورغباتهم.

- العيوب والنقائص العقلية كقلة الذكاء أو الضعف العقلي الذي يحول بين الشخص وتحقيق طموحه المهني.

- العيوب النفسية فقد يكون الفرد ممن يعانون من الخجل والخوف فقد تسبب هذه الحالات كثيرا من المشكلات لبعض الأفراد تعوقهم عن تحقيق كثير من رغباتهم. **(الداهري، 2008،ص ص74-75)**

ب - الصراع:

ينشأ نتيجة تعارض دافعين لا يمكن إرضاءهما في وقت واحد لتساويهما في القوة أو في الحالة النفسية المؤلمة التي تنشأ عن هذا التعارض والصراع سمة الحياة فنحن منذ نعومة أظافرنا نقع في صراع منشأه رغبتنا في إرضاء دوافعنا. **(شاذلي، 2001، ص84)**

نستنتج مما سبق أن سوء التكيف الاجتماعي يعود بالدرجة الأولى غلي اضطراب شخصية الفرد فعدم تحقيق دوافعه ورغباته، خاصة في حدود ثقافة المجتمع وحتى الصراعات والإحباطات التي لا يستطيع مقاومتها وعدم قدرته على التوافق بين الأدوار التي يقوم بها، كلها عوامل تؤدي إلى عدم قدرته على التوافق بين الأدوار التي يقوم بها، كلها عوامل تؤدي إلى عدم قدرته على التكيف الاجتماعي السليم.

- التكيف الاجتماعي عند المراهق "مرحلة الثانوية":

إن سنين الطفولة الأولى لها أهميتها في تنشئة المراهق، وفي تمتعه بأكبر قسط من التكيف السليم في مستقبل حياته، ولذلك وجب على المربين أن يفهموا أحسن السبل للتعامل مع الطفل في مراحل نموه الأولى لكي تضمن له نموا سليما متطور.

والواضح أن عملية التكيف عملية مستمرة لا تكاد تخلو حياتنا منها، بل تستطيع أن نقول أن أي سلوك يصدر عن الفرد ما هو إلا نوع من التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية. على اعتبار أن التكيف الاجتماعي متغير مع البيئة المادية والاجتماعية مهما من متغيرات الشخصية، إذ تشير العديد من الدراسات إلى أهمية هذا المتغير في مرحلة المراهقة، وذلك أما تتسم به هذه المرحلة حساسية نتيجة للتغيرات التي يتعرض لها الفرد على المستوي الجسمي والانفعالي، وما يصاحبها من تغير في الأحاسيس والمشاعر وما يترتب على ذلك من تقلب انفعالي مستمر يجعله في حالة من الصراع مع من حوله من أفراد الجماعة.

خلاصة:

مما سبق نستطيع أن نقول أن التكيف الاجتماعي نسبي فهو يختلف من مجتمع لأخر، كما أن العلماء يختلفون في تحديده وذلك حسب كل معيار من معاييره، وتعتبر العوامل المختلفة الشخصية، الأسرية والاجتماعية من العوامل المؤثرة في تكيف الفرد، وأي عوائق تواجهه تحده من التكيف الاجتماعي السليم، ومنه نقول أنه كلما كان الفرد مرنا في سلوكه واستجابته للتغيرات التي تحدث في البيئة كلما كان أكثر تكيفا.

الفصل الثاني

إجراءات الدراسة الميدانية

1. منهج الدراسة

2. حدود الدراسة

3. مجتمع وعينات الدراسة

4: أدوات الدراسة

5. الدراسة الاستطلاعية

6. نتائج الدراسة الاستطلاعية لمقياس تقدير الذات

الخلاصة

1. منهج الدراسة:

وفقاً لطبيعة الدراسة الحالية ومشكلتها، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي الإرتباطي لأنه يتلائم مع مجريات البحث موضع الدراسة، حيث يعرف المنهج على انه عبارة عن مجموعة من الخطوات المنظمة التي يستخدمها الباحث لفهم ظاهرة موضوع الدراسة. (ملحم، 2002، ص. 98)

2. حدود الدراسة:

الحدود المكانية: ثانوية المجاهد زابي صالح ببلدية الخبانة ــ الولاية المنتدبة بوسعادة.

الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة الاستطلاعية في شهر فيفري من سنة 2024.

والدراسة الأساسية في الفترة الممتدة بين شهري أفريل إلى منتصف شهر ماي للسنة الجارية 2024.

الحدود البشرية: تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

3. مجتمع وعينات الدراسة:

طبقت الدراسة على تلاميذ السنة الأولى ثانوي بثانوية المجاهد زابي صالح ببلدية الخبانة الذي بلغ عددهم 123 تلميذا وتلميذة موزعين كما يلي:

الجدول (1) توزيع عينة الدراسة في الثانوية

الرقم	السنة الأولى ثانوي	الجنس
1	ذكور	45
2	إناث	78
المجموع		**123**

1. 3. العينة الاستطلاعية: تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بطريقة عشوائية وقدرت العينة بـِ (60) تلميذا وتلميذة.

2. 3. عينة الدراسة الأساسية: تم استبعاد العينة الاستطلاعية من أصل المجتمع الكلي وتم اختيار عينة متساوية العدد بين الذكور والإناث بواقع (30 ذكور و30 إناث). بنسبة 47%

4 - ادوات الدراســـة:

أ - مقياس تقدير الذات:

تم استخدام مقياس تقدير الذات لصاحبته سايح زليخة (2014) في الدراسة الموسومة "علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي " مذكرة ماجستير، جامعة أبي بكر بن قايد، تلمسان.

شملت أداة "تقدير الذات" على 37 بند توزعت على ثلاث أبعاد كالتالي:

1- البعد النفسي: ويتمثل في مدى تعزيز الثقة في الذات لدى التلميذ ويحتوي على 17 بند.

2- البعد الأسري: ويتمثل في مدى تقدير ذات مكانة التلميذ داخل الأسرة ويحتوي على 10 بنود.

3- البعد الاجتماعي: ويحتوي على 10 بنود.

ويقابل كل بند الخيارات التالية (نعم، لا) ، وقد تم إعطاء درجات لكل اختيار لتتم معالجتها إحصائيا على النحو التالي:

نعم: 1، لا: 0، وهذا بالنسبة للبنود تقدير الذات الإيجابية، أما لبنود تقدير الذات السلبية فتم إعطاء الدرجات كالتالي:

. نعم: 0، لا: 1

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (0) و (37) درجة، و(0) هو الدرجة الأقل الذي يمكن أن يحصل عليها المفحوص و(37) درجة هي أعلى درجة، ويتم التقييم كالتالي:

من 0 إلى 17 درجة تقدير ذات منخفض.

من 18 إلى 26 درجة تقدير ذات معتدل.

من 27 إلى 37 درجة تقدير ذات عالي.

ب- مقياس التكيف الاجتماعي:

اعتمدنا مقياس الخاص بالتكيف الاجتماعي، هذا المقياس عباراته وأبعاده مقتبسة من

القسم الثاني من اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية لمحمود عطية هنا، متكون من أربعة أبعاد وهي:

البعد الأول: اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية.

البعد الثاني: علاقة المراهق بالأسرة.

البعد الثالث: علاقة المراهق بالمدرسة.

البعد الرابع: علاقة المراهق في البيئة المحلية.

يحتوي المقياس على 56 بندا.

ويقابل كل فقرة البدائل التالية (دائما (5)، غالبا (4)، أحيانا (3)، قليلا (2)، ابدا (1) وقد تم إعطاء درجات لكل اختيار لتتم معالجتها إحصائيا.

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين 56 كأدنى درجة و280 كأعلى درجة.

من 56 إلى 93 درجة تكيف منخفض.

من 94 إلى 186 درجة تكيف اجتماعي معتدل.

من 187 إلى 280 درجة تكيف مرتفع.

5. الدراسة الاستطلاعية

الدراسة الاستطلاعية هي تمهيد أولي للدراسة الأساسية وتهدف إلى ما يلي:

-تقصي الصعوبات التي يمكن ظهورها أثناء تطبيق المقياسين.

-التحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق، الثبات) للمقياسين.

6. نتائج الدراسة الاستطلاعية لمقياس تقدير الذات:

1. 6. صدق الاتساق الداخلي بين درجات البنود ودرجة البعد التي تنتمي إليه:

نحسب معاملات الارتباط بين درجة كل بند من بنود البعد ودرجات البعد الذي تنتمي إليه، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجداول التالية:

- البعد النفسي:

الجدول (2) صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود البعد النفسي ودرجته الكلية

البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط
1	0,437**	7	0,512**	13	0,525**
2	0,410**	8	0,431**	14	0,295*
3	0,516**	9	0,333*	15	0,478**
4	0,542**	10	0,347*	16	0,500**
5	0,425**	11	0,512**	17	0,519**
6	0,602**	12	0,478**		

مستوى دلالة (*) = 0,05 مستوى دلالة (**) = 0. 01

أظهرت نتائج الحزمة الإحصائية لتحليل البيانات للعلوم الإنسانية والاجتماعية (spss-22) في الجدول رقم (2)، أن ارتباطات البنود ببعدها التي تنتمي إليه جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0. 01) وتراوحت قيم الارتباط بين (0,410-0,602). غير أن البنود (9، 10، و14) جاءت قيمهم على التوالي (0,347، 0,33 و0,295) دالة إحصائيا على مستوى الدلالة (0,05).

البعد الأسري:

الجدول (3) صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود البعد الأسري ودرجته الكلية

رقم البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط
1	403,0**	6	0,487**
2	521,0**	7	0,315*
3	456,0**	8	0,388**
4	0,505**	9	0,461**
5	0,501**	10	500 .0**

مستوى دلالة (*) = 0,05 مستوى دلالة (**) = 0. 01

أظهرت نتائج الحزمة الإحصائية للعلوم الإنسانية والاجتماعية (spss-22) في الجدول رقم (3)، إن قيمة معاملات الارتباط بين درجات البنود والدرجة الكلية للبعد جاءت دالة

إحصائيا عند مستوى الدلالة (0. 01) وتراوحت قيم الارتباط بين (0,388) كأدنى قيمة و0,521 كأعلى قيمة، باستثناء البند رقم (7) جاء دال على مستوى الدلاية (0,05).

البعد الاجتماعي:

الجدول (4) صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود بالبعد الاجتماعي ودرجة نفس البعد

رقم البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط
1	0**43,0	6	**21,50
2	43**4,0	7	**0,441
3	07**5,0	8	8*20,0
4	**491,0	9	711,0
5	**503,0	10	**0,344

مستوى دلالة (*) = 0,05 مستوى دلالة (**) = 0. 01

أظهرت الحزمة الإحصائية لتحليل بيانات العلوم الاجتماعية والانسانية(22-spss) كما هو مبين في الجدول رقم (4)، أن معاملات الارتباط بين درجات بنود البعد والدرجة الكلية له، جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0. 01) وتراوحت قيم الارتباط بين (0,344-0,521)، وجاء البند رقم (8) دال احصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، باستثناء البند رقم (9) الذي قيمته (0,171) غير دال احصائيا.

2. 6. صدق الاتساق الداخلي بين الابعاد ودرجة المقياس:

الجدول (5) الاتساق الداخلي بين درجات الابعاد ودرجة المقياس

مقياس تقدير الذات	معامل الارتباط بين الابعاد والمقياس
بعد النفسي	0,675**
بعد الاسري	0,708**
بعد الاجتماعي	0,687**

مستوى دلالة (*) = 0,05 مستوى دلالة (**) = 0. 01

أظهرت نتائج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والإنسانية (22-spss)، أن قيم معاملات الارتباطات بين درجات الأبعاد والمقياس جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) وتراوحت القيم بين (0,675-0,708).

3. 5. الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية)

يتم حساب الصدق التمييزي بطريقة مقارنة الأطراف في المقياس، بالاعتماد على درجة الثلث الأعلى ودرجة الثلث الأدنى من المقياس (30% من كلا الطرفين) وبعدها يتم حساب الفرق بين المتوسطين، فإن تحققت الدلالة الإحصائية دل ذلك على صدق المقياس. (عبد الرحمان، 1998، ص. 191)

-الصدق التميزي للمقياس:

جدول (6) نتائج المقارنة الطرفية للمقياس

المؤشرات الاحصائية		الحجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة " ف "	مستوى الدلالة
المجموعات	الفئة العليا	18	24,16	1,38	34	7,82	0,00
	الفئة الدنيا	18	15,72	4,36			

يظهر الجدول رقم (6) قيمة الفرق (ف) بين الفئتين العليا والدنيا للمقياس مساوية (7,82) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,00) وهي قيمة أقل من (0,01) تعبر عن توفر الصدق التمييزي للمقياس.

6. معاملات الثبات:

تم حساب معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لسبير مان براون وبمعامل ألفا كرونباخ للمقياس وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (7)

الجدول (7) نتيجة ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية والطريقة المصححة وألفا كرونباخ

أبعاد المقياس مؤشرات الثبات	معامل الثبات سبيرمان-براون	معامل الثبات بعد التصحيح	الفاكرونباخ
البعد النفسي	63 .0	64 .0	0,60
البعد الاسري	0,59	0,60	0,58
البعد الاجتماعي	0,52	0,53	0,52
المقياس	0,62	0,62	0,61

يتبين من الجدول (7) بعد حساب معاملات الثبات بطرق مختلفة واستخراجها من برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss-22) كانت كالآتي:

تم حساب معامل ثبات الابعاد بالتجزئة النصفية عن طريق معادلة سبيرمان-براون وبمعامل الفا كرونباخ وجاء قيم الأبعاد كالاتي:

البعد النفسي (0,63)، التصحيح (0,64)، قيمة معامل الفا كرونباخ بلغت (0,60).

البعد الأسري (0,59، التصحيح (0,60)، قيمة معامل الفا كرونباخ بلغت (0,58).

البعد الاجتماعي (0,52)، التصحيح (0,53)، قيمة معامل الفا كرونباخ بلغت (0,52).

المقياس (0,62)، التصحيح (0,62)، قيمة معامل الفا كرونباخ بلغت (0,61). وهي قيم تؤشر على تمتع المقياس بمعاملات ثبات مقبولة.

7. خلاصة النتائج: وعلى ضوء النتائج المتوصل إليها من خلال نتائج (صدق الاتساق الداخلي، الصدق الذاتي، معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وبطريقة الفا كرونباخ) يمكن أن نؤكد إن المقياس يتمتع بخصائص الاختبارات الجيدة ويمكن تطبيقه في الدراسة الأساسية.

ثانيا: التكيف الاجتماعي

1. نتائج الدراسة الاستطلاعية لمقياس التكيف الاجتماعي:

صدق الاتساق الداخلي بين البنود ودرجة المقياس: تم حساب معاملات الارتباط بين درجة البنود ودرجة المقياس لعينة الدراسة الاستطلاعية والتي سنوضحها في الجدول التالي:

الجدول (8) صدق الاتساق الداخلي بين درجات البنود ودرجة المقياس

رقم البنود	معامل الارتباط	رقم البنود	معامل الارتباط	رقم البنود	معامل الارتباط
1	.01 55**	20	0. 564**	39	.0 396**
2	.03 58**	21	0. 221	40	0. 349**
3	.031 5**	22	.0 409**	41	0. 432**
4	0. 512**	23	.0 430**	42	0. 433**
5	0. 444**	24	.0 412*	43	0. 531**
6	.0 430**	25	0. 439**	44	0. 451**

7	0. 604**	26	0. 663**	45	0. 469**
8	**0. 481	27	0. 396**	46	*0. 236
9	0. 336**	28	0. 449**	47	0. 358**
10	*0. 289	29	**0. 490	48	0. 386**
11	0. 354*	30	**0. 395	49	0. 322*
12	0. 408**	31	0. 355**	50	0. 336**
13	**0. 405	32	0. 403**	51	**0. 345
14	0. 645**	33	**0. 541	52	**0. 435
15	**0. 423	34	0. 386**	53	**0. 377
16	**0. 555	35	**0. 339	54	*0. 290
17	0. 663**	36	**0. 341	55	**0. 601
18	**0. 412	37	**0. 502	56	**0. 567
19	**0. 500	38			

مستوى دلالة (*) = 0,05 مستوى دلالة (**) = 0. 01

أظهرت نتائج الحزمة الإحصائية لتحليل البيانات للعلوم الإنسانية والاجتماعية (spss-22) كما هو مبين في الجدول رقم (8)، أن أغلب معاملات الارتباط بين درجات البنود والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0. 01) وتراوحت قيم الارتباط بين (0,336-0,663). غير أن البنود (10، 11، 24، 46) جاءت قيمها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) باستثناء البند (21) جاء غير دال إحصائيا بقيمة (0,221).

2. 1. الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية)

يتم حساب الصدق التمييزي بطريقة مقارنة الأطراف في المقياس، بالاعتماد على درجة الثلث الأعلى ودرجة الثلث الأدنى من المقياس (30% من كلا الطرفين) وبعدها يتم حساب الفرق بين المتوسطين، فإن تحققت الدلالة الإحصائية دل ذلك على صدق المقياس. (عبد الرحمان، 1998، ص191)

وجاءت نتائج حساب الفروق بين متوسطي الفئتين العليا والدنيا كما هو موضح في الجدول (9)

جدول (9) نتائج المقارنة الطرفية للمقياس

المؤشرات الاحصائية	المجموعات	الحجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
النتائج	الفئة العليا	18	195,83	8,68	34	11,97	0,00
	الفئة الدنيا	18	147,83	14,61			

أظهرت نتائج الجدول (9) أن قيمة الفرق (ت) بين الفئتين العليا والدنيا للمقياس تساوي (11,97) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,00) وهي قيمة أقل من (0,01) وتدلل هذه النتيجة على الصدق التمييزي للمقياس.

2. معاملات الثبات:

تم حساب معاملات الثبات بطرق مختلفة للمقياس وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (10)

الجدول (10) نتيجة ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية والطريقة المصححة وألفا كرونباخ

مؤشرات ثبات المقياس	معامل الثبات سبيرمان–براون التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح (Guttmann)	الفاكرونباخ
النتيجة	710 .0	708 .0	0,704

يتبين من الجدول (10) بعد حساب معاملات الثبات بطرق مختلفة واستخراجها من برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss-22) كانت كالآتي:

تم حساب معامل ثبات المقياس بالتجزئة النصفية عن طريق معادلة سبيرمان–براون حيث بلغت (0,710) وتم تصحيحها بمعادلة جتمان فأصبحت مساوية (0,708)، جاءت نتيجة حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة "ألفا كرونباخ" قيمة (0,704)، وكل هذه القيم جاءت مرتفعة تؤشر على تمتع المقياس بمعاملات ثبات قوية، وهذا ما يتوافق مع خصائص ثبات الاختبارات الجيدة.

4. خلاصة النتائج: وعلى ضوء النتائج التي توصلنا إليها من خلال نتائج (صدق الاتساق الداخلي، معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وبطريقة ألفا كرونباخ)، يمكن أن نؤكد أن المقياس يتمتع بخصائص الاختبارات الجيدة ويمكن تطبيقه في الدراسة الاساسية.

6. الأساليب الإحصائية المستخدمة: استخدمت الطالبتان المعالجات الاحصائية التالية:

-المتوسط الحسابي، التكرارات، النسب المئوية

-الانحراف المعياري

-استخدام معامل الارتباط (spearman) للتحقق من صدق الاتساق الداخلي،

-استخدام (T-test) للتحقق من صدق المقاربة الطرفية، والفروق بين المجموعات

-استخدام معادلة التجزئة النصفية ومعادلة (GUTTMAN) للتحقق من ثبات التجزئة النصفية المصحح.

6- حساب معامل الفا كرونباخ.

7- استخدام جدول ليكرت للتصحيح متوسطات البنود.

ويصحح مقياس التكيف الاجتماعي وفق مقياس ليكرت ذو التدرج الخماسي

جدول (11) يوضح طريقة تصحيح مقياس ليكرت ذو التدرج الخماسي

فئات الدرجات	فئات درجات العينة	درجة التوافر
1 إلى أقل من 1,80	108-60	قليلة جدا
1,80 إلى أقل من 2,60	156-108	قليلة
2,60 إلى أقل من 3,40	204-156	متوسطة
3,40 إلى أقل من 4,20	252-204	كبيرة
4,20 إلى 5,00	300-252	كبيرة جدا

خلاصة

أظهرت الدراسة الاستطلاعية نتائج مقبولة تتوافق مع شروط الاختبارات الجيدة وتبين ذلك من خلال المؤشرات الكمية لحساب الصدق والثبات التي تم استخراجها من الحزمة الإحصائية (spss-22)، حيث سمحت لنا هذه الدراسة الأولية من الاطلاع على صعوبات التطبيق والظروف المحيطة به، والتقرب أكثر من مجتمع الدراسة، والذي سمح لنا بتوفير بيانات أدت إلى تبني أداتي تقدير الذات والتكيف الاجتماعي يمكننا استخدامهما في الدراسة الأساسية وذلك للتعرف على علاقة تقدير الذات بالتكيف الاجتماعي لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي، والتي سنتناول مجريات البحث فيها في الفصل الثالث.

الفصل الثالث

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة
2. الاستنتاج
3. اقتراحات الدراسة

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

1. 1. اعتدالية التوزيع: تم التحقق من اعتدالية توزيع درجات افراد العينة على المقياسين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي بالاعتماد على اختبار كولموغروف سمرينوف(–Kolmogorov Smirnov) للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات، وجاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

تم التحقق من اختبار كولموغروف سمرينوف(–Kolmogorov Smirnov) بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss-22) وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول رقم (12) يوضح اعتدالية توزيع درجات عينة الدراسة

البيانات الوصفية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار كولموجروف–سميرنوف	(Sig)
نتائج تقدير الذات	60	21	3,77	0,143	0,054
نتائج التكيف الاجتماعي	60	173	22,48	047 .0	0,200

يبين جدول رقم (12) إن قيمة اختبار(كولموجروف–سميرنوف) لمقياس تقدير الذات (0. 143) جاءت القيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,054) وهي قيمة أكبر من (0,05) وجاءت قيمة التكييف الاجتماعي (0,047) عند مستوى الدلالة (0. 2) وهي قيمة كذلك أكبر من مستوى الدلالة (0. 05)، مما يعني أنهما ينتميان للتوزيع الطبيعي.

أولا: الفرضية العامة التي نصت على ما يلي: توجد علاقة إرتباطية بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS-22) لحساب العلاقة بين تقدير الذات والتكييف الاجتماعي باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (13) معامل الارتباط بين متوسطي درجتي تقدير الذات والتكييف الاجتماعي

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط (r)	الدلالة الإحصائية (Sig)
تقدير الذات	21	3,77	0,677	0,01
التكيف الاجتماعي	52 .259	45,73		=

المصدر: من إعداد الطالبتين مستخرج من جداول برنامج22 –SPSS

يبين الجدول أعلاه قيمة معامل الارتباط بيرسون بين متوسطي درجة تقدير الذات الذي قيمته (21) وانحراف معياري (3,77)، ودرجة مقياس التكيف الاجتماعي الذي قيمته (259,52) بانحراف معياري يقدر(45,73)، حيث جاءت دالة إحصائيا وبلغت قيمة الارتباط (0. 677) على مستوى الدلالة (0,01)، وهذه المؤشرات الكمية والبيانات الاحصائية تدل على تحقق الفرضية التي نصت بوجود علاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي، مما يعني أنه كلما ازداد تقدير الذات عند التلميذ يزداد تكيفه الاجتماعي. فالتلميذ في هذه المرحلة والتي تعد من المراحل الحرجة في حياة الإنسان وهي مرحلة النضج والانتقال من الطفولة إلى الرشد، كما تسمى بمرحلة المراهقة، وانتقاله كذلك من مرحلة المتوسط إلى الثانوي والتي تعد بدورها أيضا مرحلة مهمة في حياة الفرد الدراسية. يكون التلميذ تقديره لذاته مرتبطا بوسطه الاجتماعي، فكلما زاد تقديره لذاته، بمعنى نظرته الإيجابية لذاته زاد تكيفه مع الوسط الذي يعيش فيه من الأسرة والمجتمع والرفاق. وهذا ما توصلت إليه الدراسة الحالية من خلال النتائج الكمية للعلاقة التي جاءت قيمة معامل الارتباط بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي قويا، وهذه النتيجة تؤكدها نظريات نفسية واجتماعية حيث يرى زيلر تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات، وأنه مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية، وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها، فيرى أن شخصيته

التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا ما يسعها على أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه.

كما أن للبيئة المدرسية لما تحتويه من أنشطة رياضية كما جاء في دراسة عبد الرزاق فايد (2015) وبرامج تعليمية ونظام طاقمها الإداري والعلاقة بين التلميذ وأساتذته كلها عوامل تؤثر في تقدير التلميذ لنفسه، وذلك بتفاعله الإيجابي مع هذا الوسط ولما للتلميذ من أهمية في المشاركة وإبداء رأيه. وكذا لما توفره البيئة الخاصة لهاته المؤسسة التي تقع في منطقة فلاحية ذات طبيعة صافية فتزيد من ثقة التلميذ بنفسه وزيادة طموحه وكذلك مدة مكوث التلاميذ في المؤسسة لأنها ذات نظام نصف داخلي له أثر في بناء مفهوم الذات للتلميذ وذلك لكثرة احتكاكهم مع رفاقهم وأساتذتهم ومستشار التوجيه والإرشاد المدرسي وكافة الطاقم الإداري، وهذا مايزيد من تكيفهم الاجتماعي، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من جبريل (1983) هدفت الدراسة إلى بيان العلاقة بين تقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية والتكيف الاجتماعي كما أظهرت نتائجها إلى أن تقدير الذات والتكيف الاجتماعي يزداد مع التدرج نحو الصف الأعلى وتصبحان أكثر إيجابية.

ــ ودراسة عودة (2018) التي هدفت إلى بيان العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى الطلبة.

ويمكن أن نستخلص أن فرضية وجود علاقة بين تقدير الذات والتكيف الاجتماعي قد تحققت.

ثانيا: الفرضية الفرعية الأولى التي نصت على ما يلي: مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة متوسط.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب استخدام المتوسط الحسابي للبنود ومجموع التكرارات والنسب المئوية وتم مقارنة درجة أفراد العينة على المقياس (تقدير الذات)، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (14) مستوى تقدير الذات لدى أفراد العينة

الرقم	العبارات	متوسط تكرار البند	النسبة %
	أولا: البعد النفسي		
01	أعتمد على نفسي في أمور حياتي اليومية	40	67
02	أرى أفكاري تقودني إلى النجاح	15	25
03	أخجل من مظهري الشخصي	36	60
04	لدي القدرة على اتخاذ قرارات الشخصية	16	27
05	أجد صعوبة في التحدث أمام زملائي في الدرس	43	72
06	أستطيع حل أي مشكلة تواجهني	33	55
07	أعبر عن أفكاري بارتياح أمام الأخرين	25	42
08	لا أعتقد أن ما درسته سيفديني كثيرا	39	65
09	أشعر بالرضا عن حياتي	42	70
10	ليس لدي الكثير من الأصدقاء المخلصين	38	63
11	أشعر أن لوجودي قيمة في الحياة	19	32
12	أشعر أن زملائي أفضل مني	36	60
13	لا أحب أن يتفوق على أحد من الزملاء	28	47
14	أشعر في كثير من الأحيان أنني لا أصلح لشئ أبذا	40	67
15	أفضل أن أكون وحيدا معظم الوقت	41	68
16	أشعر أنني قادر دائما على جذب انتباه الاخرين	30	50
17	أتنازل عن حقوقي عندما اري ضرورة ذلك	35	58
	ثانيا: البعد الأسري		
01	أشعر بأهمية وجودي في أسرتي	25	42
02	أتمني لو كنت من أسرة أخرى	18	30
03	عائلتي لا تفهمني	45	75
04	أشارك أسرتي دائما في مشروعاتي المستقبلية	10	17
05	أشعر أن والداي يتخليان عني	36	60
06	يشعروني الأخرين أني فردا منهم	48	80
07	والدي فخور بي	47	78

08	اقضي وقتا طيبا مع أسرتي في المنزل	50	83
09	يتوقع والديا مني الكثير	11	18
10	أسرتي لا تهتم بي	37	62
ثالثا: البعد الاجتماعي			
01	يهمني رأي الغير فيما أقوم به من الأعمال	43	72
02	أعتقد أن الناس يسيئون فهم ما أقول	44	73
03	أشعر بالرضا عن حياتي الاجتماعية	36	60
04	يلجأ إلي زملائي في حل بعض مشكلاتهم	49	82
05	أنا بحاجة إلى تشجيع ودعم بما أقوم به من أعمال	23	38
06	أتمني لو كنت شخصا مختلفا حتى يكون عندي أصدقاء كثيرين	30	50
07	أعتقد أن أساتذتي يثقون فيما أقوم به من أعمال	19	32
08	لست محبوب مثل الاخرين الذين هم من نفس عمري	41	68
09	أشعر أن الغير يعتبرني واحدا منهم	49	82
10	أشعر بالسعادة عندما أكون مع زملائي	40	67
متوسط درجات البنود		**34**	**57**
متوسط استجابات العينة على المقياس		**21**	
الانحراف المعياري		**3,77**	

يتضح من الجدول (14) أن المتوسط الذي تحصلت عليه البنود من استجابات أفراد العينة ب(نعم) على مقياس تقدير الذات بلغ (34) ما نسبة بلغت (57%)، وهي نسبة أكبر من المتوسط تدل على ان أفراد العينة لهم تقدير ذات مقبول تجاوز المتوسط، كما جاء متوسط استجابات العينة على المقياس بتكرار قدر (21) بانحراف معياري ب (3,77) وهي قيمة تقع في المجال الثاني لتقييم مقياس تقدير الذات الذي يتراوح بين (18 إلى 26) درجة وهو تقييم تقدير ذات متوسط.

ومن خلال هذه المعطيات الكمية يمكن القول ان الفرضية التي نصت على أن مستوى تقدير الذات متوسط لدى أفرادعينة الدراسة قد تحققت.

ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى طبيعة المرحلة العمرية التي يعيشها التلميذ، فالتلميذ في هذا السن كمراهق يبدأ في إعادة تقييم نفسه ويقارن بناء جسمه ومعلوماته ومهاراته ومواهبه مع الصفات التي يمتلكها أقرانه وعند الأخرين الذين يعجب بهم فكلما كان تقديره لذاته مرتفعا تجاوز هذه المرحلة بأمان إلى جانب ذلك ما تلعبه الأسرة من دور هام في تنشأة أبنائها من الطفولة إلى المراهقة فقد توصلت العديد من الدراسات إلى أن الدعم الوالدي ومنح الاستقلال والحرية للأبناء مرتبط بطريقة إيجابية بالتقدير للذات كما جاء في دراسة ليتوفسكي وديوسك (1985)، وأوضح "ديموس" أن الفرد يمكن أن يحتفظ بتقدير الذات إذا شعربأنه ذو كفاءة وجدير بالثقة وذو علاقة طيبة مع الأخرين، كما المستوى الثقافي للوالدين له دور في تقدير الفرد لذاته فطبيعة الأسر في عينة دراستنا أسر تربي أبنائها بطريقة تقليدية فلا تولي اهتمام كبير لكل فرد على حدى لكثرة عدد الأبناء والمستوي الثقافي للوالدين فهو مجتمع فلاحي بالدرجة الأول. كما أن أفراد عينتنا يسكنون في منطقة ريفية تفتقد للمؤسسات الاجتماعية كالجمعيات الثقافية والمراكز الرياضية والمساجد وللوعي الديني أثر في تقدير الفرد لذاته كما يري "زهران" أن الدين يساعد الفرد على الاستقرار، والإيمان يؤدي إلى الأمان وينير الطريق أمام الفرد من طفولته عبر المراهقة إلى رشده ثم شيخوخته، فكلما كان النضج الديني مبكرا تمر مراحل العمر الحرجة خاصة مرحلة المراهقة بسهولة ويسر، وأيضا مواقع التواصل الاجتماعي والأنترنيت لها دور في تقدير المراهق لنفسه فهو في هذه المرحلة يقارن مع أسرته ومجتمعه ومحيطه الذي ترعرع فيه مع مجتمعات أخرى. فينظر إلى ذاته نظرة قصور مما يؤدي إلى تكوين مفاهيم ذات منخفظة.

– كما توصلت دراسة "روزنبرغ" إلى وجود علاقة واضحة بين جوانب نمو الشخصية والصفات الأساسية لأسر أفراد العينة، أظهرت الدراسة أن الفرد الذي لم يحقق ذاته اتصف بالإفرادية والقلق والاكتئاب، والحساسية من انتقادات الأخرين، بينما الفرد الذي يحقق ذاته كان يتصف بالأنشطة الاجتماعية والثقة ف الأخرين، والقيادية في مجموعته.

ــ ومن هنا نستخلص حسبما تبين في نتائجنا أن هناك متابعة للأبناء من مختلف النواحي النفسية والاجتماعية والمدرسية ولكنها غير كافية للرفع من تقدير ذات الفرد لنفسه كما أظهرته نتائجنا بأن تقدير الذات متوسط.

ثالثا: الفرضية الفرعية الثانية التي نصت على ما يلي: مستوى التكيف الاجتماعية لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب استخدام المتوسط الحسابي للبنود ومجموع التكرارات والنسب المئوية وتم تصحيح المقياس (التكيف الاجتماعي) وفق مقياس ليكرت الخماسي وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (15) مستوى التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة

رقم السؤال	عبارات التفكير مقياس التكيف الاجتماعي	المتوسط الحسابي للاستجابة على للبند	مجموع التكرارات	النسب %
1	أكتم في نفسي مضايقة الناس لي	3,1	183	63
2	أتذكر أسماء من أقابلهم	3,7	222	77
3	أريد أقاطع زملائي الذين يتكلمون كثيرا	2,5	151	52
4	أبادر بالحديث مع من أقابلهم لأول مرة	3,3	200	69
5	أرى أن الإحسان جزاؤه الإحسان	4,2	253	87
6	أشعر زملائي بتضايقي إذ هزمت في لعبة من الألعاب	2,5	152	52
7	أعرف التلاميذ ببعضهم البعض	2,8	169	58
8	أجد صعوبة في المساعدة للإعداد للدورات والنشاطات المدرسية	3,0	182	63
9	يسهل على تكوين صداقات جديدة	3,6	215	74
10	أرغب في خوض تجارب جديدة كالمسابقات العلمية والنشاطات الرياضية	3,4	202	70
11	أوجه عبارات الشكر والثناء لمن يحسن التصرف تجاهي	4,3	257	89
12	أبادر بالتحدث مع الزملاء الجدد	3,2	190	66
13	أساعد زملائي في تنظيم مختلف النشاطات بالقسم	3,0	182	63

14	أتقاسم مع المتفوقين في القسم فرحتهم	3,6	213	73
15	أشعر بعدالة والدي عند إجباري لإنجاز عمل ما	3,6	213	73
16	أقضي وقتا طيبا مع أسرتي في المنزل	4,0	240	83
17	أرى أن والدي متفائل بنجاحي مستقبلا	4,3	255	88
18	يعتقد والدي أنني متعاون في المنزل	3,6	214	74
19	يري والدي أن كل ما أفعله خطأ	2,6	156	54
20	أتفق مع والدي في الأشياء التى أحبها	3,8	228	79
21	غالبا ما يبدأ أفراد أسرتي في مشاحنتي	3,3	197	68
22	أفضل أن أحتفظ بأصدقائي بعيدا عن منزلي لأنه غير لائق	2,2	133	46
23	أشعر بأنني لست لطيفا مع والدي كما يجب	2,4	145	50
24	أكون مرحا عندما أكون في المنزل	3,4	204	70
25	أجد صعوبة في إدخال البهجة والسرور على والدي	2,7	162	56
26	أفضل في كثير من الأحيان العيش بعيدا عن أسرتي	2,7	162	56
27	أشعر بعدم أهتمام أحد أفراد أسرتي بي	2,3	136	47
28	أرى أن الجو العام في المنزل يغلب عليه الشجار	2,5	150	52
29	أشعر أن أساتذتي يفهمونني	2,7	159	55
30	أحب أن أمارس النشاط المدرسي مع زملائي	3,1	188	65
31	أخاف من الرسوب لصعوبة بعض المواد الدراسية	4,1	246	85
32	أرى أن بعض الأساتذة اهتماماتهم ضئيلة تجاه تلامذتهم	3,4	205	71
33	يرى بعض زملائي أنني لا ألعب لعبا عادلا كما يفعلون هم	2,3	139	48
34	أري أن أساتذتي يجعلون الدراسة عملا شاقا أكثر مما ينبغي	3,2	192	66
35	أستمتع بالحديث مع زملائي في المدرسة	4,0	239	82
36	يطلب مني أن أشترك في المباريات المدرسية بإصرار	2,5	152	52
37	أكون سعيدا في المؤسسة إذا كان أساتذتي أكثر عطفا	4,0	241	83
38	أقضي وقتا ممتعا إذا كنت برفقة زملائي في الدراسة	3,8	229	79
39	طريقة تعاملي تستقطب زملائي	3,3	200	69

40	يبادر الأساتذة إلى حث التلاميذ إلى تكوين صدقات يستمتعون بها	2,6	154	53
41	أضطر إلى الابتعاد عن زملائي بسبب طريقة معاملتهم لي	2,9	175	60
42	أفضل التغيب عن المؤسسة إن استطعت ذلك	2,4	142	49
43	أزورو أصدقائي ممن هم في سني من الجيران في منازلهم	2,5	147	51
44	من عادتي أن اتحدث مع من هم في سني من الجيران	3,1	184	63
45	يخالف معظم جيرانك ممن هم في سنك ما يفرضه القانون	2,8	167	58
46	ألعب مع أصدقائي من جيراني	3,0	177	61
47	أقضي وقتا طيبا مع جيراني	3,0	181	62
48	لا أهتم بجيراني	2,4	142	49
49	أجد من الضرورة أن أكون لطيفا مع جيراني مهما اختلفوا معي	3,4	204	70
50	أسيئ لجيراني من يضايقوني	2,4	141	49
51	أشعر بأن الحي الذي أعيش فيه لا يعجبني	2,6	158	54
52	أحب كل من هم في سني من الجيران	3,0	180	62
53	أرى في غالب الأحيان ان شباب الحي طيبون	2,7	163	56
54	أجد صعوبة في محبة بعض الجيران	2,8	170	59
55	ازور جيراني	2,8	170	52
56	أري أن معظم جيراني من النوع المحبوب	3	173	65
	المتوسطات الحسابية للاستجابة على البند	**2,88**		
	المتوسط الحسابي لمجموع التكرارات		**173**	
	المتوسط الحسابي للنسب			**70**

يتضح من الجدول (15) أن متوسط استجابات أفراد العينة على التكيف الاجتماعي بلغ **(173)** وبنسبة مئوية (70%)، وتقع هذه الدرجة في المجال الثالث من جدول تصحيح مقياس لكرت الخماسي (156–204) الذي يصنف الدرجات الواقعة ضمنه بدرجة توافر متوسطة، كما انه يقع في مجال تصنيف صاحب المقياس في التصنيف "تكيف اجتماعي معتدل" أي

يقع في المجال (94 إلى 186)، وجاءت درجة متوسط درجة البند (2,88) في المجال (2,60 إلى أقل من 3,40) وهو معدل بنود متوسط، مما يدلل على أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى تكيف اجتماعي متوسط، وحسب ما ظهر في النسبة المئوية في جدول مستوى التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة، كان تكيفهم الاجتماعي أكثر من تكيفهم داخل المدرسة. فللنشأة الاجتماعية دورها الواضح في تكيف الأبناء كما أن الأسر تتأثر إلى حد ما بثقافة المجتمع والمنطقة، فعندما يمتلك الوالدان مستوى ثقافيا مناسبا لتلبية ومراعاة حاجات أطفالهم العقلية والجسمية والاجتماعية والانفعالية تكون تنشئة أطفالهم تنشئة صحيحة، وينعكس ذلك على تكيفهم الاجتماعي داخل الأسرة وخارجها من مصاحبة الرفاق بطريقة صحيحة وأفراد صالحين في المجتمع، كما تمتد التنشئة الأسرية والاجتماعية السليمة إلى المدرسة وما يواجه التلميذ من صعاب، فوعي وثقافة الوالدين يدعم التلميذ على تكيفه في المدرسة وحسن تواصلهم مع معلميهم، كما توصل شيقلر ونادلمان shiffler/sourand nodman إلى أن الأطفال الذين يتلقون الدعم والتعزيز من معلميهم يظهر لديهم تفاعل اجتماعي مرتفع، أما المتغير الأخر في إطار المؤسسات التعليمية والذي يؤثر في جعل المتعلم متكيفا في المدرسة أو غير متكيف هو المنهج، لأن هناك من المناهج ما يراعي رغبات وميول المتعلمين، كما للجو المدرسي الذي يسود المدرسة تأثيره في تكيف المتعلم، أو عدم تكيفه فالجو الديمقراطي يتيح للمتعلم فرص التعبير عن أرائه وأفكاره إذ يشعر خلاله بالأمن والطمأنينة والاستقرار وهناك الجو الذي يسوده التسلط والضبط الذي يدعو إلى خلق حالة من القلق والتردد والذي قد يسبب في بعض الأحيان سلوكات مرفوضة تعبيرا عن الرفض والاستياء. كما أن العلاقة الإيجابية بين الإدارة والمعلمين تنعكس بشكل إيجابي على المتعلمين والعكس صحيح. كما لتكنولوجيا الاتصال قد أثرت على علاقات الأفراد مع الأخرين يراد بعلاقاتهم الأسرية، بحيث استهدفت دراسة سعودي (2014) موضوع "إدمان الفيسبوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي" وما جاء من نتائجها، يؤثر إدمان الفيسبوك على بعدي العلاقات الإنسانية السوية والتباعد، بحيث يعمل الفيسبوك على إبعاد الطالب عن حياته الأسرية. كما اتفقت

دراستنا مع دراسة" تركية عقيل المطيري (2023) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى التكيف الاجتماعي لدي المراهقين التي بينت نتائجها أن مستوى التكيف الاجتماعي لدى المراهقين متوسط. وبالتالي عدم تحقق الفرضية الثانية.

رابعا: الفرضية الفرعية الثالثة التي نصت على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0. 05 بين متوسطي درجات مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام (T-test)للفروق وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (16) حساب الفروق لمتغير الجنس على تقدير الذات

المؤشرات الإحصائية	الجنس	حجم المجموعتان	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية ddl	قيمة (T-test)	مستوى الدلالة Sig
النتائج	ذكور	30	25,16	1,38	34	10,039	0,01
	اناث	30	15	3,16			

تبين نتائج الجدول (16) أن قيمة الفرق (T-test) بين الجنسين تساوي (10,39) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,00) وهي قيمة أقل من (0,01) وهذا يؤشر على وجود فروق على مقياس تقدير الذات لصالح الذكور بمتوسط حسابي (25,16) وانحراف معياري قدر (1,38) ومتوسط حسابي للإناث يقدر (15)، وانحراف معياري (3,16) مما يدلل على ان الذكور هم اكثر تقديرا للذات من الاناث، وبالتالي تحققت الفرضية. فلربما تقترن هذه النتيجة بأساليب التنشئة التي يتبعها الأباء، وعلاقة ذلك بتقدير الذات، فغالبا في أسرنا العربية عامة والجزائرية خاصة يمنح الذكور مكانة اجتماعية للولد أكثر من البنت، فمثلا يمنح الاباء للذكور الاستقلالية والتمثيل الأسري، بينما تطالب البنات بمعاني الطاعة والاحترام والخضوع فيشعر الذكور بشكل عام بالكفاءة والتميز على البنات، رغم أن النظرة إلى البنت

قد تغيرت في السنوات الأخيرة للتطور الواسع في ميادين الحياة، وأنها اشتركت في معظم الميادين الحياتية، إلا أنها لا ترقى أن تكون بمستوى الولد.

فاتفقت نتائج دراستنا مع دراسة الحسيني 1995، إلى التعرف على الفروق في تقدير الذات بين الجنسين، وتكونت عينة الدراسة من 171طالبا وطالبة بالمرحلة الإعدادية في مدينة القاهرة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات لصالح الذكور، كما أن هناك العديد من الخصائص بين الجنسين في هذه المرحلة العمرية من بينها صورة الجسم، فالإناث في مرحلة المراهقة أكثر اهتماما بصورة أجسامهن من الذكور، ولكن في ذات الوقت يكون الذكور أفضل في تقييم صورة أجسامهم من الإناث وهذا ما أثبتته دراسة" ستوب" و"كوف وريردن" شملت عينة (92) مراهقا و(77) مراهقة، أسفرت النتائج على أن المراهقات أكثر انتباها لأجسامهن من الذكور، في حين أظهر الذكور تقديرا أفضل لأجسامهم من الإناث. كما اختلفت دراستنا مع دراسة "علي محمود شعيب "(1988) والتي شملت 292تلميذ من تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة بواقع 148ذكر و144أنثي حيث بلغ متوسط العمر للذكور 15,01سنة، أما الإناث قد بلغ 15، 02، وتوصل إلى نتيجة مفادها أنه لا توجد فروق بين الجنسين في درجات تقدير الذات.

خامسا: الفرضية الفرعية الرابعة التي نصت على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0. 05 بين متوسطي درجات مستوى التكيف الاجتماعي لدى عينة الدراسة.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام (T-test)للفروق وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (17) حساب الفروق لمتغير الجنس على مقياس التكييف الاجتماعي

المؤشرات الاحصائية	الجنس	حجم المجموعتان	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية ddl	قيمة (T-test)	مستوى الدلالة Sig
النتائج	ذكور	30	146,83	13,92	34	12,49	0,01
	اناث	30	198,05	10,4			

توضح نتائج الجدول (17) أن قيمة الفرق (T-test) بين الجنسين تساوي (12,49) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,00) وهي أقل من (0,01) وهذا يؤشر على وجود فروق على مقياس التكيف الاجتماعي لصالح الاناث بمتوسط حسابي (198. 05) وانحراف معياري قدر (10,04) ومتوسط حسابي للذكور بقيمة (146,83)، وانحراف معياري (13,92) مما يدلل على أن الإناث هن الاكثر اتسام بالتكييف الاجتماعي من الذكور، ويعود هذا الى طبيعتها بقدرتها على التكيف من الرجل الذي يتسم بالتمرد والاستقلالية. لأن الأنثى بطبيعتها تحرص على إقامة علاقات طيبة مع الأخرين سواء وسط أسرتها فهي تسعي إلى التقرب من أفراد أسرتها خاصة والديها وخارج أسرتها سواء مع زميلاتها أو في المدرسة مع الأساتذة والإداريين، كما أن الإناث في هذه المرحلة العمرية أكثر اتزانا وثباتا انفعاليا من الذكور وبالتالي تعد الإناث الأكثر تكيفا من الذكور، فجاءت النتيجة بأن الإناث أكثر تكيفا في المدرسة يرجع ذلك إلى التركيب النفسي للأنثى، إذ تشتغل الأنثي بالمدرسة والدراسة وتشعر بأنها المنفذ الوحيد لإثبات وجودها، مما يستدعي منها بذل مزيد من الجهد والاهتمام الأكاديمي من أجل تحقيق التفوق والإنجاز الأكاديمي، والذي يعد من أهم مقومات التكيف الاجتماعي في المدرسة، في حين ينشغل الذكور بممارسة الكثير من الهوايات والأنشطة خارج المنزل، وذلك بحرية الحركة التي تعطى للذكور دون الإناث، مما ينعكس سلبا على تحصيلهم وبالتالي على تكيفهم الاجتماعي في المدرسة.

ـــ اتفقت نتيجة دراستنا مع دراسة (داليا طارق عبد الرزاق) والتي توصلت إلى أن الطالبات يتمتعن بمستوى أعلى بمهارات التكيف الاجتماعي مقارنة مع الطلاب، وقد يعود ذلك إلى

عوامل النضج والنمو، واختلفت مع دراسة ويندي وكاثرين(2006) حيث كشفت نتائج الدراسة أن الذكور أكثر تكيفا من الإناث.

2. الاستنتاج:

- معامل الارتباط بيرسون بين متوسطي درجة تقدير الذات ودرجة التكيف الاجتماعي جاء دالا إحصائيا، مما يؤشر على وجود علاقة قوية بين تقدير الذات ودرجة التكيف الاجتماعي.
- مستوى تقدير الذات عند أفراد العينة جاء متوسط.
- مستوى التكيف الاجتماعي جاء متوسطا لدى عينة الدراسة
- وجود فروق دالة إحصائيا على مقياس تقدير الذات لصالح الذكور مما يدلل على أن الذكور الأكثر اتساما بتقدير الذات من الإناث.
- وجود فروق دالة إحصائيا على مقياس التكيف الاجتماعي لصالح الإناث مما يدلل على أن الإناث الأكثر اتساما بالتكيف الاجتماعي من الذكور.

4. اقتراحات الدراسة

- تكثيف الدراسات حول فترة المراهقة ومدى حاجة المراهقين للإرشاد وتوعيتهم.
-علي مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي ومستشار التربية اقتراح تنظيم خطط دراسية التي تجنب التلميذ مواقف الفشل والإحباط.
- توسيع الدراسات التي تهتم بنفسية تلميذ التعليم الثانوي ومدى تأثره بالمحيط والبيئة.
- اتباع الوالدين نظاما ومنهاجا معدلا في طريقة معاملة الأبناء لضمان شخصية خالية من الاضطرابات النفسية.
- التحدث والحوار مع الأبناء للكشف عن معاناتهم النفسية ومساعدتهم على مشاكلهم الخاصة وتقديم توجيهات وإرشادات لإيجاد الحلول المناسبة لهم.
- اعتماد الأسلوب الديمقراطي في التربية والذي يعتمد على التشجيع وإفساح المجال أمام المراهق كي يكتشف القيم بنفسه بعد موضوعية من أسلوب الوعظ والتهديد.

خلاصة النتائج

أردنا في هذه الدراسة الكشف عن علاقة تقدير الذات بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الأولى ثانوي، من خلال استخدام المنهج الوصفي، ومن أجل الإجابة على تساؤلات الدراسة قمنا بتطبيق مقياس تقديرات الذات لسايح زليخة (2014) ومقياس التكيف الاجتماعي لمحمود عطية هناء على أفراد عينة الدراسة، وبعد القيام بحساب الخصائص السيكومترية، قمنا بتحليل البيانات بعد تفريغها بالاستعانة ببرنامج الحزمة الإحصائية spss، ومن هذا المنطلق توصلت الدراسة للنتائج التالية:

نصت الفرضية الأولى على أن مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة متوسط وقد تم إثبات هذه الفرضية. أما بالنسبة للفرضية الثانية التي نصت على أن مستوى التكيف الاجتماعي لدى عينة الدراسة مرتفع لم تثبت هذه الفرضية إذ تمتع أفراد العينة بمستوى التكيف الاجتماعي متوسط، كما تحققت الفرضية الثالثة والتي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور. أما بالنسبة للفرضية الرابعة والتي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس قد تحققت وكانت نتائجها توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

تبقى دراستنا الحالية موضوع من المواضيع البحثية التي تهدف للوصول للكشف عن علاقة تقدير الذات على التكيف الاجتماعي فهي خطوة إضافية لفتح المجال أمام الباحثين والمهتمين بهذا الموضوع لإجراء دراسات بحثية انطلاقا من أهداف جديدة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. أحمد، محمد مصطفى. (1996). التكيف والمشكلات المدرسية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

2. أمزيان زبيدة. (2006). علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس (رسالة ماجستير منشورة). جامعة الحاج لخضر باتنة. الجزائر

3. بطرس، حافظ بطرس. (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل (ط1). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

4. بوزاهر، محمد لخضر. (2017). أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (أطروحة دكتوراه منشورة). جامعة محمد خيذر بسكرة.

5. جبل، فوزي. الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. المكتب الجامعي.

6. جمري، صارة. (2011). علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الثانوية (رسالة ماجستير منشورة). جامعة وهران.

7. حمزاوي، زهية. (2016). صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات عند المراهق دراسة ميدانية لتلاميذ الثانوية بولاية مستغانم (أطروحة دكتوراه منشورة). جامعة وهران الجزائر.

8. الداهري، صالح حسن. (2008). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية(ط1). عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

9. راجح، أحمد عزت. (1973). أصول علم النفس. بغداد: مطبعة أشبيلية.

10. الركيبات، أمجد فرحان. (2007). تقدير الجسم وتقدير الذات والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين في البادية والريف والمدينة في محافظة العقبة(رسالة ماجستير منشورة). جامعة مؤتة. الجزائر.

11. زاهي الرشدان، عبد الله. (2005). التربية والتنشئة الاجتماعية(ط1). عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

12. زهران، حامد عبد السلام. (1974). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.

13. زهران، حامد عبد السلام. (1997). الصحة النفسية والعلاج النفسي (ط3). القاهرة: عالم الكتب.

14. سعد، عبد الرحمان. (1998). القياس النفسي النظرية والتطبيق (ط3). القاهرة: دار الفكر العربي.

15. سعد، عبد الرحمان. (1998). القياس النفسي النظرية والتطبيق (ط3). القاهرة: دار الفكر العربي.

16. شرقي، حورية. (2019). تقدير الذات وعلاقته بالصلابة النفسية والضبط النفسي لدى متعلمي الطور الثانوي التلاميذ المقبيلين على اجتياز امتحان البكالوريا دراسة ميدانية في بعض ثانويات المدية (أطروحة دكتوراه منشورة). جامعة المسيلة. الجزائر

17. شوال، عبد النور وحشايشي عبد الوهاب. (2020). أبعاد تقدير الذات وعلاقتها بمشاركة تلاميذ البكالوريا خلال حصص التربية البدنية والرياضية دراسة ميدانية في ثانوية سعود وعبد المجيد عبن فكرون أم البواقي. مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية. مجلد(17)، ص ص 151-166.

18. صالح، محمد الصغير. (2001). التكيف الاجتماعي للطلاب الوافدين. مجلة جامعة أم القرى، المجلد(13).

19. ضيدان الضيدان، حميدي محمد. (2003). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض (رسالة ماجستير منشورة). جامعة الرياض.

20. العتوم، عدنان يوسف، الجراح، عبد الناصر ذياب. (2005). علم النفي التربوي النظرية والتطبيق. (ط1). عمان الأردن: دار المسيرة.

21. فايد، عبد الرزاق. (2014). التكيف الاجتماعي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة لدي تلاميذ المرحلة الثانوية دراسة ميدانية ببعض الثانويات لولاية المسيلة (أطروحة دكتوراه منشورة). جامعة الجزائر3.

22. الفرماوي، حمدي (2001). ركائز البناء النفسي(ط1). القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

23. فهمي، مصطفى. (1987). الصحة النفسية (ط2). مصر: المؤسسة السعودية بمصر.

24. قحطان، أحمد الظاهر. (2004). مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق (ط1). عمان الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.

25. قذيفة، يحي. (2013). تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالتوجه الرياضي لتلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية لمتوسطات ولاية المسيلة (رسالة ماجستير منشورة) جامعة الحاج لخضر باتنة الجزائر.

26. كامل، طارق. (2007). الإعاقة الحسية المشكلة والتحدي. الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.

27. كفافي، علاء الدين. (1999). الإرشاد والعلاج النفسي (ط1). مصر: دار الفكر العربي.

28. لقوقي، دليلة. (2015). مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة دراسة حالة في المراهقين مكفولين (رسالة ماجستير منشورة). جامعة محمد خيذر بسكرة الجزائر.

29. محمد، شادلي عبد الحميد. (1996). الصحة النفسية والسيكولوجية الشخصية (ط2). الإسكندرية: المكتبة الجامعية.

30. مخدوم، أيوب لطفي. (2015). نظريات الشخصية (ط1). عمان الأردن: دار الحامد للنشر والتوزيع.

31. ملال، خديجة. (2016). السياقات النفسية وعلاقتها بمستوى التكيف لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بجامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (أطروحة دكتوراه منشورة). جامعة وهران الجزائر.

32. ميزاب، ناصر. (2013). إشكالية مفهوم الذات عبر مقاربات نفسية مختلفة (ط1). عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

33. ناجح، سالم، سليمان، محمد. (2010). الأمن النفسي وتقدير الذات في علاقتهما ببعض الاتجاهات التعصبية لدى شباب الجامعي (رسالة ماجستير منشورة). جامعة الزقازيق.

34. هابط، محمد السيد. (2003). التكيف والصحة النفسية (ط2). مصر: المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية.

35. هريدي، عادل محمد. (2011). نظريات الشخصية (ط2). المنوفية: إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

36. يونس، انتصار. (1984). السلوك الإنساني. الإسكندرية: دار المعارف.

37. يونسي، تونسية. (2011). تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين دراسة ميدانية بولايتي تيزي وزو والجزائر العاصمة (رسالة ماجستير منشورة). جامعة مولود معمري تيزي وزوالجزائر.

الملاحق

ملحق رقم 01 مقياس تقدير الذات

عزيزي التلميذ، عزيزتي التلميذة

من فضلك ضع علامة (x) أمام الجملة التي ترى أنها تعبر تماما عما تحس به، وحاول أن تجيب على جميع الأسئلة حتى وإن كانت بعض الأسئلة صعبة بالنسبة إليك، ولعلمك أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وسوف تبقى إجابتك في سرية تامة. شكرا على تعاونكم معنا.

الجنس: .... المستوى الدراسي:...................... العمر:......

الرقم	العبارات	نعم	لا
	أولا : البعد النفسي		
01	أعتمد على نفسي في أمور حياتي اليومية		
02	أرى أفكاري تقودني إلي النجاح		
03	أخجل من مظهري الشخصي		
04	لدي القدرة على اتخاذ قرارات الشخصية		
05	أجد صعوبة في التحدث أمام زملائي في الدرس		
06	أستطيع حل أي مشكلة تواجهني		
07	أعبر عن أفكاري بإرتياح أمام الأخرين		
08	لا أعتقد أن مادرسته سيفيدني كثيرا		
09	أشعر بالرضا عن حياتي		
10	ليس لدي الكثير من الأصدقاء المخلصين		
11	أشعر أن لوجودي قيمة في الحياة		
12	أشعر أن زملائي أفضل مني		
13	لا أحب أن يتفوق على أحد من الزملاء		
14	أشعر في كثير من الأحيان أنني لا أصلح لشئ أبذا		
15	أفضل أن أكون وحيدا معظم الوقت		
16	أشعر أنني قادر دائما على جذب انتباه الاخرين		
17	أتنازل عن حقوقي عندما اري ضرورة ذلك		
	ثانيا : البعد الأسري		
01	أشعر بأهمية وجودي في أسرتي		
02	أتمني لو كنت من أسرة أخرى		

03	عائلتي لا تفهمني		
04	أشارك أسرتي دائما في مشروعاتي المستقبلية		
05	أشعر أن والداي يتخليان عني		
06	يشعروني الأخرين أني فردا منهم		
07	والدي فخور بي		
08	اقضي وقتا طيبا مع أسرتي في المنزل		
09	يتوقع والديا مني الكثير		
10	أسرتي لا تهتم بي		
ثالثا : البعد الإجتماعي			
01	يهمني رأي الغير فيما أقوم به من الأعمال		
02	أعتقد أن الناس يسئون فهم ماأقول		
03	أشعر بالرضا عن حياتي الاجتماعية		
04	يلجأ زملائي في حل بعض مشكلاتهم		
05	أنا بحاجة إلى تشجيع ودعم بما أقوم به من أعمال		
06	أتمنى لو كنت شخصا مختلفا حتي يكون عندي أصدقاء كثيرين		
07	أعتقد أن أساتذتي يثقون فيما أقوم به من أعمال		
08	لست محبوب مثل الأخرين الذين هم من نفس عمري		
09	أشعر أن الغير يعتبرني واحدا منهم		
10	أشعر بالسعادة عندما أكون مع زملائي		

ملحق رقم 02 التكيف الاجتماعي

عزيزي التلميذ، عزيزتي التلميذة

من فضلك ضع علامة (x) أمام الجملة التي ترى أنها تعبر تماما عما تحس به، وحاول أن تجيب على جميع الأسئلة حتى وإن كانت بعض الأسئلة صعبة بالنسبة إليك، وسوف تبقى إجابتك في سرية تامة.

شكرا على تعاونكم معنا.

الجنس: ..... المستوى الدراسي:..... العمر:.....

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	قليلا	أبدا
01	أكتم في نفسي مضايقة الناس لي					
02	أتذكر أسماء من أقابلهم					
03	أريد أقاطع زملائي الذين يتكلمون كثيرا					
04	أبادر بالحديث مع من أقابلهم لأول مرة					
05	أرى أن الإحسان جزاؤه الإحسان					
06	أشعر زملائي بتضايقي إذ هزمت في لعبة من الألعاب					
07	أعرف التلاميذ ببعضهم البعض					
08	أجد صعوبة في المساعدة للإعداد للدورات والنشاطات المدرسية					
09	يسهل على تكوين صداقات جديدة					
10	أرغب في خوض تجارب جديدة كالمسابقات العلمية والنشاطات الرياضية					
11	أوجه عبارات الشكر والثناء لمن يحسن التصرف تجاهي					
12	أبادر بالتحدث مع الزملاء الجدد					
13	أساعد زملائي في تنظيم مختلف النشاطات بالقسم					
14	أتقاسم مع المتفوقين في القسم فرحتهم					
15	أشعر بعدالة والدي عند إجباري لإنجاز عمل ما					
16	أقضي وقتا طيبا مع أسرتي في المنزل					
17	أرى أن والدي متفائل بنجاحي مستقبلا					
18	يعتقد والدي أنني متعاون في المنزل					
19	يري والدي أن كل ما أفعله خطأ					

20	أتفق مع والدي في الأشياء التى أحبها					
21	غالبا ما يبدأ أفراد أسرتي في مشاحنتي					
22	أفضل أن أحتفظ بأصدقائي بعيدا عن منزلي لأنه غير لائق					
23	أشعر بأنني لست لطيفا مع والدي كما يجب					
24	أكون مرحا عندما أكون في المنزل					
25	أجد صعوبة في إدخال البهجة والسرور على والدي					
26	أفضل في كثير من الأحيان العيش بعيدا عن أسرتي					
27	أشعر بعدم أهتمام أحد أفراد أسرتي بي					
28	أرى أن الجو العام في المنزل يغلب عليه الشجار					
29	أشعر أن أساتذتي يفهمونني					
30	أحب أن أمارس النشاط المدرسي مع زملائي					
31	أخاف من الرسوب لصعوبة بعض المواد الدراسية					
32	أرى أن بعض الأساتذة اهتماماتهم ضئيلة تجاه تلامذتهم					
33	يرى بعض زملائي أنني لا ألعب لعبا عادلا كما يفعلون هم					
34	أري أن أساتذتي يجعلون الدراسة عملا شاقا أكثر مما ينبغي					
35	أستمتع بالحديث مع زملائي في المدرسة					
36	يطلب مني أن أشترك في المباريات المدرسية بإصرار					
37	أكون سعيدا في المؤسسة إذا كان أساتذتي أكثر عطفا					
38	أقضي وقتا ممتعا إذا كنت برفقة زملائي في الدراسة					
39	طريقة تعاملي تستقطب زملائي					
40	يبادر الأساتذة إلى حث التلاميذ إلي تكوين صدقات يستمتعون بها					
41	أضطر إلى الإبتعاد عن زملائي بسبب طريقة معاملتهم لي					
42	أفضل التغيب عن المؤسسة إن استطعت ذلك					

43	أزورو أصدقائي ممن هم في سني من الجيران في منازلهم					
44	من عادتي أن اتحدث مع من هم في سني من الجيران					
45	يخالف معظم جيرانك ممن هم في سنك مايفرضه القانون					
46	ألعب مع أصدقائي من جيراني					
47	أقضي وقتا طيبا مع جيراني					
48	لاأهتم بجيراني					
49	أجد من الضرورة أن أكون لطيفا مع جيراني مهما اختلفو معي					
50	أسيئ لجيراني من يضايقوني					
51	أشعر بأن الحي الذي أعيش فيه لا يعجبني					
52	أحب كل من هم في سني من الجيران					
53	أرى في غالب الأحيان ان شباب الحي طيبون					
54	أجد صعوبة في محبة بعض الجيران					
55	ازور جيراني					
56	أري أن معظم جيراني من النوع المحبوب					

الملحق رقم 02 : مخرجات spss

Test T

Statistiques de groupe

	مجموعة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
التكيف1	1	18	168,3889	26,83970	6,32618
	2	18	180,2778	20,72454	4,88482

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
التكيف1	Hypothèse de variances égales	1,466	,234	-1,487	34
	Hypothèse de variances inégales			-1,487	31,955

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes			
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
التكيف1	Hypothèse de variances égales	,146	-11,88889	7,99262	-28,13185
	Hypothèse de variances inégales	,147	-11,88889	7,99262	-28,17022

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes
		Intervalle de confiance de la différence à 95 % Supérieur
التكيف1	Hypothèse de variances égales	4,35407
	Hypothèse de variances inégales	4,39244

Test T

	مجموعة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
التكيف1	1	18	195,8333	8,68569	2,04724
	2	18	147,8333	14,61365	3,44447

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
التكيف1	Hypothèse de variances égales	4,610	,039	11,979	34
	Hypothèse de variances inégales			11,979	27,678

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes			
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
التكيف1	Hypothèse de variances égales	,000	48,00000	4,00694	39,85692
	Hypothèse de variances inégales	,000	48,00000	4,00694	39,78786

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %
		Supérieur
التكيف1	Hypothèse de variances égales	56,14308
	Hypothèse de variances inégales	56,21214

Echelle : ALL VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	45	75,0
	Exclue[a]	15	25,0
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,704
		Nombre d'éléments	28[a]
	Partie 2	Valeur	,677
		Nombre d'éléments	28[b]
	Nombre total d'éléments		56
Corrélation entre les sous-échelles			,550
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,710
	Longueur inégale		,710
Coefficient de Guttman			,708

Fiabilité

Echelle : ALL VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	45	75,0
	Exclue[a]	15	25,0
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,799	56

صدق الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات

بين درجات البنود و البعد الأول البعد النفسي

Corrélations

			VAR00015	VAR00016	VAR00017	المجموع1
Rho de Spearman	VAR00001	Coefficient de corrélation	,133	,150	,087	,031
		Sig. (bilatéral)	,311	,253	,507	,817
		N	60	60	60	60
	VAR00002	Coefficient de corrélation	,039	,235	-,189	,402**
		Sig. (bilatéral)	,767	,071	,147	,001
		N	60	60	60	60
	VAR00003	Coefficient de corrélation	,102	-,030	,136	,153
		Sig. (bilatéral)	,439	,820	,301	,244
		N	60	60	60	60
	VAR00004	Coefficient de corrélation	-,043	,070	-,010	,333**
		Sig. (bilatéral)	,746	,595	,939	,009
		N	60	60	60	60

	VAR00005	Coefficient de corrélation	,134	,023	,097	,199
		Sig. (bilatéral)	,307	,859	,460	,128
		N	60	60	60	60
	VAR00006	Coefficient de corrélation	,046	,236	,029	,497**
		Sig. (bilatéral)	,726	,070	,824	,000
		N	60	60	60	60
	VAR00007	Coefficient de corrélation	-,205	,141	,026	,376**
		Sig. (bilatéral)	,115	,282	,842	,003
		N	60	60	60	60
	VAR00008	Coefficient de corrélation	-,032	,101	,199	,164
		Sig. (bilatéral)	,811	,443	,127	,209
		N	60	60	60	60
	VAR00009	Coefficient de corrélation	-,212	,064	-,110	,271*
		Sig. (bilatéral)	,104	,627	,403	,036
		N	60	60	60	60
	VAR00010	Coefficient de corrélation	,140	,163	,077	,313*
		Sig. (bilatéral)	,285	,212	,560	,015
		N	60	60	60	60
	VAR00011	Coefficient de corrélation	,157	,186	-,232	,250
		Sig. (bilatéral)	,232	,154	,074	,054
		N	60	60	60	60
	VAR00012	Coefficient de corrélation	-,318*	-,174	,248	,012
		Sig. (bilatéral)	,013	,183	,056	,926
		N	60	60	60	60
	VAR00013	Coefficient de corrélation	-,226	,038	-,322*	,039
		Sig. (bilatéral)	,082	,770	,012	,766
		N	60	60	60	60
	VAR00014	Coefficient de corrélation	,165	-,336**	,389**	,166
		Sig. (bilatéral)	,207	,009	,002	,204
		N	60	60	60	60
	VAR00015	Coefficient de corrélation	1,000	-,174	,157	,185
		Sig. (bilatéral)	.	,183	,232	,157
		N	60	60	60	60
	VAR00016	Coefficient de corrélation	-,174	1,000	-,145	,291*
		Sig. (bilatéral)	,183	.	,270	,024
		N	60	60	60	60
	VAR00017	Coefficient de corrélation	,157	-,145	1,000	,367**
		Sig. (bilatéral)	,232	,270	.	,004
		N	60	60	60	60
	المجموع1	Coefficient de corrélation	,185	,291*	,367**	1,000
		Sig. (bilatéral)	,157	,024	,004	.
		N	60	60	60	60

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

صدق الاتساق الداخلي للبعد الثاني

Corrélations

			المجموع2
Rho de Spearman	VAR00019	Coefficient de corrélation	,067
		Sig. (bilatéral)	,610
		N	60
	VAR00020	Coefficient de corrélation	,166
		Sig. (bilatéral)	,206
		N	60
	VAR00021	Coefficient de corrélation	,171
		Sig. (bilatéral)	,190
		N	60
	VAR00022	Coefficient de corrélation	-,089
		Sig. (bilatéral)	,499
		N	60
	VAR00023	Coefficient de corrélation	,480**

		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00024	Coefficient de corrélation	,248
		Sig. (bilatéral)	,056
		N	60
	VAR00025	Coefficient de corrélation	,584**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00026	Coefficient de corrélation	,436**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00027	Coefficient de corrélation	,529**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00028	Coefficient de corrélation	,378**
		Sig. (bilatéral)	,003
		N	60
	؟VAR00029	Coefficient de corrélation	,164
		Sig. (bilatéral)	,209
		N	60
	VAR00030	Coefficient de corrélation	,573**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	المجموع2	Coefficient de corrélation	1,000
		Sig. (bilatéral)	.
		N	60

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

صدق الاتساق الداخلي للبعد الثالث

Corrélations

			المجموع3
Rho de Spearman	VAR00032	Coefficient de corrélation	,192
		Sig. (bilatéral)	,141
		N	60
	VAR00033	Coefficient de corrélation	,390**
		Sig. (bilatéral)	,002
		N	60
	VAR00034	Coefficient de corrélation	,364**
		Sig. (bilatéral)	,004
		N	60
	VAR00035	Coefficient de corrélation	,544**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00036	Coefficient de corrélation	,058
		Sig. (bilatéral)	,662
		N	60
	VAR00037	Coefficient de corrélation	,555**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00038	Coefficient de corrélation	,287*
		Sig. (bilatéral)	,026
		N	60
	VAR00039	Coefficient de corrélation	,636**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	VAR00040	Coefficient de corrélation	,628**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	المجموع3	Coefficient de corrélation	1,000
		Sig. (bilatéral)	.
		N	60

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

صدق الاتساق الداخلي بين الابعاد و الدرجة الطلية للمقياس

Corrélations

			sum
Rho de Spearman	المجموع1	Coefficient de corrélation	,551**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	المجموع2	Coefficient de corrélation	,717**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	المجموع3	Coefficient de corrélation	,777**
		Sig. (bilatéral)	,000
		N	60
	sum	Coefficient de corrélation	1,000
		Sig. (bilatéral)	.
		N	60

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الصدق التميزي (المقارنة الطرفية)

Test T

Statistiques de groupe

	مجموعة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الذات1	1	18	24,1667	1,38267	,32590
	2	18	15,7222	4,36302	1,02837

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
الذات1	Hypothèse de variances égales	5,892	,021	7,828	34
	Hypothèse de variances inégales			7,828	20,380

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes			
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
الذات1	Hypothèse de variances égales	,000	8,44444	1,07878	6,25210
	Hypothèse de variances inégales	,000	8,44444	1,07878	6,19684

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes
		Intervalle de confiance de la différence à 95 % Supérieur
الذات1	Hypothèse de variances égales	10,63678
	Hypothèse de variances inégales	10,69205

عاملات الثبات
بطريقة التجزئة النصفية
و معامل الفا كرونباخ

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,569
		Nombre d'éléments	19[a]
	Partie 2	Valeur	,651
		Nombre d'éléments	19[b]
	Nombre total d'éléments		38
Corrélation entre les sous-échelles			,295
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,456
	Longueur inégale		,456
Coefficient de Guttman			,446

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,683	37

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: /2024

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): تصري اكرام

الصفة(طالب, استاذ باحث, باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 207307445

الصادرة بتاريخ : 2021-12-28 عن دائرة : المسيلة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: توجيه وإرشاد تحت رقم التسجيل: UN 2801202323075097886

والمكلف بإنجاز اعمال بحث(مذكرة التخرج, مذكرة ماستر' مذكرة ماجستير' اطروحة دكتوراه) .

عنوانها: تقدير الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي - دراسة ميدانية بثانوية زابي صالح بشرفي الخبانة ولاية بوسعادة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2024-06-09

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: /2024

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): عائشة حليبي

الصفة(طالب, استاذ باحث, باحث دائم): طالب

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 203062539

الصادرة بتاريخ : 2018.06.19 عن دائرة : بوسعادة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: توجيه وإرشاد تحت رقم التسجيل: 230047897 4

والمكلف بإنجاز اعمال بحث(مذكرة التخرج, مذكرة ماستر' مذكرة ماجستير' اطروحة دكتوراه) .

عنوانها: تقدير الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي- دراسة ميدانية بثانوية زاني صالح -الخباءة ولاية بوسعادة.

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2024-06-09

امضاء المعني (ة): [signature]

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.