الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد بوضياف – المسيلة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: ..... /2019

رقم التسجيل: 1435095859

المهارات الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس

– دراسة ميدانية بجامعة المسيلة–

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في شعبة علوم التربية

تخصص: توجيه وإرشاد

إعداد الطالبة : فراحتية نورة

د. بن زطة بلدية	جامعة المسيلة	رئيسا
د. شريفي حليمة	جامعة المسيلة	مشرفا
د. بوعلاقة فاطمة الزهرة	جامعة المسيلة	مناقشا

السنة الجامعية: 2019/2018

شكر وعرفان

الحمد لله الذي جعل فواتح المنهاج الحنيف (إقرأ) لتكون رسالة السماء الخالدة إلى هذه البشرية هي نور العقل لإعمار الأرض في خواتم الأمم والأديان ومنح الإنسان العقل وحثه على توظيفه في التفكير والتأمل والتدبير، وفي هذه إشارة واضحة للربط بين كمال العقول وحقائق الكون .

والصلاة والسلام على من حمل المشعل في الورى، وأسرج النور في الدجى، وقاد أمته إلى أعلى وأسمى مرتقى، سيّدنا محمد صلى الله عليه وسلم وبعد : أسجل عظيم شكري لهذا الصرح العلمي الشامخ، إلى جامعة المسيلة ممثلة في عميد كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، ورئيس قسم علم النفس وإلى جميع هيئة التدريس بالقسم، والذين كان لهم الفضل بعد الله في إنجاح هذه الرسالة، سواء الذين درسنا على أيديهم أو الذين لم يبخلوا علينا بالمشورة والتوجيه .

كما أزف أسمى آيات الشكر والعرفان إلى الدكتورة المشرفة على الدراسة "**حليمة شريفي**" على جميل اهتمامها ومتابعتها الدؤوبة لتسييرها وحرصها على أن تظهر على أحسن وجه وحال .

ولاسعينا في هذا المقام إلا أن أتقدم بالشكر والعرفان للأستاذة الفاضلة "**مام عواطف**" التي كانت نعم الموجهة طيلة إنجاز هذا البحث فجزاها

الله خير إن شاء الله

كما لا يفوتني أن أرفع أجمل عبارات الشكر لرئيس اللجنة والأستاذ المناقش اللذين تكرما بالموافقة على مناقشة هذه المذكرة .

والشكر موصول إلى كل من ساهم في إنجاح هذه الدراسة.

الإهداء

إلى من قال الله في حقهما :"واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا "والدي الكريمين رحمهما الله وأسكنهما فسيح جنانه.

إلى خالتي وجميع الإخوتي رعاهم الله أخص بالذكر "توي، لخضر،سعيد مخطار "وأختي وأمي" زهرة وزوجها لبادي الدراجي"

إلى أبناء وبنات إخوتي "كريم، سهام، رانيا،بشرى، ريتاج، سيف، محمد، رحيم، بكر،هاجر، حنان"

إلى زوجات إخوتي "وريدة، سعيدة،حكيمة،أسمهان "

إلى من قاسمتني الضراء والسراء أختي وصديقتي "قبيل شيماء "

إلى أمي الثانية "رحلي فتيحة "وأختي في الله "عمرون إسمهان "

إلى زميلاتي "هاجر بن عمر، هاجر شراك، صفية تواتي، صليحة نقاز، هدى قراس"

وإلى كل أساتذة قسم علم النفس عرفانا بالجميل للجميع

وإلى كل من يعرف نورة

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى البحث في علاقة المهارات الإجتماعية بتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر تخصص علم النفس .

اشتملت عينة الدراسة على مجموعة من الطلبة والطالبات بلغ عددهم (***120***) بواقع ***21*** ذكور و***99*** إناث بجامعة المسيلة اختيروا بطريقة عشوائية، وقد اعتمدت الدراسة على منهج الوصفي الإرتباطي، وتماشيا مع طبيعة الموضوع لجأت الباحثة إلى استخدام أداتي لجمع البيانات والمعطيات الضرورية لهذه الدراسة هما : مقياس المهارات الإجتماعية لندى نصر الدين عبد الحميد (***2011***)، ومقياس تقدير الذات لإبراهيم بلكيلاني (***2008***) .

وتمت المعالجة الإحصائية للبيانات بواسطة البرنامج الإحصائي في العلوم الإجتماعية ***spss*** في نسخته (***25***) وذلك باستخدام عدد من الأساليب الإحصائية هي : التكرارات والنسب المئوية ومعامل الارتباط سبيرمان .

وخلصت نتائج الدراسة إلى :

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين الطاعة وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

الكلمات المفتاحية :المهارات الإجتماعية، تقدير الذات، طلبة الجامعة .

Résumé :

L'objectif de l'étude est la recherche dans la relation entre les habilités et l'estime de soi chez l'étudiant de 1ére année master en psychologie à l'université de M'Sila.

L'échantillon de l'étude comprenait 120 étudiants dont 21 garçons et 99 filles du département de psychologie à l'université de M'Sila.

On a utilisé la méthode descriptive corrélative, qui correspond à la nature de l'étude.

On a utilisé également deux outils pour la collecte des données qui sont :

- Le test des habilités sociales de Nada Necereddine Abdelhamid (2011).
- Le test d'estime de soi d'IbrahimBelkilani (2008).

Le traitement statistique était par le programme SPSS (N° 25) on utilisant les méthodes statistiques : les nombres, les pourcentages et lacoefficient de corrélation Spearman.

On a obtenu les résultats suivants :

- Il existe une relation corrélative positive entre les habilités sociales et l'estime de soi chez l'étudiant de 1éré année master en psychologie.
- Il existe une relation corrélative positive entre la relation avec les camarades et l'estime de soi chez l'étudiant de 1éré année master en psychologie.
- Il existe une relation corrélative positive entre la gestion de soi et l'estime de soi chez l'étudiant de 1éré année master en psychologie.
- Il existe une relation corrélative positive entre les habilités scolaires et l'estime de soi chez l'étudiant de 1éré année master en psychologie.
- Il existe une relation corrélative positive l'obéissance et l'estime de soi chez l'étudiant de 1éré année master en psychologie.
- Il existe une relation corrélative positive la confirmation et l'estime de soi chez l'étudiant de 1éré année master en psychologie.

Mots clé : habilité sociales – estime de soi –étudiant universitaire.

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
الشكر والعرفان	
الإهداء	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
قائمة الجداول والأشكال	
مقدمة	أ
الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة	
1. إشكالية الدراسة	05
2. فرضيات الدراسة	10
3. أهداف الدراسة	10
4. أهمية الدراسة	11
5. تحديد مصطلحات الدراسة	11
6. الدراسات السابقة	13
الجانب النظري	
الفصل الأول: المهارات الاجتماعية	
تمهيد	25
1. مفهوم المهارات الاجتماعية	26
2. أهمية المهارات الاجتماعية	28
3. النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية	29
4. خصائص المهارات الاجتماعية	31
5. مكونات المهارات الاجتماعية	31

6. تصنيف المهارات الاجتماعية	34
7. أساليب اكتساب المهارات الاجتماعية	35
خلاصة	40
الفصل الثاني: تقدير الذات	
تمهيد	42
1. مفهوم تقدير الذات	43
2. أهمية تقدير الذات	46
3. النظريات المفسرة لتقدير الذات	47
4. مظاهر تقدير الذات	49
5. أنواع تقدير الذات	50
6. مستويات تقدير الذات	51
7. العوامل المؤثرة في تقدير الذات	53
خلاصة	56
الجانب الميداني	
الفصل الثالث: المنهجية للدراسة التطبيقية	
تمهيد	59
1. الدراسة الاستطلاعية	60
2. الدراسة الأساسية	77
2-1- منهج الدراسة .	77
2-2- مجتمع وعينة الدراسة .	78
2-3- أدوات الدراسة .	80
2-4- مجالات الدراسة .	84
2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة .	85

خلاصة	86
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	88
1. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات	91
1-1 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة .	91
1-2 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضيات الفرعية .	93
2. استنتاج عام	103
خاتمة	105
اقتراحات البحث	106
آفاق البحث	106
قائمة المراجع	108
ملاحق الدراسة	
تم بحمد الله	

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	61
02	مصفوفة ارتباطات عبارات محور العلاقة مع الزملاء مع الدرجة الكلية للمحور.	62
03	مصفوفة ارتباطات عبارات محور إدارة الذات مع الدرجة الكلية للمحور.	64
04	مصفوفة ارتباطات عبارات محور المهارات الأكاديمية مع الدرجة الكلية للمحور.	65
05	مصفوفة ارتباطات عبارات محور الطاعة مع الدرجة الكلية للمحور.	67
06	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوكيدية مع الدرجة الكلية للمحور.	68
07	يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية	70
08	يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس المهارات الاجتماعية	71
09	يوضح ثبات مقياس مقياس المهارات الاجتماعية عن طريق التجزئة النصفية	71
10	مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات	72
11	يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس	76
12	يوضح ثبات مقياس مقياس تقدير الذات عن طريق التجزئة النصفية	76
13	يبين خصائص عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.	79
14	يوضح أبعاد مقياس المهارات الإجتماعية وأرقام عباراته	81
15	يوضح الفقرات الإيجابية والسلبية لمقياس تقدير الذات	83
16	يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة	89
17	يوضح قيمة معامل الارتباط بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.	91

18	**يوضح قيمة معامل الارتباط بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.**	93
19	**يوضح قيمة معامل الارتباط بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.**	95
20	**يوضح قيمة معامل الارتباط بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.**	97
21	**يوضح قيمة معامل الارتباط بين الطاعة وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.**	99
22	**يوضح قيمة معامل الارتباط بين التوكيدية وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.**	101

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	مكونات الثلاثة للمهارات الاجتماعية	32
02	يمثل خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	61
03	يمثل خصائص عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس	79
04	يوضح التوزيع الطبيعي لمتغير المهارات الاجتماعية	90
05	يوضح التوزيع الطبيعي لمتغير تقدير الذات.	90

مقدمة

إن الكائن البشري لا يمكنه العيش بمفرده داخل بيئة ما، مليئة بالمثيرات المتنوعة التي تؤثر فيه ويتأثر بها بطريقة أو بأخرى، فالحياة من أساسياتها التعامل والأخذ والعطاء بين الأفراد حتى تستمر، ومن هنا أصبحت العلاقات الإنسانية غاية في الأهمية حتى تسير الحياة الاجتماعية بصورة مقبولة .

فالتواصل ضرورة إنسانية وحاجة الإنسان له لا تقل عن حاجته للأمن والغذاء والمأوى، كما أن العيش في ظل شبكة من العلاقات تتضمن الوالدين، الأقارب، الجيران، الأصدقاء وغيرهم من المحيطين به يتطلب بعض المهارات الاتصالية التي تعمل على توطّيد الصلة مع الآخرين والقدرة على فهمهم، وكل هذا لا يحدث إلا إذا كان للفرد القدرة على تفهم الآخرين ومشاركتهم وجدانيا وغيرها من المزايا التي تعرف بمصطلح المهارات الاجتماعية وهي قدرات نوعية للتعامل الفعال مع الآخرين في مواقف محددة بالشكل الذي يحقق أهداف معينة سواء فيما يتعلق بالشخص أو الآخرين .

" ولقد أصبح من المتفق عليه أن المهارات الاجتماعية من المحددات الرئيسية لنجاح الفرد أو فشله في المواقف المتنوعة، فهي تمكنه في حالة ارتفاعها من أداء الإستجابة المناسبة للمواقف بفاعلية وفي المقابل بأن ضعفها يعد أكثر العوائق في سبيل توافق الفرد مع الآخرين ."**(النفيعي، 2009،ص24)**

للمهارات الاجتماعية أهمية كبيرة في حياة الطالب الجامعي اليوم، فالتغيرات الاجتماعية والسياسية والإقتصادية السريعة التي يمر بها المجتمع تتطلب منه أن يتزود بالمهارات التي تمكنه من التلاؤم والتكيف مع ظروف المجتمع، فهي ضرورية في جميع مواقف الحياة المختلفة .

وتدخل المهارات الاجتماعية في كل مظهر من مظاهر حياة الفرد بحيث تؤثر في تكيّفه ونجاحه وتقديره لذاته وفاعليته في مراحل حياته المختلفة .

ويعدّ تقدير الذات من الأبعاد الهامة في دراسة الشخصية وعامل من العوامل التي لها تأثير كبير على السلوك وعلى الصحة النفسية للأفراد، كما يعتبر بوابة لكل أنواع

النجاح، فإذا كان تقدير الفرد لذاته وتقيّيمه لها ضعيفا فلن ينجح في الأخذ بأي من تلك الطرق للنجاح لأنه يرى نفسه غير قادر وغير أهل وغير مستحق لذلك النجاح .

فتقدير الذات يعد من أهم المفاهيم السيكولوجية التي لقيت اهتمام الباحثين حيث يعتبر من أهم المتغيرات التي تساعد في تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي والإجتماعي، فشعور الفرد بأنه ذو قيمة من حيث التقبل الإجتماعي من قبل الآخرين ينمي لديه الثقة بالذات مما يساعد في قدرته على مواجهة المشكلات وضغوط الحياة بإيجاد حلول توافقية مناسبة، وتتضح أهمية تقدير الذات من خلال تعريف **صفوت فرج** لتقدير الذات:" هو تقييم الفرد لذاته في سعي منه نحو التمسك بهذا التقييم بما يتضمنه من ايجابيات تعده لإحترام ذاته، مقارنا نفسه بالآخرين وبما يتضمنه هذا التقييم أيضا من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين، في الوقت الذي يسعى للتخلص منها ."

(فرج، 1998، ص23)

يعتبر تقدير الذات إحدى أهم الحاجات النفسية الأساسية بالنسبة للطالب الجامعي، إذ أن درجة تقديره لذاته تؤثر على مجالات حياته جميعها، فإذا كان تقديره لذاته مرتفعا فإنه سيؤدي إلى زيادة دافعيته للإنجاز والتعلم وتطوير شخصيته وجعلها أقل عرضة للإضطرابات النفسية المختلفة والشعور بالسعادة، أما إذا كان تقدير الطالب لذاته منخفض فإنه سيؤدي إلى ضعف دافعيته للإنجاز وظهور مشكلات نفسية .

إن افتقار الطالب الجامعي لمهارات التفاعل الإجتماعي الناجح مع الآخرين يدفعه للإنسحاب، والشعور بالوحدة النفسية والعزلة، وعدم التقبل والعجز، وبالتالي تضعف مقاومته فينهار تحت وطأة أي ضغوط نفسية، كما يترتب عليه معدلات العنف والعدوان وهو مايؤثر سلبا على تقدير الذات لدى الطالب .

وإنطلاقا من هذا الطرح تحاول هذه الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس وفق الخطة التالية :

حيث ضمت فصلا تمهيديا وهو الإطار العام للدراسة وتضمن :إشكالية الدراسة فرضياتها، أهدافها، أهميتها، تحديد مصطلحات الدراسة، إضافة إلى الدراسات السابقة .

كما ضمت جانبين الأول نظري حيث احتوى على فصلين :

خصص الفصل الأول لدراسة المهارات الاجتماعية من حيث مفهومها، أهميتها النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية، خصائص المهارات الإجتماعية، مكوناتها تصنيفها، بالإضافة إلى أساليب اكتساب المهارات الاجتماعية .

أما الفصل الثاني فعالجنا فيه تقدير الذات من حيث مفهومه، أهميته، النظريات المفسرة لتقدير الذات، مظاهر تقدير الذات، أنواعه، مستوياته، بالإضافة إلى العوامل المؤثرة في تقدير الذات .

أما الجانب الثاني فهو ميداني وضم فصلين :

تضمن الفصل الأول منه على الإطار المنهجي للدراسة الذي احتوى على الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية واحتوت على :منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، ووصف أدوات الدراسة، مجالات الدراسة، وأخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة .

أما الفصل الثاني فتم تخصيصه لعرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات وصولا إلى استنتاج عام ثم خاتمة، وفي الأخير تم التطرق إلى بعض الاقتراحات والآفاق البحث، وككل بحث علمي تم الاعتماد على مراجع عربية ودوريات ورسائل الجامعية .

الفصل التمهيدي

الإطار العام للدراسة

1. **إشكالية الدراسة**
2. **فرضيات الدراسة**
3. **أهداف الدراسة**
4. **أهمية الدراسة**
5. **تحديد مصطلحات الدراسة**
6. **الدراسات السابقة**

1- إشكالية الدراسة :

من السمات الأساسية التي تميّز الإنسان هو ميله للعيش في جماعات، إذ أنه من غير الطبيعي أن يعيش حياة سوية ومريحة إذا انعزل عن مجتمع وهي سنة الله في خلقه، إذ خلقنا سبحانه وتعالى جماعات وقبائل لنتاعايش وننمو في أحسن الأحوال، لهذا نجد أفراد المجتمع الواحد يتفاعلون فيما بينهم لتحقيق أهداف ذاتية وأخرى جماعية، فأصبح السلوك الجماعي يتعدى السلوك الفردي، إذ نجد كل فرد من المجتمع يتطبّع على سلوك الجماعة التي ينتمي إليها، ويساهم في تطورها وازدهارها وعليه أضحى "السلوك الاجتماعي مظهرا من مظاهر حياة الفرد ويؤثر في تكيّفه، سعادته، نجاحه وفعاليته في مراحل حياته، كما أن قدرته على تكوين علاقات اجتماعية تحدد درجة شعبيته بين الآخرين ومدى قدرته على الإفادة والاستفادة منهم ....."(***النفيعي، 2009،ص23***)

هذا ما يطلق عليه "المهارة الاجتماعية "وتتمثل في قدرة الفرد على التكيف في مجتمعه بمجموعة من السلوكات الاجتماعية التي تحقق له التكيف والتفاعل الإيجابي في حدود ما يرضى به المجتمع، أو كما قال عنها فاخر عاقل (***1976***) على أنها "القدرة على اكتساب السمات الأساسية المطلوبة للتفاعل الاجتماعي الجيّد مع الآخرين، مثل القدرة على التفهم، الصداقة، الصبر وعدم الأنانية التي تساعد على تقبل الآخرين للشخص، وذلك ضمن دائرة الأسرة أولا، المدرسة ثانيا، العمل ثالثا والحياة أخيرا" .

(***عاقل، 1976، ص19***)

وترتبط المهارات الاجتماعية بعدد كبير من أشكال السلوك مثل: تقديم المساعدة للآخرين والتعاطف معهم وحسن التواصل والتعبير عن المشاعر، التحكم في الانفعالات وإتباع القواعد، إتمام الواجبات ،تنفيذ التعليمات والقوانين، استغلال وقت الفراغ بطريقة جيدة ،تكوين صداقات، المشاركة في اللعب، القدرة على فض النزاعات، تقبل النقد والاشتراك في الأنشطة الجماعية .

ويؤدي اكتساب المهارات الاجتماعية بالفائدة على المجتمع بصفته الحضن الذي يعيش ضمنه الفرد، وعلى هذا الأخير في حدّ ذاته، ليس من الناحية الاجتماعية فحسب بل أيضا من الناحية النفسية، الشيء الذي جعلها ذات أهمية كبيرة في حياته، "فالتغيرات الاجتماعية والاقتصادية السريعة التي يمر بها المجتمع تتطلب من الأفراد أن يزودوا بالمهارات التي تمكنهم من التلاؤم والتكيف مع ظروف المجتمع، فهي ضرورية في جميع مواقف الحياة المختلفة، كما أصبح من المتفق عليه أن المهارات الاجتماعية من المحددات الرئيسية لنجاح الفرد أو فشله في المواقف المتنوعة، فهي تمكنه في حالة ارتفاعها من أداء الاستجابة المناسبة للمواقف بفاعلية وفي المقابل بأن ضعفها يعد أكثر العوائق في سبيل توافق الفرد مع الآخرين "(***النفيعي، 2009،ص 24***)

ونظرا لأهميتها قام الباحثون بدراستها من جوانب عديدة حيث توصل ***سيجرن وفلورا Sigern & Flora (2000)*** إلى أن النتائج المترتبة عن قصور المهارات الاجتماعية نمو وتطور المشكلات النفسية الاجتماعية المصاحبة لخبرة أحداث الحياة الضاغطة .(***عبد الحميد، 2010،ص92***)

كما توصلت دراسة ***روتجر وانجلس*** **Rutgerc *et Engels*** ***(2002)*** التي هدفت إلى تقديم رؤية واضحة للمهارات الاجتماعية المكتسبة من طرف المراهقين في نظامي توصل من خلالها الباحثان أن المراهقين ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة كانوا أكثر انخراطا في الجماعات، كما كانوا أيضا أكثر مشاركة لأصدقائهم في العديد من الأنشطة بالإضافة لإحساسهم بالتعلق الوجداني بهم، كما كانوا أيضا يجدون تأثيرا اجتماعيا كبيرا من قبل أصدقائهم وذلك عكس المراهقين الذين يشعرون بالقلق حول فعل أو عدم فعل شيء ما اتجاه الآخرين فنجدهم أقل انخراطا في العلاقات بالأقران، والاشتراك في نشاطاتهم كما كانوا يشعرون بتعلق أقل بالأصدقاء، ومن ذلك يتضح أن المهارات الإجتماعية تؤثر على علاقة المراهق بأسرته وأقرانه .(***عبد الحميد،2010، ص96***)

كل ذلك يؤدي بنا إلى القول أن المهارات الاجتماعية هي سلوكات وقدرات اجتماعية لابد لأي فرد أن يكتسبها حتى يعيش حياة سوية، ومن بين شروط السواء لدى الفرد، تحقيق الفعالية الذاتية والتي تكون نتيجة تقدير عالي للذات .

حيث عرّف **جوزيف موتان *Joseph Mutin*** تقدير الذات بأنه "الصورة الإيجابية التي يكونها الفرد حول نفسه، إذ يشعر بأنه إنسان ناجح جدير بالتقدير وتنمو لديه الثقة بقدراته وإيجاد الحلول لمشكلاته، ولا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة وافتراض أنه سينجح فيها".

أما تقدير الذات عموما فإنه "يعد من أهم المفاهيم السيكولوجية التي لقيت اهتمام الباحثين، حيث يعتبر من أهم المتغيرات التي تساعد على تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي، فشعور الفرد بأنه ذو قيمة من حيث التقبل الاجتماعي من قبل الآخرين ينمي لديه الثقة بالذات مما يساعد في قدرته على مواجهة المشكلات وضغوط الحياة بإيجاد حلول توافقية مناسبة ..." **(أمزيان، *2007*،ص*35*)**

"ويتميز أفراد هذا الصنف باحترام أنفسهم والشعور بالكفاءة والانتماء والاعتزاز والثقة في ردود أفعالهم واستنتاجاتهم، كما يتبعون أحكامهم حتى وإن اختلفت مع الآخرين، إذ يتسمون بالتحدي والشجاعة في التعبير عن أفكارهم، هم مستقلون اجتماعيا، يحبون المشاركة في النشاطات الإجتماعية، ويكوّنون علاقات الصداقة مع ويتحدثون أكثر مما ***ينصتون. "(الضيدان، 2003، ص32)***

كما اعتبرت كل من **مارجيت ميد وكولي *Margueritte Meed Wkooley*** " 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" **(مغلاوي، *2010*، ص*6*)**

وأضاف **روزنبورغ *Rosenberg (1978)*** " إلى أن هناك مستويين من تقدير الذات وهما :تقدير الذات العالي وتقدير الذات المنخفض، فتقدير الذات العالي يدل على أن الفرد

ذو كفاءة أو ذو قيمة ويحترم ذاته، أما تقدير الذات المنخفض فيشير إلى رفض الذات وعدم الاقتناع بها " **(أمزيان، *2007*،ص*36*)**

إن الطالب الجامعي يعيش في عصر يحدث فيه تطور وتقدم في مجالات متنوعة مما يجعله يواجه الكثير من التحديات والضغوط التي تسبب في حدوث قدر من سوء التوافق واضطرابات في العلاقات الإجتماعية والشخصية، وهذا ما أكدته دراسة **لبوازدة عبد الحق (*2011*)**حيث أكد بأن الطالب الجامعي يعاني من ضغوط نفسية تؤثر على التوافق النفسي والاجتماعي لديه، وقد تسبب له عدم الاستقرار في الدراسة مما يؤدي إلى تدني تقدير الذات لديه وهذا ما أكدته دراسة **مغلاوي أحمد (*2010*)** حيث أشار بأن عدم الاستقرار في الدراسة وسوء التكيف الدراسي يؤدي إلى تدني تقدير الذات لدى الطالب الجامعي .

إذ أن درجة تقدير الطالب لذاته تؤثر على مجالات حياته كلها واكتساب المهارات الإجتماعية والتفاعل وبناء علاقات مع الآخرين، فإذا كان تقديره لذاته مرتفعا فإنه سيؤدي إلى زيادة دافعيته للإنجاز والتعلم وتطوير شخصيته وجعلها أقل عرضة للاضطرابات النفسية المختلفة والشعور بالسعادة، أما إذا كان تقديره منخفض فإنه سيؤدي إلى ضعف دافعيته للإنجاز والتعلم وظهور مشكلات نفسية .

ونظرا للحاجة الماسة لاكتساب الطالب الجامعي للمهارات الإجتماعية على اعتبار أنه الطّليعة التي يسعى المجتمع من خلال النظام التربوي إلى بنائها، خاصة في آخر مراحله وهي المرحلة الجامعية، التي تعّد الانطلاقة الفعلية لمن يتخرج منها إلى الحياة العملية وبالتالي يكون في حاجة ماسّة إلى تلك المهارات الإجتماعية، التي تمكنه من التكيف وسط المجتمع والتوافق مع أفراده في مجال تخصصه العملي والعلمي وفي باقي المجالات .

لهذا نقّر بأن دراسة الخصائص النفسية للطالب شيء مهم وضروري لأنه "عندما نبحث في الخصائص الإجتماعية للطلاب فإننا في الواقع نبحث عن إجابات لمجموعة من

التساؤلات المتصلة بالسلوك الخاص بهم وصلتها بالمجتمع والعلاقات الإجتماعية، بمعنى آخر فنحن نبحث عن المهارات الإجتماعية، عن السلوك التكيفي، عن التوافق الإجتماعي، العلاقات الأسرية، الاتجاهات الإجتماعية وفاعلية الذات لديه وغيرها ."

"وتؤثر المهارات الإجتماعية في تقدير الذات تأثيرا مباشرا، حيث يتكون تقدير الفرد لذاته في مرحلة الطفولة المبكرة وما يليها من مراحل إلى مرحلة الرشد، من خلال إدراك الفرد أنه مقبول وينال استحسان الآخرين لاسيّما الوالدين والمعلمين والزملاء وهو ما يجعلهم يشعرون بالقيمة والكفاية والاقتدار، فإذا صاحب القبول والقيمة والكفاية والاقتدار تشجيعا من الوالدين والآخرين على المبادرة والاستكشاف، يتكون لدى الفرد شعور بتقدير ذاته ويتجلى ذلك في مواجهة المشكلات والضغوط وارتفاع مستوى التحصيل ."(**النفيعي، *2009*، ص*22-23***)

وقد نال موضوع المهارات الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات اهتمام الباحثين، حيث أجرّيت العديد من الأبحاث كدراسة ***طايبي*** (***2008***)، دراسة **حسيب** (***2001***) دراسة ***ريجيو Rijio*** (***1990***) إلى أن أي قصور أو نقص في المهارات الإجتماعية ينتج عنه عدم تحقق تقدير الذات بالشكل الذي يضمن للفرد إيجابياته ونجاحه في أدواره المختلفة في الحياة، وهذا الأمر يؤدي إلى تأثير سلبي يتراكم على شخصية الإنسان وعلى التعليم بمراحله المختلفة .

تأسيسا لما تقدم تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من الطلبة الجامعيين ويمكن تدعيم هذا الطرح بالتساؤل العام التالي :

هل توجد علاقة إرتباطية بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس ؟

التساؤلات الفرعية :

_ هل توجد علاقة إرتباطية بين العلاقة بين الزملاء وتقدير الذات لدى عينة الدراسة ؟

_ *هل توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى عينة الدراسة ؟*

_ *هل توجد علاقة إرتباطية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة ؟*

_ *هل توجد علاقة إرتباطية بين الطاعة وتقدير الذات لدى عينة الدراسة ؟*

_ *هل توجد علاقة إرتباطية بين التوكيدية وتقدير لدى عينة الدراسة ؟*

2_ فرضيات الدراسة :

2-1- الفرضية العامة :

توجد علاقة ارتباطية بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى ماستر علم النفس .

2-2- الفرضيات الفرعية :

_ توجد علاقة ارتباطية بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ توجد علاقة ارتباطية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ توجد علاقة ارتباطية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ توجد علاقة ارتباطية بين الطاعة وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ توجد علاقة ارتباطية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

3_ أهداف الدراسة :

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية :

_ التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة.

_ التعرف على طبيعة العلاقة بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ التعرف على طبيعة العلاقة بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ التعرف على طبيعة العلاقة بين الطاعة وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

_ التعرف على طبيعة العلاقة بين التوكيدية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .

4- أهمية الدراسة :

يدرك الباحث أهمية دراسته من خلال طبيعة الظاهرة المدروسة والعينة المستهدفة بالدراسة وقيمتها العلمية، وما يمكن أن تحققه من نتائج يمكن الاستفادة منها، وتكمن أهمية الدراسة على النحو التالي :

_ تكمن أهمية الدراسة في أنها تركز على نخبة متميزة من شباب المجتمع وهم الشباب الجامعيون، الذين يتحملون مسؤولية النهوض بمجتمعهم وهم في مرحلة مهمة تعد مرحلة البداية للاعتماد على الذات بشكل أكبر على مواجهة تحديات الحاضر والمستقبل، بالإضافة إلى أن المرحلة الجامعية تحتل مكانة مركزية في السلم التعليمي، فالتعليم في الجامعات يمثل قيمة عالية ووسيلة فعالة للنهوض بالمجتمعات المختلفة .

– تناولت الدراسة المهارات الاجتماعية فهي أحد المحددات الرئيسية لنجاح الطالب أو فشله في المواقف المتنوعة، فهي التي تمكنه في حالة ارتفاعها من أداء الاستجابة المناسبة للمواقف بفاعلية، وفي المقابل بأن ضعفها يعد أكثر العوائق في سبيل توافق الطالب مع الآخرين .

_ تناولت الدراسة أيضا تقدير الذات الذي يعد مهم جدا، فهو بوابة لكل أنواع النجاح الأخرى، فمهما تعلم الطالب طرق النجاح وتطوير الذات، فإذا كان تقييمه لذاته ضعيفا، فلن ينجح بأي من تلك الطرق للنجاح وتطوير الذات، فإذا كان تقييمه لذاته ضعيفا، فلن ينجح بأي من تلك الطرق للنجاح، لذا لابد من معرفة العوامل المؤثرة في تقدير الذات، والعوامل التي تزيد من مستوى تقدير الذات .

_ وتكمن أهمية الدراسة في كونّها تكملة لسلسلة من الأبحاث السابقة التي درست مواضيع المهارات الاجتماعية وتقدير الذات .

5_ تحديد مصطلحات الدراسة :

إن لتحديد المصطلحات أهمية في البحوث الإجتماعية والتربوية، حيث أنه قد تبدوا لنا بعضها مألوفة، غير أنه لابد من الوقوف على المعاني الحقيقية لها، وإيجاد طريقة

لتحليل تلك المصطلحات الرئيسية التي نستخدمها، ذلك أن تحديدها أمر ضروري في البحث العلمي، وعلى الباحث عند صياغته لمشكلة البحث أن يحدد أهمها، خاصة مصطلحات الدراسة، ومن أهمها التي رأت الباحثة أنه من الضروري تحديدها هي:

1- المهارات الإجتماعية :

1-1- المهارة :

هي المقدرة على عمل شيء بطريقة جيدة وبدّراية به .(**شاش، 2015،ص31**)

1-2- المهارات الإجتماعية :

لقد أشار **ريجيو**(***Riggio1999***): أن المهارات الاجتماعية هي "قدرة الفرد على التعبير الانفعالي والاجتماعي بطريقة لفظية، إلى جانب مهاراته في ضبط تعبيراته غير اللفظية وتنظيمها، كقدرته على لعب الدّور واستحضار الذات اجتماعيا ."

(**عبد الحميد، 2010،ص95**):

1-3- التعريف الإجرائي للمهارات الإجتماعية :

هو مجموعة الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال إجابتهم على مقياس المهارات الإجتماعية المستخدم في الدراسة الحالية المعّد من طرف **ندى نصر الدين عبد الحميد** (***2011***) والذي يتضمن خمسة أبعاد أساسية وهي :

1- ***العلاقات مع الزملاء (الأقران):*** وهي القدرة على مدح الآخرين، إقامة علاقات معهم، مساعدتهم والوقوف بجوارهم وقت الحاجة، مشاركتهم الحوار والحديث، والتمتع بالقيادة وروح الفكاهة .

2- ***إدارة الذات :***وهي مهارة الفرد في التحكم في الانفعالات وإتباع القواعد، والتعاون مع الآخرين، القدرة على فض النزاعات وتقبل النقد .

3- ***المهارات الأكاديمية :*** وهي قدرة الفرد على إتمام المهام والواجبات، تنفيذ التعليمات، واستغلال وقت الفراغ بطريقة جيدة .

4- ***الطاعة :***هي القدرة على إتباع التعليمات والإرشادات واللّوائح والقوانين .

5- **التوكيدية:** وهي القدرة على المبادأة بالحوار، وتكوين الصداقات، المشاركة في اللعب، التعبير عن المشاعر، والاشتراك في الأنشطة الجماعية .

2- تقدير الذات:

2-1- الذات:

هو تكوين منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد، ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته .(**يوسف، 2006،ص93**) .

2-2- تقدير الذات :

لقد أشار كل من **جيرارد ولاندزمان** (***1980 Girard Landsman***) " إلى أن تقدير الذات نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة معقولة وكافية ويتضمن المفهوم ذاته إحساس الفرد بكفاءته وجدارته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة فضلا عن ارتباط المفهوم بالسلوك الذي يعبر عن النمو .(**فيوليت، سيد، 1988، ص193**).

2-3- التعريف الإجرائي لتقدير الذات :

هو درجة التقييم التي يعطيها المفحوص لذاته وذلك من خلال إجاباته على مجموعة العبارات الموجودة في مقياس تقدير الذات المعّد من طرف **إبراهيم بلكيلاني** (***2008***).

3- طلبة السنة أولى ماستر علم النفس :

هم مجموعة من الأفراد (ذكور/إناث) يزاولون دراستهم بجامعة المسيلة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس في السنة أولى ماستر تخصص علم النفس للموسم الجامعي (***2018- 2019***).

6- الدراسات السابقة :

تعتبر الدراسات السابقة من أهم العناصر في الدراسات النفسية والتربوية حيث تفيد الباحث في بناء خطة البحث وطرح التساؤلات، وصياغة الفرضيات، والاستفادة من المراجع ومعرفة النتائج المتوصل إليها لكي يبدأ منها الباحث ويتجنب الإعادة وأيضا تفيد

في معرفة الأدوات المستعملة في جمع البيانات والأساليب الإحصائية، كما تساعده في اختيار عينة بحثه لذلك فقد اخترنا مجموعة من الدراسات تناولت كل منها أحد متغيرات الدراسة الحالية (المهارات الاجتماعية، تقدير الذات، والمتغيرين مع بعض) وقد تم ترتيب الدراسات على النحو التالي :

- الدراسات التي تناولت المهارات الإجتماعية .
- الدراسات التي تناولت تقدير الذات .
- الدراسات التي تناولت المهارات الإجتماعية وتقدير الذات .

6-1- الدراسات التي تناولت المهارات الإجتماعية :

6-1-1- دراسة جريفين(Griffin 1997): هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين المهارات الإجتماعية والسلوكات المرتبطة بالعمل داخل الفصل .

(النفيعي، 2009،ص94)

مثل القدرة على متابعة التعليمات المدرسية، وقوة حفظ المفردات والتحصيل الدراسي، وقد تكونت عينة من الدراسة ***من267*** طالبا، وقد قام الباحث بضبط المتغيرات خاصة (معامل الذكاء، المستوى التعليمي وبيئة التعلم قي المنزل)، وقد كشفت نتائج الدراسة مدى تأثير المهارات الإجتماعية في الاستعداد للنجاح والتحصيل الدراسي، فقد كشفت الدراسة أن الطلاب ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة تزداد قدرتهم على التحصيل الدراسي والمثابرة لمتابعة هذا التفوق وكذلك وجود دالة إحصائية لمتغيرات (الدراسة، الجنس، العمر، والحالة الإجتماعية والاقتصادية) .

6-1-2- دراسة سيجرن وفلورا (Segrinet et Flora 2000) : بعنوان "قصور المهارات الإجتماعية كعامل حساس في نمو وتطور المشكلات النفسية الإجتماعية " .

(عبد الحميد،2010،ص92)

وقد هدفت الدراسة إلى التحقق من أن قصور المهارات الإجتماعية يجعل الناس أكثر حساسية للمشكلات النفسية الإجتماعية المصاحبة لخبرة أحداث الحياة الضاغطة

والمتمثلة في هذه الدراسة أن الطلاب (يقطعون مسافة ***200 ميل***) بعيدا عن منازلهم لمتابعة دراستهم في الجامعة، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (ن:***118***) طالب جامعي تتراوح أعمارهم مابين (***17-19***)، وقد طبق الباحثان كل من مقياس المهارات الإجتماعية ومقياس المشكلات النفسية الإجتماعية المتمثل في الاكتئاب، القلق الاجتماعي، الوحدة النفسية ومقياس أحداث الحياة الضاغطة، وقد تم تطبيق الاختبارات في بداية الفصل الدراسي الأول فيما عدا مقياس أحداث الحياة الضاغطة قد تم تطبيقه في بداية الفصل الدراسي الثاني، وقد توصلت الدراسة إلى أن قصور المهارات الإجتماعية وأحداث الحياة السلبية من العوامل التي تنبئ بنمو وتطور المشكلات النفسية الإجتماعية (القلق – الاكتئاب).

6-1-3- دراسة روتجر وانجلس(Rutgerc et Engels 2002) بعنوان: الممارسات الوالدية والمهارات الإجتماعية وعلاقة الأقران في مرحلة المراهقة.

(النفيعي، *2009*،ص*94*)

وقد هدفت الدراسة إلى تقديم رؤية واضحة حول الميكانيزمات التي ترتبط بالمراهقين في نظامي الأسرة والأصدقاء، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (ن:***508***) تتراوح أعمارهم مابين (***12-18***)، وقد طبق الباحث كل من مقياس المهارات الإجتماعية، ومقياس الممارسات الوالدية وهو يتكون من أربعة مقاييس فرعية هي(العاطفة، السيطرة، المسؤولية، عدم القبول) ومقياس الرقابة الوالدية، ومقياس التعلق بالأقران، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها أن المراهقين ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة كانوا أكثر انخراطا في الجماعات، كما كانوا أيضا أكثر مشاركة لأصدقائهم في العديد من الأنشطة بالإضافة لإحساسهم بالتعلق الوجداني بهم، كما كانوا أيضا يجدون تأثيرا اجتماعي كبير من قبل أصدقائهم، وذلك عكس المراهقين الذين يشعرون بالقلق حول فعل أو عدم فعل شيء ما اتجاه الآخرين، فنجدهم أقل انخراطا في العلاقات بالأقران، والاشتراك في

نشاطاتهم كما كانوا يشعرون بتعلق أقل بالأصدقاء، ومن ذلك يتضح أن المهارات الإجتماعية تؤثر على علاقة المراهق بأقرانه .

6-1-4- دراسة عبد الحميد رجيعة وإبراهيم الشافعي (2002) *:بعنوان "المهارات الإجتماعية والتوافق الدراسي وعلاقتهما بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات دراسة تنبؤية " .*

وهدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين المهارات الإجتماعية والتوافق الدراسي، الاكتئاب النفسي لدى طلاب الجامعة مع بيان أثر الجنس والفرقة الدراسية والتخصص الدراسي على الإكتئاب ومحاولة التنبؤ بالإكتئاب في ضوء المهارات الإجتماعية (التعبير الإنفعالي، الحساسية الانفعالية، الضبط الإنفعالي، التعبير الإجتماعي، الحساسية الإجتماعية، الضبط الإجتماعي، المراوغة الإجتماعية) والتوافق الدراسي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (ن:***520***) من الجنسين من طلاب الفرق الدراسية (الأولى والرابعة، الدراسات العليا) الذين ينتمون إلى تخصصات علمية وأدبية، وطبق الباحثان كل من مقياس الإكتئاب الصورة المختصرة، ومقياس التوافق الدراسي لطلاب الجامعة، ومقياس المهارات الإجتماعية، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها وجود علاقة إرتباطية سالبة بين المهارات الإجتماعية والتوافق الدراسي والإكتئاب لدى طلاب الجامعة، وهذه النتيجة تعني أن الأشخاص المكتئبين يعانون من نقص في المهارات الإجتماعية عموما، وكذلك من نقص في الحساسية الانفعالية والضبط الإنفعالي حيث يعانون من نوبات من البكاء والحزن ويميلون إلى الصمت، ولذلك لايعبرون بشكل جيد عن مشاعرهم نحو الآخرين وهذه المشاعر ذاتها تتصف بالسلبية والعزوف عن التفاعل الإجتماعي.

6-2- ***الدراسات التي تناولت تقدير الذات :***

6-2-1 دراسة العبيدي عيدالي دليلة (1999) :"استهدفت الدراسة إلى قياس العلاقة بين المتغيرين الخجل وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة والتعرف على الفرق بين ذوي الخجل العالي والمتدني وفق متغير الذات" .

قام الباحث ببناء مقياسين الأول لقياس الخجل والثاني لقياس تقدير الذات، أما عينة الدراسة تكونت من (***300***) طالبا وطالبة من طلبة كليات جامعة بغداد والمستنصرية استخدم الباحث في معالجة البيانات إحصائيا الوسائل التالية (تحليل التباين، معامل الإرتباط بارسون) وتوصلت دراسته إلى النتائج الآتية :أن هناك إرتباطا سلبيا بين متغير البحث والنتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الخجل العالي والخجل المتدني في تقدير الذات، إذ أن الأشخاص من ذوي الخجل المتدني أعلى تقديرا لذواتهم من الأشخاص ذوي الخجل العالي .

6-2-2- دراسة أليس، إيس جي (1999): بعنوان "مفهوم تقدير الذات عند المراهقين (***الضيدان، 2003،ص77***)

دراسة نيوزيلندية، وهدفت الدراسة إلى بحث أساليب تقدير الذات عند المراهقين ومعرفة إلى أي مدى تتوافق آراءهم وتتعارض مع النظريات الحالية لعلماء النفس في تقدير الذات، حيث اعتمدت الدراسة على أسلوب المقابلة من خلال حصول على الموافقة الأبوية في مشاركة الطلاب في هذه المقابلة، بحيث يعرف كل طالب نبذة مختصرة عن هدف هذه الدراسة، وأن له الحق في الانسحاب في أي وقت يريد مع إمداده بالثقة اللازمة، وعدم ذكر اسمه في المناقشة وإخباره أن هذه المقابلة سيتم تسجيلها في شريط كاسيت وأن مدة مقابلة كل طالب (***30 دقيقة***) وتم اختيار (***24***) طالب من مدرستين ثانويتين في مقاطعة ايكاتو بنيوزيلندا وذلك لمعرفة مفهومهم عن تقدير الذات وتوصلت النتائج التالية :

- اقترح (*19*) طالب أن سلوك الفرد في المدرسة يتعلق بتقديره لذاته، كما اقترح (*8*) طلاب إن الحصول على درجات مرتفعة أو النجاح في المدرسة يعطي للفرد تقدير ذات مرتفع .

- أجمع أغلبية الطلاب أن العائلة والرفاق لديهما تأثير كبير في تقدير الفرد لذاته كما تعتمد على الأسلوب الذي يتعامل به هؤلاء الأشخاص مع الطالب، وما هي فكرتهم عنه، بينما أشار (*18*) طالب على أن التقليل من شأن الطالب أو إهانته يكون له تأثير سلبي على تقدير الذات، كما أشاروا إلى أن المدح والثناء أو الإعلاء من شأن الطالب له تأثير إيجابي في تقدير الذات .

- اقترح (*12*) طالب إن تقدير الذات لا يعتمد على رأي الآخرين اتجاه الفرد، لكن يعتمد على ما إذا كان الفرد يستقبل هذا الرأي أم يرفضه .

- يرى (*5*) من الطلاب أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الداخلية للفرد، وبالتالي فتقدير الذات يعتبر بعيدا عن أي عوامل اجتماعية، وبناءا على ذلك فإن الطالب هو الذي يحدد مصيره، بينما اقترح (*2*) من الطلاب أن تقدير الذات يختلف طبقا لإرادة الفرد ويرى ثلاثة آخرون أن تقدير الذات يرتبط بالمقارنة بالآخرين .

- أثبتت الدراسة أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية وليست الداخلية ومن هذه العوامل: الإنجازات الدراسية، المدح والثناء، مساعدة الآخرين، وذلك عند أغلبية، بينما رأي الأقلية أن تقدير الذات شيء يتقلب ويتغير طبقا لإرادة الفرد والأحداث اليومية التي يتعرض لها .

6-2-3 دراسة علوطي سهيلة (2008): دراسة بعنوان "العلاقة بين التقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى الطالب الجامعي لدى عينة من طلبة سنة ثانية من طلاب جامعة جيجل ".

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الثانية بجامعة جيجل، وكذا التعرف على الفروق بين الطلبة في هذين المتغيرين

حسب متغير الجنس والتخصص الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (***368***) طالبا وطالبة من السنة الثانية بجامعة جيجل، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي العلائقي، كما اشتملت أدوات الدراسة على أداتين هما، مقياس تقدير الذات لحسين عبد العزيز الدريني وآخرون، واختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين لهيرمانز، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الطلبة في دافعيتهم للإنجاز تعود لاختلاف مستوى تقديرهم(مرتفع، منخفض)، كما أشارت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقديرهم لذواتهم وفي دافعيتهم للإنجاز، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة العلوم والتكنولوجيا وطلبة الآداب والعلوم الإنسانية في تقديرهم لذواتهم وفي دافعيتهم للإنجاز .

6-3- دراسات تناولت المهارات الإجتماعية وتقدير الذات :

6-3-1- دراسة ريجيو(Riggio1990): هدفت الدراسة "إلى فحص العلاقة بين المهارات الإجتماعية وبعض مظاهر الكفاية الإنتاجية لدى طلاب الجامعة " .

(عبد الحميد، *2010*،ص*95*)

أجريت الدراسة على عينة قوامها ***121 طالب*** جامعي تتراوح أعمارهم ***18-19 سنة*** طبق الباحث مقياس المهارات الإجتماعية، مقياس تقدير الذات، مقياس القلق الإجتماعي مقياس وجهة الضبط، مقياس الشعور بالوحدة النفسية .وقد توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب دال بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات، وعلاقات ارتباطية سالبة بين المهارات الإجتماعية (التعبير الانفعالي، الضبط الانفعالي، الحساسية الانفعالية، التعبير الاجتماعي، الضبط الاجتماعي، الحساسية الإجتماعية) والشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي .

6-3-2- دراسة حسيب عبد المنعم عبد الله (2001) بدراسة هدفت إلى: "معرفة العلاقة بين المهارات الإجتماعية وفعالية الذات لطلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسيا " .

حيث أجريت الدراسة على عينة من (***188***) طالبا وطالبة (***123بالسنة*** الأولى -***65 بالسنة*** الرابعة) من أقسام مختلفة بكلية التربية بالعريش (مصر) حيث توصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها :توجد علاقة ارتباطية موجبة بين بعض المهارات الإجتماعية والفعالية العامة للذات للمجموعات الفرعية (المتفوقين، العاديين، المتأخرين دراسيا)، كذلك توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الفعالية العامة للذات ما بعد اختبار المهارات الإجتماعية والدرجة الكلية له، وأخيرا توجد فروق دالة إحصائيا في فعالية العامة للذات بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ولا توجد بين الطلاب الأكبر سنا والأصغر سنا .

6-3-3- دراسة طايبي فريدة (2008) عنوان الدراسة: (المهارات الإجتماعية وعلاقتها بالتوظيف النفس – اجتماعي للفرد) .

وقد اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الإرتباطي باعتباره أحسن منهج يبحث في الارتباط بين متغيرين أو أكثر، ولاختيار فرضيات البحث قامت الباحثة بتوزيع بطارية الاختبارات على ما يزيد عن (400) شخص حيث اتجهت الباحثة إلى جامعة الجزائر بأقسامها المختلفة (قسم علم النفس، علوم التربية، أرطفونيا، علم الاجتماع، علم المكتبات، قسم اللغة الإنجليزية، التاريخ، الفلسفة، قسم علوم الإعلام والاتصال) وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية، وقد استخدمت الباحثة استبيان ومقياس المهارات الإجتماعية لريجيو 1986، مقياس بيك للاكتئاب، مقياس التمايز اللفظي لمفهوم الذات، قائمة طرق التعامل مع الضغط للزاروس فلكمان، ومقياس التوافق الإجتماعي) واستخدمت الأساليب الإحصائية :معامل الارتباط بيرسون، الانحدار اختبار(ت)، الإحصاء الوصفي .

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

أن هناك ارتباط موجب ودال إحصائيا بين مفهوم الذات والمهارات الإجتماعية ككل، ومنه كلما ارتفع مستوى المهارات الإجتماعية كلما ارتفع مستوى مفهوم الذات وبالتالي كان موجبا والعكس .

6-4- مناقشة الدراسات السابقة :

بعد عرض الدراسات السابقة يمكن مناقشة على تلك الدراسات وذلك بتبيان أوجه التشابه والاختلاف بينها وبين الدراسة الحالية .

6-4-1- أوجه التشابه :

تتشابه الدراسة الحالية من حيث دراسة المتغيرات مع دراسة **جريفين**، دراسة **سيجرن وفلورا**، دراسة **روتجر وأنجلس**، ودراسة **عبد الحميد رجيعة** و**ابراهيم الشافعي** في معالجة متغير المهارات الإجتماعية، ومع دراسة **العبيدي**، دراسة **أليس إي سجي** دراسة **علوطي سهيلة** في معالجة متغير تقدير الذات، ومع دراسة **ريجيو**، دراسة **حسيب** دراسة **طايبي فريدة**، في معالجة لمتغير المهارات الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات .

وتتفق مع جميع هذه الدراسات في استخدام المنهج الوصفي، كما تشابهت مع دراسة "ودراسة **جريفين**" "**سيجرن وفلورا**" "**روتجر وانجلس**" "**عبد الحميد رجيعة وابراهيم الشافعي**" في تطبيق مقياس المهارات الإجتماعية، ومع دراسة "**العبيدي** " "**وإليس إيس جي**" "**وعلوطي سهيلة**" في تطبيق مقياس تقدير الذات، أما دراسة "**وريجيو**" "**حسيب**" "**وطايبي فريدة**" فقد تشابهت معها في استخدام مقياس المهارات الإجتماعية وتقدير الذات .

كما تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة كل من "**عبد الحميد رجيعة وابراهيم الشافعي**" ودراسة "**جريفين**" ودراسة "**سيجرن وفلورا**" ودراسة "**العبيدي**" ودراسة "**علوطي سهيلة** " ودراسة "**حسيب** " ودراسة "**طايبي فريدة**" ودراسة "**ريجيو**" في تناولها لعينة مكونة من طلبة الجامعة .

6-4-2 أوجه الإختلاف :

اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة كل من "**عبد الحميد رجيعة وابراهيم الشافعي** " "**وجريفين**" "**وسيجرن وفلورا**" "**وروتجر وانجلس**" "**والعبيدي**" "**وإليس إيس جي**" "**وعلوطي سهيلة**" في التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات، في حين

هدفت دراسة "**عبد الحميد رجيعة وابراهيم الشافعي**" إلى فحص العلاقة بين المهارات الإجتماعية والتوافق الدراسي والإكتئاب لدى طلاب الجامعة، في حين هدفت دراسة "**جريفين**" هدفت إلى بحث العلاقة بين المهارات الإجتماعية والسلوكات المرتبطة بالعمل داخل الفصل، ودراسة "**سيجرن وفلورا**" هدفت إلى التحقق من أن قصور المهارات الإجتماعية يجعل الناس أكثر حساسية للمشكلات النفسية الإجتماعية، ودراسة "**روتجر وانجلس**" هدفت إلى تقديم رؤية واضحة حول الميكانيزمات التي ترتبط بالمراهقين في نظامي الأسرة والأصدقاء، ودراسة "**العبيدي**" هدفت إلى قياس العلاقة بين المتغيرين الخجل وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، ودراسة "**أليس إيس جي**" هدفت إلى بحث أساليب تقدير الذات عند المراهقين، ودراسة " **علوطي سهيلة** " هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الثانية بجامعة جيجل .

كما اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة " **روتجر وانجلس** " و" **إليس إيس جي** " في الاعتماد على عينة مكونة من المراهقين .

6-5- جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة :

لقد تم الاستفادة من الإجراءات ونتائج الدراسات السابقة في النقاط التالية :

- إثراء الجانب النظري والتعرف على أدبيات الدراسة الحالية .
- اختيار المنهج المناسب (المنهج الوصفي الإرتباطي).
- اختيار عينة الدراسة (طلبة الجامعة).
- اختيار أدوات القياس المناسبة والمتمثلة في مقياس المهارات الإجتماعية ومقياس تقدير الذات .
- تحديد الأدوات الإحصائية لمعالجة الفرضيات المتمثلة في معاملات الارتباط .
- كما يمكن الاستفادة من النتائج هذه الدراسات في جانب تفسير ومناقشة النتائج، حيث أنها تعتبر بمثابة المحك الذي يثبت نتائج الدراسة الحالية ويدعمها .

الجانب النظري

الفصل الأول

المهارات الاجتماعية

تمهيد

1- مفهوم المهارات الاجتماعية .

2- أهمية المهارات الاجتماعية.

3- النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية .

4- خصائص المهارات الاجتماعية .

5- مكونات المهارات الاجتماعية .

6- تصنيف المهارات الاجتماعية .

7- أساليب اكتساب المهارات الاجتماعية .

خلاصة

تمهيد

تعد المهارات الاجتماعية ذات أهمية كبيرة في حياة الفرد، فالتغيرات الاجتماعية والاقتصادية السريعة التي يمر بها المجتمع تتطلب من الأفراد أن يكونوا مزودين بالمهارات التي تمكنهم من التلاؤم والتكيف مع ظروف المجتمع فهي ضرورية في جميع مواقف الحياة المختلفة، وأي خلل أو افتقار لمثل هذه المهارات قد يكون عائق كبير من الممكن أن يحول بينه وبين إشباع حاجاته النفسية، لما لها أهمية بالغة في تفاعل الفرد وتوافقه وتواصله مع الأفراد الآخرين في المجتمع، ويعتمد التفاعل الاجتماعي للفرد بصورة أساسية على إمكانات الفرد ومهاراته اللفظية وغير اللفظية في التواصل مع الآخرين .

1- مفهوم المهارات الاجتماعية :

1-1-مفهوم المهارة :

يعرف **صلاح صادق** (***1984***) المهارة بقوله : بأنها أداء عمل من الأعمال يتطلب نشاطا ذهنيا بدقة وسرعة .

ويعرف **أحمد زكي صالح** (***1967***) المهارة بأنها :"السهولة والدقة في أداء عمل من الأعمال بدرجة من السرعة والإتقان مع الاقتصاد في الجهد المبذول، وبأقل وقت ممكن عن طريق الفهم . (**أمل، *2007*،ص*123***)

فالمهارة هي "نظام متناسق مع النشاط الذي يستهدف تحقيق هدف معين، وتصبح المهارة اجتماعية عندما يتفاعل فرد مع آخر، ويقوم بنشاط اجتماعي يتطلب مهارة ليوائم بين ما يقوم به الفرد الآخر وبين ما يفعله هو، وليصحح مسار نشاطه ليحقق بذلك هذه الموائمة ."(**السيد، *2002*،ص*149***)

ومنه فالمهارة :هي إتقان الشيء بشكل جيد في أقصر وقت ممكن .

1-2 - تعريف المهارات الاجتماعية :

اختلف العلماء في تحديد مفهوم المهارات الاجتماعية، فالبعض ينظر إليها من حيث كونها خبرات أو أنماط سلوكية متعلمة، والبعض الآخر ينظر إليها على أنها قدرة، وفي هذا السياق سندرج وجهات نظر مختلفة التي اهتمت بتحديد مفهوم المهارات الاجتماعية على النحو الآتي :

أ- تعريفات تناولت المهارات الاجتماعية على أنها خبرات أو أنماط سلوكية متعلمة ومنها :

يعرفها علي عبد السلام (*2001*،ص*53*) على أنها :"مجموعة من الأنماط السلوكية التي تصدر كاستجابات إيجابية تفاعلية تظهر من خلال أداء الأدوار المتعددة في البيئة الخارجية، وتتناسب مع طبيعة المواقف الاجتماعية التي يتم التعرض لها وتتفق مع القيم والمعايير الاجتماعية للمجتمع ".

أما أحمد جاد الرب (*2003،ص26*) يعرفها على أنها: "مجموعة من السلوكات الاجتماعية يكتسبها الفرد وعن طريقها يحقق التكيف والتفاعل الإيجابي مع الآخرين في إطار يرتضيه المجتمع ".

بينما تعرفها نجلاء صوفي (*2005،ص94*) على أنها: "مجموعة من الخبرات والأعمال المتعلمة والتي تمارس بشكل منتظم بحيث تسهم في تعديل السلوك، وذلك بالتخلي عن الاستجابات السلبية الغير مقبولة اجتماعيا، وممارسة الاستجابات الإيجابية المقبولة اجتماعيا، كالتقليد والتعاون والمشاركة ".

ب- تعريفات تناولت المهارات الاجتماعية على أنها قدرة ومنها :

يعرفها عاقل فاخر (*1976،ص419*) المهارة الاجتماعية على أنها:"القدرة على اكتساب السمات الأساسية المطلوبة للتفاعل الاجتماعي الجيد مع الآخرين، مثل القدرة على التفهم والصداقة والصبر وعدم الأنانية التي تساعد على تقبل الآخرين للشخص، وذلك ضمن دائرة الأسرة أولا والمدرسة ثانيا والعمل ثالثا، والحياة الاجتماعية أخيرا ".

بينما يعرفها محمد السيد عبد الرحمان (*1998،ص16*) على أنها :"القدرة على المبادأة بالتفاعل مع الآخرين، والتعبير على المشاعر السلبية والإيجابية إزاءهم وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي، وبما يتناسب مع طبيعة الموقف ".

أما السيد أبو هاشم (*2002،ص148*) فقد عرف المهارة الاجتماعية :"القدرة على القيادة والاتصال مع الأفراد الآخرين لإنجاز أهداف محددة ".

ومن خلال هذه التعاريف نستنتج :

- أن المهارات الاجتماعية تتضمن سلوكات لفظية وغير لفظية .
- تؤكد هذه التعريفات على أهمية التعلم في اكتساب المهارات الاجتماعية .
- أن المهارات الاجتماعية جزء من حياة الإنسان وعن طريقها يحق التكيف والتفاعل مع الآخرين والمجتمع .
- المهارات الاجتماعية هي فنون التعامل مع الآخرين .

- تقوم المهارات الاجتماعية على العلاقة بين طرفين هما الفرد وبقية أفراد المجتمع.
- تحدث المهارات الاجتماعية في إطار يرتضيه المجتمع الذي يعيش فيه الفرد .

ويمكن تعريف المهارات الاجتماعية على أنها قدرة الفرد على اكتساب أنماط مختلفة من السلوكات الملاحظة، وإعطاء الاستجابة الملائمة للموقف، سواء بصورة لفظية أو غير لفظية أثناء التفاعل مع عناصر بيئته .

2- أهمية المهارات الاجتماعية :

تحتل المهارات الاجتماعية أهمية كبيرة في حياة الفرد، وفي شتى الميادين من طفولته إلى شيخوخته متمثلة فيما يلي :

1- المهارات الاجتماعية ضرورة ملحة للقدرة على بناء وإدارة العلاقات الاجتماعية وإدارة علاقات العمل بصورة فعالة .

2- لا يمكن إغفال دورها في مرحلة الطفولة، فهي بمثابة طوق الأمان للطفل في مراحل نموه المختلفة .

3- اللعب وطرق التواصل والاستجابات غير اللفظية ضرورية خلال التفاعل مع الآخرين .

4- المهارات الاجتماعية ضرورية ومفيدة كأسلوب في التصرف السليم في المواقف المختلفة .

5- لاشك أنها تجنب الأفراد حدوث صراعات وإن حدثت تمكنوا من حلها بصورة فعالة .

6- تسهل المهارات الاجتماعية المرتفعة على الأفراد أيضا إدارة علاقات العمل سواء مع الزملاء أو الرؤساء أو المرؤوسين بطريقة أفضل .

تمكن الفرد من السيطرة على أشكال سلوكه المختلفة وتزيد من قدرته على التعامل مع السلوك غير المنطقي الصادر من الآخرين، تمكنهم من إقامة علاقة وثيقة مع المحيطين به والحفاظ عليهم .(**أبو منصور، *2011، ص24***)

وتكمن أهمية المهارات الاجتماعية في :

- سهولة إقامة علاقات مع الآخرين .

- التكيف والتأقلم في المجتمع .

- مواجهة الصعوبات التي يواجهها الإنسان .

- تحقق المهارات الاجتماعية احتياجاتنا المادية مثل الحصول على وظيفة، التواصل مع الزملاء .

- تجعل الفرد يكتسب ثقة عالية بالنفس وتنمية التفاعلات الاجتماعية والإبداع في الأعمال التي تتفق مع قدرته وإمكانياته .

- تنمية الفرد لهويته (ذاته) وإشباع حاجاته النفسية.

3- النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية :

أ- **النظرية السلوكية :**

تنظر إلى السلوك على أنه وحدة معقدة يمكن تحليلها إلى وحدات أبسط منها، وهذه الوحدات هي الاستجابات الأولية التي ترتبط بمثيرات محددة، والعلاقة التي ترتبط بين المثيرات واستجاباتها هي علاقة موروثة أي سابقة على الخبرة والتعلم.

(طلعت وزملائه،*1989*، ص*245*)

ويرى أصحاب هذه النظرية بأن السلوك الإنساني عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، ويتحكم في تكوينها قوانين العقل وهي قوى الكف وقوى الاستشارة اللتان تسيران مجموعة الاستجابات الشرطية، ويرجعون ذلك إلى العوامل البيئة التي يتعرض لها الفرد، وتدور هذه النظرية حول محور عملية التعلم في اكتساب التعلم الجديد أو في إطفائه أو إعادته، ولذا فإن أكثر السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم، وأن سلوك الفرد قابل للتعديل أو التغيير بإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة .

ب - نظرية التعلم الاجتماعي :

يرى **باندورا** "***Banadora***" أن كل من البيئات الخارجية والداخلية للفرد تعمل في صورة مترابطة يعتمد بعضها على البعض الآخر، ويحدث التعلم كنتيجة للتفاعلات المتبادلة بين كل من البيئتين الداخلية والخارجية، العمليات المعرفية وهو ما أطلقه عليه **باندورا** عملية التحديد المتبادل، والأفراد لا يندفعون بفعل القوى الداخلية (الدوافع والحاجات) ولا بفعل البيئة (مثيرات البيئة) وإنما يمكن تفسير الأداء النفسي في صورة تفاعل متبادل بين محددات الشخصية والبيئية، وهنا نجد أن عملية الترميز والاعتبار والتنظيم الذاتي يكون لها دور كبير، وافترض **باندورا** أن التعلم بالعبرة أو النمذجة هو أساس عملية الاكتساب .

كما قدم **ماهوني وثوريسون** "***Mahony et Thoreson***" (عام ***1974***):نموذجا آخر للتعلم الاجتماعي مؤداه أن سلوك الأفراد يقع بين حدثين رئيسين هما :الأحداث السابقة (المقدمات) والأحداث اللاحقة (النتائج)، فالمقدمات تسبق السلوك والنتائج تعقب السلوك، فهناك علاقة وظيفية بين الجوانب الثلاثة من سلسلة المقدمات والسلوك والنتائج، فالأحداث المقدمة والنتائج تؤثر على ما يفعله الفرد، وضبط أحد هذين الحدثين أو كليهما يساعد على حل المشكلات الأفراد ويعتمد التعلم الاجتماعي أيضا على المجال الذي تقع فيه هذه الأحداث .

ج- النظرية المعرفية :

يفترض أصحابها أن العوامل المعرفية مثل التوقعات السلبية والتقويم الذاتي هي الأسباب الأساسية لقصور المهارات الاجتماعية .

ويؤكد **أمري** "***Emery***" (***1988***) : أن لكل منا عدة افتراضات تنطوي على اعتقادات محبطة للذات مثل "ينبغي أن أكون محبوبا من الجميع " "أو يجب أن أكون الأفضل دائما "وتضل الاعتقادات هذه قابعة في الخلفية حتى تحدث واقعة الفشل أو نكسة معينة، وهنا تنشط هذه الاعتقادات بشدة مؤدية إلى تحريف التفكير في الاتجاه السالب، ولا

يقف الأمر عند هذا الحد، وإنما تقوم هذه الأعراض بتغذية راجعة لهذه الاعتقادات السلبية مرة أخرى، والأمر الذي يؤدي إلى المزيد من تحريف التفكير، وقصور المهارات .

(عبد الحميد وهبة، *2010*، ص*41-42*)

من خلال ما تقدم يمكن أن نستنتج أن جميع النظريات التي تناولت المهارات الاجتماعية سواء في جانبها السلوكي أو المعرفي أو الاجتماعي تؤكد على دور المهارات الاجتماعية في حياة الفرد وبعلاقته مع الآخرين والتواصل معهم .

4- خصائص المهارات الاجتماعية :

هناك عدة خصائص أساسية مميزة لمفهوم المهارات الاجتماعية أهمها مايلي :

أ- يشمل مفهوم المهارة الاجتماعية على البراعة والكفاءة والخبرة في أداء الفرد لنشاطاته الاجتماعية، ومختلف أشكال تفاعلاته مع الآخرين .

ب- العنصر الجوهري في أي مهارة اجتماعية هو القدرة على تحقيق نتيجة فعالة في الاختيارات من أجل الوصول إلى هدف المرغوب.

ت- تشمل المهارات الاجتماعية على قدرة الفرد على الضبط المعرفي لسلوكه .

ث- يهدف الفرد من وراء سلوكه الحصول على التدعيم الاجتماعي من البيئة التي يعيش فيها بالشكل الذي يحقق له التوافق النفسي والاجتماعي .

ج- تتحدد المهارات الاجتماعية في ضوء جوانب معينة من سلوك الفرد، وخصاله، وفي إطار الملائمة للموقف الاجتماعي .**(معتز، *2000*، ص، *252-253*)**

5- مكونات المهارات الاجتماعية :

تمثل المهارات الاجتماعية بمكوناتها الفرعية المختلفة متغيرا نفسيا هاما يفيد في أن يكون مؤشرا جيدا للصحة النفسية للفرد، وتوضح ما لدى الفرد من قدرة تعبيرية وكفاءة اجتماعية عالية، والتي تعكس نظاما متناسقا من النشاط الذي يستهدف الفرد منه تحقيق هدف معين عندما يتفاعل مع الآخرين .(**شقير، *1997*،ص*32*)**

هذا وقد تناول العديد من الباحثين عناصر أو مكونات المهارات الاجتماعية من زوايا متعددة منها :

5-1- تصنيف ريجيو "*Riggio*" (*1989*) لمكونات المهارات الاجتماعية :

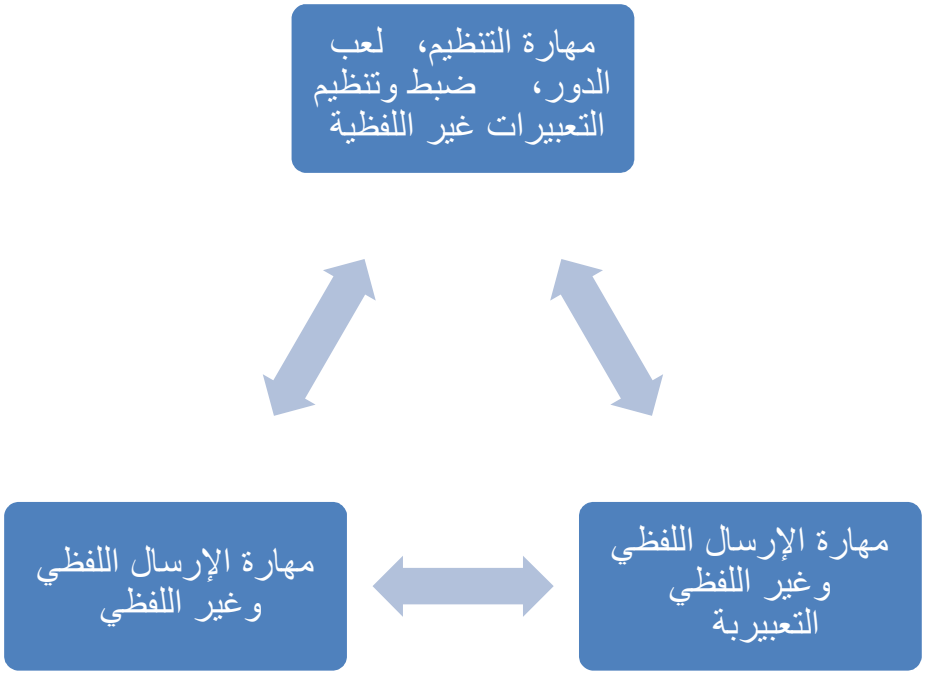
والذي يرى أن المهارات الاجتماعية هي مهارات اتصال اجتماعي وتنقسم إلى ثلاثة أقسام هي :

1- مهارات الإرسال أو ما يعرف بالتعبيرية، وتشير إلى المهارة التي يتصل بها الأفراد معا .

2- مهارات في الإستقبال أو مايعرف بالحساسية، وتعبر عن المهارة التي نفسر بها صيغ او رسائل التواصل مع الآخرين .

3- مهارت التحكم والضبط والتنظيم أو مايعرف بالضبط، وتعبر عن المهارة التي يصبح الأفراد قادرين على تنظيم عملية التواصل في المواقف الاجتماعية .

ويوضح الشكل (1)المكونات الثلاثة للمهارات الإجتماعية:



شكل رقم (1) نموذج ريجيو عام *1989* لمهارات الاتصال الاجتماعي

(السمادوني، *1994*، ص*455*)

وهذه المهارات الاتصالية الثلاث تظهر في جانبين من جوانب السلوك هما :

- الجانب الاجتماعي ويختص بالاتصال اللفظي .

- الجانب الانفعالي ويختص بالاتصال غير اللفظي .(**الزيتوني، *2005*، *ص88*)**

5-2- تصنيف بيلاك وآخرون المهارة الاجتماعية إلى ثلاث مكونات:

أ-مهارات المحادثة :

الفرد الذي لديه مهارات المحادثة هو الشخص الذي يستطيع أن يبدأ المحادثة ويستمر فيها وينهيها، وتشمل مهارة الاستمرار في المحادثة ثلاثة عناصر هي (إلقاء الأسئلة على الآخرين، إعطاء معلومات للآخرين، الاستماع الجيد).

ب- المهارات التوكيدية :

الفرد الذي لديه مهارات التوكيدية هو الشخص الذي يستطيع أن يعبر عما يريد، وتسم المهارات التوكيدية إلى نوعين هما :

- مهارات التوكيد الموجب، وهي المشاعر الإيجابية نحو الآخرين مثل مهارات المجاملة من مدح وثناء على الآخرين لإنجازاتهم وما يمتلكونه من أشياء مادية، ومهارات التعاطف وهي المشاركة الوجدانية للآخرين في مواقف الفرح والألم، وتقديم مبررات للسلوك الذي يسلكه الشخص عندما يخطىء في حق الآخرين .

- مهارات التوكيد السلبي، وهي مشاعر الرفض والاستياء والدفاع عن النفس، مثل: رفض الطلب غير المنطقي، والاحتجاج، وطلب سلوكات جديدة والتعبير عن الغضب والتفاوض للوصول إلى حل .

ج- مهارات الإدراك الاجتماعي :

الفرد الذي لديه مهارات الإدراك الاجتماعي هو الشخص الذي يستطيع أن يعرف متى وأين وكيف يصدر الاستجابات المختلفة، وتشمل فهم الإشارات الاجتماعية، والانتباه والتنبؤ أثناء التفاعل .**(الزيتوني، *2005*، *ص87*)**

5-3-ويصنفها أسامة أبو سريع (*1986،ص24*)في ضوء بعدين أساسين للسلوك الاجتماعي والتفاعل بين الأفراد هما :

أ-بعد السيطرة في مقابل الخضوع : ويعكس قدرة الفرد على توكيد ذاته (مهارة توكيد الذات).

ب- بعد الحب في مقابل الكراهية :ويعكس القدرة على إقامة علاقات مع الآخرين (مهارة الصداقة).

ويتحدد السلوك الاجتماعي للفرد باعتباره محصلة للتفاعل بين هذين البعدين .

6- تصنيف المهارات الاجتماعية :

تصنف المهارات الاجتماعية إلى مستويين هما :

1- المستوى الانفعالي :

هو العبارة عن التواصل غير اللفظي والذي يشتمل على إرسال واستقبال التعبيرات الانفعالية (غير اللفظية) والتي يجب أن تمتاز بالسهولة والتأثير والتناغم مع الموقف السلوكي المصاحب لها .

مع العلم بأن ذلك لا يشترط فيه أن يكون دالا بالفعل على مشاعر الفرد، ومن ناحية أخرى أن يكون مستقبل هذه التعبيرات الانفعالية قادرا على ترجمتها وربطها بالموقف السلوكي الموجود .

2- المستوى الاجتماعي :

هو عبارة عن التواصل اللفظي والقدرة على إشراك الآخرين أو الإشراك معهم في المحادثات .(**أبو معلا، *2006*، *ص17***)

هناك تصنيف آخر للمهارات الاجتماعية حيث يميل بعض الباحثين إلى تصنيف المهارات الاجتماعية في بعدين أساسين :

1- بعد السيطرة في مقابل الخضوع .

2- بعد الحب في مقابل الكراهية .

وأيضا يوجد تصنيف آخر للمهارات الاجتماعية حيث صنفت إلى عدة مهارات نوعية وهي:

1- مهارة الحب والمحافظة على استمراره .

2- مهارات الإفصاح عن الذات .

3- مهارات التغلب على الخجل وعمل علاقات طيبة مع الآخرين .

4- مهارات اختيار الأصدقاء .

مهارات التحكم في الغضب والوقاية من الصداع .**(عبد الله،*2000*، ص*257*)**

7 – أساليب اكتساب المهارات الاجتماعية :

على العموم تنتظم الأساليب المستخدمة في التدريب على المهارات الاجتماعية فئتين :

- أساليب بدنية :ومنها التدريب على الاسترخاء والتدريب على التحكم في الجوانب غير الفظية .

- أساليب سلوكية :عن طريق تمثيل الدور والإقتداء وإعادة السلوك والتلقين والتدعيم. **(غريب، *1998*، ص*201*)**

ولهذا فإن معظم الباحثين يرون أن برنامج التدريب على اكتساب المهارات الاجتماعية لا تخرج في معظمها عن التعليمات ولعب الدور، التغذية المرتدة، والتدعيم والنمذجة والدافعية، وأخيرا الممارسة .

7-1- التعليمات :

وتتضمن تلك التعليمات وصفا للاستجابات المناسبة وكيفية أدائها ويجب أن تكون التعليمات محددة ودقيقة .**(كاشف وهاشم، *2009*،ص*37*)**

7-2- النمذجة :

يرجع إسهام النمذجة إلى جهود" **ألبرت باندورا**"في صياغته لنظرية التعلم الاجتماعي التي استفاد فيها من نظريتي الإشراك الكلاسيكي، والإشراك الأدائي، ويطلق على النمذجة كذلك التعلم بالعبرة، والتقليد، التعليم الشهودي، وغيرها .

(معتز، 2000،ص264)

والنمذجة هي جزء رئيسي من التدريب التوكيدي التي تعلم الفرد كيفية التفاعل مع الآخرين بشكل أكثر راحة وفاعلية، وفيها يتم مراقبة نماذج سلوكية مرغوبة، لكي يتعلموا بطريقة بديلة مهارات التعلم بدون الدخول في عملية تشكيل طويلة .

(فايد، 2005، ص80-81)

7-3- لعب الدور :

يرجع الفضل في إرساء الأساس النظري لأداء الأدوار إلى "**مورينو**" الذي افترض أنه يمكن علاج العديد من المشكلات الانفعالية إذا فعل الأشخاص المواقف ومارسوا حلولا لها .

ويستند **مورينو** لتأثير أداء الأدوار في تغيير السلوك على أساس التلقائية، ويعرفها بأنها الاستجابة المناسبة لموقف جديد، أو استجابة جديدة ومناسبة لموقف قديم .

(معتز، 2000، ص266)

والمنطق الكامن من خلف هذا الأسلوب يتمثل في أن قيام الفرد في الدور الذي يصعب القيام به في الواقع الفعلي، قد يجعله أكثر ألفة به ومن ثمة الإعتياد عليه، وأقل تهيبا من أدائه فيما بعد في مواقف طبيعية، وأكثر بأوجه الصعوبة التي يخبرها فيها، ومن ثم يعمل على تجنبها فضلا على أنه يمكنه من إجراء بيان علمي على السلوك قبل تنفيذه وهو ما يتيح له الفرصة للنقد الذاتي وتلقي نقد الآخرين وتقييمهم لأدائه بصورة موضوعية لن تتاح له في الواقع الذي قد تكلف فيه ثمنا باهظا يدفعه الفرد خصما من توافقه النفسي وعلاقاته الشخصية .***(خرزي، 2012، ص38)***

7-4- التغذية المرتدة والتدعيم :

وتعتمد تقييم أداء العميل للمهارة وإرشاده إلى نقاط الضعف أو قوة الأداء، مع تقديم التدعيم الاجتماعي للأداء الجيد وهذه التدعيمات قد تكون تشجيعا أو ثناءا أو امتداحا، كالمكافآت، الاشتراك في الأنشطة الترويحية .

وقد يكون مصدر التدعيم داخليا وقد يكون في هذه الحالة أكبر أثرا حينئذ من التدعيم الخارجي من الآخرين، كأن يوجه عبارة معينة لنفسه أو يعد نفسه بمكافأة معينة .

ومن المتوقع أن يصبح التدعيم أكثر تأثيرا حيث تتوافر فيه الشروط المعينة كأن يصدر عقب فترة قصيرة من صدور الاستجابة ويلي حاجات ورغبات المتدرب، ويكون متنوعا وغير متوقع ويتناسب فرديا مع حجم التقدم المنظور .**(خرزي، *2012*، *ص39*)**

7- 5- الدافعية :

تؤدي الدافعية دورا رئيسيا في التعلم واكتساب الكائن الحي كثيرا من أنماط السلوك التي يمارسها في حياته اليومية، وتحقق الدافعية ثلاث وظائف رئيسية في التعلم هي :

- أنها تحرر الطاقة الانفعالية الكامنة للكائن الحي، والتي تثير نشاط معين سواء كانت فطرية أو مكتسبة .

- أنها تملي على الكائن الحي أن يستجيب لموقف معين ويهمل المواقف الأخرى ولذلك فإنها تؤدي دورا هاما في توجيه سلوك الكائن الحي إلى أساليب معينة من السلوك دون أخرى .

- أنها توجه السلوك وجهة معينة حتى يستطيع الكائن الحي إشباع حاجته .

الدافعية مثل العمر الكائن، ومستوى ذكائه، واهتماماته، كما أن تنوع الدوافع في التعلم أمر جوهري لتحقيق فاعلية التعلم، لأن ما يصلح في موقف معين قد لا يصلح في موقف آخر. **(طلعت وزملائه، *1989*، *ص266-267*)**

ووفقا للإنسانيين من علماء النفس فإن القوة الدافعة الأساسية لسلوك الإنسان هي الميل باتجاه النمو والسواء لتحقيق الذات، فكل منا لديه حاجة أساسية لأن ينمي إمكاناته

إلى أقصى درجة وأن يتقدم بأبعد مما هو عليه الآن ورغمأنه قد تعرضنا كل أنواع العقبات البيئة والثقافية إلا أن ميلنا الطبيعي هو باتجاه تحقيق إمكاناتنا .

(سلامة، 2009،ص19)

7-6- الممارسة :

ويقصد بها قيام العميل بممارسة المهارة التي تعلمها خارج الجلسات في الحياة الواقعية، حتى يتحسن أداؤه مع متابعته في الجلسات المتتالية .

لذلك ففي نهاية كل جلسة يعطي العميل واجبا منزليا محددا يقوم فيه بممارسة المهارات التي تعلمها، وقد تكون هذه الواجبات متدرجة الصعوبة بحيث تكون سهلة في البداية، وتجدر الإشارة إلى أن الواجب التمهيدي قد لا يتطلب أي تفاعل مباشر مع الآخرين مثل قراءة كتاب عن التوكيد، ثم نطلب منه بعد ذلك التقدم للمواقف الشخصية، وتتمثل أهمية تلك الواجبات أيضا أنها ستكشف عن نقاط التقدم لدى المتدرب، ونقاط الضعف والتي تختلف عن المتدربين نظرا للفروق الفردية بينهم .

(خرزي، 2012، ص39)

ومن خلال ما سبق فالمهارة الاجتماعية تعتبر عنصرا مهما في تنشئة الفرد الاجتماعية، حيث يكتسب معظم الأفراد مهاراتهم الاجتماعية والسلوكات اللفظية وغير اللفظية التي تم من خلالها التفاعل مع الآخرين، من خلال المحاكاة للأحداث اليومية، وهذا يعزز فرصتهم في التكيف والتفاعل الاجتماعي، مما يساعد بدوره في رفع مستوى كفايتهم الاجتماعية، وبالتالي فإن نجاح الفرد في اكتساب المهارات الاجتماعية المتعددة يساعده على التوافق الاجتماعي، وتحقيق شروط التبادل الإيجابي والصحة النفسية .

ولذلك ينبغي تدريب الأفراد على المهارات الاجتماعية، والتي تستهدف تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ومواصلتها بأمثلة واقعية، وتتمثل أهم المهارات الاجتماعية التي ينبغي التدريب عليها :

1- **فهم الإدراك الاجتماعي** : ويتمثل في الجانب المعرفي المتصل بالمهارات كقدرة على الاندماج أو فهم المشاعر وأفكار الآخرين، باعتباره أحد الشروط الأساسية اللازمة لإقامة علاقة اجتماعية ناجحة تتسم بالمودة والتدعيم المتبادل الناتج عن الإدراك الصحيح لحاجات ورغبات الآخرين ثم إشباعها إشباعا مناسبا .

2- **القدرة على الاتصال الاجتماعي** :بحيث يجب أن تتكون الأفكار حول العمليات التي تؤدي إلى الاتصال الاجتماعي، وعلاقتها بالقدرة على فهم منظور الآخرين والتصرف المناسب في المواقف المختلفة .

3- **المساندة الاجتماعية** :وينطوي على جانبي إظهار الاهتمام وتقديم المساعدة .

خلاصة

تعتبر المهارات الاجتماعية من العناصر المهم اكتسابها عند كل فرد لما لها من أثر على طبيعة العلاقات بين الأفراد، من خلال قدرته على التعبير الانفعالي والاجتماعي واستقبال انفعالات الآخرين وتفسيرها،فالمهارات الاجتماعية تيسّر عمليات التفاعل والاحتكاك بالآخرين، وبالتالي يستطيع الفرد أن يحقق الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي.

الفصل الثاني

تقدير الذات

تمهيد .

1- مفهوم تقدير الذات .

2- أهمية تقدير الذات .

3- النظريات المفسرة لتقدير الذات .

4- مظاهر تقدير الذات .

5- أنواع تقدير الذات .

6- مستويات تقدير الذات .

7- العوامل المؤثرة في تقدير الذات .

خلاصة

تمهيد

من تمام إبداع الخالق عز وجل ما أبدعه في النفس البشرية جسدا وعقلا وروحا ووجدانا، فلقد خلقنا سبحانه وتعالى وكرمنا على سائر المخلوقات وميزنا بالعقل الذي يمكننا من القيام بأهم العمليات المعرفية من تفكير وإدراك ووعي وفهم، ولعل أول أمر يجب أن نعيه ونفهمه هو ذاتنا لأنه بفهمها نستطيع أن نقدرها ونعطيها حقها ونقبلها كما هي حتى نعيش في توافق تام مع أنفسنا ومع المحيطين بنا .

وللتعرف أكثر على تقدير الذات تم التطرق في هذا الفصل إلى مفهوم تقدير الذات وأهميته والنظريات المفسرة له بالإضافة إلى مظاهره وأنواعه ومستوياته والعوامل المؤثرة فيه .

1- مفهوم تقدير الذات :

لكي نتوصل إلى مفهوم تقدير الذات يجب أولا إلقاء الضوء بصورة مختصرة عن مفهوم الذات لاعتباره مصطلح منفصل عن تقدير الذات يجب الإشارة إليه .

1-1-***مفهوم الذات self concept:***

يرى **كوبر سميث** "***cooper smith***" أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه بالمعنى المعرفي أو الموضوعي للذات ".

ويعرف **جيرارد** "***gerard***" على أنه نظرة الفرد إلى نفسه، بمعنى الثقة بالنفس بدرجة عالية وكافية، وإحساس الفرد بكفاءته وقدراته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة .

(عبد الحميد، *1985*،ص*8*)

يرى **جيرسيلد** "***gersiled***" أن مفهوم الذات مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد والتي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية، ويشمل ذلك معتقدات الفرد وقيمته إلى جانب خبراته السابقة وتطلعاته القادمة "

(عبد العزيز، *2000*، ص*35*)

ومنه فمفهوم الذات هو "مجموعة الأفكار التي يمتلكها الفرد عن ذاته وكينونته الداخلية والخارجية "

1-2- مفهوم تقدير الذات :

تعددت وتنوعت التعاريف لتقدير الذات كل حسب توجهاته ومنها :

- **يعرفه صفوت فرج** على أنه :"على أنه تقييم الفرد لذاته في سعي منه نحو التمسك بهذا التقييم بما يتضمنه من ايجابيات تعده لاحترام ذاته، مقارنا نفسه بالآخرين وبما يتضمنه هذا التقييم أيضا من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين، في الوقت الذي يسعى للتخلص منها". **(فرج، *1998*، ص*23*)**

- يعرفه ***بطرس حافظ بطرس*** :"تقدير الفرد لقيمته ولأهميته، مما يشكل دافعا لتوليد مشاعر الفخر والإنجاز، واحترام النفس، وتجنب الخبرات التي تسبب شعورا بالنقص.

(بطرس ، *2008*، ص*185*)

- أما **مريم *سليم*** فقد عرف تقدير الذات على أنه :"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 ".

(سليم، *2003*، ص*7*)

- أشار ***فايد عطية إلى أن كوبر سميث (1976) عرف تقدير الذات على أنه*** "مجموعة من الاتجاهات التي يركز عليها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به وهو يشمل معتقدات توقع النجاح أو الفشل ودرجة الجهد المبذول، ومن هنا فإن تقدير الذات يعطي تجهيزا عقليا يعد الشخص للاستجابة طبقا لتوقعات النجاح أو الفشل ". **(فايد، *2009*، ص *245*)**

وقد عرف كوبر سميث أيضا تقدير الذات "هو تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على المحافظة عليه، ويتضمن اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد على أنه قادر ومهم وكفىء ".**(أمزيان ، *2006*،ص *32*)**

وضح **ماسلو** "***maslow***" أن تقدير الذات هو :"حاجة كل فرد إلى تكوين رأي صائب عن ذاته وعن احترام الآخرين له والشعور بالكفاءة الشخصية وتجنب الرفض ".

(العمري، *1983*، ص*183*)

- وعرفه **الحربي** :"هو تقييم الشخص لنفسه ككل من حيث المظهر أو القدرات والاتجاهات والشعور، أو هو الطريقة التي يدرك بها الفرد نفسه ".

(الحربي، *2003*، ص*28*)

- أما **روزنبورغ** "***rosenberg***" فيعرف تقدير الذات على انه :" التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض، ويوضح أن

تقدير الذات العالي يدل على أن الفرد ذو كفاءة أو ذو قيمة ويحترم ذاته أما تقدير الذات المنخفض فيشير إلى رفض الذات وعدم الاقتناع بها ".(**السيّد، *2004*، ص *389*)**

نستخلص أن تقدير الذات هو "القيمة التي يعطيها الفرد لنفسه كمحصلة لما يشعر به نحو ذاته من إحساس بالجدارة والكفاية ".

1- 3- الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات :

هناك تداخل كبير بين مفهوم الذات وتقدير الذات، إذ أن تقدير الذات يعتبر حكم الفرد على كفاءة وجدارة وأهمية شخصيته من طرفه، كما يعبر عن قبول أو الرفض لذاته ومعتقداته نحوه، أما مفهوم الذات فيتكون من خلال التفاعل الاجتماعي للفرد مع محيطه ويشمل مفهوم الذات مفهوم الشخص وأرائه حول نفسه، وأن مفهوم الذات عبارة عن معلومات وصفات أو مجموعة ادراكات تنتج عن علاقة الفرد مع محيطه، وهذه المعلومات تصبح أكثر ثباتا عند التقدم في العمر، أما تقدير الذات فهو تقييم هذه الصفات إذن مفهوم الذات يتضمن فهم انفعالي للذات .

ومن بين الأبحاث التي أقيمت في هذا المجال ما قام به **فوكس (*1990*)**، حيث ميز بين الإصلاح الوصفي (مفهوم الذات) والإصلاح الوجداني (تقدير الذات) في تعليق له يقول فيه :إن مفهوم الذات يشير إلى وصف الذات من خلال استخدام سلسلة من الجمل الإخبارية مثل (أنا رجل) (أنا طالب)، وذلك لتكوين وصياغة صورة شخصية متعددة الجوانب، أما تقدير الذات فيهتم بالعنصر التقييمي لمفهوم الذات، حيث أن الأفراد يقومون بصياغة وإصدار الأحكام الخاصة بتقييماتهم الشخصية، كما يرونها مثيرة، أما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه خلال هذه التجربة .

(الضيدان، *2003*،ص *137*)

ومنه نستنتج أن هناك فرق واضح بين مفهوم الذات وتقدير الذات، فمفهوم الذات هو التعريف أو الهوية التي يضعها الفرد لنفسه ولذاته، أو الفكرة التي يكونها الفرد عن

ذاته، أما تقدير الذات فهو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته بما فيها من صفات سواء كانت إيجابية أو سلبية .

2- أهمية تقدير الذات :

يبدأ الأشخاص بتكوين المشاعر الأولى لتقدير الذات منذ بداية حياتهم وذلك استنادا إلى الكيفية التي يستجيب بها الأشخاص المهتمون في حياتهم لاحتياجاتهم وتبعا لدرجة النجاح التي يحققونها .(**سليم، *2003*، *ص9***)

فحصيلة ما يصل إليه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته ناتجة عن تحديد شدة أو ضعف الحاجة إلى تقدير هذا الفرد فعندما يبدأ الفرد في إحداث التغيرات في البيئة المحيطة به فإنه يصيبه الفشل، فإذا أعاد المحاولة فيما هو أكثر تعقيدا أو مخاطرة، من نجاح أو فشل في معالجة أمور البيئة والتحكم فيها، فإنه يكتسب الإقدام أو الإحجام عن مثل هذه المحاولات .

يرى بالمارد " ***PALMARD*** " أنه إذا كانت الحاجات النرجسية لم تشبع فإن تقدير الذات ينقص، وأغلب الباحثين يؤكدون على أن تقدير الذات السوي هو الذي يسمح للفرد أن يتكيف وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة ".

إن الحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية هي في الواقع موجودة في كل سلوك بشري .(**أمزيان، *2006*،ص *34***)

كما تظهر أهمية تقدير الذات في تقدير الشخص لنفسه، وذلك من خلال العمليات الوجدانية والمتمثلة في إحساسه بأهميته، ويتم ذلك في نواحي عديدة أهمها :تنمية المواهب الموروثة مثل الذكاء والمظهر والقدرات العقلية، وتطوير الإنجازات والنجاحات في الحياة مثل :المهارات والممتلكات والشعور بالسيطرة على الحياة الخاصة والأهمية والجدارة والإحترام .(**سليم، *2003*،ص *8***)

إذا لتقدير الذات أهمية بالغة تنعكس على شخصية الفرد، وعلى أدواره في المجتمع من خلال ما يؤديه من انجازات ونجاحات وأعمال تكيفه مع المجتمع، وهذا بدوره يسمح له بتوطيد القيم الإيجابية لذاتية الفرد والتخلص من القيم السلبية لديه .

3- *النظريات المفسرة لتقدير الذات :*

هناك عدة نظريات عملت على دراسة تقدير الذات، ومحاولة تفسير دوره وأثره على سلوك الفرد بشكل عام، وتختلف هذه النظريات باتجاهات أصحابها ومن بينها :

2-1- **نظرية روزنبورغ** "***ROSENBERG***" **(*1989*)** : وتدور أعمال **روزنبورغ** حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال ماهو سائد من معايير في الوسط المحيط بالفرد كما انصب اهتمامه على دور الأسرة وتأثيرها على تقدير الفرد لذاته، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون من خلال تأثير الأسرة، وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد .

وقد اعتبر **روزنبورغ** تقدير الذات موضوع من الموضوعات التي يكون الفرد اتجاها نحوها، ولكن يختلف اتجاه الفرد نحوى الذات عن اتجاهه نحو الموضوعات الأخرى، ولو من الناحية الكمية، ويضيف **روزنبورغ** أن الأفراد لهم دافع قوي لأن يكون لهم تقدير عالي، ونظرة إيجابية للذات، هذه النظرية تختلف عن الأنانية والحب المرضي للذات .(**أبو جادو**، ***2007***،ص ***122***)

3-2- نظرية زيلر *ZELAR* (*1969*): تفترض نظرية **زيلر** أن تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات، لذا ينظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات، إلا في إطار المرجعي الاجتماعي .

ويصف **زيلر** أن تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته، ويلعب دور المتغير الوسيط، أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي، وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في البيئة الشخصية الإجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك .(**الضيدان**، ***2003***،ص ***23***)

وتقدير الذات طبقا **لزيلر** مفهوم يربط كل من تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى، ولهذا السبب افترض زيلر أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الإجتماعي الذي توجد فيه هذه الشخصية .(**الشناوي، *2001*،ص *126*)**

3-3- نظرية كوبر سميث *COOPER SMITH* (*1967*): لقد اهتم كوبر سميث بدراسة الذات عند الأطفال ما قبل المدرسة الثانوية، ويرى أن تقدير الذات هو حكم الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على النحو الدقيق، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات، فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على النحو الدقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين:

1- التعبير الذاتي : وهو التعبير الذي يعبر عن إدراك الفرد لذاته ووصفه لها .

2- التعبير السلوكي : ويشير إلى الأساليب التي توضح تقدير الفرد لذاته، كما يشير أيضا إلى وجود نوعين من تقدير الذات :

2- 1- تقدير الذات الحقيقي : ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة .

2- 2- تقدير الذات الدفاعي: ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذي قيمة، ولكن لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين.**(حميدة، *2005*،ص *45*)**

وقد افترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي : النجاحات، القيم، الطموحات والدفاعات، وقد بين أن هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستويات العليا من تقدير الذات وهي :

أ- تقبل الأطفال من جانب الآباء .

ب- تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء .

ج- احترام مبادرة الأطفال وحريتهم في التعبير من جانب الآباء .

(الضيدان، *2003*، ص *22*)

من خلال ما تقدم يمكن أن نستنتج أن جميع النظريات التي تناولت تقدير الذات من جانب تقدير الفرد لذاته سواء كان تقديره لذاته أو تقدير الآخرين له في الوسط الاجتماعي تؤكد أن الفرد عندما يحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، هذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الإجتماعي الذي توجد فيه هذه الشخصية فيشعر الفرد بالرضا النفسي ورضى الآخرين عنه .

4- مظاهر تقدير الذات :

4-1- تقدير الذات المرتفع :

أشار ***سليم*** إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون بتقدير ذات مرتفع يؤكدون دائما على قدراتهم وعلى جوانب قوتهم وخصائصهم الشخصية، وهم أكثر ثقة بآرائهم وأحكامهم فالأفراد ذوي التقدير المرتفع يتصفون بصفات منها :

- يستند تقديرهم لذاتهم على التغذية الراجعة الصحيحة .
- لهم مجموعة كبيرة من الأصدقاء ويقيمون علاقات مع الآخرين .
- ينسجمون مع معظم الذين في وسطهم .
- يعملون في أغلب الأحيان كقادة إيجابيين ويتطوعون للقيام ببعض الأعمال .
- يرغبون في مساعدة الآخرين وفي المجازفة .
- يستجيبون لتحديات ويرغبون في محاولات جديدة .
- لا يشعرون بالتهديد بسبب التغيرات أو المواقف الجديدة .
- يتعاملون بإيجابية مع الثناء والتقدير ويستطيعون الاعتراف بأخطائهم عادة .
- يشعرون بالرضا عن انجازاتهم ويضعون أهدافا لأنفسهم .
- يجدون طريقة لحل مشاكلهم ولديهم آراء قوية لا يخشون من التعبير عنها .

(سليم، *2003*، ص *16-17*)

4-2- تقدير الذات المنخفض :

أشار **بطرس** إلى أن الأفراد ذوي التقدير المنخفض يركزون على عيوبهم ونقائصهم، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة والانصياع لآرائها وأحكامها ويصنعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، ويشعرون بالذنب دائما حتى ولو لم يكن هناك علاقة بالخطأ، ويعتذرون باستمرار عن كل شيء، ويشعرون بعدم الكفاءة .

(بطرس، *2008*،ص *489-490*)

5- أنواع تقدير الذات :

حسب تقسيم علماء النفس لتقدير الذات هناك قسمين :

1- التقدير الذات المكتسب :هو التقدير الذاتي الذي يكتسبه الشخص من خلال انجازاته فيحصل على الرضا، بقدر ما أدى من نجاحات وانجازات وقد حدد كوبر سميث أربع محددات للتقدير وهي : النجاح، الطموحات، الدفاعات، القيم .

التقدير الذاتي الحقيقي :ويعود إلى الإحساس العام بالافتخار بالذات، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة وأنهم لا يزالون ينعمون بدف التقدير الذاتي حتى وإن أغلق في وجوههم باب الاكتساب .**(بطرس، *2008*، ص *485*)**

بينما يميز **روزنبورغ** "***Rosenberg***" بين نوعين من تقدير الذات وهما :

أ- **تقدير الذات المرتفع** :يعني أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية .

ب-**تقدير الذات المنخفض** : يعني عدم رضا الفرد عن نفسه أو رفض الذات أو احتقار الذات .

أما **كوبر سميث** "***COOPER SMITH***" فميز بين نوعين من تقدير الذات :

أ- **تقدير الذات الحقيقي** : ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم ذو قيمة .

ب- **تقدير الذات الدفاعي** : ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنه لا قيمة لهم، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين.**(أبو هويشل، *2013*، ص *46*)**

مما سبق يتبين لنا أن لتقدير الذات نوعين :

الأول : يكون من صنع المجتمع اتجاه الشخص حيث أن انجازات الفرد ونجاحاته تؤدي به إلى مشاعر الفخر التي بدورها تكسبه تقدير لذاته .

الثاني : يتمثل في إحساسه بالتقدير دون أي انجاز، بمعنى أن هذا التقدير متأصل في الفرد دون مراعاته للمجتمع، وهذا يعود إلى شخصية الفرد وجنسه والتنشئة الإجتماعية .

6- مستويات تقدير الذات :

يؤدي إشباع الحاجات إلى الثقة بالنفس والإحساس بالكفاءة في حين عدم إشباعها يؤدي إلى مشاعر النقص والضعف، لذلك يمكن القول أن لتقدير الذات مستويين، هذا ما أسفرت عليه دراسة **روزنبورغ** حول الانسجام والعلاقات الاجتماعية على وجود مستويين لتقدير الذات هما :

6-1- المستوى المنخفض لتقدير الذات :

ويمكن أن نجده بعدة تسميات منها :التقدير السلبي للذات، التقدير المنخفض للذات ويعرفه **روزنبورغ** (*1978*) بأنه :"عدم رضى الفرد بحق ذاته أو رفضها "

إن الشخص الذي 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 إيجاد القليل من الأعمال على أثر ذلك فهو دائما يميل إلى إدراك ما يدعم اعتقاده، ويتجاهل ما يكون عكس ذلك. **(أمزيان، *2007*، ص *36*)**

ومن مميزات الخاصة لذي التقدير المنخفض للذات، فقدان الثقة في قدراته والاضطراب الانفعالي لعدم قدراته على إيجاد الحل لمشاكله، واعتقاده أن معظم محاولاته ستكون فاشلة، ويعمل باستمرار على افتراض أنه لا يمكنه أن يحقق النجاح وبالتالي يشعر بأنه غير جدير بالاحترام .**(السيد، *1981*،ص *158*)**

وبالتالي يمكن القول أن تقدير الذات المنخفض يمنع صاحبه من مواجهة المواقف الجديدة إحساسا منه بعدم القدرة والعجز على المواجهة، هذا ما يصعب للفرد مهمة الاندماج في الأنشطة التي تتطلب تفاعلات اجتماعية مع المحيطين به .

6-2- المستوى المرتفع لتقدير الذات :

إن الحاجة للتقدير الإيجابي هي ملحة ونشطة طول حياة الفرد، ولقد عرف **جوزيف موتان** "***Joseph Mutin***" تقدير الذات العالي بأنه "الصورة الإيجابية التي يكونها الفرد حول نفسه، إذ يشعر بأنه إنسان ناجح جدير بالتقدير وتنمو لديه الثقة بقدراته وإيجاد الحلول لمشكلاته، ولا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة وبافتراض أنه سينجح فيها "**(أمزيان، *2007*،ص *35*)**

كما يتميز أفراد هذا الصنف باحترام أنفسهم والشعور بالكفاءة والانتماء والاعتزاز والثقة في ردود أفعالهم واستنتاجاتهم، كما يتبعون أحكامهم حتى وإن اختلفت مع الآخرين إذ يتسمون بالتحدي والشجاعة في التعبير عن أفكارهم، هم مستقلون اجتماعيا، يحبون المشاركة في النشاطات الاجتماعية، ويكونون علاقات الصداقة مع الآخرين ويتحدثون أكثر مما ينصتون .**(الضيدان، *2003*، ص *32*)**

بناءا على ما سبق ذكره يمكن القول أن الفرد ذوا التقدير المرتفع للذات فرد اجتماعي يمتاز بالمبادرة الفردية والثقة في النفس والتعبير عن آراءه محبا للنشاطات الجماعية، شخصية قوية تمتاز بالإرادة، والقدرة على مواجهة ضغوطات الحياة، فهو شخص متكيف مع مختلف ظروف الحياة .

7 – العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

هناك العديد من العوامل التي تؤثر في تقدير الذات إما بالسلب أو الإيجاب نذكر منها ما يلي :

7-1- العوامل الذاتية :

تتمثل في مختلف الخصائص الشخصية والمعطيات الذاتية للفرد كالقدرات العضوية، الذهنية، الحالة الصحية، والنقائص، الملاحظة، وكذلك المعارف، التصورات المدركات، الخبرات، الطموحات وأنماط السلوك المتوافق ..إلخ

(يحياوي، *2003*، ص *551*)

ومن أهم المؤشرات التي تؤثر على عملية تقدير الذات هي الصورة الجسمية ونعني بذلك أهم ومختلف التغيرات التي تحصل على مستوى الجسم من طول وعرض ووزن ....إلخ، ويختلف هذا التطور الجسمي بين الجنسين، كما يتأثر نمو الذات وتقديرها بسرعة الحركة والتناسق العضلي، وقد توصل "**ميسون**" إلى أن أصحاب النمو الجسمي البطيء يحملون اتجاهات ومشاعر تمردية وسلبية ويتجهون نحو الإتكالية، أي أن صورة الجسم لها أثر في تقييم الفرد لذاته، بالإضافة إلى القدرات العقلية وسلامة العقل ومستوى الذكاء .**(زهران، *2000*، ص*369*)**

7-2- العوامل الاجتماعية :

إن العوامل الاجتماعية متعددة فقد تعود إلى التنشئة الإجتماعية التي تتبناها الأسرة في تربية الفرد، أو العوامل البيئية المادية والاجتماعية، وقد تعزى العوامل الإجتماعية إلى المستوى الثقافي والاجتماعي في هذه البيئات، وكذا العوامل المالية والاقتصادية، التي من شأنها أن تولد الإحباطات والصراعات، مما يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات .

تتمثل العوامل الاجتماعية في مواقف الأفراد المحيط الإجتماعي اتجاه الفرد وكيفية معاملتهم له، وتقديرهم لشخصيته حيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين له ويستعين الفرد بخبراته السابقة ومعارفه المكتسبة في ضوء المنبهات الإجتماعية .

(يحياوي، *2003*، ص *552*)

وهذا ما يعرف "بالقيمة الذاتية "حيث يشعر الشخص بأن له قيمة وأنه عضو مهم في المجتمع وعنده القدرة على الإنتاج والتقدم والإنجاز وأن حياته لها معنى وأن ما يفعله مفيد ومهم، وأنه يجد تقديرا من الآخرين عن قيمته وقيمة ما يفعله، وهنا لو شعر الشخص أنه لا يجد تقدير من العائلة أو من المدرسة فإنه يشعر بعدم الاتزان وبالشعور بالتمرد والغضب والعصبية الزائدة، أو البعد عن الجميع والهروب منهم، وتجعله حساسا لأي رأي يقال عنه لأنه يشعر أنه أقل من الآخرين وأنه مهما عمل فلن يجد التقدير ونجد من بين العوامل الاجتماعية ما يلي :

7-2-1- خصائص العلاقات الاجتماعية : وتتمثل في طبيعة العلاقة بين الأفراد والأسرة وكيفية معاملة الأسرة لهذا الفرد، أي أنه لو كانت معاملة الأسرة له مبنية على التقبل لوضعيته من رعاية واهتمام وحب وحنان أي لا إفراط ولا تفريط، مما يساعد على نمو سليم للذات على عكس الفرد الذي يعامل بأسلوب الرفض، الذي قوامه التهميش والحرمان وهذا يعرقل عملية النمو السليم للذات، وتصبح نظرة هذا الفرد تميل إلى السلب والشعور بالنقص والحرمان ورفض الذات .**(زهران، *2000*، ص *369*)**

7-2-2- المقارنات الإجتماعية : وهي أن يضع الفرد نفسه على كفي الميزان مقارنة بين نفسه والآخرين، فتلك المقارنات التي يضعها الفرد تؤثر تأثيرا واضحا عن تقديره لذاته فمثلا إذا وقع أحد منا في ورطة كأن يلتحق بالعمل في أحد الشركات لكونه رياضيا يتمتع بموهبة جيدة، إذ بهي تفاجأ بأحد أقربائه بمشاركته في نفس الشركة هنا تقع وفي نفس اللحظة تلك المقارنات الإجتماعية مع قريبه لأنهما في فريق واحد .

(السيّد، *2004*، ص *136*)

7-2-3- المعايير الاجتماعية : إن نظرة الآخرين للفرد والتقييم الدائم بين الجيد والسيئ تؤثر في عملية نمو وتقدير الذات، كما أن أهمية المعايير الاجتماعية بينت أن الجسم الذي يتميز بحجم كبير يؤدي إلى الرضى بالنسبة للرجال، بينما صغره يؤدي إلى مشاعر الرضا والراحة لدى النساء .(**دويدار**، ***1993***، ص ***250***)

خلاصة

ومما سبق يمكننا القول أن تقدير الذات هو نتاج خبرات ذاتية يكونها الفرد حول ذاته، ويقيم بها نفسه على أنه شخص ذو قيمة ويستحق التقدير، وينعكس هذا التقييم في ثقة الفرد بذاته إما إيجابا أو سلبا، فإذا كان هذا التقييم إيجابا فيشعر الفرد بالثقة بالنفس والاستقلال والتفهم والتفاؤل وتحمل المسؤولية، أما إذا كان سلبا فينعكس ذلك على الفرد ويتشكل عدم التقبل واحتقار الذات .

الجانب الميداني

الفصل الثالث

المنهجية للدراسة التطبيقية

تمهيد

1-الدراسة الاستطلاعية .

2- الدراسة الأساسية .

2-1-منهج الدراسة .

2-2- مجتمع وعينة الدراسة .

2-3- أدوات الدراسة .

2-4- مجالات الدراسة .

2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة .

خلاصة

تمهيد

يعتبر هذا الفصل تجسيد لكل ما هو نظري في الدراسة من فرضيات وأفكار في الواقع الملموس، إذ يجب أن يكون الباحث دقيقا في اختيار المنهج والإجراءات التي يتبعها والطرق والأدوات التي يستخدمها، بغية الحصول على كل ما يتعلق بالظاهرة المدروسة فيتطرق إلى المنهج وحدود الدراسة، إضافة إلى المجتمع وإجراءات الدراسة الاستطلاعية وكيفية اختيار العينة الأساسية، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج .

1- الدراسة الاستطلاعية :

"تعد الدراسة الاستطلاعية دراسة مسحية استكشافية، إذ هي مرحلة هامة في البحث لعلمي نظرا لارتباطها المباشر بالميدان، مما يضفي صفة الموضوعية على البحث.

(العشوي، *1999*، ص*135*)

تتيح الدراسة الاستطلاعية للباحث فرصة جمع المعلومات الأولية والحصول على البيانات الخام المتعلقة بالظاهرة المستهدفة، والتأكد من صلاحية الأدوات المستعملة، وبغية تحقيق أهداف الدراسة ثم القيام بهذه الخطوة المهمة لتحقيق جملة من النقاط نلخصها فيما يلي :

- اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية .
- التأكد من الخصائص السيكومترية لكل من أداتي الدراسة (مقياس المهارات الاجتماعية، مقياس تقدير الذات) في البيئة المحلية .
- تحديد عينة الدراسة الأساسية .

هذا وخلصت الدراسة الاستطلاعية إلى جملة من النقاط :

_ اختيار عينة الدراسة الأساسية حيث بلغت ***120*** طالبا وطالبة من أولى ماستر علم النفس.

_ التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :للتأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة تم اختيار عينة مكونة من ***30*** طالبا وطالبة من السنة أولى ماستر علم النفس بجامعة المسيلة بطريقة عشوائية تم استبعادها في الدراسة الأساسية .

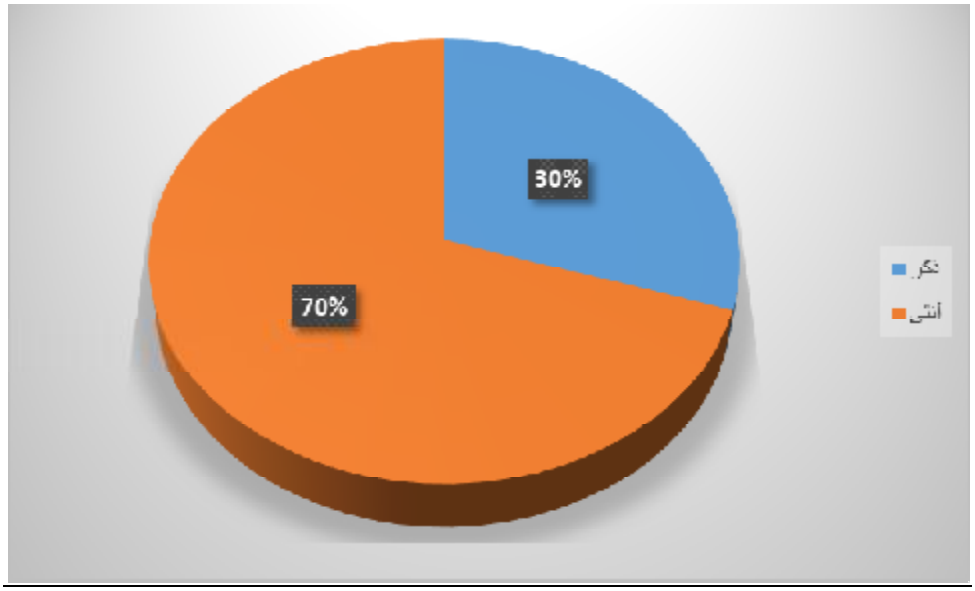
_ حساب واستخراج معاملات صدق وثبات مقياسي المهارات الإجتماعية وتقدير الذات .

وفيما يلي نورد مواصفات العينة الاستطلاعية في الجدول التالي :

الجدول رقم (*01*): يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.

الجنس	العـــدد	النسبة المئوية
ذكـــر	***9***	***%30***
أنـــثى	21	***%70***
الإجمالي	***30***	***%100***

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (***30***) فردا، نلاحظ أن عدد الذكور بلغ (***9***) فرد بنسبة مئوية قدرت بـــ (***30*** %) وقدر عدد الإناث بـــ (***21***) بنسبة مئوية قدرت بـــ (***70***%) كما هو موضح من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (*02*): يمثل خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

1-1- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

حساب الصدق والثبات لأداتي الدراسة الحالية:

أولا/ الخصائص السيكومترية للمقياس المهارات الاجتماعية:

- الصدق والثبات مقياس المهارات الاجتماعية:

1- الصدق: تم حساب صدق مقياس المهارات الاجتماعية عن طريق حساب الاتساق الداخلي بطريقتين:

*** الطريقة الأولى: حساب معامل ارتباط عبارات كل بعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه:**

1-1- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (العلاقة مع الزملاء) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (02) مصفوفة ارتباطات عبارات محور العلاقة مع الزملاء مع الدرجة الكلية للمحور.

		الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية
1	معامل الارتباط	,580**	5	معامل الارتباط	,737**	9	معامل الارتباط	,528**
	مستوى الدلالة	0,001		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,003
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
2	معامل الارتباط	,385*	6	معامل الارتباط	,503**	10	معامل الارتباط	,565**

	مستوى الدلالة	0,036		مستوى الدلالة	0,005		مستوى الدلالة	0,001
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
3	معامل الارتباط	,503**	7	معامل الارتباط	,690**	11	معامل الارتباط	,620**
	مستوى الدلالة	0,005		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	29		حجم العينة	30		حجم العينة	30
4	معامل الارتباط	,741**	8	معامل الارتباط	,545**	12	معامل الارتباط	,538**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,002		مستوى الدلالة	0,002
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30

****الارتباط دال عند (0.01)**

***الارتباط دال عند (0.05)**

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور **العلاقة مع الزملاء أو الأقران** والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0,01) حيث تراوحت جميعها بين (0,50) و(0,73)، ما عدى العبارة (2) جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0,05) حيث بلغت قيمة معامل ارتباطها

مع الدرجة الكلية للمحور (0,38) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الأول كمؤشر لصدق التكوين في قياس **العلاقة مع الزملاء أو الأقران.**

1-2- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (إدارة الذات) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (03) مصفوفة ارتباطات عبارات محور إدارة الذات مع الدرجة الكلية للمحور.

		الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية
13	معامل الارتباط	,608**	15	معامل الارتباط	,711**	17	معامل الارتباط	,786**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
14	معامل الارتباط	,555**	16	معامل الارتباط	,801**	18	معامل الارتباط	,647**
	مستوى الدلالة	0,001		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30

****الارتباط دال عند (0.01)**

***الارتباط دال عند (0.05)**

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور **إدارة الذات** والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0,01) حيث تراوحت جميعها بين (0,55) و (0,80). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الثاني كمؤشر لصدق التكوين في قياس **إدارة الذات.**

1-3- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (المهارات الأكاديمية) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (04) مصفوفة ارتباطات عبارات محور المهارات الأكاديمية مع الدرجة الكلية للمحور.

		الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية
19	معامل الارتباط	,550**	22	معامل الارتباط	,674**	24	معامل الارتباط	,379*
	مستوى الدلالة	0,002		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,039
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
20	معامل الارتباط	,623**	23	معامل الارتباط	,523**	25	معامل الارتباط	,403*
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,003		مستوى الدلالة	0,027
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30

21	معامل الارتباط	,651**	**الارتباط دال عند (0.01) *الارتباط دال عند (0.05)
	مستوى الدلالة	0,000	
	حجم العينة	30	

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور المهارات الأكاديمية والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0,01) حيث تراوحت جميعها بين (0,52) و(0,67)، ما عدى العبارتين (24) و(25) جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0,05) حيث بلغت قيمتي معاملي ارتباطهما مع الدرجة الكلية للمحور (0,37) و(0,40) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الثالث كمؤشر لصدق التكوين في قياس المهارات الأكاديمية.

1-4- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (الطاعة) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (05) مصفوفة ارتباطات عبارات محور الطاعة مع الدرجة الكلية للمحور.

26	معامل الارتباط	,726**	28	معامل الارتباط	,649**	30	معامل الارتباط	,612**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
27	معامل الارتباط	,859**	29	معامل الارتباط	,593**	31	معامل الارتباط	,638**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,001		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
	الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية	

****الارتباط دال عند (0.01)**

***الارتباط دال عند (0.05)**

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور **الطاعة والدرجة** الكلية للمحور جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0,01)

حيث تراوحت جميعها بين (0,39) و(0,85)، وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الرابع كمؤشر لصدق التكوين في قياس **الطاعة.**

1-5- تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (التوكيدية) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (06) مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوكيدية مع الدرجة الكلية للمحور.

		الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية
32	معامل الارتباط	,593**0	36	معامل الارتباط	,507**0	40	معامل الارتباط	,467**0
	مستوى الدلالة	0,001		مستوى الدلالة	0,004		مستوى الدلالة	0,009
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
33	معامل الارتباط	,843**0	37	معامل الارتباط	,850**0	41	معامل الارتباط	,670**0
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
34	معامل الارتباط	,546**0	38	معامل الارتباط	,531**0	**الارتباط دال عند (0.01)		
	مستوى	0,002		مستوى	0,003	*الارتباط دال عند (0.05)		

	الدلالة		الدلالة		
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	
35	معامل الارتباط	,425*0	معامل الارتباط	,813**0	
	مستوى الدلالة	0,019	مستوى الدلالة	0,000	
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	

39

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور **التوكيدية** والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0,01) حيث تراوحت جميعها بين (0,46) و(0,84)، ما عدى العبارة (35) جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0,05) حيث بلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,42) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الخامس كمؤشر لصدق التكوين في قياس **التوكيدية.**

*** الطريقة الثانية: ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس**

والجدول التالي يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية:

الجدول رقم(07): يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية

أبعاد المقياس والدرجة الكلية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
العلاقة مع الزملاء أو الأقران	**0,870****	**0,01**
إدارة الذات	**0,769****	**0,01**
المهارات الاكاديمية	**0,719****	**0,01**
الطاعة	**0,716****	**0,01**
التوكيدية	**0,875****	**0,01**

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد **مقياس المهارات الاجتماعية** كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة **(α =0,01)** حيث بلغت قيمها على التوالي **(0,87/ 0,76/ 0,71/ 0,71/ 0,87)** وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للاستبيان كمؤشر لصدق التكوين في قياس **مقياس المهارات الاجتماعية.**

2- ثبات المقياس: تم التأكد من ثبات مقياس المهارات الاجتماعية بطريقتين وهما:

الطريقة الأولى:

- **معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:** تم حساب معامل الثبات **ألفا كرونباخ** لهذا المقياس فتحصلنا على النتيجة التالية:

الجدول رقم (08): يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس المهارات الاجتماعية

أبعاد الاستبيان والدرجة الكلية	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
العلاقة مع الزملاء	0,826	12
إدارة الذات	0,774	06
المهارات الاكاديمية	0,607	07
الطاعة	0,766	06
التوكيدية	0,833	10
الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية	0,925	41

يتضح من الجدول أعلاه أن جميع معاملات **ألفا كرونباخ** لأبعاد **مقياس المهارات الاجتماعية جاءت مرتفعة حيث بلغت على التوالي (0,82/0,77/0,60/0.76/0,83) أما بالنسبة لمعامل الفا كرونباخ لمقياس المهارات الاجتماعية** ككل فبلغ **(0,92)** وهو معامل مرتبع وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني أن **مقياس المهارات الاجتماعية** يمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحا للتطبيق في الدراسة الأساسية.

الطريقة الثانية:

- التجزئة النصفية كما تم حساب ثبات هذا المقياس عن طريق التجزئة النصفية والتي تفترض تقسيم عباراته إلى نصفين كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (09) يوضح ثبات مقياس مقياس المهارات الاجتماعية عن طريق التجزئة النصفية

مقياس	الارتباط بين النصفين	0,866**
	معامل سبيرمان براون	0,951

يوضح الجدول أعلاه أن معامل الارتباط بين نصفي مقياس **0,86** قد بلغ بطريقة التجزئة النصفية 0.74 مما يدل على وجود ارتباط عالي بين نصفي المقياس، وبتعويضه في معادلة تصحيح الطول أو الثبات الكلي **لسبيرمان براون** بلغ ثبات هذا المقياس الكلي (0,95)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس ثابت.

ثانيا/ الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية :

بعد تفريغ البيانات المتحصل عليها من طرف أفراد العينة، تم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس، وذلك من أجل التأكد من ثبات وصدق المقياس.

1- **الصدق:** تم حساب الصدق عن طريق حساب الاتساق الداخلي للمقياس بطريقة:

حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس:

كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (*10*): مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

		الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية
ع1	معامل الارتباط	,817**	ع12	معامل الارتباط	,394*	ع23	معامل الارتباط	,558**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,031		مستوى الدلالة	0,001
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع2	معامل الارتباط	,838**	ع13	معامل الارتباط	,611**	ع24	معامل الارتباط	,741**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000

	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع3	معامل الارتباط	,871**	ع14	معامل الارتباط	,440*	ع25	معامل الارتباط	,505**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,015		مستوى الدلالة	0,004
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع4	معامل الارتباط	,821**	ع15	معامل الارتباط	,813**	ع26	معامل الارتباط	,619**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع5	معامل الارتباط	,386*	ع16	معامل الارتباط	,425*	ع27	معامل الارتباط	,505**
	مستوى الدلالة	0,035		مستوى الدلالة	0,019		مستوى الدلالة	0,004
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع6	معامل الارتباط	,395*	ع17	معامل الارتباط	,393*	ع28	معامل الارتباط	,619**
	مستوى	0,031		مستوى	0,032		مستوى	0,000

	الدلالة			الدلالة			الدلالة
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع7	معامل الارتباط	,781**	ع18	معامل الارتباط	,773**	ع29	معامل الارتباط	,637**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع8	معامل الارتباط	,555**	ع19	معامل الارتباط	,797**	ع 30	معامل الارتباط	,724**
	مستوى الدلالة	0,001		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع9	معامل الارتباط	,482**	ع20	معامل الارتباط	,530**	Q31	معامل الارتباط	,698**
	مستوى الدلالة	0,007		مستوى الدلالة	0,003		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع10	معامل الارتباط	,371*	Q21	معامل الارتباط	,773**	Q32	معامل الارتباط	,726**

	مستوى الدلالة	0,044		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع 11	معامل الارتباط	,866**	Q22	معامل الارتباط	,797**	Q33	معامل الارتباط	,646**
	مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000		مستوى الدلالة	0,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
****الارتباط دال عند (0.01)** ***الارتباط دال عند (0.05)**								

تشير البيانات الموضحة في الجدول رقم (13) إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات **(مقياس تقدير الذات)** والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0,01) حيث تراوحت جميعها بين (0,48) و(0,87)، ما عدا العبارات رقم (5، 6، 10، 12، 14، 16، 17) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث تراوحت قيم معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0,44/0,37). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس **مقياس تقدير الذات.**

2- الثبات:

الطريقة الأولى :تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة:

- **معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:** تم حساب معامل الثبات **ألفا كرونباخ** لهذا المقياس فتحصلنا على النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11): يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الذات

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
33	0,953

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل **ألفا كرونباخ** للمقياس ككل بلغ **(0,95)** وهو معامل ثبات مرتفع، وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات الأداة، وهذا يعني أن الأداة تتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعلها صالحة للتطبيق في الدراسة الأساسية.

الطريقة الثانية:

- التجزئة النصفية كما تم حساب ثبات هذا المقياس عن طريق التجزئة النصفية والتي تفترض تقسيم عباراته إلى نصفين كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (12) يوضح ثبات مقياس مقياس تقدير الذات عن طريق التجزئة النصفية

مقياس		
	الارتباط بين النصفين	0,811**
	معامل سبيرمان براون	0,926

يوضح الجدول أعلاه أن معامل الارتباط بين نصفي مقياس **0,81**. قد بلغ بطريقة التجزئة النصفية 0.74 مما يدل على وجود ارتباط عالي بين نصفي المقياس، وبتعويضه في معادلة تصحيح الطول أو الثبات الكلي لسبيرمان براون بلغ ثبات هذا المقياس الكلي (0,92)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس ثابت.

2- الدراسة الأساسية:

سنتعرض من خلال الدراسة الأساسية إلى ما يلي :

2-1- منهج الدراسة :

"يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه ".**(زرواتي، *2000*، ص*119*)**

فاختيار الباحث لمنهج الدراسة يختلف حسب طبيعة الموضوع، فليس له الحرية المطلقة في اختيار منهج دون آخر بمعنى أن طبيعة الموضوع والمشكلة المدروسة هي التي تفرض المنهج المناسب وأن الدراسة الناجحة هي تلك الدراسة التي تحترم هذا الشرط، لأن ذلك يساعد الباحث في عمله فيوجهه وينظمه ويوفر له الوقت والجهد.

(الجوهري، *1995*، ص*65*)

وبما أن البحث الحالي سيعالج العلاقة بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر علم النفس، فإن المنهج المناسب للدراسة هو المنهج الوصفي الإرتباطي، "هذا المنهج الذي يعتمد على دراسة الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كيفيا وتعبيرا كميا ."**(قليوبي، *2004*، ص*59*)**

والذي سيتم تطبيقه من خلال الخطوات التالية :

- دراسة العلاقة الإرتباطية بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .
- دراسة العلاقة الإرتباطية بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .
- دراسة العلاقة الإرتباطية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .
- دراسة العلاقة الإرتباطية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

- دراسة العلاقة الإرتباطية بين الطاعة وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

- دراسة العلاقة الإرتباطية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

2-2- مجتمع وعينة الدراسة :

مجتمع الدراسة هو المجتمع الذي يسحب منه الباحث عينة بحثه، أو هو مجموعة من المفردات تشترك في صفات وخصائص محددة ومعينة من قبل الباحث .إنه الكل الذي نرغب في دراسته، لكن يتم جمع البيانات من جزء فقط من مفرداته يسمى العينة .

وقد تمثّل المجتمع في الدراسة الحالية في طلبة السنة أولى ماستر تخصص علم النفس .

2-2-1- عينة الدراسة وكيفية اختيارها :

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية والنفسية هي اختيار أفراد العينة التي ينبغي أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي على نحو صحيح .(**العتوم، *2004*، *ص25***)

تم الاعتماد على طريقة العشوائية في تحديد عينة الدراسة الأساسية التي تم اختيارها بطريقة بسيطة وفق مستوى ثقة05٪ من مجتمع الأصلي حيث بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية (***120***) طالبا وطالبة .

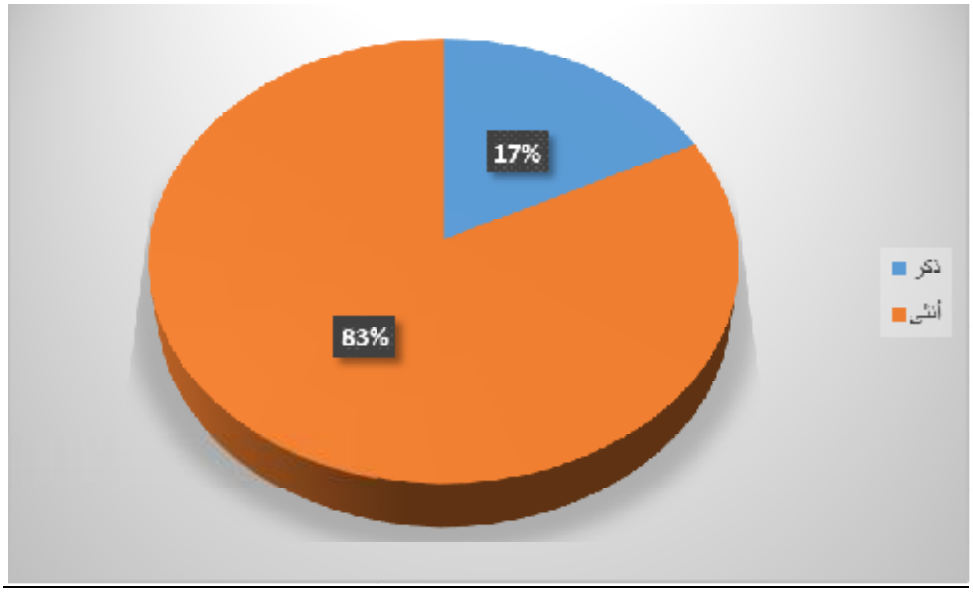
تكونت عينة الدراسة في صورتها الأولية من ***252*** طالبا وطالبة منهم ***30*** طالبا وطالبة تم استخدامهم كعينة استطلاعية واستبعدوا فيما بعد أثناء مجريات الدراسة الأساسية .

أما بالنسبة لعينة الدراسة الأساسية فبلغ حجمها ***120*** طالبا وطالبة تم أخذهم جميعا من خلال تطبيق أداتي الدراسة .

الجدول رقم (*13*): يبين خصائص عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

الجنس	العـــدد	النسبة المئوية
ذكـــر	21	17,5%
أنـــثى	99	82,5%
الإجمالي	120	%100

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (***120***) فردا، نلاحظ أن عدد الذكور بلغ (***21***) فرد بنسبة مئوية قدرت بـــ(***17,5***%) وقدر عدد الإناث بـــ (***99***) بنسبة مئوية قدرت بـــ (***82,5***%) كما هو موضح من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (*03*): يمثل خصائص عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس

2-3- أدوات الدراسة :

2-3-1- وصف مقياس المهارات الإجتماعية :

تم إعداده من طرف ندى نصر الدين عبد الحميد (***2011***)، قامت الباحثة بعمل دراسة مسحية على بعض الاختبارات والمقاييس المتوفرة لقياس المهارات الإجتماعية فوجدت من هذه المقاييس :

- مقياس المهارات الإجتماعية للصغار الذي وضعه **ماتسون** وآخرون(***1983***) (*Matson et al*) .

- مقياس ريجيو للمهارات الإجتماعية (*1990*) (*Riggio*)

قامت الباحثة ببناء هذا المقياس في صورته الأولية المكونة من (*45*) عبارة موزعة على أبعاده الخمسة .

2-3-1-1- مكونات المقياس :

البعد الأول: العلاقات مع الزملاء وهي القدرة على مدح الآخرين، مساعدتهم، الوقوف بجوارهم وقت الحاجة، مشاركتهم الحوار والحديث، والتمتع بالقيادة وروح الفكاهة .

البعد الثاني: إدارة الذات وهي مهارة الفرد في التحكم في الانفعالات، إتباع القواعد، التعاون مع الآخرين، القدرة على فض النزاعات وتقبل النقد .

البعد الثالث: المهارات الأكاديمية وهي قدرة الفرد على إتمام المهام والواجبات وتنفيذ التعليمات، واستغلال وقت الفراغ بطريقة جيّدة .

البعد الرابع: الطاعة هي قدرة الفرد على إتباع التعليمات، الإرشادات، اللوائح، والقوانين.

البعد الخامس: التوكيدية هي قدرة على المبادأة بالحوار، تكوين صداقات، المشاركة في اللّعب، القدرة على التعبير عن المشاعر، والاشتراك في الأنشطة الجماعية .

2-3-1-2- تصحيح المقياس :

يتكون المقياس في صورته النهائية من (*41*) عبارة تتدرج تحته خمسة أبعاد مختلفة للمهارات الإجتماعية لدى طلاب الجامعة كما هو موضح في الجدول الآتي :

جدول رقم (*14*) يوضح أبعاد مقياس المهارات الإجتماعية وأرقام عباراته

الرقم	الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات
1	العلاقة مع الزملاء	من 1إلى12	12
2	إدارة الذات	من 13إلى 18	6
3	المهارات الأكاديمية	من 19إلى25	7
4	الطاعة	من 26إلى 31	6
5	التوكيدية	من 32إلى 41	10
الدرجة الكلية			41

أما بالنسبة لتقدير الدرجات فيتم إعطاء المفحوص درجة واحدة إذا كانت إجابته لا تحدث، درجتان إذا كانت استجابته أحيانا، وثلاث درجات إذا كانت إستجابته دائما، بحيث تمثل الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس المهارات الإجتماعية لديه تتراوح بين (*41،123*) درجة .

2-3-1-3- الخصائص السيكومترية :

الجالية العربية في البيئة الغربية :

استخرج الباحث دلالات الصدق والثبات للمقياس كما يلي :

1- صدق المقياس :

1-1- الصدق الاتساق الداخلي :

قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط **بيرسون** لاستخراج العلاقة الإرتباطية بين درجات أفراد العينة على كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ولقد تراوحت بين (*0،535.0،654*)، وقد كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى دلالة (*0،01*) .

2- ثبات المقياس :

استخرجت الباحثة الثبات بطريقة **ألفا كرونباخ** للتجانس الداخلي وكانت قيمة ثبات المقياس ككل (*0،82*) وهو معامل ثبات جيد ومرتفع .

2-3-2- وصف مقياس تقدير الذات :(ابراهيم بلكيلاني، *2008*، ص*76 - 77*)

بعد الإطلاع على عدد من المقاييس المستخدمة في قياس تقدير الذات في عدد من البحوث العربية والأجنبية لجأت الباحثة إلى الاعتماد على مقياس تقدير الذات المعّد من قبل إبراهيم بلكيلاني (***2008***) .

والذي اعتمد فيه على مجموعة من المقاييس هي :

- مقياس واتكنس (***Watkins 1978***).
- مقياس لورانس (***Lowrence 1981***).
- مقياس كوبر سميث (***Cooper smith 1978***).
- مقياس روزنبورغ (***Rosenberg 1965***).
- مقياس المظاهر السلوكية المستخدمة في تقدير الذات (***Savin .jaquish 1981***).
- عددا من الدراسات التي تناولت تقدير الذات .

قام الباحث ببناء هذا المقياس في صورته الأولية المكونة من 57 وحدة تدور حول تقدير الذات، منها فقرات سلبية عددها (***14***) فقرة وهي : ***1-4-5-6-14-16-17-20-23-25-28-29-30-31***،أما باقي الفقرات فهي إيجابية .

2-3-2-1- تصحيح المقياس :

يتكون المقياس في صورته النهائية من (***33***) فقرة وأمام كل منها ثلاث بدائل هي (غالبا، أحيانا، نادرا) وأعطيت لها الأوزان الآتية (3،2،1) على التوالي للفقرات الإيجابية والأوزان المعكوسة (***3،2،1***) للفقرات السلبية، والجدول رقم (***04***) يوضح الفقرات الإيجابية والسلبية للمقياس .

جدول رقم (*15*) :يوضح الفقرات الإيجابية والسلبية لمقياس تقدير الذات

الفقرات الإيجابية	***-19-18-15-14-13-12-11-10-9-8-7-3-2 33-32-27-26-24-22-21***
الفقرات السلبية	***-30-29-28- 25-23-20-17-16-14-6-5-4-1 31***

2-3-2-2- الخصائص السيكومترية :

الجالية العربية في البيئة الغربية

استخرج الباحث دلالات الصدق والثبات للمقياس كما يلي :

1- صدق المقياس :

اعتمد معّد المقياس على عدة أنواع لإيجاد صدق المقياس وهي :

1-1-صدق الاتساق الداخلي :

قام الباحث الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية ل(110) استمارة وقد كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0،01) .

1-2-صدق المقارنة الطرفية :

اتبع الباحث الخطوات التالية :

- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة .

- ترتيب الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أدناها في تقدير الذات .

27% - تعيين 27 من الاستمارات الحاصلة على الدرجة العليا في تقدير الذات و من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا .

وقد بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (30)، ثم طبق الباحث الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة، وعدت القيمة

الثانية مؤشرا لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية وقد كانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (0،01) ودرجة حرية (58) .

وبهذا تم الإبقاء على الفقرات كلها لعلاقتها الدالة بالدرجة الكلية وعدا المقياس صادقا بنائيا.

2- ثبات المقياس :

استخرج الباحث الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ وكانت قيمة ثبات المقياس ككل (0،81) وهو معامل ثبات جيد ومرتفع .

2-4- مجالات الدراسة :

أ- المجال الزماني :

مر تطبيق أداتي الدراسة (مقياس المهارات الاجتماعية، مقياس تقدير الذات) على مرحلتين :

المرحلة الأولى: امتدت من 10 مارس 2019 إلى 14 مارس 2019 تم فيها حساب الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة (مقياس المهارات الإجتماعية، مقياس تقدير الذات) .

المرحلة الثانية: امتدت من 14 أفريل 2019 إلى 23 أفريل 2019 تم فيها تطبيق الصورة النهائية لأداتي الدراسة على عينة الدراسة الأساسية .

ب- المجال المكاني :

تم إجراء البحث في جانبه الميداني بجامعة محمد بوضياف بقسم علم النفس .

ج- المجال البشري :

استهدفت الدراسة طلبة السنة أولى ماستر تخصص علم النفس من الذكور والإناث .

2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- تمت معالجة بيانات الدراسة وتحليلها وفقا لبرنامج الحزم الإحصائية باستخدام الحاسب الآلي من خلال برنامج **25** *spss* في العلوم الاجتماعية، وتتمثل المعالجات التي تمت للبيانات الإحصائية فيما يلي:
- النسب المئوية لإعطاء صورة سريعة عن عينة الدراسة .
- معاملات الارتباط بارسون لقياس صدق المقياس .
- معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس .
- معامل سبيرمان براون لقياس ثبات المقياس .
- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الاستبيان.
- اختبار *kolmogrorov-simirnov*[a] و *shapiro-wilk* للتحقق من شرط التوزيع الطبيعي.
- معامل الارتباط سبيرمان للتحقق من الفرضيات العلائقية .

خلاصة

لقد تم في هذا الفصل عرض المنهج المتبع في الدراسة وكيفية اختيار عينة الدراسة، بالإضافة إلى أهم الخصائص السيكومترية لمقياسي الدراسة الحالية والأساليب الإحصائية المستخدمة، هذا وسوف يتم في الفصل اللاحق عرض أهم النتائج المتوصل إليها بعد التحليل الإحصائي للفرضيات ومناقشة وتفسير هذه النتائج في ضوء نتائج الدراسات السابقة والجانب النظري .

الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث

تمهيد

1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات .

1-1 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة .

2-1 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضيات الفرعية .

2 – استنتاج عام .

خاتمة

اقتراحات البحث .

آفاق البحث .

تمهيد

بعد عرض الفصل السابق لإجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبيان الهدف من الدراسة ومنهجها وتحديد مجتمع الدراسة وأداة الدراسة، وحساب صدقها وثباتها، وتحديد الأساليب الإحصائية في التحليل الكمي لاستجابات أفراد العينة الدراسة .

يتناول هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية، وذلك من خلال عرض استجابات أفراد العينة على تساؤلات الدراسة الميدانية، ومعالجتها إحصائيا باستخدام مفاهيم الإحصاء وأساليبه وصولا إلى عرض النتائج ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والأطر النظرية .

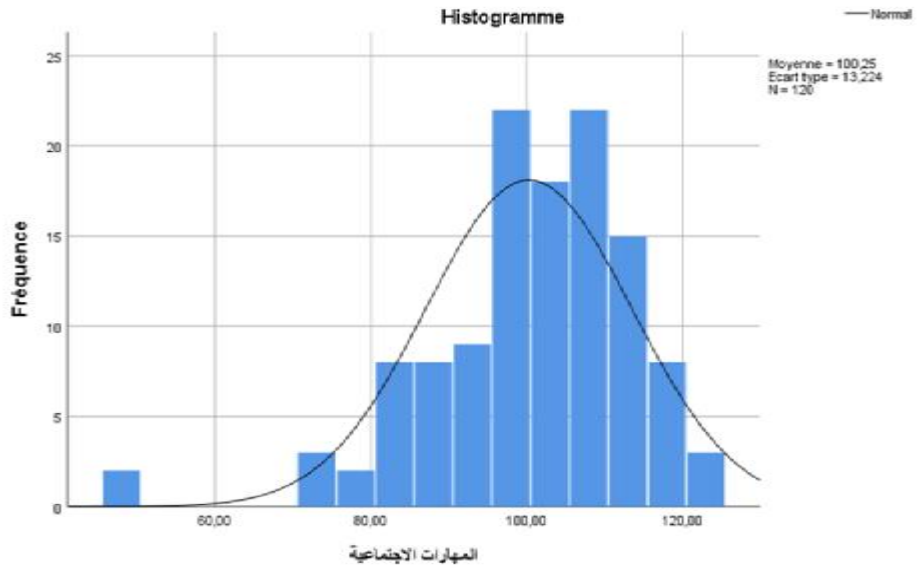
قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب **أولا** التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية والمتمثلة في المتغيرات التالية **(متغير المهارات الاجتماعية –متغير تقدير الذات)** والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (16) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة

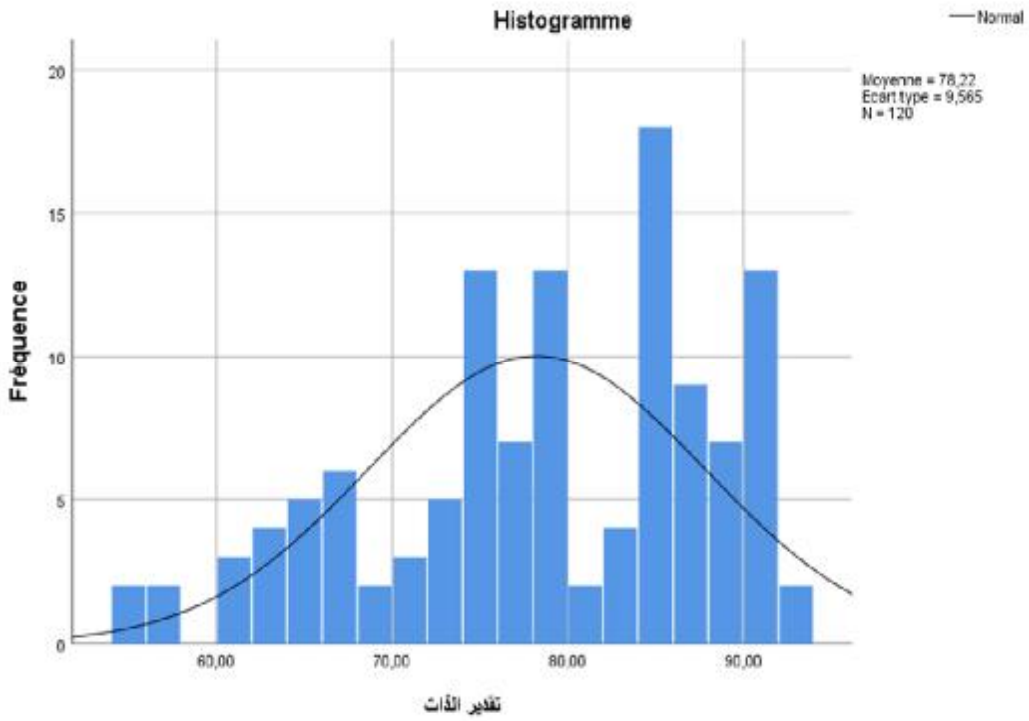
المتغيرات	*Kolmogorov-Smirnov*[a]			*Shapiro-Wilk*			القرار
	الإحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الإحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	
المهارات الاجتماعية	*0,146*	*120*	*0,000*	*0,921*	*120*	*0,000*	دال
تقدير الذات	*0,135*	*120*	*0,000*	*0,942*	*120*	*0,000*	دال

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم اختبار **كولموغروف سميرنوف، واختبار شابيروا** أن كل القيم بالنسبة للمتغيرين محل الدراسة وهما متغير **المهارات الاجتماعية –متغير تقدير الذات،** جاءت دالة عند مستوى الدلالة ألفا **(*0.05*)** مما يجرنا إلى القول بأن بيانات المتغيرين تتوزعان توزيعا غير طبيعي وبالتالي فإن كل الأساليب الإحصائية التي ستستخدم في معالجة مختلف فرضيات الدراسة الحالية هي **أساليب لابارامترية.** كما هو موضح في الأشكال التالية:

شكل رقم (04) يوضح التوزيع الطبيعي لمتغير المهارات الاجتماعية



شكل رقم (05) يوضح التوزيع الطبيعي لمتغير تقدير الذات.



1- عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات :

1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العامة :

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على :

توجد علاقة ارتباطيه بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية :

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان ***Rho de Correlation Spearman*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المتغيرين والجدول رقم (17) يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (17) يوضح قيمة معامل الارتباط بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.

متغيري الدراسة	تقدير الذات			
	حجم العينة	معامل الارتباط سبيرمان *Spearman*	مستوى الدلالة	القرار
المهارات الاجتماعية	***120***	***0,360*****	***0,000***	دال احصائيا عند (α=0.01)،

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لمحور **المهارات الاجتماعية وتقدير الذات حيث** بلغت ***(0,360**)*** هي قيمة ضعيفة وموجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ***(α=0.01)***، بمعنى كلما زاد مستوى **المهارات الاجتماعية زاد مستوى تقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى ماستر علم النفس**، وعليه نستنتج وجود علاقة طردية بين متغيري الدراسة وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي

نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين **المهارات الاجتماعية وتقدير الذات** وقبول الفرضية البحثية التي تؤكد وجود علاقة بين **المهارات الاجتماعية وتقدير الذات** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ***99%*** مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة ***1%*.**

هذا ما يتفق مع دراسة **ريجيو** (***1990***) بعنوان :"المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى الطالب الجامعي" والتي أظهرت نتائجها وجود ارتباط موجب دال بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات .

إذ أن درجة تقدير الطالب لذاته تؤثر على مجالات حياته كلها واكتساب المهارات الاجتماعية، والتفاعل وبناء علاقات مع الآخرين التي تمكنه من التكيف وسط المجتمع والتوافق مع أفراده في مجال تخصصه العلمي والعملي وفي باقي المجلات .

وهذا ما أكدته دراسة **حسيب** (***2001***) بعنوان :"العلاقة بين المهارات الاجتماعية وفعالية الذات لطلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسيا" والتي أظهرت نتائجها توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين بعض المهارات الإجتماعية والفعالية العامة للذات .

فالمهارات الاجتماعية تؤثر في تقدير الذات تأثيرا مباشرا، حيث يتكون تقدير الفرد لذاته في مرحلة الطفولة المبكرة وما يليها من مراحل إلى مرحلة الرشد، من خلال إدراك الفرد أنه مقبول وينال استحسان الآخرين لاسيّما الوالدين والمعلمين والزملاء وهو ما يجعلهم يشعرون بالقيمة والكفاية والاقتدار، فإذا صاحب القبول والقيمة والكفاية والاقتدار تشجيعا من الوالدين والآخرين على المبادرة والاستكشاف، يتكون لدى الفرد شعور بتقدير ذاته ويتجلى ذلك في مواجهة المشكلات والضغوط وارتفاع مستوى التحصيل .

وهذا ما يتفق مع دراسة **طايبي فريدة** (***2008***) بعنوان :" المهارات الإجتماعية وعلاقتها بالتوظيف النفس – اجتماعي للفرد"، والتي أظهرت نتائجها وجود ارتباط موجب ودال إحصائيا بين مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية، ومنه كلما ارتفع مستوى المهارات الاجتماعية كلما ارتفع مستوى مفهوم الذات وبالتالي كان موجبا والعكس .

ومنه هناك علاقة ارتباطيه بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات، لأن أي قصور أو نقص في المهارات الإجتماعية ينتج عنه عدم تحقق في تقدير الذات بالشكل الذي يضمن للطالب الجامعي إيجابياته ونجاحه في أدواره المختلفة، وهذا الأمر يؤدي إلى تأثير سلبي يتراكم على شخصيته وعلى التعليم بمراحله المختلفة وعلى حياته بمختلف مجالاتها.

يمكن القول بوجه عام أن نتائج هذه الفرضية تسير وفق التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه وهو توجد علاقة ارتباطيه بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

1-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات الفرعية :

1-2-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى :

نصت الفرضية الفرعية الأولى لهذه الدراسة على :

توجد علاقة ارتباطيه بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان ***Rho de Correlation Spearman*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المتغيرين والجدول رقم (***18***) يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (18) يوضح قيمة معامل الارتباط بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.

متغيري الدراسة	وتقدير الذات			
	حجم العينة	معامل الارتباط سبيرمان Spearman	مستوى الدلالة	القرار
العلاقة مع الزملاء	120	0,302**	0,001	دال احصائيا عند (α=0.01)،

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لمحور **العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات حيث** بلغت (***0,302***) هي قيمة ضعيفة وموجبة

ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (***α=0.01***)، بمعنى كلما زاد مستوى **العلاقة مع الزملاء زاد مستوى تقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى ماستر علم النفس**، وعليه نستنتج وجود علاقة طردية بين متغيري الدراسة وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي نصت على عدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين **العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات** وقبول الفرضية البحثية التي تؤكد وجود علاقة بين **العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ***99%*** مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة ***1%***.

وهذا ما اتفق مع دراسة **روتجر وانجلس** (***2002***) بعنوان :" الممارسات الوالدية والمهارات الاجتماعية وعلاقة الأقران في مرحلة المراهقة "،حيث توصلت النتائج أن المراهقين ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة كانوا أكثر انخراطا في الجماعات، كما كانوا أكثر مشاركة لأصدقائهم في العديد من الأنشطة بالإضافة لإحساسهم بالتعلق الوجداني لهم، كما كانوا أيضا يجدون تأثير اجتماعي كبير من قبل أصدقائهم ".

وهذا ما اتفق مع دراسة **إليس إيس جي** (***1999***) بعنوان :"مفهوم تقدير الذات عند المراهقين" حيث توصلت النتائج أن العائلة والرفاق لديهما تأثير كبير في تقدير الفرد لذاته، كما يعتمد على الأسلوب الذي يتعامل به هؤلاء الأشخاص مع الطالب، وماهي فكرتهم عنه، كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن المدح والثناء أو الإعلاء من شأن الطالب له تأثير إيجابي في تقدير الذات .

ومن مظاهر تقدير الذات المرتفع أن الأشخاص ذوي تقدير المرتفع لهم مجموعة كبيرة من الأصدقاء ويقيمون علاقات مع الآخرين، ينسجمون مع معظم من حولهم، يرغبون في مساعدة الآخرين .

واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة **عبد الحميد رجيعة وإبراهيم الشافعي** (***2002***) بعنوان :"المهارات الاجتماعية والتوافق الدراسي وعلاقتهما بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة" وتوصلت الدراسة أن الأشخاص المكتئبين يعانون من نقص في المهارات الإجتماعية

عموما يعانون من نوبات من البكاء والحزن ويميلون إلى الصمت ولذلك لايعبرون عن مشاعرهم نحو الآخرين وهذه المشاعر تتصف ذاتها بالسلبية .

مما سبق يتأكد لنا أن العلاقة مع الزملاء لها علاقة بتقدير الذات، فعندما يكون للطالب علاقات مع الآخرين وزملائه ويساعدهم وقت الحاجة، يكون تقديره لذاته مرتفع سواء من خلال تقديرات الآخرين له أو من خلال تقديره لنفسه .

يمكن القول بوجه عام أن نتائج هذه الفرضية تسير وفق التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه وهو توجد علاقة ارتباطية بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

1-2-2-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية :

نصت الفرضية الفرعية الثانية لهذه الدراسة على :

توجد علاقة ارتباطية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان ***Rho de Correlation Spearman*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المتغيرين والجدول رقم (19) يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (19) يوضح قيمة معامل الارتباط بين **إدارة الذات وتقدير الذات** لدى أفراد عينة الدراسة.

متغيري الدراسة	وتقدير الذات			
	حجم العينة	معامل الارتباط سبيرمان *Spearman*	مستوى الدلالة	القرار
إدارة الذات	***120***	***0,248*****	***0,006***	دال احصائيا عند (α=0.01)

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لمحور **إدارة الذات وتقدير الذات حيث** بلغت (***0,248***) هي قيمة ضعيفة وموجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (***α=0.01***)، بمعنى كلما زاد مستوى **إدارة الذات زاد مستوى تقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى ماستر علم النفس**، وعليه نستنتج وجود علاقة طردية بين متغيري الدراسة وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين **إدارة الذات وتقدير الذات** وقبول الفرضية البحثية التي تؤكد وجود علاقة بين **إدارة الذات** و**تقدير الذات** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ***99%*** مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة ***1***%.

وهذا ما اتفق مع دراسة **روتجر وانجلس** (***2002***) بعنوان :"الممارسات الوالدية والمهارات الاجتماعية وعلاقته بالأقران في مرحلة المراهقة " حيث توصلت النتائج أن المراهقين أكثر مشاركة لأصدقائهم في العديد من الأنشطة بالإضافة إلى إحساسهم بالتعلق الوجداني بهم ".

فالطالب الجامعي خلال علاقاته مع زملائه يستطيع مساعدتهم في العديد من الأنشطة سواء داخل الجامعة أو خارجها مثل النوادي الجامعية التي يقوم بإنشائها الطلبة التي تساعد الطلبة في مختلف المجالات .

واتفقت أيضا دراسة **إليس إيس جي** (***1999***) بعنوان :"مفهوم تقدير الذات عند المراهقين" حيث توصلت النتائج أن تقدير الذات لا يعتمد على رأي الآخرين اتجاه الفرد، لكن يعتمد على ما إذا كان الفرد يستقبل هذا الرأي أو يرفضه".

حيث أن تقدير الطالب الجامعي لنفسه لا يتأثر بنقد الآخرين له، إنما بدرجة ثقته بنفسه وتقييمه لها .

مما سبق يتأكد لنا أن مشاركة الطالب الجامعي لزملائه ومساعدته لهم في مختلف الأنشطة سواء داخل الجامعة أو خارجها يزيد من تقدير الذات لديه ولا يتأثر بنقد الآخرين له .

يمكن القول بوجه عام أن نتائج هذه الفرضية تسير وفق التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه وهو توجد علاقة ارتباطية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر علم النفس .

3-2-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثالثة :

نصت الفرضية الفرعية الثالثة لهذه الدراسة على :

توجد علاقة ارتباطية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان ***Rho de Correlation Spearman*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المتغيرين والجدول رقم (20) يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (20) يوضح قيمة معامل الارتباط بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.

متغيري الدراسة	وتقدير الذات			
	حجم العينة	معامل الارتباط سبيرمان *Spearman*	مستوى الدلالة	القرار
المهارات الأكاديمية	***120***	***0,320****	***0,000***	دال احصائيا عند (α=0.01)،

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لمحور **المهارات الأكاديمية وتقدير الذات حيث** بلغت ***(0,320**)*** هي قيمة ضعيفة وموجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ***(α=0.01)***، بمعنى كلما زاد مستوى **المهارات الأكاديمية زاد مستوى تقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى ماستر علم النفس**، وعليه نستنتج وجود علاقة طردية بين متغيري الدراسة وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي

نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين **المهارات الأكاديمية وتقدير الذات** وقبول الفرضية البحثية التي تؤكد وجود علاقة بين **المهارات الأكاديمية وتقدير الذات** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ***99%*** مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة ***1%***.

هذا ما اتفق مع دراسة **روتجر وانجلس** (***2002***) بعنوان :"الممارسات الوالدية والمهارات الاجتماعية وعلاقة الأقران في مرحلة المراهقة". حيث توصلت هذه الدراسة إلى أن المراهقين ذوي المهارات المرتفعة كانوا أكثر مشاركة لأصدقائهم وذلك عكس المراهقين الذين يشعرون بالقلق حول فعل أو عدم فعل شيء ما اتجاه الآخرين، فنجدهم أقل انخراطا في العلاقات بالأقران والاشتراك في نشاطاتهم .

بمعنى أن أي شخص ليس لديه علاقات مع الآخرين وأقل انخراطا بهم يشعر دائما بالقلق ويكون تقديره لذاته منخفض .

هذا ما اتفق مع دراسة **جريفين** (***1997***) بعنوان :"العلاقة بين المهارات الاجتماعية والسلوكات المرتبطة بالعمل داخل الفصل". وتوصلت على نتيجة أن طلاب ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة تزداد قدرتهم على التحصيل الدراسي وإتباع التعليمات والمثابرة لمتابعة هذا التفوق .

حيث أكد **روزنبورغ** أن تقييم الفرد لذاته من خلال ما هو سائد من معايير في الوسط المحيط بالفرد بمعنى أن الفرد يكوّن تقديره لذاته من خلال المحيط والمعايير الإجتماعية وما يحكمها من قوانين .

وهذا ما أكدته نظرية **زيلر** لتقدير الذات حيث اعتبر أن تقدير الذات ما هو إلا بناء اجتماعي، بمعنى أن تقييم الذات ما هو إلا بناء اجتماعي بمعنى أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في إطار المرجعي الإجتماعي .

مما سبق يتأكد لنا أن الطالب الجامعي من خلال علاقاته بالآخرين والتواصل معهم يشعر بتقدير ذات مرتفع من خلال المحيط الإجتماعي وما يحكمه من قوانين .

يمكن القول بوجه عام أن نتائج هذه الفرضية تسير وفق التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه وهو توجد علاقة ارتباطية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر علم النفس .

4-2-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الفرعية الرابعة :

نصت الفرضية الفرعية الرابعة لهذه الدراسة على :

توجد علاقة ارتباطية بين الطاعة وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان ***Rho de Correlation Spearman*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المتغيرين والجدول رقم (21) يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (21) يوضح قيمة معامل الارتباط بين الطاعة وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.

متغيري الدراسة	وتقدير الذات			
	حجم العينة	معامل الارتباط سبيرمان *Spearman*	مستوى الدلالة	القرار
الطاعة	***120***	***0,336****	***0,000***	دال إحصائيا عند ***(α=0.01)***،

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لمحور **الطاعة وتقدير الذات حيث** بلغت ***(0,336**)*** هي قيمة ضعيفة وموجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ***(α=0.01)***، بمعنى كلما زاد مستوى **الطاعة زاد مستوى تقدير الذات لدى طلبة السنة الاولى ماستر علم النفس**، وعليه نستنتج وجود علاقة

طردية بين متغيري الدراسة وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين **الطاعة وتقدير الذات** وقبول الفرضية البحثية التي تؤكد وجود علاقة بين **الطاعة وتقدير الذات** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ***99%*** مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة ***1%***.

هذا ما تفق مع دراسة **جريفين** (***1997***) بعنوان :" العلاقة بين المهارات الاجتماعية والسلوكات المرتبطة بالعمل داخل الفصل، وتوصلت هذه الدراسة إلى أن الطلاب ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة تزداد قدرتهم على التحصيل الدراسي وإتباع التعليمات والمثابرة لمتابعة التفوق ".

وتقدير الذات طبقا **لزيلر** مفهوم يربط كل من تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى .

وهذا ما اتفق مع دراسة **إليس إيس جي** (***1999***) بعنوان :"مفهوم تقدير الذات عند المراهقين". حيث توصلت إلى نتائج من بينها أن تقدير الذات يختلف طبقا لإرادة الفرد .

وقد صنف **بيلاك** المهارة الاجتماعية إلى عدة مكونات من بينها مهارات الإدراك الاجتماعي والمقصود بها هو الشخص الذي يستطيع أن يعرف متى وأين وكيف يصدر الاستجابات المختلفة، وتشمل فهم الإشارات الاجتماعية والقوانين والتعليمات، والانتباه والتنبؤ أثناء التفاعل .

مما سبق يتأكد لنا أن الطالب الجامعي عندما يتبع القوانين والتعليمات الموجودة في المحيط الإجتماعي سواء داخل أو خارج الجامعة يتحقق له التكيف والتوافق النفسي وتقدير الذات، لأنه في مرحلة عمرية تمكنه من أن يكتسب درجة عالية من النضج والوعي والقدرة على التمييز كل ما يخدم مصلحته، أو من خلال التنشئة الإجتماعية حيث يعيش الفرد في المجتمع فيكتسب العادات والتقاليد ويتعلم القوانين الموجودة فيه التي يتبعها لاإراديا وتتطور مع مرور الوقت وهذا يحدث نتيجة تقديره لذاته ولكي يحقق التكيف بين نفسه وبين مجتمعه .

يمكن القول بوجه عام أن نتائج هذه الفرضية تسير وفق التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه وهو توجد علاقة ارتباطية بين الطاعة وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

1-2-5 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الفرعية الخامسة :

نصت الفرضية الفرعية الخامسة لهذه الدراسة على :

توجد علاقة ارتباطية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر علم النفس .

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان ***Spear Rho de Correlation man*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المتغيرين والجدول رقم (22) يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (22) يوضح قيمة معامل الارتباط بين التوكيدية وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.

متغيري الدراسة	وتقدير الذات			
	حجم العينة	معامل الارتباط سبيرمان *Spearman*	مستوى الدلالة	القرار
التوكيدية	***120***	***0,280****	***0,000***	دال إحصائيا عند ***(α=0.01)***

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لمحور **التوكيدية وتقدير الذات حيث** بلغت ***(0,280**)*** هي قيمة ضعيفة وموجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ***(α=0.01)***، بمعنى كلما زاد مستوى **التوكيدية زاد مستوى تقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى ماستر علم النفس**، وعليه نستنتج وجود علاقة طردية بين متغيري الدراسة وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين **التوكيدية وتقدير الذات** وقبول الفرضية البحثية التي

تؤكد وجود علاقة بين **التوكيدية وتقدير الذات** ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ***99%*** مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة ***1%***.

هذا ما اتفق مع دراسة **روتجر وانجلس** (***2002***) بعنوان :"الممارسات الوالدية والمهارات الاجتماعية وعلاقة الأقران في مرحلة المراهقة". وتوصلت إلى نتائج من بينها أن المراهقين ذوي المهارات الإجتماعية المرتفعة كانوا أكثر انخراطا في الجماعات كما كانوا أيضا أكثر مشاركة لأصدقائهم في العديد من الأنشطة بالإضافة لإحساسهم بالتعلق الوجداني بهم .

واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة **علوطي سهيلة** (***2008***) بعنوان :"العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى الطالب الجامعي". وأشارت النتائج إلى وجود علاقة بين الطلبة في دافعيتهم للإنجاز تعود لاختلاف مستوى تقديرهم (مرتفع، منخفض) .

هذا ما اتفق مع دراسة **إليس إيس جي** (***1999***) بعنوان :"مفهوم تقدير الذات عند المراهقين "حيث توصلت إلى عدة نتائج من بينها: أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية وليست الداخلية ومن هذه العوامل الإنجازات الدراسية، المدح والثناء، مساعدة الآخرين .

مما سبق يتأكد لنا أن تكوين الطالب الجامعي للعلاقات مع الأصدقاء والآخرين ومشاركتهم مختلف الأنشطة يزيد من التعلق الوجداني ودافعيته للإنجاز وتقديم الأكثر لهم، فإذا كان لديه علاقات أكثر بالآخرين تدفعه بالضرورة للإنجاز ويتكون له تقدير عالي لذاته من خلال تعبير الآخرين عن مشاعرهم له ومدحه والثناء عليه .

يمكن القول بوجه عام أن نتائج هذه الفرضية تسير وفق التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه وهو توجد علاقة ارتباطية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

2- استنتاج عام :

بعد عرض نتائج الدراسة الحالية ومناقشتها كان مجمل ما توصلنا إليه حسب الترتيب ما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية طردية بين المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى السنة أولى ماستر علم النفس .

- توجد علاقة ارتباطية طردية بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

- توجد علاقة ارتباطية طردية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

- توجد علاقة ارتباطية طردية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

- توجد علاقة ارتباطية طردية إحصائية بين الطاعة وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

- توجد علاقة ارتباطية طردية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس .

وتمت مناقشة هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للدراسة وخصائص العينة .

خاتمة

تطرق هذا البحث إلى مفهومين أساسين يؤثران بشكل مباشر في شخصية الطالب الجامعي، أولهما المهارات الاجتماعية التي تعتبر موضوعا من المواضيع التي اهتم بها علم النفس وعلم النفس الإجتماعي، وهذا لإعتبارها من العناصر المهمة التي تحدد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به وللطالب مع المحيطين به في الوسط الجامعي، حيث تدخل المهارات الاجتماعية في كل مظهر من مظاهر حياته المختلفة، وبشكل خاص خلال مواصلته دراسته بالجامعة، فقدرته على تكوين علاقات اجتماعية تحدد درجة شعبيته بين زملائه ومدى قدرته على الإفادة والإستفادة منهم وهذا ماينعكس بشكل كبير على ذاته وعلى إدراكه لفاعليتها .

أما المفهوم الثاني فهو تقدير الذات الذي يعد من أهم الخبرات السيكولوجية للإنسان والذي اعتبره **فرانك *franck*** وزملاؤه من الأبعاد التي يضعها الفرد ومن خلالها يرى ذاته والآخرين، فهو عامل من العوامل التي لها تأثير كبير على السلوك وعلى الصحة النفسية للطالب الجامعي، فتقدير الذات الإيجابي بالنسبة للطالب له أهمية بالغة في مستقبل حياته وذلك لما تعكسه من تصور ورؤية تجاه المحيط الذي يعيش فيه، فكلما زادت قيمة الذات لديه كان تفاعله مع الآخرين إيجابيا، ولكن إذا استمد تقديره من الآخرين فسيجعل قيمته الذاتية مرتبطة بنوع العمل أوبما لديه من مال أو إكرام أو حب الآخرين له، وهو من غير شعور يضع نفسه على حافة هاوية خطيرة لإسقاط ذاته على مشاعر الإخفاق، وهذا يوحي إلينا بذات ضعيفة لأن التقدير والإحترام لأنفسنا ينبع من مصدر خارج أنفسنا وخارج تحكمنا .

كما تطرق البحث إلى العلاقة بين المفهومين (المهارات الاجتماعية وتقدير الذات) لدى الطالب الجامعي والتي كانت علاقة ارتباطية طردية بينهما فهما يؤثران في بعضهما البعض، فكلما زادت المهارات الاجتماعية عند الطالب زاد تقديره لذاته تجاه جميع الموضوعات الإجتماعية، الإقتصادية، المهنية وكلما قلت المهارات الاجتماعية قل تقدير الذات لديه وظهرت أعراضه النفسية والجسمية .

وبناءا على ما توصل إليه البحث من نتائج تم وضع جملة من الإقتراحات والآفاق والتي من الممكن أن تفيد في دراسات لاحقة لنفس الموضوع أو تكون انطلاقة لمواضيع بحثية جديدة .

اقتراحات البحث :

إكمالا للفائدة المرجوة من البحث الحالي نقترح ما يلي :

- ضرورة الإهتمام بالإرشاد التربوي والنفسي في الجامعات والعمل على فتح مكتب للاستشارة النفسية التي تعنى بمشكلات الطلبة .
- ضرورة الإهتمام باكتساب طلبة الجامعة للمهارات الإجتماعية وتوفير برامج لتنميتها .
- إجراء دراسات مستقبلية أخرى للكشف عن علاقة كل بعد من أبعاد المهارات الإجتماعية بتقدير الذات .
- تفعيل نشاط حصص المرافقة البيداغوجية المقدمة في الجامعات لتنمية تقدير ذات إيجابي للطالب الجامعي .
- توفير برامج إرشادية جامعية لتنمية تقدير الذات الإيجابي لدى الطالب الجامعي .
- بناء وتقنين اختبارات ومقاييس جزائرية خاصة بواقعها تقيس المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدى فئة الطلبة في المجتمع الجزائري .
- أن تعمل الجامعات على توفير بعض الفعاليات والبرامج والأنشطة العلمية والرياضية والترفيهية من أجل مساعدة الطلبة في التخفيف من المشكلات النفسية .

آفاق البحث :

تود الطالبة الإشارة إلى أهمية مجموعة من البحوث التي من شأنها إن أنجزت أن تضيف إضاءات مهمة على مشكلة البحث، وتجلى ما بقي فيه من مساحات غامضة ،لذا تقترح الباحثة القيام بالدراسات الآتية :

- إجراء دراسة حول المهارات الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات وفقا للمتغيرات التالية : الجنس، السن، التخصص العلمي .
- دراسة العلاقة بين تقدير الذات وكل من المستوى الإجتماعي والاقتصادي وبعض السمات الشخصية لدى طلبة الجامعة .
- دراسة العلاقة بين المهارات الإجتماعية وكل من المستوى الإجتماعي والاقتصادي وبعض سمات الشخصية لدى الطلاب بالمرحلة الجامعية .
- إجراء دراسة مماثلة على طلاب من كليات مختلفة وطلاب المراحل الأخرى .

قائمة المراجع

1- الكتب :

1. أبو جادو صالح (2007)، سيكولوجية التنشئة الإجتماعية، ط2، الأردن :دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
2. الجوهري محمد (1995)، دراسة في علم الاجتماع، ط2، بيروت :دار المعارف .
3. الزيتوني منى (2005)، اختلاط المراهقين في التعليم وأثره على مهاراتهم الإجتماعية، د.ط، القاهرة :دار الكتاب الجامعي .
4. زرواتي رشيد (2000)، تدريبات على منهجية البحث في العلوم الإجتماعية، ط1، الجزائر :دار هومة .
5. عاقل فاخر (1976)، علم النفس التربوي، ط3، بيروت :دار العلم للملايين .
6. يوسف عصام (2006)، التوجيه التربوي والإرشاد النفسي، د.ط، عمان، الأردن .
7. السيّد أبو هاشم (2002)، سيكولوجية المهارات، د.ط، القاهرة :مكتبة زهراء الشرق.
8. السيّد خير الله (1981)، مفهوم الذات، بيروت :دار النهضة العربية .
9. السيد محمد عبد الرحمان (2004)، علم النفس الاجتماعي المعاصر، د.ط، مصر :دار الفكر العربي.
10. الشناوي أحمد (2001)، التنشئة الإجتماعية للطفل، ط1، الأردن :دار الصفاء .
11. العمري ابراهيم (1983)، مقدمة علم النفس، د.ط، القاهرة :الأنجلو مصرية .
12. أمل محمد حسونة (2007)، المهارات الإجتماعية لطفل الروضة، د.ط، د.ب :الدار العالمية للنشر والتوزيع .
13. بطرس حافظ بطرس (2008)، التكيف والصحة النفسية، ط1،عمان الأردن :دار المسيرة .
14. دويدار عبد الفتاح محمد (1993)، سيكولوجية النمو، د.ط، لبنان :دار النهضة .
15. زهران حامد عبد السلام (2000)، علم النفس الاجتماعي، د.ط، مصر :عالم الكتب
16. زهران حامد عبد السلام (2005)، علم النفس النمو، ط1، مصر :عالم الكتب .

17. سليم مريم (2003)، الثقة بالنفس وتقدير الذات، د.ط، بيروت :دار النهضة .
18. طلعت منصور، أنور الشرقاوي (1989)، علم النفس العام، د.ط، القاهرة :مكتبة الأنجلو المصرية .
19. عبد الحميد ليلي (1985)، مقاييس تقدير الذات للكبار والصغار، د.ط، القاهرة :دار النهضة العربية.
20. فايد جمال عطية (2009)، سيكولوجية الأطفال، د.ط، الأزاريطة :دار الجامعة الجديدة .
21. فايد حسين (2005)، مدخل إلى العلاج النفسي، د.ط، طنطا:دار التركي للنشر والتوزيع .
22. فرج صفوت (1998)، القياس النفسي، ط1، القاهرة :دار الفكر العربي .
23. فرج طريف شوقي محمد (1998)، المهارات الإجتماعية والإتصالية، د.ط، القاهرة :دار غريب.
24. فيوليت فؤاد إبراهيم، سيد عبد الرحمان سليمان (1988)، دراسات في سيكولوجية نمو الطفولة والمراهقة، مصر :مكتبة زهراء الشرق .
25. كاشف فؤاد إيمان، عبد الله هشام (2009)، القياس النفسي الإجتماعي، د.ط، القاهرة :دار الكتاب الحديث .
26. يحياوي محمد جمال (2003)، دراسات في علم النفس، د.ط، الجزائر : دار الغرب.
27. –سلامة ممدوحة (2009)، مقدمة في علم النفس، د.ط، القاهرة :دار النصر للتوزيع والنشر .
28. –شاش سهير محمد سلامة (2015)، تنمية المهارات الحياتية والإجتماعية لذوي إحتياجات الخاصة، ط1، القاهرة :مكتبة زهراء الشرق .

2- المجلات :

29. - السمادوني سيد (1994)، مفهوم الذات لدى أطفال ماقبل المدرسة في علاقته بالمهارات الإجتماعية للوالدين، مجلة دراسات نفسية،رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، المجلد 4، العدد 3.

30. - حسيب، عبد المنعم عبد الله (2001)، المهارات الإجتماعية وفعالية الذات لطلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين، مجلة علم النفس، العدد 59 .

31. علي عبد السلام (2001)، السلوك التوكيدي والمهارات الإجتماعية وعلاقتهما بالسلوك الإنفعالي للغضب بين العاملين والعاملات، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب،المجلد 3، العدد 57 .

3-الرسائل العلمية :

32. أبو سريع أسامة (1986)، اضطراب المهارات الإجتماعية لدى المرضى النفسيين، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة القاهرة .

33. أبو معلا طالب صالح (2006)، المهارات الإجتماعية وفعالية الذات وعلاقتها بالاتجاه نحو مهنة التمريض لطلبة كليات التمريض في قطاع غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة .

34. أبو منصور حنان خضر (2011)، الحساسية الإنفعالية وعلاقتها بالمهارات الإجتماعية لدى المعاقين سمعيا في محافظات غزة، رسالة ماجستير في علم النفس، تخصص إرشاد نفسي، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة .

35. أبو هويشل رائد (2013)، الشخصية السيكوباتية وعلاقتها بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى السجناء المودعين بسجن غزة المركزي، رسالة ماجستير، كلية التربية في الجامعة الإسلامية، غزة .

36. أحمد جاد الرب(2003)، المهارات الإجتماعية وعلاقتها بإضطراب الإنتباه لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان.

37. أمزيان زبيدة (2006)، علاقة تقدير الذات ومشكلاته وحاجاته، دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس، أطروحة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، قسم علم النفس المدرسي، جامعة الحاج لخضر، باتنة .

38. حميدة زهرة (2005)، تقدير الذات والدافعية للإنجاز عند المراهق المتمدرس، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر، معهد علم النفس وعلوم التربية والأرطفونية .

39. خرزي غنية (2012)، أهمية المهارات الإجتماعية في تحقيق النفسي الإجتماعي لدى الشباب البطال، مذكرة ماجستير في علم النفس الإجتماعي، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، الجزائر .

40. شقير زينب (1997)، المهارات الإجتماعية ومستوى الطموح وبعض المتغيرات الشخصية الأخرى لدى عينات من ذوي الإضطرابات مختلفة الشدة من السيكوسوماتيين، جامعة عين الشمس، القاهرة .

41. الضيدان محمد ضيدان الحميدي (2003)، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة لمدينة الرياض، رسالة ماجستير، قسم العلوم الإجتماعية، الرياض .

42. عبد الحميد رجيعة وابراهيم الشافعي (2002)، المهارات والتوافق الدراسي وعلاقتها بالإكتئاب لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، القاهرة .

43. عبد الحميد وهبه هدى ابراهيم (2010)، المهارات الإجتماعية وعلاقتها بأعراض الوحدة النفسية لدى المراهق، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة حلوان .

44. عبد العزيز محمد (2000)، تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة ماجستير، جامعة عين الشمس .

45. الحربي عواض بن محمد عويض (2003)، مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى طلاب الصم، رسالة ماجستير، قسم العلوم الإجتماعية، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية .

46. العبيدي عيدالي دليلة (2011)، الخجل وعلاقته بتقدير الذات لدى المراهق المتمدرس في السنة الرابعة متوسط، مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي .

47. علوطي سهيلة (2008)، العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى الطالب الجامعي، رسالة ماجستير، جامعة جيجل، جيجل .

48. قليوبي خالد محمد (2004)، سمات الشخصية والرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية .

49. لبوازدة عبد الحق (2011)، تأثير الضغط النفسي على التوافق النفسي الإجتماعي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بكلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر (2).

50. مغلاوي أحمد (2010)، العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الدراسي عند طلبة المدرسة العليا للأساتذة، رسالة ماجستير، جامعة الحاج لخضر، باتنة .

51. نجلاء صوفي (2005)، تصميم برنامج أنشطة لعب لإكتساب أطفال الرياض الصم بعض المهارات الإجتماعية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان .

52. النفيعي فؤاد بن معتوق عبد الله (2009)، المهارات الإجتماعية وفاعلية الذات لدى عينة من المتفوقين والعاديين من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة جدة، رسالة ماجستير علم النفس، تخصص إرشاد نفسي، كلية التربية بجامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية .

الملاحق

- **الملحق رقم (01): مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس تقدير الذات.**

- **الملحق رقم (02): نتائج فرضيات الدراسة.**

الملحق رقم (01)

جامعة المسيلة .

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية .

ـ قسم علم النفس ـ

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة تحية طيبة وبعد ....

في إطار التحضير لإنجاز بحث علمي تحت عنوان "المهارات الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر تخصص علم النفس بجامعة المسيلة "، نتقدم إليكم أيها الطلبة الأفاضل بهذين المقياسين، راجين منكم التعاون بالإجابة الموضوعية والدقيقة على العبارات الواردة فيهما :

-عدم ترك العبارة دون الإجابة عليها .

-ألا يكون هناك أكثر من علامة أمام العبارة الواحدة .

تعاونكم خدمة للعلم ومساهمة تشكرون عليها، ونحيطكم علما بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فالإجابة الصحيحة طالما أنها تعبر عن رأيك بصدق، وتأكد(ي) أن المعلومات تبقى سرية وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط .

البيانات الأولية :

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

شكرا جزيلا على تعاونكم .

الطالبة :فراحتية نورة

مقياس المهارات الاجتماعية

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	لا يحدث
1	أقوم بمجاملة أصدقائي ومدحهم والثناء عليهم			
2	أعرض مساعدتي على أصدقائي عند الحاجة			
3	أدعو أصدقائي لمشاركة في اللعب			
4	أشارك أصدقائي في المناقشات والأحاديث			
5	أقف مع أصدقائي وقت الشدة وأدافع عن حقوقهم			
6	أنا محبوب من أصدقائي والجميع يريد أن أنظم لأشاركهم أنشطتهم ويكونوا معي			
7	أمتلك مهارات وقدرات تجعل أصدقائي معجبين بي			
8	أبادر بالمشاركة في الحديث والحوار مع أصدقائي			
9	أنا شديد الإحساس بمشاعر أصدقائي فأتعاطف معهم وأفهمهم جيدا			
10	أمتلك مهارات قيادية تؤهلني للقيام بدور القائد بين أصدقائي			
11	أستطيع تكوين صداقات بسهولة ولدي العديد من الأصدقاء			
12	أتمتع بروح الفكاهة وأشارك الآخرين المرح والضحك			
13	أستطيع أن أواجه المشكلات بهدوء وأتحكم في انفعالاتي وقت الغضب			
14	أتبع القواعد والقوانين ولا أتعدى حدودي			
15	أمتلك القدرة على فض النزاعات والتصالح مع الآخرين			
16	أتقبل انتقادات الآخرين عن طيب خاطر			
17	أتجاهل الإغاضة وأتصرف مع الأمور بحكمة			
18	أتعاون مع الآخرين في العديد من المواقف			
19	أعتمد على نفسي في إتمام المهام والواجبات المطلوبة مني			
20	أستطيع إنجاز المهام المطلوبة مني دون الإعتماد على الآخرين			
21	أستجيب لتعليمات الأساتذة وأنفذها			
22	أسعى لتحقيق الإتقان فيما اقوم به من أعمال			
23	أجيد استغلال وقت الفراغ			
24	لا أتردد في طلب المساعدة أو السؤال عند الحاجة لذلك			
25	أتجاهل تشتيت أصدقائي لي أثناء أداء العمل			
26	أتبع التعليمات والإرشادات الموجهة لي			
27	أتبع اللوائح والقوانين			
28	أستغل الوقت بطريقة جيدة			
29	لا أمانع في مشاركة أصدقائي في أشيائي الخاصة			
30	أستجيب للنقد بطريقة جيدة			

31	أستطيع إتمام المهام المطلوبة			
32	أبدأ بالحوار مع الآخرين			
33	أعترف بالجميل			
34	أدعو أصدقائي للمشاركة في اللعب والترفيه			
35	ثقتي بنفسي كبيرة			
36	أكوّن صداقات كثيرة			
37	أعترض على القوانين غير العادلة			
38	أجيد تقديم نفسي للأشخاص الذين أراهم لأول مرة			
39	تظهر ثقتي بنفسي أمام الجنس الآخر			
40	أستطيع أن أعبر عن مشاعري عندما يخطىء أحد في حقي			
41	أحب أن أشارك في الأنشطة الجماعية			

مقياس تقدير الذات

الرقم	العبارات	غالبا	أحيانا	نادرا
1	تنقصني الثقة بالنفس			
2	أشعر بالرضي عن حياتي الحالية			
3	أشعر بالرضي إزاء مستقبلي المشرق			
4	إنني غير راض عن أصدقائي			
5	أشعر بعدم الرضي عن مظهري الخارجي			
6	لا أحظى باحترام الناس بالدرجة التي تليق بي			
7	لا أشعر أني فردا مؤثرا في أسرتي			
8	أنا راض عن الأعمال التي أقوم بها			
9	أكره التواضع الذي يشعرني بالدونية			
10	أفكاري تحظى بتقدير الآخرين			
11	دائما مايفتقدني الآخرين			
12	أنا مطمئن لتحقيق طموحي			
13	إن زملائي ينصتوا إلى ما أقوله باهتمام			
14	أشعر بأن ليس لوجودي قيمة كبيرة في المجتمع			
15	أشعر بالقدرة على تحقيق أهدافي			
16	أشعر بأني أقل من زملائي في القيمة الإجتماعية			
17	أنا أحتاج إلى من يساعدني فيما أقوم به من أعمال			
18	أنا أعتقد أن أفكاري في الحياة تقودني إلى النجاح			
19	أستمتع بوقت فراغي			
20	أشعر بالهوان وتأنيب الضمير			

21	أحترم نفسي			
22	أحمل نفسي على ما يليق بها من تقدير واحترام			
23	أشعر بالفشل قبل اقتحامي المواقف			
24	أنا أشعر بأني جدير باحترام الآخرين لي			
25	ينتابني الغرور في بعض المواقف			
26	قدراتي وثقتي تمكنني من اقتحام المواقف الجديدة			
27	أضع نفسي في المكان المناسب			
28	ينتابني الشعور بأني لا أصلح لشيء			
29	أعاتب نفسي كلما تذكرت عيوبي			
30	أنا لست راضيا عن علاقاتي بوالدي لأنهما لا يقدراني			
31	أنا أبغض الآخرين من حولي			
32	يسعدني اكتساب الخبرات الجديدة			
33	أواجه فشلي بروح رياضية			

الملحق رقم (02) نتائج فرضيات الدراسة

ملاحق SPSS الدراسة الأساسية

Tests de normalité						
	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
المهارات الاجتماعية	0,146	120	0,000	0,921	120	0,000
تقدير الذات	0,135	120	0,000	0,942	120	0,000
a. Correction de signification de Lilliefors						

Corrélations				
			المهارات الاجتماعية	تقدير الذات
Rho de Spearman	المهارات الاجتماعية	Coefficient de corrélation	1,000	,360**
		Sig. (bilatéral)		0,000
		N	120	120
	تقدير الذات	Coefficient de corrélation	,360**	1,000
		Sig. (bilatéral)	0,000	
		N	120	120
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).				

Corrélations				
			العلاقة مع الزملاء أو الأقران	تقدير الذات
Rho de Spearman	العلاقة مع الزملاء أو الأقران	Coefficient de corrélation	1,000	,302**
		Sig. (bilatéral)		0,001
		N	120	120
	تقدير الذات	Coefficient de corrélation	,302**	1,000
		Sig. (bilatéral)	0,001	
		N	120	120
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).				

Corrélations

			إدارة الذات	تقدير الذات
Rho de Spearman	إدارة الذات	Coefficient de corrélation	1,000	,248**
		Sig. (bilatéral)		0,006
		N	120	120
	تقدير الذات	Coefficient de corrélation	,248**	1,000
		Sig. (bilatéral)	0,006	
		N	120	120

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

Corrélations

			المهارات الاكاديمية	تقدير الذات
Rho de Spearman	المهارات الاكاديمية	Coefficient de corrélation	1,000	,320**
		Sig. (bilatéral)		0,000
		N	120	120
	تقدير الذات	Coefficient de corrélation	,320**	1,000
		Sig. (bilatéral)	0,000	
		N	120	120

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

Corrélations

			الطاعة	تقدير الذات
Rho de Spearman	الطاعة	Coefficient de corrélation	1,000	,336**
		Sig. (bilatéral)		0,000
		N	120	120
	تقدير الذات	Coefficient de corrélation	,336**	1,000
		Sig. (bilatéral)	0,000	
		N	120	120

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

Corrélations

			لتوكيدية	تقدير الذات
Rho de Spearman	لتوكيدية	Coefficient de corrélation	1,000	,280**
		Sig. (bilatéral)		0,002
		N	120	120
	تقدير الذات	Coefficient de corrélation	,280**	1,000
		Sig. (bilatéral)	0,002	
		N	120	120

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

تم بحمد الله