

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس LMD

تخصص: إرشاد وتوجيه

بغنوان:

المساندة الأسرية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطالبات
المقيمات بالإقامة الجامعية حسوني رمضان

إشراف الأستاذ:

د. بوجلال السعيد

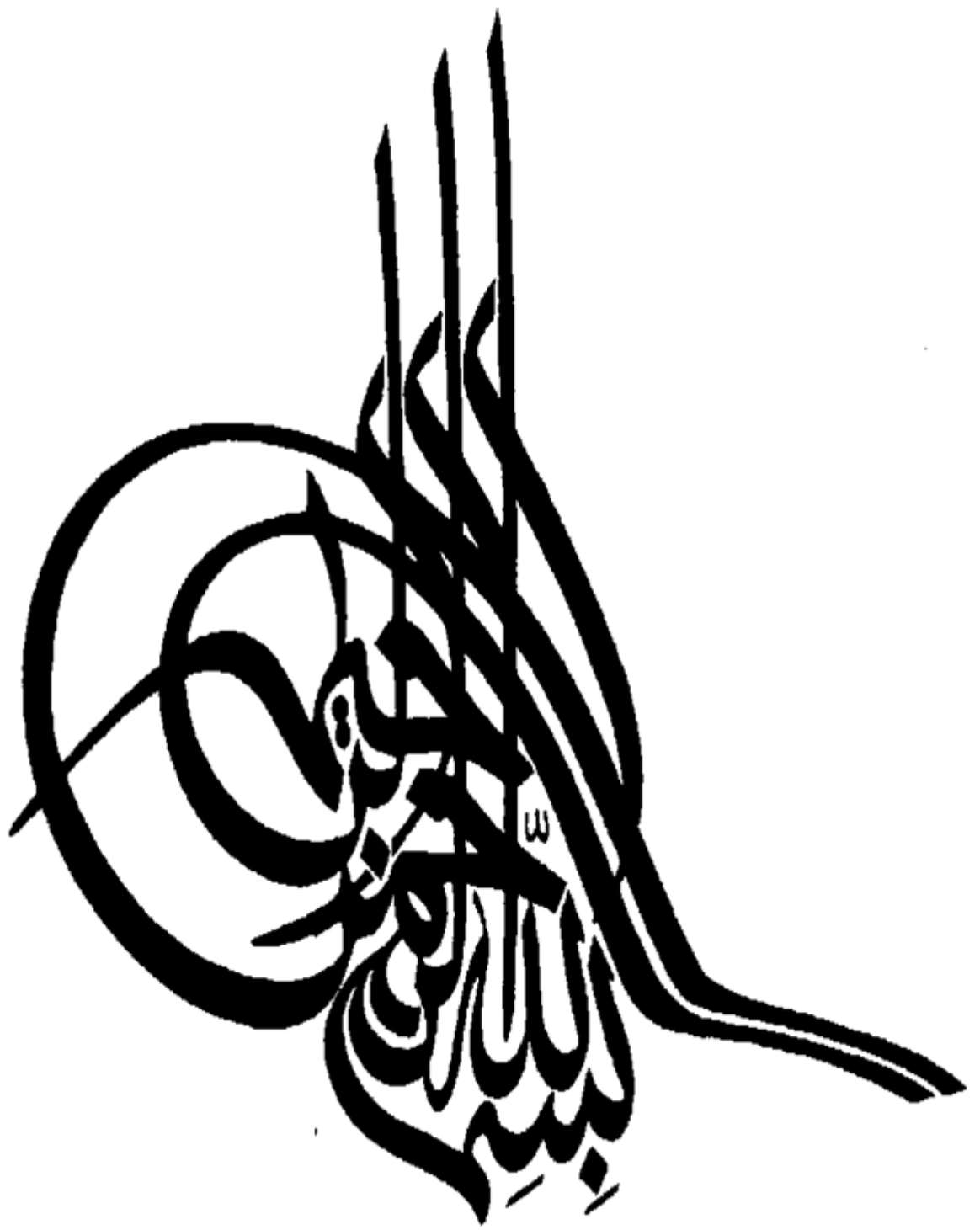
إعداد الطلبة:

- بن كروش حميدة

- زرواق خضراء

- سعيدي نصيرة

السنة الجامعية: 2020/2019



** شكر وتقدير **

الحمد لله الذي يسّر لنا درب الدراسة ووفقنا فيه وبعد:
نشكر المولى عز وجل الذي أتم علينا نعمته ومنحنا القدرة والصبر
على إنجاز هذا العمل المتواضع
وخالص الشكر إلى المشرف على هذا العمل الأستاذ الدكتور بوجلال
السعيد على نصائحه القيمة وتوجيهاته الصائبة
وإلى كل من نحترمهم ونقدرهم أساتذتنا الكرام
من الابتدائي إلى الطور الجامعي

إلى كل هؤلاء شكرا لكم



فهرس المحتويات

شكر وعرّفان
فهرس المحتويات
مقدمة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1-الإشكالية
 - 2- فرضيات الدراسة
 - 3- أهمية الدراسة
 - 4- أهداف الدراسة
 - 5- مفاهيم الدراسة
 - 6- الدراسات السابقة
 - 7- منهج الدراسة
- خلاصة

الفصل الثاني: المساندة الأسرية

- تمهيد
- 1- مفهوم المساندة الأسرية
 - 2- أهمية المساندة الأسرية
 - 3- مصادر المساندة الأسرية
 - 4- المساندة الاجتماعية مقابل المواجهة
 - 5- النماذج المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الأسرية
- خلاصة

الفصل الثالث: تقدير الذات

- تمهيد
1. مفهوم التعليم الثانوي.

2. أهمية المرحلة الثانوية.
3. أهداف التعليم الثانوي.
4. مراحل التعليم الثانوي في الجزائر ووضعيته.
5. تقويم التلاميذ في المرحلة الثانوية.
6. التحصيل الدراسي في المرحلة الثانوية.
7. الامتحانات .
8. شهادة البكالوريا.

خلاصة.

خاتمة

قائمة المراجع

مقدمة

مقدمة:

اهتم الدين الإسلامي الحنيف بتربية الأبناء وحث الآباء على إكرامهم والاهتمام بأبنائهم لما في ذلك من أثر في سلوكهم في مستقبلهم، حيث قال الرسول الكريم عليه الصلاة والسلام: (أكرموا أولادكم وأحسنوا أدبهم).

وتعد الأسرة أول وأهم وسيط لعملية تنشئة الطفل، فأسرته تحدد هويته ومركزه في المجتمع، كما تؤثر الأسرة على نمو الطفل النفسي ونموه العقلي والجسمي والاجتماعي، وذلك عن طريق مساندة ما ديا ومعنويا، ويقصد بالمساندة الأسرية لأفرادها هي توفير الأمن والمودة والحب واستمرار مشاعر الصداقة مدة طويلة، فالحياة الأسرية مصدر الحب والصحة الطيبة في مواقف السراء والضراء، مما يجعل المساندة وظيفة أساسية في تنمية الصحة النفسية وفي الوقاية من الانحرافات النفسية، حيث يجب على الآباء الوقوف مع ابنائهم من خلال إدراك المشاكل والضغوطات التي يتعرض لها أبنائهم والتعاطف معهم وإحساسهم بمشاعره في الفرح والحزن، فيزداد ثقة بنفسه وأهله ويزداد فرحا في السراء ويزداد صبورا في الضراء بوجود أهله من حوله، فالأسرة هي المكان الذي يشعر فيه كل إنسان بالأمن والطمأنينة من أهله.

ويلعب الذات دورا هاما في حياة الإنسان والفرد، حيث أن نظرة الإنسان لنفسه أو لذاته تنعكس في سلوكه من الآخرين ومع المجتمع الذي ينتمي إليه أو البيئة الأسرية التي يتعايش معها، حيث أن النظرة الإيجابية للشخصية تجعله شخص متعاون ومنطلق للحياة ولا يكون عنصر ضار لمجتمعه أو أسرته، في حين أن نظرة الإنسان نظرة سلبية لذاته أو لنفسه يلعب دورا مهما أيضا في علاقاته مع الآخرين بحيث يكون شخصا غير إيجابي ويكون فردا منعزلا مما يسهل عليه عملية الانحراف أو الجنوح وبالتالي يسهل عليه الانحراف للسلوك غير السوي المرتبط بالجنوح.

ولقد انتشر مفهوم الذات في أواخر الستينات وأوائل السبعينات حيث تناوله الباحثون بالدراسة، وربطوا بينه وبين السمات النفسية الأخرى، بل تعدى الأمر إلى أن وضع بعض

العلماء من الحقائق والفروض التي ترقى إلى مستوى النظرية أمثال روزنبرغ وكوبر سميث، ويرى (المعشي 1429هـ) أن تقدير الذات يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالجانب الأسري، فمن خلالها تتشكل شخصية الفرد سواء بالسلب أو الإيجاب.

وكلما ساعدت البيئة الفرد على الشعور بقيمته، ازدادت قدرته على التعامل مع الآخرين وعلى القيام بجميع عمليات التوافق الضرورية لحياته، أما إذا فقد المرء الشعور بقيمته فإن علاقته بالآخرين تسوء، أو يكره نفسه، وكل من حوله حتى يصل إلى مرحلة يبدأ فيها شعورياً في إسقاط مشاعره على الآخرين.

كما يؤكد كل من القحشان والبشر بأن دور البيئة الأسرية وبالأخص المساندة الوالدية للأبناء ودورهما الفعال في تكوين التقدير الإيجابي للذات وعلاقة ذلك بالقلق وينعكس على (تقدير الذات) إيجابياً بالتفاؤل وسلبياً بالتشاؤم.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

- 1- الإشكالية
 - 2- فرضيات الدراسة
 - 3- أهمية الدراسة
 - 4- أهداف الدراسة
 - 5- مفاهيم الدراسة
 - 6- الدراسات السابقة
 - 7- منهج الدراسة
- خلاصة

1-الإشكالية:

إن الإنسان ذلك المخلوق الذي كرمه خلقه لا يمكن أن يعيش بمعزل عن غيره من البشر لأنه مفطور على الاجتماع مع غيره والاتصال بهم عن طريق اللغة المنطوقة وغير المنطوقة عند الحاجة، وعلى تبادل المنفعة معهم فيشبع بذلك حاجاته ويسهم في إشباع حاجات الآخرين، وهو من خلال هذا الاجتماع يتبادل الأفكار والقيم والمشاعر ويقدر الآخرين، ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم، حيث اعتبرت المساعدة أو المساندة الأسرية ظاهرة قديمة قدم الإنسان نفسه. وقد لاحظ الباحثون أن لها آثارا هامة في مواقف الشدة والإجهاد للنفس، وما تقوم به من تخفيض لنتائج الضغوط والمواقف العصبية، فهي تعتبر مصدرا هاما من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان في عالمه الذي يعيش فيه، عندما يشعر أن هناك ما يهدده وعندما يشعر أن طاقته قد استنفذت أو أجهدت ولم يعد بوسعها أن يجابه الخطر وأنه يحتاج إلى مد يد العون.

وتأتي أهمية دراسة تقدير الذات وعلاقتها بالمساندة الأسرية لدى طلاب الجامعة من أهمية تلك المرحلة والتي تحدث فيها تغيرات كثيرة ويصاحبها أن يصير تقدير الذات ووزنها واضح وينعكس ذلك في تعامل هؤلاء الطلاب مع الآخرين، حيث أن تقدير الذات هو ذلك الشعور المجرد الذي يعطي للفرد قيمته الذاتية بالنسبة للآخرين، ويعتبر بمثابة الطاقة النفسية الكامنة داخله، وبالتالي فإن تقدير الذات هو نتاج التفاعل الداخلي للطالب، وفي إطار تقديره لهذه الذات على نحو متوازن، حيث ترى مارجريت ميد Margaret Meade أنه يمكن أن تتشأ إلا في ظروف اجتماعية يمثل كل منها مجموعة من الاستجابات المستقلة بدرجة أو أخرى ومكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية، فقد تنمو لدى الشخص مثلا ذات عائلية تمثل الاتجاهات التي تعبر عن معلمية وزملائه وذوات أخرى بحسب أوجه النشاط الذي يقوم به الشخص.

وانطلاقا مما سبق طرحه تجلت إشكالية بحثنا في التساؤل التالي:

التساؤل العام:

هل توجد علاقة بين المساندة الأسرية وتقدير الذات لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية حسوني رمضان بالمسيلة؟.

التساؤلات الفرعية:

1- هل توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الأسرية وتقدير الذات السلبي لدى الطالبات المقيمات؟.

2- هل توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الأسرية وتقدير الذات الإيجابي لدى الطالبات المقيمات؟.

2- فرضيات الدراسة:**الفرضية العامة:**

توجد علاقة بين المساندة الأسرية وتقدير الذات لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية حسوني رمضان بالمسيلة

الفرضيات الجزئية:

1- توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الأسرية وتقدير الذات السلبي لدى الطالبات المقيمات.

2- توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الأسرية وتقدير الذات الإيجابي لدى الطالبات المقيمات.

3- أهمية البحث:

تتجلى أهمية الدراسة الحالية في النقاط التالية:

-الكشف عن علاقة تقدير الذات الإيجابي لدى الطالبات المقيمات والبيئة الأسرية التي يعيش فيها الطالب من كافة المستويات النفسية والاجتماعية والاقتصادية والتي تزداد تعقيدا مع مرور الوقت خاصة في جوانب متعددة.

- البحث عن أساليب المساندة الأسرية المتبعة من قبل الآباء في مساندة أبنائهم الطلبة والتي يمكن أن تؤثر في تقدير الذات لديهم من حيث توعيتهم ومساندتهم في الجوانب المادية والمعنوية.

- محاولة اكتساب الطالبات المقيمات نتائج إيجابية لتقدير لذاتهم بحيث ينعكس ذلك على الأسرة والمجتمع.

4- أهداف البحث:

- التعرف على تأثير متغيرات الدراسة على تقدير الذات للطالبات المقيمات.

- التعرف على تأثير متغيرات الدراسة على المساندة الأسرية للطالبات المقيمات.

- التوصل إلى طبيعة العلاقة بين محاور استبان المساندة الأسرية واستبانة تقدير الذات.

- الكشف عن العلاقة بين المساندة الأسرية وتقدير الذات لدى الطالبات المقيمات.

5- مفاهيم الدراسة:

5-1- تقدير الذات:

عرف كوبر سميث (1864) تقدير الذات على أنه "تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه هام وقادر وناجح وكفو"، وأيضا يرى "أنه حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية، كما يعبر عن اتجاه الفرد نحو نفسه أو معتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين عن طريق التقارير اللفظية والسلوك الظاهر". (إبراهيم فيوليت فؤاد، 1998، ص 92)

وعرف روزنبرخ تقدير الذات أيضا بقوله أنه: "اتجاهات الفرد الشاملة سالبة كانت أو موجبة، نحو نفسه، فتقدير الذات المرتفع يعني أن الفرد يعتبر نفسه ذات قيمة وأهمية، بينما يعني تقدير الذات المنخفض عدم رضا الفرد عن ذاته، أو رفضها واحتقارها".

بالنسبة لروزنبرغ تقدير الذات هو اتجاهات الفرد نحو نفسه بحيث تكون هذه الاتجاهات غما سالبة أو موجبة، إذا كانت بالإيجاب فإن الفرد يشعر بالرضا عن ذاته أما إذا كانت بالسلب فإنه يشعر برفض ذاته.

5-2- المساندة الأسرية:

"هي إدراك الفرد لوجود أشخاص مهمين في حياته يمكنه الاعتماد عليهم، والثقة بهم، واللجوء إليهم في الأزمات. (حسنين عائدة عبد الهادي، 2004، ص 125)

وتعرف إجرائياً بأنها مجموعة من المواقف التي تساند فيها الأسرة الفرد وتقف بجانبه وتدعمه وتقدم يد العون له، وتتمثل في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المستخدم في البحث.

5-3- الطالب الجامعي:

هو أحد الأطراف الأساسية والفعالة في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي، حيث يسمح له الانتقال من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية وفق عدة معايير، وتكون له الحرية في اختيار التخصص الذي يريده وفقاً لميوله ورغباته ويتمثل في الدراسة الحالية في طالبات مقيمت في الإقامة الجامعية حسوني رمضان لجامعة المسيلة.

6- الدراسات السابقة:

6-1- دراسات متعلقة بالمساندة الأسرية:

أ- دراسة النابلسي (2009) بسورية:

عنوان الدراسة: المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية.

أهداف الدراسة:

- معرفة العلاقة بين الأداء والأفراد على مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة حسب متغيرات البحث (الجنس، السنة الدراسية، السكن).

- معرفة العلاقة بين أداء أفراد العينة على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة حسب متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، السكن).
 - معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة حسب متغيرات البحث (الجنس، السنة الدراسية، السكن).
- عينة الدراسة: بلغ عدد أفراد العينة 696 طالبا وطالبة من ذكور وإناث، ومن المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدينة الجامعية.

أدوات الدراسة:

- * مقياس المساندة الاجتماعية (إعداد الباحثة).
- * مقياس الضغوط النفسية (إعداد الباحثة).
- * مقياس التوافق مع الحياة الجامعية (إعداد الباحثة).

نتائج الدراسة:

- * وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية، حيث تبين أنه كلما زادت المساندة الاجتماعية قلت الضغوط عند الطلبة الجامعيين ما عدا طلبة السنة الأولى تم رفض وجود علاقة بين المساندة والضغوط لديهم.
- * أما فيما يتعلق بالعلاقة بين التوافق والضغوط، فقد تبين وجود علاقة عند كل متغيرات البحث ما عدا طلبة السنة الأولى أيضا.
- * وفيما يتعلق بالعلاقة بين المساندة والتوافق مع الحياة الجامعية بينت النتائج وجود علاقة عند كل متغيرات البحث ولكن أكثر ما كان لصالح طلبة مدينة الجامعة.

ب- دراسة لاروس وآخرون (Larose et all, 2001): الولايات المتحدة الأمريكية:

- عنوان الدراسة: عمليات المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالحالة العقلية ودورها في التوافق الشخصي في نهاية فترة المراهقة.
- أهداف الدراسة: قامت الدراسة باختبار العلاقة الوسيطة بين الحالة العقلية والمساندة الاجتماعية ودور ذلك في تحقيق التوافق الشخصي لدى المراهقين.

- عينة الدراسة: 62 مراهقا ممن تم انتقالهم إلى الكلية بعد نهاية المدرسة الثانوية.
- أدوات الدراسة: استبيانات تتعلق بالتقييمات الأولية والثانوية ووسائل المثابرة من أجل التوافق الشخصي، وقد تم تقييمها من خلال استبيان التقارير الذاتية وتقارير الأقران.
- نتائج الدراسة: كان الميل إلى العزلة مرتبطا بصعوبة الحصول على المساندة من الأقران والمدرسين والانسحاب من قبل الأصدقاء، وكان هناك ميل نحو الانسحاب مرتبطا بالضغط الاجتماعي وارتبطت العزلة والشعور بالوحدة بصعوبة الحصول على المساندة من قبل الأقران والمدرسين.

ج-دراسة موهانراج ولاتا (Mohantaj & Lath, 2005) بالهند:

- عنوان الدراسة: البيئة الأسرية المدركة وعلاقتها بالتوافق والتحصيل الدراسي.
- أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة بين البيئة الأسرية المدرسة والتوافق المنزلي والتحصيل الدراسي لدى البالغين.

- عينة الدراسة: تألفت العينة من 109 مراهق تراوحت أعمارهم بين (14-16) سنة.
- أدوات الدراسة: مقياس البيئة الأسرية، مقياس موس 1986 المستخدم لوصف البيئة الاجتماعية الأسرية وبمقارنة التصورات بين الوالدين والأطفال ولفحص الأوساط الأسرية الفعلية والمفضلة، واستبيان "بل" Bell المعدل عام 1962.

- نتائج الدراسة: وجود علاقة ذات دلالة بين عوامل محددة للبيئة الأسرية المتعلقة بالتوافق الأسري والتحصيل الدراسي، أن البيئة الأسرية تؤثر في التوافق الأسري والتحصيل الدراسي، وقد وصف غالبية أفراد العينة أسرهم على أنهم متمسكة ومنظمة وموجهة نحو الإنجاز، وأن التحصيل الدراسي كان مرتبطا على نحو دال بالاستقلال ومجالات النزاع للبيئة الأسرية.

6-2- دراسات سابقة متعلقة بتقدير الذات:

أ-دراسة علي محمود شعيب (1988):

- هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي عند المراهقين من المجتمع السعودي، واستخدم الباحث مقياس تقدير الذات لرونالد شني

ومقياس القلق الصريح لكاشميديا. تكونت العينة من 141 تلميذ و144 تلميذة من تلاميذ نهاية المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، وتوصلت إلى ما يلي:

- وجود ارتباط سلبي بين التحصيل الدراسي ودرجة القلق لدى عينة الدراسة.

- بعد مكونات تقدير الذات والتكيف المدرسي ليس بينهما وبين التحصيل الدراسي علاقة سببية.

- للقلق تأثير سلبي مباشر على التحصيل الدراسية لدى عينة الدراسة.

ب- دراسة علاء الدين الكفافي (1989):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية وهي التنشئة الوالدية كما يدركها الأبناء والشعور بالأمن النفسي.

تكونت عينة الدراسة من 153 طالب في المرحلة الثانوية من جنسيات عربية مختلفة، واستخدم الباحث مقياس التنشئة الوالدية كما يدركها الأبناء من إعداد الباحث ومقياس الأمن لأبراهام ماسلو ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث. وقد توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والشعور بالأمن.

ج- دراسة محمد شوكت (1993):

بعنوان: تقدير المراهق لذاته وعلاقته بالاتجاهات الوالدية والعلاقات مع الأقران، وهدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين ثلاثة مجموعات تمثل ثلاث مستويات لتقدير الذات وهي: مرتفع، متوسط، ومنخفض، وذلك في الاتجاهات الوالدية كما يدركها الأبناء والعلاقات مع الأقران، تكونت عينة البحث من 150 طالب من طلاب الصف الثاني الثانوي بمدينة الإسماعيلية بجمهورية مصر العربية.

واشتملت أدوات الدراسة على: مقياس تقدير الذات لدى المراهقين من إعداد الباحث، ومقياس الاتجاهات الوالدية كما يدركها الأبناء من إعداد الباحث، بالإضافة إلى مقياس العلاقات الاجتماعية بين الطلاب من إعداد الباحث واختبار توني للذكاء، واستمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.

وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

*وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاث في إدراك اتجاهات الآباء التي تتسم بالديمقراطية مقابل التسلطية والاستقلال مقابل الأشكال، فالمراهقون ذوي مستوى مرتفع من تقدير الذات أدركوا اتجاهات الآباء بأنها تتسم بالديمقراطية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الثلاثة في اتجاهات الأمهات كما يدركها الأبناء.

7- منهج الدراسة:

يعرف منهج البحث العلمي على أنه الطريقة الموضوعية التي يتبعها الباحث في دراسة أو تتبع ظاهرة من الظواهر أو مشكلة من المشاكل ... يقصد وصفها وصفا دقيقا وتحديد أبعادها بشكل شامل وبناء على هذا فإن طبيعة الموضوع هي التي تحدد نوع المنهج المتبع، وبما أن الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة العلاقة بين المساندة الأسرية وتقدير الذات، فإنها تنتمي إلى أحد أنماط المنهج الوصفي وهو المنهج الارتباطي الذي يهتم بدراسة وقياس درجة العلاقة بين المتغيرات باستخدام معاملات الارتباط.

خلاصة:

تضمن هذا الفصل أهم العناصر المتعلقة بالمشكلة، بدءاً من تحديد الإشكالية والتي تعد الخطوة الأولية والأساسية والمكون الهام في عملية البحث العلمي بعد جمع وتحليل المعلومات والمتغيرات المتصلة بها وختم تحديد الإشكالية تساؤلات ثم وضع فروض لها، كانت بمثابة إجابات مؤقتة لها ثم التطرق إلى أهمية الدراسة والهدف منها، والذي تمثل أساساً في معرفة طبيعة العلاقة بين المساندة الأسرية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة، كما تم تحديد المفهوم الإجرائي لمتغيرات الدراسة والدراسات السابقة وفي الأخير تم تناول المنهج المتبع لمشكلة الدراسة.

الفصل الثاني

المساندة الأسرية

تمهيد

- 1- مفهوم المساندة الأسرية:
- 2- أهمية المساندة الأسرية:
- 3- مصادر المساندة الأسرية:
- 4- المساندة الاجتماعية مقابل المواجهة:
- 5- النماذج المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الأسرية

خلاصة

تمهيد:

إن مصطلح الإرشاد مصطلح واسع الاستخدام، يستعملها الكثير من العاملين في تقديم الخدمات مثل الأطباء، المحامون، الدبلوماسيون، الأخصائيون الاجتماعيون وذلك لكون الخدمة الإرشادية عبارة عن مقابلة بين شخصين لتوضيح أبعاد مشكلة ما لهذا فقد نال مفهوم الإرشاد اهتمام الباحثين في مجالات عديدة أهمها في مجال التربية وعلم النفس لهذا نسجل كثرة وتنوع تعاريفه، هذا ما سنعرضه في هذا الفصل.

1- مفهوم المساندة الأسرية:**تعريف المساندة:**

وهي تشتمل على تقديم يد العون المالي، والخدمات اللازمة، وقد يساعد العون على تخفيف الضغط عن طريق الحل المباشر للمشكلات أو عن طريق إتاحة بعض الوقت للفرد المتلقي للخدمة، أو العون للأنشطة مثل الاسترخاء أو الراحة، ويطلق على المساندة: العون، المساندة المادية، المساندة الملموسة. (الشناوي محمد محروس وعبد الرحمان محمد السيد، 1990، ص 102)

تعريف الأسرة:**أ- لغة:**

الدرع الحصين، وأسرة الرجل: عشيرته، ورهطه، وسميت بهذا الاسم لما فيها من معنى القوة، حيث يتقوى بها الرجل. (إبراهيم ناصر، د ت، ص 62)

ب- اصطلاحاً:

اختلف فيها الباحثون في مجال العلوم الاجتماعية والنفسية والتربوية في تعريفها، يعيش فيها الطفل ويشعر بالانتماء إليها، ويتعلم كيف يتعامل مع الآخرين في سعيه لإشباع حاجاته. (مايكل نبيل، 2014، ص 173).

تعريف المساندة الاجتماعية:

هي الدعم الاجتماعي الذي يكون في ثلاثة أبعاد هي: الدعم المعنوي الذي يتضمن توفير الود والتأييد والدعم المادي الذي يتضمن تزويد الفرد بالخدمات والمساعدات المباشرة، والدعم المعلوماتي ويتلخص في تقديم النصائح والتوجيهات التي تساعد الفرد في حل مشكلاته وتعطيه تغذية راجعة عن سلوكه. (سلطان ابتسام، 2009، ص 59)

تعريف المساندة الأسرية:

هي إدراك الفرد لوجود أشخاص مهمين في حياته، يمكنه الاعتماد عليهم، والثقة بهم، واللجوء إليهم في الأزمات.

وتعرف أيضا بأنها "مجموعة من المواقف التي تساند فيها الأسرة الفرد وتقف بجانبه وتدعمه وتقدم يد العون له وتتمثل في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المستخدم في البحث. (حسني عائدة عبد الهادي، 2004، ص 89)

وأيا عرفنا مصدر مهم من مصادر الأمن النفسي لدى الأفراد العاديين، وعاملا من عوامل إشباع حاجاتهم الشخصية والاجتماعية، وتسهم في توافقهم النفسي والأسري والاجتماعي.

وعرفها كوهين وويلز المساندة الأسرية تؤدي دورا مهما في استمرار الإنسان وبقائه، فهي تشبه القلب الذي يضخ الدم إلى أعضاء الجسم وهي التي تؤكد كيان الفرد من خلال إحساسه بالمساندة والدعم من المحيطين به وبالتقدير والاحترام من الجماعة التي ينتمي لها، وبالانتماء والتوافق مع المعايير الاجتماعية داخل مجتمعه، التي تساعد على مواجهة أحداث الحياة بأساليب إيجابية فعالة، والوصول إلى حالة نفسية وعقلية مستقرة. (علي علي عبد السلام، 2005، ص 53)

2- أهمية المساندة الأسرية:

تتعلق أهمية المساندة الأسرية من أن الإنسان اجتماعي بطبعه، متعامل مع من حوله في حالات الضعف والقوة والصحة والمرض، وبالتالي فهو بحاجة إلى المساندة في جميع الحالات التي يعيشها ولا يستطيع العيش بمعزل عن الآخر، لأنه مفطور على الاجتماع مع غيره، والاتصال عند الحاجة وعلى تبادل المنفعة معهم، فيشبع ذلك حاجته ويسهم في إشباع حاجات الآخرين.

وهو من خلال هذا الاجتماع يتبادل القيم والأفكار والمشاعر ويقدر الآخرين ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم ويستقبل منهم مشاركتهم مشاعرهم، وقد تكون العلاقة الاجتماعية ضعيفة أو بالغة القوة، تبدو قوية في ظاهرها وعندما يدعو الحاجة إليها يظهر ضعفها، وقد تبدو ضئيلة ولكنها عند الحاجة إليها تظهر متانتها.

فهناك من يجد أن المساندة الاجتماعية إدراك الفرد أنه يوجد عدد كاف من الأشخاص في حياته تمكنه من الرجوع إليهم عند الحاجة وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له. (فايد حسين علي، 2001، ص 60)

ومن خلال ما تقدم تبرز أهمية المساندة الأسرية بأنها:

-تؤثر بطريقة مباشرة في سعادة الفرد.

- تساعد الفرد على تحمل المسؤولية وتبرز الصفات القيادية فيه.

- تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته ومقاومة الصدمة النفسية.

- تخفف من وقع الصدمات النفسي وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب.

- تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وتساعد في تحقيق توافقه الشخصي والاجتماعي.

3- مصادر المساندة الأسرية:

يوجد عدة مصادر مختلفة للمساندة الاجتماعية رسمية وغير رسمية، فقد لخص روتر (1990) أن الآباء والأقران هم أهم هذه المصادر، فالمساندة من الأسرة وخاصة من الآباء، تقلل من تصور الفرد بالوحدة النفسية وأن المساندة من خلال الأقران تقلل من المشاعر السلبية التي قد يشعر بها الفرد خارج أسرته. (تفاحة جمال السيد، 2005، ص 20)

أما مخيمر فقد قال: أن مصادر المساندة تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد، ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في (الأسرة، الأب، الأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل في جماعات الرفاق والأسرة، وفي مرحلة الرشد تتمثل في الزوج والزوجة وكذلك علاقات العمل والأبناء. (مخيمر عماد محمد، 1997، ص 103-138)

ويؤكد فيشر أن مصادر المساندة الاجتماعية هي الأسرة والأصدقاء والمؤسسات الدينية والاجتماعية وزملاء العمل. (شاهين هيام صابر، 2005، ص 69)

على الرغم من اختلاف نتائج الدراسات حول مصادر المساندة إلا أن هناك اتفاقاً بين علماء النفس يشير إلى وجود مصدرين أساسيين للمساندة هما:
الأول: المساندة الاجتماعية داخل العمل، ويمثلها: رؤساء العمل، زملاء العمل، المحيطون ببيئة العمل.

الثاني: المساندة الاجتماعية خارج العمل، ويمثلها: أفراد الأسرة، الأقارب، الأصدقاء، الجيران، شبكة العلاقات الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد في حياته اليومية. (علي عبد السلام، 2005، ص 80)

وبعد هذا العرض لمصادر المساندة، سوف يتم تناول أهمها تماشياً مع أغراض البحث الحالي:

1- الأسرة:

هي الخلية الأولى التي يتكون منها المجتمع وهي المنظمة الاجتماعية الأولى التي يعتمد الفرد على قيمها ومعاييرها، وطرق عملها عند تقديمه لسلوكه، ويتأثر مدى الدعم الذي تمنحه الأسرة للفرد بطبيعة المسؤولية التي تقع على عاتقها.

ولابد من الإشارة إلى أهمية مساندة الأسرة للفرد في صقل شخصيته منذ صغره فعندما يشعر المراهق بتقبله كما هو، من والديه وإخوته مع شيء من التوجيه نحو السلوك السليم والإنجازات المعقولة، نجده تلقائياً يتقبل نفسه بثقة واطمئنان. ()

2- الأصدقاء:

يعد الأصدقاء المرجع الثاني للفرد بعد الأسرة وأهم دور كبيراً في مساعدة الفرد على تجاوز مشكلاته النفسية والعادية ووفي صقل شخصية الفرد وتنمية قدراته، حيث تعد المساندة الاجتماعية من أهم وظائف الصداقة حيث يرى دوك أن فقدان الصديق يعني فقدان أهم

مصدر للمساندة بأشكالها المختلفة، ومنها المساعدة والفهم والتوجيه والحماية من الوقوع في الخطأ. (أبو السريع أسامة، 1995، ص15)

3- مؤسسات المجتمع:

يسهم المجتمع في تقديم المساندة الاجتماعية للفرد بكافة أنواعها، المادية والمعنوية وبصورة أقوى مما تقدمه الأسرة والأصدقاء نظرا للقوة الاجتماعية والاقتصادية التي يتمتع بها، كما يساهم المجتمع عبر مؤسسات حكومية التي ترعاها الدولة وتقدم لها كل متطلباتها بحث تكفل قيامها بالدور المجتمعي والتموي المرتبط بها من جهة وعبر مؤسساتها الحكومية بأنه الضمان الوحيد لتلبية متطلبات وحاجات الأفراد إلى حد معقول (عبد اللطيف آدار عباس، 2007، ص15)

2- أشكال المساندة الأسرية:

ومن خلال تتبع الباحثة للتراث النفسي لأبعاد المساندة الأسرية توصل إلى وجود اختلافات في تحديد أشكال وأنواع المساندة الأسرية تبعا لاختلاف الأساليب المنهجية، واختلاف التعريفات الإجرائية لمفهوم المساندة الأسرية والاجتماعية، وفي هذا السياق نجد ساريرا واتكلي قد حدد أشكال المساندة الأسرية كالتالي:

- 1- المساعدة المادية: وهي تزويد الفرد بالمواد الملموسة كالنقود وأشياء أخرى.
 - 2- المساعدة السلوكية: وهي الاشتراك مع الفرد بمهام من خلال أداء عملي وفعلي.
 - 3- التفاعل الحميدي: تفاعل المودة والسلوك الإرشاد غير الموجه كالإصغاء وإظهار التقدير والاهتمام والتفهم.
 - 4- التوعية: وهو تقديم النصيحة والمعلومات والتوجيهات.
 - 5- التغذية الراجعة: وهي من خلال مراجعة وتغيير سلوكه وأفكاره.
 - 6- التفاعل الاجتماعي الايجابي: وهو الاشتراك في تفاعلات اجتماعية للتسلية والاسترخاء.
- (سلطان، 2009، ص126)

3- وظائف المساندة الأسرية:

تعد المساندة الأسرية مصدرا هاما من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الانسان حيث يؤثر حجم المساندة الأسرية ومستوى الرضا عنها في كمية الإدراك الفرد لأحداث الحياة المختلفة، وأساليب مواجهتها وتعامله مع الأحداث كما انها تؤدي دورا هاما في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة هذه الاحداث (عبد النار هشام إبراهيم، 1995، ص479)

ف"فيشر شوماكر وبرونيل" فكلاهما قال أنه توجد وظيفتين للمساندة الأسرية وهي:

أ-وظائف مساندة الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية: وتشير هذه الوظائف إلى الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية والعقلية وصولا إلى تعزيز وتقوية المتلقي وإحساسه بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته، وتقسم هذه الوظائف إلى ما يلي:

1-إشباع حاجات الانتماء: (النايلسي، 2009، ص 63)

فالمساندة الاجتماعية يمكن أن تشبع حاجات الأفراد للاتصال بالآخرين والاندماج معهم، مما يخفف من التأثير الضار للعزلة والوحدة، من خلال يستطيع الأفراد الحصول على مشاعر الانتماء التي تشبع حاجات الانتماء لديهم، والموارد المرتبطة بهذه الوظيفة يمكن أن تشمل تعبيرات الرعاية، الحب، الفهم، الاهتمام، المودة. (جمبي شرين صلاح، 2008، ص 125)

2- المحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها:

الذات تتكون من مجموعة هويات متباينة، ومن خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين تنمو شخصية الفرد مكتسبا ذلك وعيه بذاته الاجتماعية، كما أن الأفراد يقيمون ويوضحون نظم معتقداتهم بمقارنة آرائهم واتجاهاتهم ومعتقداتهم بالآخرين ويكون ذلك عن طريق التغذية الراجعة المرتبطة بمظاهر الذات ونماذج السلوك الملائم في المواقف المختلفة للوصول إلى اتفاق في الآراء ووجهات النظر مع الآخرين.

3- تقوية تقدير الذات:

يمكن للمساندة الاجتماعية أن تقوي شعور الفرد بقيمته وإحساسه وبكفاءته الشخصية، وذلك عن طريق تأكيد وتثبيت القيمة والاستحسان والمدح وتعبيرات الاحترام، وهذه الوظائف الثلاثة ترتبط بطبيعة مساندة الذات الخاصة بهذه المظاهر، أي أنه إذا تلقى الأفراد مساندة مستمرة توفر لهم شعورا بالأمن وتدعم تقدير الذات لديهم وتقوي هويتهم الذاتية فهم في هذه الحالة أقل تعرضا لعوامل الضغط على الأفراد الذين لم يتلقوا مثل هذه المساندة.

ب-وظائف التخفيف أو الوقاية من الآثار النفسية السلبية لأحداث الحياة الضاغطة:

الهدف من هذه الوظائف هو تعليم الفرد الأسلوب الأمثل لمواجهة الضغوط والمشكلات بأساليب إيجابية تمنع آثارها السلبية، وتقسم هذه الوظائف إلى:

1-التقييم المعرفي:

وينقسم إلى تقييم أولي وتقييم ثانوي، فالتقييم الأولي يشير إلى تفسير الفرد لعوامل الضغط المحتملة، وتستطيع المساندة في هذه المرحلة توسيع التفسير الفرد للحدث وتحسين فهمه بوضوح أكبر، وتشمل المساندة في هذه المرحلة معلومات لفظية عن الحدث والاستجابة النموذجية له، فإذا فسر الحدث على أنه تهديد له يظهر التقييم الثانوي والذي يشير إلى تقييم الأفراد لمصادر المواجهة المتاحة، وتستطيع المساندة في هذه المرحلة أن توسع عدد اختيارات المواجهة وتوفير استراتيجية مواجهة نموذجية انفعالية وسلوكية وتوفير المعلومات اللازمة للمواجهه وأساليب حل المشكلات.

2- النموذج النوعي للمساندة:

تقوم المساندة الاجتماعية في هذا النموذج بوظيفة مباشرة بإمداد المتلقي بالمصادر المطلوبة لمواجهة الحاجات النوعية التي تثيرها عوامل الضغط. (جمبي، 2008، ص 45)

3- التكيف المعرفي:

يمر الأفراد بثلاث عمليات ليواجهوا الأحداث التي تهددهم بطريقة معرفية (البحث عن معنى الحدث الضاغط، محاولة استعادة السيطرة على حياتهم، مواجهة الحدث، تقوية تقدير الذات)، والمساندة يمكن أن تؤدي دورا مهما في كل عملية من هذه العمليات، وذلك عن طريق تزويد الفرد بالمعلومات اللازمة عن هذا الحدث وأساليب مواجهته وطرق السيطرة عليه، بالإضافة إلى دعمه بالمحافظة على تقوية تقديره لذاته.

4- المساندة الاجتماعية مقابل المواجهة:

رغم أن المساندة والمواجهة هي مظاهر مترابطة مع بعضها، إلا أن المفاهيم الخاصة بهما ليست مترادفة وأن المساندة يمكن أن توجد مستقلة عن المواجهة. كما أنه من المفيد أن تعد صياغة مفهوم المساندة الاجتماعية على أنها مساعدة على المواجهة، وأنها تعمل على المشاركة الفعالة مع الآخرين ومساعدتهم في كل استراتيجيات المواجهة مع الأحداث الضاغطة من خلال توفير عدد معقول من اختيارات المواجهة بشكل إيجابي.

إذا يمكننا القول أن المساندة الاجتماعية -بعض عرض هذه الوظائف- أنها تؤدي دورا هاما في الحفاظ على الصحة العامة للإنسان وتساعد في تحقيق توافقه الشخصي والاجتماعي والنفسي، وتجعله أقل عرضة وأقل تأثرا بالضغوط والأحداث والمشكلات والأزمات اليومية التي تمر به. (النايلسي، 2009، ص 68)

6- النماذج المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الأسرية:

إن للمساندة الأسرية نموذجين رئيسيين يفسران الدور الذي تقوم به المساندة الأسرية وهما على النحو التالي:

1- نموذج الأثر الرئيس للمساندة الاجتماعية:

يصور هذا النموذج المساندة من خلال وجهة نظر سوسيولوجية "علم الاجتماع" المساندة الأسرية في ضوء عدد وقوة علاقات الفرد مع الآخرين في بيئته الاجتماعية، بمعنى أن درجة التكامل الاجتماعي للفرد وحجم وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد بأنها قد ترفع من مستوى الصحة النفسية لديه بتقديم أدوات ثابتة باعثة على المكافأة والارتقاء بالسلوك الصحي، والإبقاء على أداء ثابت خلال فترات التغير السريع.

2- النموذج الواقعي (المخفف):

تعتبر المساندة الأسرية أحد المتغيرات النفسية والاجتماعية المعدلة أو الملطفة، أو الواقعية للعلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والإصابة بالمرض على اعتبار أن المساندة ترتبط سلبا بالمرض، فمن خلال المساندة الأسرية التي يتلقاها الفرد من أعضاء أسرته وأصدقائه والمتمثلة في العلاقات الدافئة تقل نسبة الأشخاص الذين يتعرضون للإصابة بالمرض. (دياب مروان، 2006، ص 145)

خلاصة:

في هذا الفصل تم التطرق إلى المتغير الأول من الدراسة وهو المساندة الأسرية، حيث تم تقسم الفصل إلى ستة عناصر رئيسية، ففي العنوان الأول تطرقنا إلى تعريف المساندة الأسرية وبعض المفاهيم المتعلقة بها، كونها تعتبر مصدرا هاما من مصادر الدعم الأسري والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد فهي تلعب دورا أساسيا في إشباع حاجة الفرد إلى الأمن وتقدير الذات، ثم انتقلنا إلى العنصر الثاني وهو أهمية المساندة الأسرية التي تكمن في العلاقة التي تربط بين الفرد وأسرته، ثم بعد ذلك إلى مصادر المساندة الأسرية التي تمثلت في الأسرة والأصدقاء والمؤسسات الاجتماعية، بعدها انتقلنا إلى وظائف المساندة وأخيرا ذكرنا أهم النماذج المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الأسرية.

الفصل الثالث: تقدير الذات

أولاً: الذات و مفهوم الذات

1- الذات:

2- مفهوم الذات:

3 - مراحل نمو الذات:

4. أبعاد الذات:

ثانياً: ماهية تقدير الذات

1. تعريف تقدير الذات

2. الفرق بين تقدير الذات و مفهوم الذات :

ثالثاً: العوامل التي تؤثر في تكوين تقدير الذات:

1.العوامل الذاتية (تتعلق بالفرد نفسه) :

2.العوامل الخارجية(مؤسسات التنشئة الاجتماعية):

رابعاً: النظريات المفسرة لتقدير الذات:

خامساً: مستويات تقدير الذات

خلاصة

تمهيد:

من تمام إبداع الخالق عز و جل ما أبدعه في النفس البشرية جسدا و عقلا و روحا و وجدانا، فلقد خلقنا سبحانه و تعالى و كرمننا على سائر المخلوقات و ميزنا بالعقل الذي يمكننا من القيام بأهم العمليات المعرفية من تفكير و إدراك ووعي و فهم، ولعل أول أمر يجب أن نعيه و نفهمه هو ذاتنا لأنه بفهمها نستطيع أن نقدرها و نعطيها حقها و نقبلها كما هي حتى نعيش في توافق تام مع أنفسنا و مع المحيطين بنا.

فعدم فهمنا لذواتنا جيدا قد يدفعنا لعدم تقبلها بصورة كاملة و هذا ما قد يسبب لنا المرض بينما إذا حاولنا فهمها و عملنا على تقديرها و الإعلاء من شأنها ذلك يساعدنا على الحفاظ على صحتنا النفسية و حتى الجسدية، حيث يقول البعض "ليس بمقدور أحد أن يجعلك تشعر باحتقار ذاتك رغما عنك" و على هذا فنحن بأنفسنا نستطيع إعلاء ذاتنا و نستطيع الإحساس بقيمتها و قدرتها على مواجهة التحديات و الصعاب التي تحيط بنا. وباعتبار أن سوء تقدير الذات يؤدي إلى مشكلات عديدة جاء موضوع الدراسة الحالية الذي يركز على علاقة تقدير الذات يؤدي بالعنف المدرسي باعتباره أحد هذه المشكلات.

أولاً: الذات و مفهوم الذات

لكي نتوصل إلى مفهوم جيد لتقدير الذات يجب أولاً إلقاء الضوء بصورة مختصرة عن الذات كمصطلح و الذات كمفهوم.

1- الذات:

هي الشعور و الوعي بكيونة الفرد و تنمو و تنفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي، و تتكون الذات من المفهوم الثابت و المستقر و غير المتغير الذي يعرفه الشخص عن نفسه، و من مجموع خبراته التي توصل إليها عن طريق علاقاته بالآخرين و كيفية انتمائه إليهم و من أساليب تعامله مع الأشياء المحيطة به في الحياة، بالإضافة إلى القيم التي يتبناها تجاه كل ما يدركه و يعتبر هذا الكل المركب الكلي في متناول الشعور حتى و لو لم يكن جزءاً من الشعور نفسه هذا فيما يتعلق بالذات الواقعية.

أما فيما يتعلق بالذات المثالية فتكون من تطلعات الفرد و رغباته و طموحاته تجاه ما يود أن يكون أو الصورة التي يتمنى تحقيقها، و يعبر المفهوم الآخر عن صورة الفرد المثالية التي يطمح أن يكون عليها و يحاول جاهداً تحويلها إلى حقيقة (زهرة حميدة ، 2006ص87)

2- مفهوم الذات:

يمكن تحديد مفهوم للذات بأنه تكوين معرفي منظم و موحد و متعلم للمدركات الشعورية، التصورات و التعميمات الخاصة بالذات ببلوره الفرد و يعتبره تعريفاً نفسياً لذاته. و يتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة و المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية و الخارجية، و تشمل هذه العناصر المدركات و التصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو(الذات المدركة)، و المدركات و التصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد إن الآخرين يتصورونها و التي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين(الذات الاجتماعية)، و المدركات و التصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون(الذات المثالية)، ووظيفة مفهوم الذات وظيفة دافعية و تكامل و بلورة عالم الخبرة

المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه ولذا فانه ينظم و يحدد السلوك. (زهرة حميدة، 2006، ص 88)

3 - مراحل نمو الذات:

بعد التعرض لمفهوم الذات نورد فيما يلي مراحل نمو الذات:

- **مرحلة انبثاق الذات (0 - سنتين):** عند ولادة الطفل يكون في مرحلة اللاتمييز ثم تبدأ عملية التمييز المدرج بين ما هو ذات و ما هو غير ذات، و هذا يحدث من خلال احتكاكه و اتصاله مع أمه في الحين الذي تتكون فيه صورته الجدية تتبثق صورة داخلية تترجم فيما بعد بحب الآخر و القيمة التي تسمى فيما بعد بتقدير الذات.

- **مرحلة تأكيد الذات (من عامين إلى غاية 5 سنوات):** في هذه المرحلة تظهر التميزات اللغوية فنجد الطفل يستعمل عبارات عديد منها مثلا "هذا لي لنا" و هذا دليل على وعيه الدقيق لحقيقة ما يدعمه تعارضه مع الآخرين، و في هذه المرحلة أيضا يتمكن من تكوين أسس مفهوم الذات عن طريق معنى الهوية. (زهرة حميدة 2006)

- **مرحلة توسيع الذات (من 5 سنوات إلى غاية 10-12 سنة):** تساهم التجارب الجسمية و المعرفية، العاطفية و الاجتماعية في هيكلة تدريجية لنمو مفهوم الذات، و تتمثل هذه الهيكلة في مجموعة الادراكات (الجسم، القيم، المزايا) و التي يعتبرها الطفل جزءا منه لا يتجزأ، وهذا من خلال تجاربه اليومية و الأدوار التي يقوم بها و التي تدعم من طرف المحيطين به، وتصادف هذه المرحلة دخوله المدرسة حينها يبدأ في التفاعل مع الكبار و يقارن بين سلوكه وما هو مطلوب منه ، و يبدأ في توسيع ذاته و تكوين صورة لها. (نفس المرجع)

- **مرحلة تمييز الذات (من 10-12 سنة إلى غاية 15-20 سنة):** إن ما يساعد المراهق على تكوين ذات أكثر تكاملا هي تلك التجارب المختلفة و النضج و المسؤوليات، ففي مرحلة المراهقة تحدث تغيرات يحاول تقبلها و التكيف معها و إدماجها للوصول إلى تكيف مقبول مع جنسه و مع الجنس الآخر و يحاول أن يثبت نفسه من خلال استقلالته بتفكيره و لتدعيم هويته، و في هذه المرحلة يبحث المراهق على تقدير ذاته.

- **مرحلة تكيف الذات (20 سنة إلى غاية 60 سنة):** في هذه المرحلة لا يتطور مفهوم الذات بل يصبح موضوع إعادة تشكيل للمتغيرات كما يتكيف الفرد مع المهنة المختارة و يتكيف مع الأمومة أو الأبوة.

- **مرحلة تراجع الذات (من 60 سنة فما فوق...):** عادة يكون مفهوم الذات عند الأشخاص المسنين سلبيا لان في هذه المرحلة يدرك المسن التغيرات التي تحدث له كضعف البصر و السمع المرض، التقاعد، الإحساس بالوحدة و العزلة عن الآخرين.(نفس المرجع)

4. أبعاد الذات:

لمفهوم الذات عدة أبعاد اهتم الباحثون بدراستها و استجلاء أهميتها و في هذا البحث سوف نركز على بعد تقدير الذات لما له من صلة ببحثنا الحالي و لكن هذا لن يمنعنا من ذكر الأبعاد الأخرى:

• **صورة الذات:** تعني نظرة الفرد لنفسه و ما يستخلصه من ذلك مقارنة بالآخرين من حيث الشكل و المظهر العام و السلوك، ومن هذه الصورة يتكون الانطباع العام عن الذات سلبيا كان أم ايجابيا، و غالبا ما تؤدي صورة الذات السلبية إلى احترام ضعيف للذات.(حسن عبد العزيز الدريني و محمد سلامة 1983 ص 17)

• **تقبل الذات:** يعتبر تقبل الذات رضا الفرد عن نفسه و عن صفاته قدراته و ادراكاته لحدوده و يتكون هذا الرضا من حالة التوافق بين الذات الواقعية و الذات المثالية أي بين إمكانيات الفرد في الواقع و ما يطمح إليه من أهداف.(زهرة حميدة 2006 ص 37)

• **الشعور بقيمة الذات:** و هي تتمثل في تجنب الشعور بالخيبة و هي أقوى الحاجات السيكولوجية و الموجودة في أساس السلوك البشري و بشكل يفوق أية حاجة باستثناء الحاجات الفسيولوجية، و بعبارة أخرى فان كل واحد منا شخص مهم في نظر نفسه. و معنى هذا أن قسما كبيرا من سوكننا مدفوع بنظرتنا إلى أنفسنا، و في تصرفنا نأخذ بعين الاعتبار ذواتنا و تأثير هذا التصرف بالنسبة إليها.(نفس المرجع)

- **تأكيد الذات:** هو ميل قوي و شائع بين البشر و كثيرا ما يسمى بالميل إلى التسلط أو التزعم، و يذهب بعض العلماء إلى القول بأنه كائنة ما كانت قيمة الإنسان و كائن ما كان مركزه فانه دائما ميال إلى البحث عن منطقة نفوذه. و يميل الفرد إلى معرفة و تأكيد ذاته بدافع من الحاجة إلى التقدير و الاعتراف، الاستقلال و الاعتماد على النفس و إظهار السلطة على الغير، و تدفع هذه الحاجة الإنسان إلى تحسين الذات، و حاجاته إلى التقدير تدفعه إلى السعي دائما لإحراز المكانة و القيمة الاجتماعية فهي حاجة تدفع الفرد للنمو و التحسين و كذا التعبير عن نفسه بالقول و الفعل، الإنتاج و خدمة الآخرين. (زهرة حميدة 2006 ص 38)
- **تحقير الذات:** هو شعور المرء بالدونية و إحساسه بالإهمال مما يجعله يقلل من شأن ذاته و تكون كنتيجة عدم إشباع الفرد لحاجاته في الانتماء و حاجات الحب و القبول الاجتماعي و حاجات التقدير التي ذكرها maslow من خلال هرم الحاجات، و كيف يتدرج من الحاجات ذات أهمية و أولوية إلى الحاجات التي تليها في الترتيب و إن عدم إشباعها أو إحباطها يؤدي إلى إحباط المرء ذاته. (نفس المرجع)
- **تقدير الذات:** يمثل تقدير الذات بعدا هاما من أبعاد مفهوم الذات و يتمثل في التقييم العام لدى الفرد لذاته في كليتها و خصائصها العقلية و الاجتماعية و الانفعالية و الأخلاقية و الجسدية و ينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته و شعوره نحوها و فكرته عن مدى أهميتها و جدارتها و توقعاته منها كما يبدو ذلك في مختلف مواقف حياته. (صالح محمد علي أبو جادو 2007 ص 95)
- **تحقيق الذات:** ذات الفرد هي نتاج الخبرات التي يمر بها، و تقييم الفرد لذاته يتولد من الصغر تدريجيا مع الرغبة في تحقيق الذات المثالية التي يحلم بها، و غالبا ما يسعى الإنسان إلى تحقيق ذات واقعية تتواءم مع إمكانياته و خبراته و درجة تكيفه مع البيئة بدلا عن السعي لتحقيق ذات مثالية غير واقعية. (نفس المرجع)

• احترام الذات: و هي عاطفة تدفع المرء إلى إبعاد كل مل يمس ذاته و إلى صونها من كل أذى مادي أو معنوي يحتمل أن يلحق بها، و إلى الدفاع عنها من كل ما يحط من شأنها في نظر الغير و في نظر نفسه، كما يملئ عليه ضروبا معينة من السلوك و كفه عن أخرى بحيث يتماشى سلوكه مع فكرته عن نفسه واحترامه لها.(زهرة حميدة 2006 ص 38) .

ثانيا: ماهية تقدير الذات

1. تعريف تقدير الذات

يعتبر تقدير الذات بعدا هاما من أبعاد الذات و ذو أهمية في تحديد مكانة الشخص و أهميته سواء مع نفسه أو مع الآخرين و يكون ذلك من خلال تقييمه لذاته، و لقد اختلف العلماء و الباحثين في تعريفهم لتقدير الذات:

حيث عرف كاتل Katel 1965 تقدير الذات بأنه حكم شخصي يقع على بعد أو متصل يتراوح ما بين الايجابية و السلبية.

أما كوبر سميث couper Smith فيشير لتقدير الذات بأنه عبارة عن حكم ذاتي بجدارة الشخص يتم التعبير عنه في الاتجاهات التي يتمسك بها الفرد نحو نفسه.(محمد جاسم محمد 2004 ص 50)

و يرى روغرس Rogers 1969 أن تقدير الذات هو اتجاهات الفرد نحو ذاته و التي لها مكون سلوكي و آخر انفعالي.(وحيد مصطفى كامل 2003 ص 60)

و يذهب مصطفى فهمي "1979" إلى أن تقدير الذات عبارة عن مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه و عن قدرته نحو كل ما يقوم به من أعمال و تصرفات و يتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة و خاصة الحاجة إلى الاستقلال و الحرية و التفوق و النجاح.(نفس المرجع السابق)

أما ويليام جيمس William James و الذي يعتبر في اغلب الأحيان مؤسس علم نفس تقدير الذات فيعرف تقدير الذات بأنه ذلك التعارض القائم بين الذات المثالية لدى الفرد و الذات الحقيقية المدركة. (حسين أبو رياش 2007 ص35)

و يذكر أيزاكس Ayzax 1982 أن تقدير الذات هو الثقة بالنفس و الرضا عنها و احترام الفرد لذاته و لانجازاته و اعتزازه برأيه و بنفسه و تقبله لها، و اقتناع الفرد بان لديه من المقدر ما يجعله ندا للآخرين. (وحيد مصطفى كامل 2004 ص)

ويعرفه روزنبرغ Rosenberg 1991 بأنه اتجاهات الفرد الشاملة السالبة كانت أم الموجبة نحو النفس. (نفس المرجع)

وهناك مصطفى كمال 1993 الذي يرى أن تقدير الذات هو نظرة الفرد و اتجاهاته نحو ذاته و مدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة كالنفس و المركز الأسري و المهني وبقية الأدوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع. (نفس المرجع)

غيران التعريف الأكثر قبولاً و انتشاراً لتقدير الذات حالياً هو التعريف الذي وضعه ناتان براندون Nataniel Brandon 1993 وهو أن تقدير الذات هو خبرة الفرد أن يكون قادراً على إدارة و معالجة تحديات الحياة و الشعور بأنه جدير بالسعادة. (حسين أبو رياش 2007 ص 37)

ويعرف ريزونس Risonze تقدير الذات بأنه الميل إلى النظر للذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة. (مريم عوض محمد سلمان 2007 ص 59)

وتعرفه سعاد جبر بأنه مجموعة من القيم و الأفكار و المشاعر التي نملكها حول أنفسنا و تتسم بالإيجابية في ذلك بان نملك منظومة من القيم و الأفكار و المشاعر الجيدة حول أنفسنا. (سعاد جبر 2008 ص 48)

مما سبق يتضح لنا أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الأفراد لأنفسهم و يحتفظون به و يتضمن اتجاهات القبول أو عدم القبول و مدى شعور الفرد بالجدارة و

الأهمية و الاقتدار والفعالية، وفي نفس الوقت فهو (تقدير الذات) الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية الآخرين و تقسيمهم له ومعظم التعريفات السابقة تؤكد الدور الاجتماعي أو دور الآخرين و التفاعل معهم في تقدير الفرد لذاته، وهذا يوضح أهمية التفاعل مع الآخرين في تكوين تقدير الذات لدى الفرد.

2. الفرق بين تقدير الذات و مفهوم الذات :

مفهوم الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات بينما تقدير الذات تقييم لهذه الصفات فمفهوم الذات يتضمن فهما موضوعيا أو معرفيا للذات بينما تقدير الذات فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس ولقد قدم كوبر سميث copper Smith تعريفا للتفرقة بين مفهوم الذات و تقدير الذات تم إيجازه فيما يلي:

مفهوم الذات يتضمن مفهوم الشخص و آرائه عن نفسه بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يصنعه و يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته و لهذا فإن تقدير الذات يعبر عن اتجاه ذاته و باختصار يكون تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية و يعبر عنها بالسلوك الظاهر.

و يميز هامشاك hamchak بين ثلاث مصطلحات في هذا المجال:

- الذات: وتمثل الجزء الواعي من النفس على المستوى الشعوري.
- مفهوم الذات: يشير إلى تلك المجموعة الخاصة من الأفكار و الاتجاهات التي تكون لدينا
- في أي لحظة من الزمن أي أنها ذلك البناء المعرفي النظم الذي ينشأ من خبراتنا بأنفسنا و نوعي بها.
- تقدير الذات: فيمثل الجزء الانفعالي منها و عموما نستنتج مما سبق أن هناك فرقا بين

مفهوم الذات هو التعريف الذي يصنعه الفرد لذاته أو الفكرة التي يكونها عن ذاته أما تقدير الذات فهو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته بما فيها من صفات.(الحميدي محمد ضيدان الضيدان 2003 ص 13)

ثالثا: العوامل التي تؤثر في تكوين تقدير الذات:

هناك نوعان من العوامل المؤدية إلى تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض:

1.العوامل الذاتية (تتعلق بالفرد نفسه) :

تبين أن درجة تقدير الذات لدى الفرد تتعلق:

بالحالة الجسدية التي يتمتع بها الفرد فإذا كان في حالة جسدية جيدة و سليمة أي تخلو من الأمراض و الإعاقات و التشوهات كان تقديره إيجابيا أي مرتفعا أما إذا كان يعاني من تشوهات خلقية أو عاهات مختلفة كأن يكون كفيفا أو يعاني من أحد الأمراض المزمنة كداء السكري أو فقر الدم أو فاقدا لأحد أعضاء متسببة بذلك في إعاقة حركية كفقْد أحد الذراعين أو الرجلين كل ذلك يؤثر بطريقة أو بأخرى في عملية تقييم الفرد و تقديره لذاته.(زهرة حميدة، 2006 ، ص79)

- بالحالة النفسية للفرد و يتحدد ذلك بقدر خلوه من القلق أو عدم الاستقرار النفسي بمعنى إذا كان الفرد بحالة نفسية جيدة ساعد ذلك على نموه نموا طبيعيا و يكون تقديره لذاته مرتفعا أما إذا كان الفرد من النوع القلق و غير المستقر فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة و بالتالي ينخفض تقديره لذاته.(وحيد مصطفى كامل 2003 ص33)

2.العوامل الخارجية(مؤسسات التنشئة الاجتماعية):

أ-الأسرة:

تمثل الأسرة أهمية كبيرة بالنسبة للمجتمع بصفة عامة و للطفل بصفة خاصة، وتنطلق أهمية الأسرة من كونها أقوى الجماعات تأثيرا على الفرد ،فالطفل يولد و هو كائن في غاية الضعف يحتاج إلى رعاية نفسية وجسمية تساعده على النمو و النضج و تضمن له البقاء لذلك يحتاج الطفل إلى رعاية تستغرق سنوات طويلة حتى يصل إلى مرحلة يستطيع

أن يعتمد فيها على ذاته و لقد وجد غولد فارب gold farb في دراسة أجراها أن أهمية الأسرة و أثرها في الصحة النفسية للطفل تتلخص في النقاط التالية:

يهتم الوالدان بالطفل فيمنحانه الحب والرعاية، فهما أكثر الناس فهما لاحتياجاته وهما اللذان يعملان على تنشئته اجتماعيا.

يقضي الطفل وقتا طويلا مع والديه وعملية الاتصال لها تأثير قوي على النواحي الجسمية، النفسية والاجتماعية للطفل.

العلاقة القائمة بين الطفل وأسرته أي عملية التفاعل مع البيئة الأسرية هي أساس الصحة النفسية للطفل وتساعده على التكيف في المستقبل. (زهرة حميدة 2006 ص 56)

ولقد حدد ستانلي stanly ثلاثة ظروف أساسية تسهم في تكوين تقدير عال للذات في البيئة المنزلية وهي:

- الحب و العاطفة والحنان : حيث تعتبر الأسرة الجماعة الأولية التي توفر للطفل أكبر قدر ممكن من الحب والحنان.

- وجود قوانين محددة بشكل جيد و يتم تطبيقها باتساق

- إظهار قدر واضح من الاحترام للطفل.

من بين الوظائف التي تقوم بها الأسرة أثناء تنشئة الطفل:

- **الإشباع :** يعتبر الإشباع من بين الوظائف النفسية التي تقوم بها الأسرة أثناء تنشئة الطفل، حيث تعتبر الأسرة الجماعة الأولية التي توفر للطفل أكبر قدر من الحنان و العطف و يتوقف التكامل الانفعالي والعاطفي عند أعضاء الأسرة على مبلغ ما يتوفر لهم من إشباع لرغباتهم المتعددة و خلال إشباع الطفل لاحتياجاته النفسية فإنه يشبع أيضا حاجاته في الانتماء و التقدير و كلما كانت العلاقة متزنة كلما ساعد ذلك على فهم الطفل لذاته وتقديره له. (المرجع).

- **التوجيه و الإرشاد:** تعمل الأسرة على توجيهه و إرشاد أبنائها فهم في حاجة إلى معرفة أن هناك حدودا معينة وضعت لتبين لهم ما يمكن و ما لا يمكن، فالطفل يتعلم من الأسرة ما

عليه من واجبات و ماله من حقوق و كيف يستجيب لمعاملة غيره كما يتعلم من الأسرة معايير الثواب و العقاب و حتى القيم الأبوية داخل كل طبقة اجتماعية تسير بالموازاة مع المكانة الاجتماعية و هذه المعايير ستصبح قيم تقدير، و يقيم الطفل من خلالها مدى قبول أعماله و استحسانها من طرف غيره مما يزيد و يرفع من تقديره لذاته، و قد انتهجت نتائج الدراسة حسب ثراو بريدج 1972 throw bridge إلى وجود ارتباطات دالة موجبة بين درجات مقياس تقدير الذات و درجات مستوى القراءة لدى مجموعة من الأطفال الذين ينتمون إلى مستويات اقتصادية و اجتماعية مختلفة. (نفس المرجع)

للأسرة وظيفة هامة في النمو العقلي والتعليمي فهي التي تقوم بالإشراف و المتابعة المستمرة لتعلم أبنائها، فالأسرة تساهم و بقدر كبير في تنمية القدرة على التفكير عند أبنائها. و يكون تقدير الذات هنا مرهون بمدى رضا الأسرة على إنجازات الطفل المدرسية و حتى الإنجازات تتأثر بمدى تقدير الفرد لذاته، و حسب نتائج دراسة أجراها كل منميريسون و توماس Morrison&thomas 1975 و التي أشارت إلى وجود علاقة موجبة دالة بين تقدير الذات و المشاركة في الأنشطة الإنجازية داخل الفصل المدرسي.

الأسرة مسؤولة عن حماية أبنائها، ففي مختلف المجتمعات الأسرة تقدم لأبنائها أنواعا متعددة من الحماية كالحماية الجسدية، الاقتصادية و النفسية.

ومن خلال ما سبق يتبين لنا أهمية الأسرة في رعاية الأطفال و تنشئتهم و مساعدتهم على فهم ذاتهم و تقديرها إيجابيا و احترامها مما يؤدي إلى توافقهم، لكن ماذا لو ابتعدت الأسرة عن القيام بوظائفها تلك هذا بالتأكيد سينعكس على معاملتها لأطفالها مما يؤدي بالطفل خلل في فهم ذاته و تقديرها، و من بينها:

- **اختلال التماسك العاطفي** : يقصد بالتماسك العاطفي ما توفره الأسرة لأفرادها من حب و حنان و عطف و شعور بالأمن و الاطمئنان، وإذا فقد الطفل كل هذه المشاعر يصبح عاجزا عن تقديم هذا الحب و يتسم سلوكه بالطابع العدوانى كانعكاسات لاستجابة متعلمة يكون الطفل قد تلقاها في حياته الأسرية وذلك نتيجة لضعف ذلك التماسك العاطفي و اختلاله،

كما أنه يحرم (الطفل) من إشباع حاجاته في الحب و الحنان و هذا ينعكس على فهم ما هي قيمته عند هؤلاء الذين يعيش معهم و يحبهم و هل يبادلونه نفس الشعور؟ مما يؤدي به إلى الحط من قيمة نفسه و تقديرها سلباً.(نفس المرجع).

- **المفاضلة** : تعني أن الآباء لا يعدلون في تصرفاتهم و ميلهم تجاه أبنائهم بالرغم من إدعائهم بأنهم يساؤون بينهم و من بين عوامل المفاضلة "جنس المولود،التحصيل الدراسي...الخ" فنرى أن الابن الذكي و الذي يعرف كيف يتصرف في المواقف و يحصل على علامات تحصيلية عالية هو الابن المفضل و الذي ينال حظا كبيرا لدى والديه،فالطفل إذا كان المفضل عند والديه هذا التفضيل يجعله يكسب رضاهم و يشبع حاجاته إلى الحب و الانتماء مما يرفع تقديره لذاته.

أما إذا كان الطفل ليس هو المفضل عند والديه خاصة إذا كان هذا الأمر يجري في نفس العائلة ،وبين أخوين شقيقين مما يجعل يحس بالإهمال و التهميش و ينعكس ذلك على تقديره لذاته.(زهرة حميدة 2006 ص13)

- **الرفض** : يكون الرفض في حالة ما إذا ولد الطفل وكان أنثى بعد عدد كبير من البنات،و الوالدان يرغبان في ذكر أو إذا جاء الطفل ولم يخطط لمجيئه فإن الوالدان يستجيبان لقدم هذا الطفل بطريقة سلبية على الرغم من عدم تصريحها بذلك بل تنعكس هذه المشاعر (مشاعر الرفض) على سلوكا تهم وبالتالي تتهدد مشاعر الأمن لدى الطفل و يعاني من عدم تقديره لذاته و يشعر بالإحباط و عدم القدرة على إنجاز المهام الموكلة له.(نفس المرجع)

- **توقع الإنجاز العالي**: قد يسيء الآباء تقدير أطفالهم عندما يتوقعون الكثير منهم،فالأطفال يخافون من الفشل و من قلة الدافعية للدراسة،و لقد أظهرت الأبحاث بأن الأطفال يطورون نقصا في الدافعية لتعلم مهارات القراءة بسبب الضغط الأبوي نحو التحصيل،فحسب دراسة ريزنتال rosenthal 1973 فإن متوسط درجة عينة من الأطفال الذين يعانون من عسر القراءة قد بلغ 618 في تقدير الذات في حين وصل المتوسط الحسابي لعينة من الأطفال العاديين إلى 755 على نفس المقياس،فعندما يستعمل الآباء أساليب الضغط القاسية مع

الأطفال فسينظر الأطفال إلى تصرف الآباء على أنه شكل من أشكال الانتقام أو العقوبة و إلى أن الآباء غير عاديين عندما يتوقعون الكمال فيكون رد فعل الأطفال هو الاستسلام و يفكروا بأنهم لا يستطيعون أن يكونوا جديين بما فيه الكفاية لكي يدخلوا السرور على آبائهم لذا يتوقفون عن المحاولة و يبذلون جهودا ضئيلة بل يشعرون بأنهم فاشلين و أن كل شيء يعملونه خاطئ، فتقدير الآباء ينعكس على تقدير الأبناء لذاتهم و بالتالي يؤثر في إنجازاتهم المدرسية.

وحسب نتائج دراسة رومان 1975 romano و ماريشيا فريدمان و maricia friedman 1970 فسرت أن تحقيق الفرد ذكر أو أنثى لرتبة عالية للهوية يجعل نظرته لذاته و تقديره لها إيجابيا حسب ظروف التنشئة الاجتماعية و التي بدورها تختلف من مجتمع لآخر. و من هنا ظهرت عدة عوامل أسرية أخرى تؤثر في تكوين تقدير الذات منها:

* خروج الأم للعمل قد يؤدي إلى حرمان الطفل من العطف و الحنان.

* الإفراط في التدليل الزائد للطفل.

* الخلافات الأسرية كالطلاق مثلا و غيرها.

* جهل الأولياء للطرق الصحيحة للتنشئة السليمة. (نفس المرجع)

ب- المدرسة:

المدرسة هي المؤسسة الثانية التي يواجهها الطفل بعد الأسرة و التي تعمل على تكوين شخصية الطفل السوية عن طريق معاملة المدرسين له و كذا المنهج الدراسي و مواكبته للقدرات العلمية للتلاميذ و كذا العلاقة بينه و بين أقرانه من التلاميذ و مدى تواجد الأنشطة المختلفة بالمدرسة، و المدرسة كمؤسسة تربوية نظامية لها دور فعال في تعليم التلاميذ القيم، الأخلاق، المفاهيم، النظم الاقتصادية و السياسية و تعليمهم المهارات الأساسية والمعلومات التي تهيئهم لأن يكونوا فعليين في مجتمعاتهم. (زهرة حميدة 2006)

ومن خلال العلاقات الاجتماعية الموجودة في المدرسة يجد الطفل فضاء آخر يشبع فيه حاجاته للحب والتقبل و الانتماء و التقدير الاجتماعي وهذا من خلال علاقاته مع

الآخرين و كذلك من خلال ما استطاع تحقيقه من انجازات و هذه الإنجازات ترفع من تقديره عند الآخرين و تحسن نظرتهم إليه كما أنها ترفع من تقديره لذاته، فقد دلت نتائج الدراسة حسب أدانك و لويس adank & Lewis (1975) إلى وجود علاقة بين مقياس تقدير الذات و مقياس ستانفورد للتحصيل الدراسي لعينة من الأطفال تتراوح أعمارهم بين 11-19 سنة. (نفس المرجع)

ومن السبل التي يجب أيتبعها المعلمون في تنمية تقدير الذات و ضبط الصف ما يلي:

يلي:

- من المهم أن يحدد المعلم بوضوح الإجراءات و الأنظمة و القوانين الصفية و هذا يؤدي إلى:

إلى:

- التخفيف من قلق التلاميذ.
- الارتياح إلى جو الصف.
- يفهمون ما يتوقع أن يعملوا.
- يبنون ثقتهم بأنفسهم.
- يعززون الشعور بالأمان لديهم.
- يعرفون أنهم سيحظون بالحماية والمعاملة باحترام.
- ترسيخ الألفة مع التلاميذ مما يشعرهم ب:
- القبول كأفراد لهم خصوصياتهم.
- يكتسبون احتراماً شخصياً لأنفسهم.
- يعي التلاميذ نقاط قوتهم ونقاط ضعفهم.
- التقليل من الاختباء وراء مظاهر كاذبة.
- عدم استخدام سلوكيات دفاعية مما يساعد التلاميذ على:
- الإقبال على التعليم.
- يدركون بأن المعلم يهتم بهم و يقبلهم كما هم.

- تنمية الشعور بالانتماء : أي أن يساعد التلاميذ على أنهم جزء من شيء أكبر مثل فريق فائز يقدره الآخرون.
- تقليل العزلة الاجتماعية و جعل التلاميذ يشعرون بالدعم و المساندة.
- تهيئة الظروف لزيادة التوقعات و الارتقاء بالأداء.
- يساعد التلاميذ على الشعور بالأمان و بناء وعيا بذواتهم.
- يشعر التلاميذ بدعم الآخرين لهم.
- تنمية الدافعية لدى التلاميذ.
- مساعدة التلاميذ على وضع أهداف واقعية و تمكينهم من وضع أهداف فردية.
- يساعد التلاميذ على إدراك أهمية ما يتعلمونه.
- مساعدة التلاميذ على تصور ما يرغبون تحقيقه.
- مساعدة التلاميذ على إدراك المجالات التي يرغبون أن يتطوروا فيها.
- يقدم للتلاميذ الدعم العاطفي و الفكري و المادي لتحقيق أهدافهم. (محمد جاسم محمد 2004 ص 90)

و كلما اتبع المعلمون هذه السبل ساعدوا في تكوين تقدير ذات مرتفع لدى التلاميذ، فإذا عجزت المدرسة عن أداء وظائفها و من أسباب هذا العجز:

- سوء تكوين المعلمين أو سوء ظروفهم العائلية أو الاجتماعية أو عجزهم عن إقامة العلاقة بينهم و بين التلاميذ هذا ينعكس على إقبال هؤلاء التلاميذ على التعلم و في تقديرهم لذاتهم.
- عدم وجود تعاون بين كل من المدرسة و المعلمين و الأولياء.
- عدم وجود مطابقة بين المواد الدراسية و بين ميل و رغبات التلاميذ. (نفس المرجع)

بالإضافة إلى الأسرة و المدرسة هناك عوامل خارجية أخرى لها دور في تكوين تقدير الذات منها:

ج - جماعة الرفاق :

و هي على حد تعبير محمد صالح أبو جادو " 2000 " الجماعة الرسمية التي تتكون من أعضاء يمكن أن يتعامل أفرادها مع بعضهم البعض على أساس من المساواة و التكافؤ لها بنية اجتماعية مميزة كما أن لها وظائفها التي يؤديها أعضاؤها.

فجماعة الرفاق تعطي التقدير و التقبل الاجتماعي للأعضاء الذين ينتمون إلى الجماعة و يأتزمون بأوامرها ، كما تقوم الجماعة أو الرفاق بمقاطعة أحد أعضائها و ذلك لخروجه عن عادات و تقاليد جماعة الرفاق أو تعليماتهم، و قد يمثل أحد أعضاء الجماعة النموذج يتخذه فيقلده زملاؤه و يكون مثالا جيدا للتقليد كما يمكن أن يشارك الطفل أعضاء الجماعة أو الرفاق لعبة أو نشاطات معينة فتتمو جوانب النمو لديه و تتطور و ينمي من خلال الرفاق ميوله و اتجاهاته و استعداداته و كذا تقديره لذاته و الفرد يزداد تقديره لذاته كلما أحس أنه عضو من الجماعة (جماعة الرفاق) و أنه مقبول من طرف أعضائها.

فالطفل قد يتعلم الكثير من القضايا من خلال التنشئة الاجتماعية إذ تكمل جماعة الرفاق التغيرات التي تتركها المؤسسات الاجتماعية كالأسرة و المدرسة.. الخ، و من هذه المعلومات ما يتعلق بالمشكلات الجنسية، فالفرد يسمع لأصدقائه خاصة في مرحلة المراهقة، و هذا يكون سببا في تدميره إذا كانت الجماعة التي انظم إليها تقوم بممارسة قضايا لا يقبلها المجتمع خاصة في غياب الأسرة و المدرسة و عموما فإن جماعة الرفاق مهما كان الدور الذي تؤديه للفرد فإنها تساهم في تكوين تقدير الذات إما إيجابي أو سلبي. (زهرة حميدة 2006 ص 23)

د - وسائل الإعلام:

إن وسائل الإعلام بمختلف أنواعها من إذاعة، تلفاز، السينما، الصحف المجلات، الكتب... الخ و بما تنشره و تقدمه من معلومات وأخبار، حقائق و أفكار هي سلاح ذو حدين، فقد تكون وسيلة نافعة من وسائل الثقافة و هي من ناحية أخرى إذا أهملت و أسئئ استخدامها أو لم توجه توجيهها صحيحا بإشراف مركز تصبح سلاحا هداما يعرقل التنشئة

الاجتماعية السوية باعتبارها وسيلة من وسائل التنشئة الاجتماعية و يساعد على الانحلال و الانحراف، فهي من خلال برامجها التربوية و مسلسلاتها العائلية قد تؤكد للفرد أهميته في عائلته و قيمته عندها مما يزيد من حبه لعائلته وتقديره لذاته أو تقوده لرفض أساليب المعاملة الوالدية و التمرد على العائلة و انخفاض تقديره لذاته.

هـ- المؤسسات الرياضية:

إن من أهم ما تقوم به المؤسسات هو إتاحة الفرصة أمام الأطفال لإكسابهم مفهوم الصداقة والانتماء إلى الجماعة و التقيد بقواعدها و أخلاقياتها و ما أكثر النشاطات التي تمارس في النوادي و التي تؤثر في شخصية الأطفال فتنميتها و منها النشاطات الموسيقية، التمثيل، الرياضة بأنواعها... الخ.

إن للجو الذي يسود النوادي من ألفة ومحبة أثر فعال في نفوس الأطفال و من ثم شعور الطفل بقيمته داخل مؤسسات أخرى و تقديرها له بعد الأسرة و المدرسة جماعة الرفاق. (زهرة حميدة 2006 ص 52)

و- المؤسسات الدينية:

و تقوم هذه المؤسسات بدور فعال في عملية التنشئة الاجتماعية فهي تؤكد على القيم الروحية و تدعو إلى عبادة الله و هي تقوم بذلك من خلال:

- تنمية ضمير الفرد.

- ترجمة الدين إلى سلوك.

- تقليص فجوة الصداقات الاجتماعية و بالتالي تقليص حدة القلق و التوتر لدى هذه الطبقات.

و تعتبر هذه المؤسسات ذات أهمية خاصة عند الشباب الذين يعانون من فراغ روحي و من تهديد لمفهوم الذات و تقديرها ساء في الأسرة أو المدرسة أو جماعة الرفاق. (نفس المرجع)

رابعاً: النظريات المفسرة لتقدير الذات:

هناك عدة نظريات حاولت تفسير تقدير الذات و من بين هذه النظريات:

1-نظرية ريزنبرغ Rosenberg:

تدور أعمال Rosenberg حول محاولته دراسة نمو و ارتقاء تقييم الفرد لذاته و سلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، و قد اهتم Rosenberg بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم و وسع دائرة اهتمامه بعد ذلك بحيث شملت ديناميات تطور الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة و اهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الذات و عمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات يتكون في إطار الأسرة و أساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد، كما اهتم بشرح و تفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات مثل تلك التي بين المراهقين الزوج والمراهقين البيض و التغيرات في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر، و المنهج الذي استخدمه Rosenberg هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق و اللاحق من الأحداث و السلوك .

و اعتبر Rosenberg أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه و طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها، و ما الذات إلا أحد هذه الموضوعات و يكون الفرد نحوها اتجاهها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى و لكنه فيما بعد عاد واعترف بالموضوعات الأخرى. (صالح محمد علي أبو جادو 2007 ص 39)

2-نظرية كوبر سميث Couper Smith:

أما أعمال Couper Smith فقد تمثلت في دراسته لتقدير الذات عن أطفال ما قبل المدرسة الثانوية و على عكس Rosenberg لم يحاول Couper Smith أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر و أكثر سمو لا و لكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب و لذا فإنه يجب علينا أن لا ننغلق داخل منهج واحد أو مدخل معين لدراسته، بل إنه

علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم و يؤكد كوبر سميث بشدة على أهمية تجنب وضع الفروض غير الضرورية.

و يتضمن تقدير الذات عند Couper Smith كلا من عملية تقييم الذات و ردود الفعل و الاستجابة الدفاعية، و إذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند smith هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن ذاته إلى قسمين: **التعبير الذاتي** وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها و **التعبير السلوكي** و يشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

و يميز Couper Smith بين نوعين من تقدير الذات، **تقدير الذات الحقيقي** و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة، و **تقدير الذات الدفاعي** و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوو قيمة و لكنهم لا يستطيعون الاعتراف بهذا الشعور و التعامل على أساسه مع أنفسهم و مع الآخرين، و لقد ركز كوبر على خصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات و قد افترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات وهي: (النجاحات، القيم، الطموحات و الدفاعات).

و يذهب Couper Smith إلى أنه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات العالية وأصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات من الأطفال فإن هناك ثلاثا من حالات الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات و هي:

- تقبل الأطفال من جانب الآباء.
- تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء.
- احترام مبادرة الأطفال و حرمتهم في التعبير من جانب الآباء. (نفس المرجع السابق)

3- نظرية زيلر ziler:

لقد نالت أعمال ziler شهرة أقل من سابقتها و حظيت بدرجة أقل من الذبوع و الانتشار و هي في نفس الوقت أكثر تحديدا و أشد خصوصية، و ziler يرى أن تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات و ينظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية و يؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي، و يصف ziler تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته و يلعب دور المتغير الوسيط و أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات و العالم الواقعي و على ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو تعامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك و تقدير الذات طبقا ل ziler هو مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية و قدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى و لذلك فإنه افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه.

إن تأكيد ziler على العامل الاجتماعي جعله يسمي مفهومه وواقفه النقاد على ذلك بأنه (تقدير الذات الاجتماعي) و قد ادعى أن المناهج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعط العوامل الاجتماعية حقها في نشأة و نمو تقدير الذات. (نفس المرجع)

خامسا: مستويات تقدير الذات

1- التقدير العالي للذات: و من سمات الأشخاص ذوي التقدير العالي للذات ما يلي:

- ينظرون إلى أنفسهم نظرة واقعية.
- يقبلون أنفسهم كأشخاص مقبولين.
- يستطيعون أن يحددوا نقاط الضعف و نقاط القوة لديهم.
- يستند تقديرهم على تغذية راجعة صحيحة و ليس لما يحبون أن يعتقدوا عن أنفسهم.
- يكون لديهم مجموعة كبيرة من الأصدقاء.
- يقيمون علاقات مع الآخرين.

- ينسجمون مع معظم الذين في وسطهم (العمل، المدرسة، الجامعة... الخ)
- يعملون في أغلب الأحيان كقادة إيجابيين.
- يرغبون في مساعدة الآخرين و المجازفة.
- يستجيبون للتحديات و يرغبون في محاولات جديدة.
- لا يشعرون بالتهديد بسبب التغيرات أو المواقف الجديدة.
- يتعاملون بإيجابية مع الثناء و التقدير.
- يشعرون بالرضا عن إنجازاتهم لأنهم يشعرون بالمسؤولية إزاء النتائج.
- عندما يواجهون بأخطائهم أو مخالفاتهم فإنهم يستطيعون أن يقرأوا بأخطائهم.
- يضعون أهدافا لأنفسهم فهم يعرفون ما يريدون و هذا ما يجعلهم غير محبوبين من قبل البعض. (مريم سليم 2003 ص 77)

2- **التقدير المنخفض للذات:** و من سمات الأشخاص ذوي التقدير المنخفض للذات ما يلي:

- يبدو عليهم أنهم أكثر اهتماما بالحفاظ على شعورهم باحترام الذات أو الفشل بشرف من اهتمامهم ببذل الجهد لإحراز النجاح.
- ينشغلون بسلوكيات دفاعية لمنع الآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الذي يشعرون به و هذه السلوكيات تشمل :
- التمرد، المقاومة، التحدي و الرد.
- الشك في الآخرين، مضايقتهم أو تحقيرهم.
- الكذب، الغش.
- توجيه اللوم للآخرين عند حدوث فشل أو خطأ.
- الفشل في تحمل مسؤولية تحمل تصرفاتهم.
- الانسحاب، الخجل أو الاستغراق في أحلام اليقظة.
- إتباع أساليب الهروب بما فيها التأخر و التغيب.

- تعاطي المسكرات و المخدرات(مريم سليم 2003 ص 45)
- الميل في موافقة الآخرين و مسايرتهم في اغلب الأحيان
- ضعف الحزم في اتخاذ القرارات و المضي فيها
- التواضع الزائد عن حده في مواقف لا يناسب فيها ذلك كان يكون فيها نوع من الإهانة و الإذلال. (سعاد جبر 2008ص20)
- هؤلاء الأشخاص سواء كانوا راشدين أو مراهقين أو أطفال يرغبون في الحب، القبول و التقدير الإيجابي و الاحترام من قبل الآخرين لذلك لا بد من:
 - تزويدهم بدعم إضافي.
 - إعطاؤهم فرص لتحقيق النجاح.
 - تغذية راجعة إيجابية.
 - مشاعر تدل على أن هناك من يهتم بهم.(مريم سليم 2003 ص 99)

خلاصة:

و استخلاصا مما سبق تبرز أهمية تقدير الذات و احترامها و الإعلاء من شأنها فمنظمة الصحة العالمية تشير إلى أن عدم تقدير المرء لذاته يجعل منه أسوء عدو لنفسه، و أشارت إلى أن مشكلة عدم تقدير الذات خاصة بين المراهقين و المراهقات تسبب الانتحار بين صفوفهم و هذا من أكثر أسباب الموت شيوعا، و مما سبق ذكره معلومات خطيرة للغاية فأرواح تفقد نظرا لازدراء الذات لذا من المهم تفعيل قيمة تقدير الذات إعلاميا و تربويا في مجتمعاتنا و أن نربي في النشئ قيمة تقدير ذواتهم و احترامها و نصقل فيهم قيمة ارتفاع مفهوم الذات لديهم لان في ذلك إكسابهم للثقة و مساعدتهم في امتلاك رؤية ايجابية للكون الحياة و تمنحهم قوة نفسية عالية في مسابرة التغيير و ممانعة كل السبل المثبطة أمامهم و تجعلهم دوما مدفوعين لانجاز الكثير و الكثير في حياتهم و يتوقعون النجاحات تلو النجاحات في يقين بالله و أمل بسام جد معطاء.

خاتمة:

في هذه الدراسة "المساندة الأسرية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطالبات المقيّمات" حاولت الإلمام ببعض العناصر نظرا لكثرة تشعبه، ولقد قمت بإثارة الاهتمام بالطالبات المقيّمات في المرحلة المهمة في حياتهم، من حيث الاهتمام بالظروف والمساندة الأسرية التي تؤثر في تقدير الذات لديهم وينعكس ذلك في مستوى التحصيل الدراسي للطلبة باعتبارهم رجال ونساء المستقبل خاصة مع هذا التطور العلمي الذي يعتمد على المعرفة فهي تعتبر ثروة الاستثمار المجتمعات الحديثة التي تريد الارتقاء بنفسها.

وإن الأسرة بحكم احتكاكها الدائم والمتواصل بالأبناء (الطلبة) فهي تتعرف على دقارتهم وإمكانياتهم أكثر من غيرها، لذا من الضروري على الأسرة أن تساندهم وأن تقدر مجهوداتهم وتحفز كل نشاط يقومون به ولو كان متواضعا، لأن الأبناء يتأثرون بالأسرة وظروفها المختلفة، بهذا تبين مدى أهمية الأسرة في تقدير ذات الطالب من حيث الجانب المساعدة المادية والمعنوية لهم وخاصة فئة الطلبة المقيّمين، يحتاجون إلى مساندة أسرية حساسة تحتاج إلى الكثير من الرعاية والاهتمام لأجل تطوير قدراتهم واستغلالها بشكل إيجابي وإبراز قدراتهم الكامنة في المجال الذي يناسبهم، إضافة إلى مساعدتهم على تجاوز العقبات التي تعترضهم خاصة في هذه المرحلة التي تجعلهم على تعرف على جانب مختلف من الدراسة وفي مكان إقامتهم، حيث يتعرضون إلى تغيرات نفسية واجتماعية التي قد يجد صعوبة في فهمها مما يسبب لهم بعض الاضطرابات لذا من الضروري تقديم المساعدة ويد العون ومراعاة ظروفهم ومشاكلهم، لتخطي هذه المرحلة بسلام دون أن يؤثر على تفوقهم الدراسي.

ولقد بينت نتائج الدراسة في الأخير بوجود علاقة بين المساندة الأسرية وتقدير الذات للطالبات المقيّمات حيث أنه كلما كان الطالب يعيش في بيئة أسرية جيدة وتتوفر فيها كل الظروف المساعدة والمريحة من الجانب المادي والمعنوي كلما كان له تقدير ذات إيجابي جيدا في شخصيته وقدرته على حل المشاكل وإمكانية كبيرة في تكوين علاقات اجتماعية

وتطوير إمكانياته حسب الظروف المعاشة في مجتمعه، حيث تعتبر الاهتمام والمساعدة والمساندة الأسرية في تقدير الذات ما هو إلا عامل واحد من مجموعة عوامل مرتبطة تتداخل مع بعض وتؤثر في تقدير الذات للطالب.

وفي الأخير نتمنى أننا حاولنا قدر المستطاع وبإمكانياتنا المتاحة للإمام بجوانب الموضوع المختلفة والاجتهاد والتحري بالصدق والموضوعية.
والله ولي التوفيق.



قائمة

المصادر والمراجع

قائمة المراجع

. المراجع باللغة العربية

1. أبو جادو صالح محمد علي (2005) ، علم النفس التربوي، الطبعة الرابعة ن دار الميسرة للنشر والتوزيع ن عمان - الأردن .
2. أبو جادو صالح محمد علي «1» (2007) ، علم النفس التطوري ، الطبعة الثانية ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، عمان- الأردن .
3. حامد عبد السلام زهران (2005) ، علم نفس النمو ، الطبعة السادسة ، عالم الكتب للنشر و التوزيع الطباعة ، القاهرة - مصر .
4. حسين أبو رياش (2007) ، علم النفس التربوي ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية للنشر و التوزيع ، بيروت - لبنان .
5. سعاد جبر سعيد (2008) ، علم النفس المقارن ، الطبعة الأولى ، عالم الكتاب الحديث للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن .
6. زهرة حميدة (2006) ، تقدير الذات ودافعية الانجاز لدى المراهق المتمدرس ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، تخصص علوم التربية ، جامعة الجزائر .
7. عبد الكريم أبو الخير (2004) ، النمو من الحمل إلى المراهقة ، الطبعة الأولى ، دار وائل للنشر و التوزيع ، عمان - الأردن .
8. ملحم سامي محمد (2004) علم نفس النمو ، الطبعة الأولى ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، عمان - الأردن .
9. مريم سليم (2004) ، علم النفس التربوي ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع ، بيروت - لبنان.

قائمة المصادر والمراجع

- 10 . مروة شاكر الشربيني (2006) ، المراهقة وأسباب الانحراف ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب الحديث للنشر و التوزيع ، القاهرة - مصر .
11. مريم سليم (2002) ، علم النفس التربوي ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع ، بيروت - لبنان.
12. وليم ماسترز (1998) ، المراهقة و البلوغ ، ترجمة خليل رزوق ، الطبعة الأولى ، دار الحرف العربي و دار المناهل للنشر والتوزيع ، بيروت - لبنان .
13. وحيد مصطفى كامل (2003) ، علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع، دراسة تطبيقية بكلية التربية النوعية ببها ، جامعة الزقازيق - مصر .
- 14 . خليل ميخائيل معوض، (2003) ، سيكولوجية النمو ، الطفولة و المراهقة ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية.
- 15 . سامي محمد ملحم ، (2004) ، علم نفس النمو ، دورة حياة الإنسان ، دار الفكر العربي ، عمان - الأردن .
- 16 . أحمد حويطي:(2006)، العنف المدرسي ، الأسباب والمظاهر ، فوروم النشر، الجزائر.
17. أمينة منير جادر : (2005) العنف المدرسي في الأسرة والمدرسة والإعلام ، المركز القومي للبحوث التربوية و التنموية .
18. رجاء مكي : (2008)، إشكالية العنف، الطبعة الأولى ، مجد مؤسسة الجامعية .
19. د. طه عد العظيم حسين ، سيكولوجية العنف العائلي و المدرسي ، دار الجامعة الجديدة . 2007
20. مصباح عامر : 2003 ، التنشئة الاجتماعية والسلوك ألتحرافي لتلميذ دار اليازوري ، الأردن .
21. معتز سيد عبد الله:(2009)، العنف في الحياة الجامعية ، دار غريب للطباعة ، القاهرة .

قائمة المصادر والمراجع

- 22- عبد الكريم بو حفصن, 2005. الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية و الإنسانية - ديوان المطبوعات الجامعية .
- 23- العزة سعيد وعبد الهادي جودت ، 1999 نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ،دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان الطبعة الثانية .
- 24- أحمد أبو أسعد ،و أحمد عربيات 2009، نظريات الإرشاد النفسي و التربوي ، الميسرة للنشر ، الطبعة الأولى ، عمان
- 25- النشواتي عبد المجيد 1987 ، المنحى الإنساني في الإرشاد والعلاج ، مركز البحث و التطوير التربوي ، جامعة اليرموك ، أريد للنشر والتوزيع .
26. عماد الدين إسماعيل محمد ، علم النفس النهائي ، الدار الكويتية ، ط 1، 1982 للدراسات و النشر و التوزيع ، مصرط2 ، 1996
27. فاروق عبد الفتاح ، كراس تعليمات تقدير الذات للأطفال ، جامعة الزقازيق ، مصر ، 1998 .
- 28 . أبو حميدان يوسف ، 2003، تعديل السلوك النظرية والتطبيق ، الأردن ، المدى لنشر والتوزيع .
- 29 . الشربيني زكريا ، 1994، المشكلات النفسية عند المراهقين ، لدار الفكر القاهرة .
- 30 . الزغلول ، رافع والهنداوى على، 1997، سلوك العنف لدى طلبة المدارس الحكومية الأردنية ، اليونيسف.
- 31 . عبد الحق بركات (2008) ، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة الجزائر ، جامعة الجزائر .
- 32 . علاء الدين ككفاى ، 1989 ، تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة والأمن النفسى ، دراسة عملية تقدير الذات ، جامعة الكوت ، مجلس النشر العلمي، مجلد9، العدد 35.
- المراجع بللغة الاجنبية:

قائمة المصادر والمراجع

Rey alliant t collaborateurs ;le robert dictionnaire d'aujourd'hui ; Paris ;199333 –

قائمة القواميس:

34. قاموس المعتمد : قاموس عربي عربي ، الطبعة الأولى ، الجزء العاشر ، دار المشرق

، بيروت ، 2000

مواقع الانترنت:

.- WWW .g nthro. Ahlamontada ,net/t 2071 topic35

إبراهيم فيوليت فؤاد (1998): دراسات في سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، ط1، مكتبة

زهراء الشرق للنشر، القاهرة.

حسنين عائدة عبد الهادي (2004): الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة

النفسية للطفل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، الجامعة

الإسلامية، غزة، فلسطين.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ