الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليـم العالـــي و البحـث العلمـــي

جامعـة محمد بوضيـاف – المسيلـة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: ..... /2017

المخططات المبكرة غير مكيفة وعلاقتها بمستوى تقدير الذات عند المعيدين في شهادة البكالوريا

–دراسة ميدانية بثانوية دحمان مرزوك بدائرة سيدي عامر -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص التوجيه والإرشاد التربوي

إعداد الطالبة: مكتوت شرقية

لجنة المناقشة:

د/ عبد الحق بركات	جامعة المسيلة	رئيسا
د/عزوز كتفي	جامعة المسيلة	مشرفا ومقررا
د/ نوال بوضياف	جامعة المسيلة	مناقشا

السنة الجامعية: 2016-2017م

شكر وعرفان

في هذه المناسبة لا يسعني إلا أن أشكر الله سبحانه تعالى على توفيقه وإحسانه لإتمام هذه الرسالة

كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى الأستاذ المشرف على المذكرة "الدكتور كتفي عزوز"، الذي رعى هذا البحث في جميع مراحله وتشجيعه الكبير لي، الذي تعدى حدود الإشراف على المذكرة، أشكره ولا أنسى في طيات شكري "الأستاذ بوترعة إبراهيم" وكل أساتذة علم النفس كل باسمه.

كما أوجه شكري وتقديري إلى كل من ساندني من قريب أو بعيد في إعدادي لهذا العمل خاصة طاقم مكتبة الجزيرة.

إهداء
شرقية

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات.....

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
الشكر والعرفان	
الإهداء	
فهرس المحتويات	
قائمة الجداول والأشكال	
ملخص الدراسة	
مقدمة	أ
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار النظري للدراسة	
1. تقديم الإشكالية	5
2. صياغة فرضيات البحث	7
3. أهمية الدراسة	8
4. أهداف الدراسة	8
5. الدراسات السابقة	9
6. تحديد المفاهيم	18
الفصل الثاني: المخططات المبكرة الغير مكيفة	
تمهيد	20
1. تاريخ مفهوم المخطط	20
2. تعريف المخططات المبكرة الغير مكيفة	21
3. خصائص المخططات المبكرة الغير مكيفة	23
4. مجالات المخططات المبكرة الغير مكيفة	24

فهرس المحتويات.....

5. أنماط المخططات المبكرة الغير مكيفة	29
6. العلاج بالمخططات عند "جيفري يونغ"	31
7. مزايا المخططات المبكرة الغير مكيفة وعواقبها	34
خلاصة	36
الفصل الثالث: تقدير الذات	
تمهيد	38
1. الذات	38
1-1- تعريف الذات	38
1-2- أبعاد الذات	39
1-3- نظريات مفهوم الذات	40
2. الفرق بين الذات وتقدير الذات	43
3. تقدير الذات	44
3-1- تعريف تقدير الذات	44
3-2- أهمية تقدير الذات	45
3-3- أبعاد تقدير الذات	46
3-4- مصادر تقدير الذات	47
3-5- مستويات تقدير الذات	48
خلاصة	51
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية الدراسة	
تمهيد	54
1. الدراسة الاستطلاعية	54

2. المنهج المستخدم	58
3. عينة الدراسة	59
4. مجال الدراسة	60
5. أدوات الدراسة	61
6. الأساليب الإحصائية	70
خلاصة	71
الفصل الخامس: تحليل ومناقشة الدراسة	
1. عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية	73
2. خلاصة النتائج	87
3. الاقتراحات	89
خاتمة	91
قائمة المصادر والمراجع	93
الملاحق	98

قائمة الجداول

فهرس الجداول.....

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح مزايا وعواقب المخططات في الطفولة والرشد	34
02	يمكن تلخيص الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات في هذا الجدول	44
03	يوضح أهم فروق مستويات تقدير الذات	50
04	يوضح حساب الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات	56
05	يوضح حساب الصدق التمييزي المخططات المبكرة الغير مكيفة	56
06	يبين قيمة معامل Alpha Cronbach's وأداة الدراسة	57
07	يبين درجات الصدق (ن) لكل بعد من أبعاد المقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة	62
08	يبين درجات الصدق "ن" لميزات مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة	63
09	يبين صدق مقياس تقدير الذات	69
10	يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.	74
11	يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.	76
12	يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا	78
13	يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا	80
14	يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا	82
15	يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا	84

ملخص الدراسة:

تتمثل الدراسة الحالية في محاولة الكشف عن "المخططات المبكرة الغير مكيفة وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا".

ولتحقيق هذه الدراسة تم إتباع خطوات المنهج الوصفي، عن طريق تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في: مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة، ومقياس تقدير الذات حيث قدر عدد أفراد العينة التي خضعت للدراسة ب(60) تلميذ وتلاميذه من المعيدين في شهادة البكالوريا.

ولتحليل النتائج اعتمدنا على الأساليب الإحصائية المناسبة أسفرت النتائج عن ما يلي:

نتائج الفرضية العامة:

1- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

الفرضيات الفرعية:

1- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

2- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

3- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

4- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين توجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

5- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

Résumé

Cette étude traite la question de la relation entre les Schèmes précoces non-adaptés et le n veau de l'estime de son chez les Redoublants à l'examen du Baccalauréat.

Nous avons utilisé la méthode déxnptire, et applique l'échelle de mesure des S chrêmes précoces non adaptés, et l bêchette d estime de soi.

Nos avons choisi un échantillon intentionnel Constitué de(60) soixante élevés des deux sexes, parmi ces redoublants.

Dans notre analyse statistique, nous avons utilisé le coefficient de corrélation de Pearson en s appuyant sur le (spss).

Les Résultats mètrent:

1- Existe une relation de corrélation élevée entre les Schèmes précoces non adaptés et le niveau d estime de soi chez ces élèves redoublants.

2- Existe une relation de corrélation élevée entre la séparation et la refus, et le niveau d estime de soi chez ces redoublants.

3- Existe une relation de corrélation élevée entre le manque d indépendance et la niveau d estime de soi chez ces redoublants à l examen du baccalauréat.

4- Existe une relation de corrélation élevée entre les limites et la niveau destinal de soi chez ces sujet redoublants.

5- Existe une relation de corrélation élevée entre l orientation exagérée envers les autres et le niveau d estime de soi chez ces redoublants.

6- Existe une relation de corrélation élevée entre l éveil exagéré et le niveau d estime de soi chez ces redoublants.

مقدمة

مقدمة

يمر الفرد المتعلم بعدة محطات دراسية هامة في حياته كل منها يمهد للمرحلة التي تليها، إلا أن مرحلة التعليم في الثانوي هي الأهم وبالأخص السنة ثالثة ثانوي باعتبارها مرحلة مصيرية لأنها تمهد للحياة الجامعية غير أنها تؤثر في شخصية هذا المتعلم من الناحية النفسية في حال حدوث الإعادة في شهادة البكالوريا وهذا الإحباط والفشل قد يكون له أسباب أعمق إذا ما تناولنا البنى المعرفية الراسخة المعروف بالمخططات المبكرة غير مكيفة والتي يعبر عنها بكل تصورات وأفكار سلبية، توجههم نحو الاضطراب وعدم التكيف، خاصة في حالة إعادة تنشيطها في المواقف الضاغطة، بما فيها مواقف الانجاز كامتحان البكالوريا وهذا ما ينعكس على مستوى تقدير الذات بحكم الفرد عن ذاته إما بالإيجاب أو بالسلب.

ومن خلال عرض الموجز لموضوع المخططات المبكرة الغير مكيفة أردنا أن نكتشف علاقته بمتغير أخر لا يقل أهمية عن باقي المتغيرات، ألا وهو موضوع مستوى تقدير الذات.

ولمعاينة هذه العلاقة على أرض الواقع اخترنا عينة بحثية من طلبة المعيدين من ثالثة ثانوي، وذلك بغية معرفة المخططات المبكرة الغير مكيفة وعلاقتها بمستوى تقديرهم لذاتهم.

واستجابة لمتطلبات البحث تم تقسيمه إلى قسمين رئيسين قسم نظري وأخر تطبيقي وقبل البدء على هذين القسمين فضلنا التطرق إلى الفصل تمهيدي نعرف فيه بالدراسة من خلال عرض كل من الإشكالية الدراسة وفرضيتها وأهميتها وأهدافها مرورا بتعرف على الدراسات السابقة وتحديد أهم المفاهيم المستخدمة فيها.

بعد هذا الفصل التمهيدي جاء القسم النظري، والذي تم تقسيمه تبعا لمتغيرات الدراسة إلى فصلين أساسيين هما، فصل المخططات المبكرة الغير مكيفة وفصل مستوى تقدير الذات.

بعد عرض القسم النظري استلزمت الدراسة بحكم المتطلبات المنهجية والبحثية إدراج قسم تطبيقي، ينقسم إلى فصلين، أولهما هو الفصل المنهجي الذي بدأنا بالدراسة

الاستطلاعية، ومن ثم المنهج المستخدم إضافة إلى عينة الدراسة وكيفية اختيارها، ثم عرض حدود الدراسة، وبعدها تطرقنا إلى أدواتها وكذلك الأساليب الإحصائية المناسبة لها.

ومرورنا بعد الفصل المنهجي إلى فصل عرض وتحليل النتائج، الذي عرضت فيه النتائج تبعا للفرضيات، ومن ثم التطرق إلى تفسير تلك النتائج، وفي ختام هذا الفصل تم تقديم مجموعة من الاقتراحات.

وتم إنهاء هذه الدراسة بخاتمة، وعرض ملخص موجز لكل ما جاء في طياتها، لنرتب المراجع التي تم الاستفادة منها ترتيبا أبجديا، إضافة إلى عرض ملاحق الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1. تقديم الإشكالية
2. صياغة فرضيات البحث
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. الدراسات السابقة
6. تحديد المفاهيم

1- تقديم الإشكالية:

تعد مرحلة التعليم الثانوي مرحلة مصيرية، وبالأخص سنة ثالثة ثانوي بصفتها مرحلة حساسة في النجاح أو رسوب المتعلم، مما يؤثر في مستوى تقدير الذات بالسلب أو الإيجاب، حيث أن مستوى تقدير الذات هو حكم الفرد على قيمته الذاتية، أي أنه بناء يوجهه الفرد نحو ذاتيه إما بالإيجاب أو السلب، فالإيجاب يتم بالرضي على نفسه، أما السلب فيكون باحتقار نفسه .

كما يعرفه "روزنبيرج *trosenberg*" على أنه اتجاهات الفرد شاملة سالبة أو موجبة نحوه، وهذا يعني أن التقدير الذات المرتفع هو أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة عالية، بينما يعني تقدير الذات المنخفض عدم الرضا عن ذاته أو رفض الذات، أو احتقار الذات، أي أن تقدير الفرد لذاته يعني الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية وتقيم الآخرين له. (مصطفى فهمي، *1981*، ص *78*).

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي أثبتت أن الذين يعانون من أزمات نفسية يفشلون في دراساتهم، فالتلميذ شديد الحياء، أو القلق، أو الغير مستقر الذي يشعر بنقص في مستوى تقدير ذاته يجد عادة صعوبة في مواجهة المواقف التعليمية المختلفة، وكذا صعوبات في التكيف مع الجو المدرسي، وضعف الثقة بالنفس والعصبية العامة، لان تقدير الذات المنخفض أو السلبي من شأنه أن يكون لدى التلاميذ نقص في دافعتيهم للنجاح ويصنعون بهذا أهداف أقل أهمية وأكثر بساطة، والتي لا يكون فيها تحديات كبيرة مما يؤثر على مردودها التربوي الذي يصبح متدنيا وقد ينتهي بهم الحال إلى مغادرة صفوف الدراسة نهائيا.

وهذا التقدير بمستوياته المرتفعة أو المنخفضة، الايجابية أو سلبية تأثر بعدة عوامل منها ما يتعلق بالأسرة كأول بيئة من حيث أن الفرد يكتسب مميزاته النفسية والاجتماعية، وما يرتبط بالمدرسة والتي تعد ثاني بيئة من حيث تأثير على سلوكيات المتعلم، حيث يتعلم أدوار اجتماعية جديدة تؤثر في جوانب عديدة من الشخصية، ومن بين أهم العوامل التي تؤثر في

مستوى تقدير الذات لدى التلميذ في مواجهة صعوبات الامتحان ومتطلباته، ما يسمى بالمخططات المبكرة الغير مكيفة والتي يعرفها "يونغ جيفري": على أنها نماذج معرفية وعاطفية ذاتية الانهزامية، تظهر مبكر أو يتكرر بروزها خلال كل الحياة وهي غير شعورية، متواجدة في الذاكرة طويلة المدى تأخذ منبعها من الطفولة والمراهقة وتسيطر على حياة الفرد في مرحلة الرشد فهي مؤلمة تمثل عبء الماضي على مستقبل الفرد، فسلوك الفرد لا ينتمي إلى المخطط نفسه بل تتطور السلوكيات غير المكيفة استجابة لمخطط ما وبالتالي تبنى من قبل المخططات ولكنها لا تنتمي إليها، أي أن السلوك ليس هو المخطط وإنما يتجسد من خلال السلوك وتمارس المخططات تأثيرها على طريقة تفكيرنا وتصرفاتنا، على علاقتنا مع الآخرين وتوقظ أحاسيس عنيفة مثل: الغضب، الحزن، القلق، في سن الرشد يقوم الفرد بإعادة بناء هيئة معاناته وظروف مشابهة لتلك التي سادت في مرحلة الطفولة .

ويرى "زغبرش عيسى" أن الصعوبات النفسية والتفسير الخاطئ لأحداث الواقع تنشأ من مثل هذه الوضعيات البسيطة، وللحفاظ على هذا التوازن النفسي يبحث الطفل مضطرا لأي تفسير من أجل الخروج من وضعيات الغير مريحة، وبالتالي يعطي تأويل غير مبرر وغير منطقي لحالته.

إن المخططات المعرفية التي يقصد بها المعاني والأفكار التي يكونها الفرد عن الحدث أو الموقف كالامتحان، وتكون خاطئة ولا تمثل بالضرورة مكونات الواقع الفعلي، وتتضمن التشويه المعرفي أخطاء في المحتوى المعرفي للفرد، وهذا التعريفات يمكن المبالغة كما وكيفا .(حسين طه عبد العظيم، *2007*، ص *142*)

ومن بين هذه المعطيات هناك ارتباط بين عدد من المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات وهذا من خلال إعادتهما لمتكررة في شهادة البكالوريا، ومن منطلق هذه الدراسة نحاول الكشف عن المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات عند المعيدين في شهادة البكالوريا، ومنه يمكن طرح التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

• هل توجد علاقة ارتباطيه بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا؟

الأسئلة الفرعية

• هل توجد علاقة ارتباطيه بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا؟

• هل توجد علاقة ارتباطيه بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا؟

• هل توجد علاقة ارتباطيه بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا؟

• هل توجد علاقة ارتباطيه بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا؟

• هل توجد علاقة ارتباطيه بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا؟

2- صياغة فرضيات البحث:

2-1- الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطيه بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

2-2- الفرضية الفرعية:

• توجد علاقة ارتباطيه بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

• توجد علاقة ارتباطيه بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا .

• توجد علاقة ارتباطيه بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا .

• توجد علاقة ارتباطيه بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

• توجد علاقة ارتباطيه بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

3- أهمية لدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في ما يلي:

توعية الأولياء والمعلمين بخطورة المخططات المبكرة الغير مكيفة على نفسية المتعلم والتي تسبب في تدني مستوى تقدير ذاته، وضرورة رفع مستوى تقدير الذات لديهم، ومعرفة متغيرات الدراسة وما مدى تأثيرها على نفسية التلاميذ، كما أنها تمهد لدراسات المستقبلية لمعرفة الأسباب التي تؤثر في مستوى تقدير الذات.

وأيضا ركزت هذه الدراسة على فئة عمرية تعقد عليها الآمال في نهضة المجتمع، وقد تكون مشكلة مستوى تقدير الذات لديهم أكبر مما قد يتبادر للذهن.

4- أهداف الدراسة:

يهدف موضوع دراستنا الحالية إلي الكشف عن طبيعة العلاقة بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى عينة من المعيدين في شهادة البكالوريا وذلك من خلال دراسة المخططات المبكرة الغير مكيفة كمتغير مستقل، ومستوى تقدير الذات كمتغير تابع، ويمكن الكشف عن هذا الهدف العام من خلال الأهداف الإجرائية التالية:

- التعرف على العلاقة بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في البكالوريا.
- إبراز العلاقة بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في البكالوريا.
- الكشف على العلاقة بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في البكالوريا.
- بيان العلاقة بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في البكالوريا.
- الكشف عن العلاقة بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في البكالوريا.

5- الدراسات السابقة:

لقد حاولت البحث عن دراسات تناولت هذا الموضوع، ولكنني لم أجد موضوع يعالج متغيرات الدراسة الحالية مما يجعلها دراسة حديثة.

إلا أنني وجدت بعض هذه الدراسات التي تناولت أحد المتغيرات مرتبط بمتغير أخر فاعتمدت عليها في عرض، تساؤلاتها، فرضياتها، أهدافها، منهجها، أدواتها، وأهم نتائجها وربط كل ذلك بدراسة الحالية.

5-1- دراسات السابقة للمخططات المبكرة الغير مكيفة:

5-1-1- دراسة لباحث "فيراولبورغ وآخرون (*2002*) *Vera wallurg al*": عنوان الدراسة: العلاقة بين المخططات المعرفية المبكرة الغير متكيفة والضغط المدرك، في جامعة تولوز -2- فرنسا.

وفق النظرية المخططات المبكرة الغير متكيفة، " لجيفري يونغ " فان هذه الأخيرة تتطور أثناء الطفولة، ويفترض أن لها خاصية الاستقرار ولكن عند تنشيط هذه المخططات فأنها تؤثر على إدراك الفرد للعالم الخارجي، وتخلق تشوهات معرفية، ومن هذا المنطلق قام الباحث بالتحقيق من الافتراض بدراسة مدى تأثير هذه المخططات على إدراك الفرد للضغط.

أجريت الدراسة على عينة متكونة من *132* طالبا جامعيا يدرسون في السنتين الثانية والثالثة جامعي، كما أنها استعملت المنهج الوصفي، طبقت عليهم المقاييس التالية:

- مقياس المخططات المبكرة الغير متكيفة"ليونغ"
- سلم الضغط المدرك (*échelle le stress perçu-14*).

ولقد بينت الدراسة أن بعض المخططات المبكرة الغير متكيفة تأثر فعلا على إدراك الفرد للضغط، وخاصة في ظهور مشاعر الإهمال على إدراك ضغط. (زميتي تين حنان، 2014، ص 11)

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند الربط بين دراسة الباحثة "فيراولبورغ" بالدراسة الحالية نجد أنهما يختلفان في المتغير التابع حيث تناولت الدراسة الأولى متغير "الضغط المدرك"، بينما تناولت الدراسة الثانية متغير "مستوى تقدير الذات "، كما أنهما يختلفان في عينة الدراسة، فهي تناولت عينة الطلبة الجامعين بينما الدراسة الحالية تناولت المعيدين في البكالوريا في الثانوية، واتفقتا في المتغير المستقل وهو المخططات المبكرة الغير مكيفة، و في المنهج الوصفي لأنه المنهج المناسب لهذه الدراسة.

5-1-2- دراسة "هوتيكيت (*2006*) *autekeete*": عنوانها: "تطور المخططات الغير مكيفة خلال وبعد علاج *ttc* عند مدمني الكحول الفاشلي علاجيا من منظور نظرية المخططات" بعد التأكد من نجاعة التدخل العلاجي للإدمان على الكحول الكلاسيكي *ttc* وعدم التركيز مباشرة على المخططات الغير مكيفة ونشاطها خلال العلاج، درست تطور المخططات ما بعد العلاج لمدة عام على عينة عددها *28* تجريبية بمعدل 47.12% نساء سنهم مابين (*31-44*) سنة.

نستنتج من ذلك أن الأفراد الذين فشلوا مع المتابعة اظهروا نشط لمخططاتهم مع ملاحظة استمرار انخفاض مستوى التكيف عند الذين لم يفشلوا أو يتراجعوا في العلاج .

وهذه النتائج عامة هي دالة إحصائيا على *13* مخططا، وتضمنت ارتباطات ضعيفة بين عامل النشاط وعدم النشاط وفعل التراجع (والفشل أو عدم الفشل) ونقشت في إطار نظرية المخططات وعلاقتها بالوقاية من الفشل.(زبيدة حطاح، 2011، ص 8)

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند ربط دراسة "هوتيكيت" بالدراسة الحالية نجد أنها تختلف عنها فهي تناولت متغير واحد وتطوره ولم تناول المتغير التابع، كما أن الدراسة الحالية تناولت متغيرين المستقل والتابع، كما أن دراسة "هوتيكيت" ركزت على الأفراد المدمنين الكحول الفاشلين علاجيا، أما الدراسة الحالية ركزت على الطلبة المعيدين في البكالوريا ولكنهما اتفقتا في المتغير المستقل وهو المخططات المبكرة الغير مكيفة .

5-1-3- **دراسة "زبيدة الحطاح (*2011*)"**: بعنوان " علاقة المخططات المبكرة الغير مكيفة والذكاء العاطفي **بالفشل** الأكاديمي (الرسوب في الامتحان البكالوريا) "، والتي أجريتها على عينة متكونة من *365* فردا موزعين على فئة الناجحين وتتضمن *188* فرد (*19* ذكور *169* إناث)، وفئة الفاشلين تتضمن *168* فردا (*47* ذكور، *121* إناث) تتراوح أعمارهم من (*18*–*24*) سنة موزعين على سنة أولى جامعي ومعاهد تكوين الوطني، ويتم تطبيق كلا الفئتين .

وتم استخدام المنهج الوصفي ألسببي ألمقارن وكما أنها استخدمت مجموعة من الأدوات: - المقياس المختصر " لجيفري يونغ "

- ومقياس الذكاء العاطفي " لعبد المنعم الدردير" .

أما أهم النتائج المتوصل إليها: فكانت التعرف على عوامل نفسية يمكن أن تؤثر في الفشل الأكاديمي، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الناجحين والفاشلين في ما يخص مجالات المخططات المبكرة الغير مكيفة.

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند الربط بين دراسة "زبيدة" والدراسة الحالية نجد أنهما يختلفان في المتغير التابع حيث تناولت دراسة زبيدة "الفشل الأكاديمي" بينما الدراسة الحالية تناولت "مستوى تقدير الذات"، ولقد اتفقتا في اختيار في اختيار نفس المتغير وهو المتغير المستقل "المخططات المبكرة الغير مكيفة"، وأيضا في المنهج الوصفي، حيث أنها اختارت عينة من الناجحين والمعيدين في البكالوريا بينما الدراسة الحالية تناولت المعيدين فقط،كما أنها أثرت الإطار النظري لهذه الدراسة.

5-1-4- دراسة "عيشواني شهرزاد (*2011*)": بعنوان: "المخططات المبكرة الغير متكيفة عند المدمنين على المخدرات بمستشفى الأمراض العقلية"، وقد أجريت على عينة متكونة من *40* فردا كلهم ذكور متواجدين بمستشفى الأمراض العقلية "فرانتس فانون" بالبليدة، استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، وكذا مجموعة من الأدوات ومنها: -مقياس "يونغ جيفري" للمخططات المبكرة الغير متكيفة

-اختبار تصنيف سوء استعمال المخدرات (***dast- 10***)

وقد بينت نتائج وجود تسعة مخططات نشطة عند المدمنين.

حيث بينت نوع المخططات النشطة عند المدمنين ودرجة تأثيرها في شخصية هؤلاء المدمنين، وتأكدت من صحة الفرض الأول ضمن فرضية البحث في ما يخص نشاط عدد من المخططات المبكرة عند المدمنين.

أما الفرض الثاني يخص ترتيبها من حيث درجة تأثيرها فلم تتحقق صحتها.

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند الربط بين دراسة "شهرزاد" والدراسة الحالية، نجد أنهما يختلفان في المتغير التابع فدراستها لم تتناول المتغير التابع بينما الدراسة الثانية تناولت المتغيرين معا المستقل وتابع واختلفتا في العينة فدراستها تناولت المدمنين على المخدرات، أما الدراسة الحالية تناولت

الأفراد المعيدين في البكالوريا، واختلفتا في المنهج فهي تناولت المنهج الوصفي التحليلي بينما الدراسة الحالية تناولت المنهج الوصفي الارتباطي، واتفقتا في المتغير المستقل وهو المخططات المبكرة الغير مكيفة، إلا أن هذه الدراسة أثرت الجانب النظري.

5-1-5- دراسة "زميتي تين حنان": بعنوان: "أثر النمط التعلق بالمخططات المبكرة الغير مكيفة"، والتي أجرتها على عينة متكونة من ستة أمهات .

استخدمت المنهج العيادي، كما أنها استخدمت مجموعة من المقاييس منها:

- مقياس "يونغ" للمخططات المبكرة الغير متكيفة
- مقياس "باركرل" إدراك السلوكيات الوالدية
- تم توصل إلى النتائج التالية:

- اغلب درجات المخططات المبكرة الغير متكيفة منخفضة لدى أمهات أطفال التوحد ذوي النمط التعلق الأمن يمكن أن يساعد على تشكيل مخططات متكيفة في مرحلة الرشد، فقد بينت النتائج أن المخططات تمثل بالفعل خصائص المحيط العائلي للحالات، إلا أنه برغم من إشباع للحاجات الأساسية من إحساس بالأمان وتجيع الاستقلالية، إلا أنه يمكن أن نجد أسباب وعوامل أخرى أنسب في جعل المخططات سلبية وغير متكيفة كصدمات وإفراط في إشباع الحاجات.

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند ربط هذه الدراسة "زميتي تين حنان" بالدراسة الحالية، نجد أنهما تختلفان في المنهج، فقد استعملت المنهج العيادي إلا أن الدراسة الثانية استخدمت المنهج الوصفي واختلفتا في العينة فهي تناولت أمهات أطفال التوحد، بينما الدراسة الحالية تناولت الطلبة المعيدين في شهادة البكالوريا، واختلفتا في المتغير المستقل فدراسة "حنان" تناولت "نمط التعلق" بينما الدراسة الحالية تناولت "المخططات المبكرة الغير مكيفة " وساهمت هذه الدراسة في إثراء الجانب النظري.

5-2- دراسات في مستوى تقدير الذات:

5-2-1- دراسة "غادة عبد الله بن علي الخضير *1999*": بعنوان "فاعلية برنامج تدريبي توكيدي في تنمية تقدير الذات لدى عينة من طالبات الجامعة مرتفعات الأعراض الاكتئابية".

تكونت عينة الدراسة من *38* طالبة من طالبات "جامعة الملك سعود" اللاتي تعانين من الاكتئاب، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين من حيث العمر، ودرجة الاكتئاب ودرجة تقدير الذات، احدهما ضابطة والأخرى تجريبية

-وقد استخدمت مجموعة من الأدوات التالية: مقياس تقدير الذات من إعداد الباحثة، ومقياس الاكتئاب " فهد الديلم وآخرون " *1993*، البرنامج التدريبي التوكيدي من إعداد الباحثة .

-وقد أسفرت الدراسة على مجموعة النتائج التالية:

أ. عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجة الاكتئاب بين نتائج القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ب. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين الضابطة وتجريبية على مقياس تقدير الذات بعد تطبيق البرنامج التجريبي وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

ج. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة تقدير الذات، بينت نتائج كل من قياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند الربط بين دراسة "غادة عبد الله " والدراسة الحالية، نجد أنهما يختلفان في المتغير المستقل "فاعلية برنامج توكيدي " بينما الدراسة الحالية تناولت "المخططات المبكرة الغير مكيفة"، واختلفتا في المنهج فقد استخدمت المنهج التجريبي بينما الدراسة الثانية استخدمت المنهج الوصفي، كما أن هذه الدراسة ركزت على الطالبات الجامعيات، أما الدراسة الحديثة فركزت على المعيدين في البكالوريا، واتفقتا في المتغير التابع وهو " تقدير الذات".

5-2-2- **دراسة "علي محمود (*2004*)"**: بعنوان "نمذجة العلاقة البيئية بين تقدير الذات وتحصيل الدراسي للمراهقين في مجتمع السعودي"، وقد أجريت الدراسة على عينة من التلاميذ *48* تلميذ وتلميذة في نهاية المرحلة المتوسطة، وتراوحت أعمارهم مابين (*15-16* سنة)، وتم استخدام عدة مقياس منها:

-مقياس تقدير الذات، ومقاييس أبعاد تقدير الذات، وهي تقدير الذات للمراهقين لذواتهم وتقدير الاجتماعي وتكيف الدراسي، حيث توصل إلى ما يلي:

-عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجة تقدير الذات

-تساهم كل من نتائج التحصيل الدراسي والاتجاه الاجتماعي بما فيه المعلمين، الأولياء الأصدقاء في تأثير على تقدير الذات .

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية

عند الربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية نجد أن دراسة "علي محمود " تبحث عن علاقة متغير بأخر ويظهر ذلك من خلال استخدام المنهج الوصفي، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية، كما أنها اختارت متغير من متغيرات الدراسة الحالية وهو "تقدير الذات "، إلا أنهما اختلفتا في العينة فالدراسة الأولى تناولت مرحلة نهاية تعليم المتوسط، بينما الدراسة الحالية تناولت المعيدين في شهادة البكالوريا.

5-2-3-**دراسة " سهل فريدة** (*2009*)": بعنوان: "أثر التوجيه المدرسي على دافعية الانجاز وتقدير الذات لدى التلاميذ سنة ثانية ثانوي "ولقد أجريت على عينة من التلاميذ التي بلغ حجمها *270* تلميذ وتلميذة من شعب مختلفة، والذين تتراوح أعمارهم بين (17 -20سنة) المتواجدين في عدد من الثانويات بمنطقة الجزائر العاصمة وتم استخدام المنهج الوصفي ومجموعة من المقاييس منها:

مقياس الدافعية، و" اختبار *test* " لدراسة الفروق، ومقياس تقدير الذات" لكوبر سميث".

حيث توصلت إلى ما يلي:

- عدم وجود فروق في تقدير الذات بين تلاميذ الشعب العلمية والأدبية.

- دافعية الانجاز بالنسبة لتلاميذ الموجهين نحو الشعب العلمية أحسن من دافعية الانجاز بالنسبة لتلاميذ الموجهين نحو الشعب الأدبية، وبأن دافعية الانجاز تتأثر برغبة التلاميذ الذين وجهوا إلى شعب علمية.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين الجنسين.

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند الربط بين دراسة "سهل فريدة "والدراسة الحالية، نجد أنهما يختلفان في المتغير المستقل فدرستها تناولت متغير "أثر التوجيه المدرسي على دافعية الانجاز" بينما الدراسة الحالية تناولت متغير "المخططات المبكرة الغير مكيفة" ويختلفان في المنهج فدراستها تناولت المنهج التجريبي بينما الدراسة الحالية تناولت المنهج الوصفي، كما أنها ركزت على طلبة سنة الثانية ثانوي، أما الدراسة الحالية فركزت على المعيدين في البكالوريا، وقد اتفقتا في المتغير التابع وهو "تقدير الذات".

5-2-4- **دراسة "سعاد مرغم (*2009*)"**: بعنوان "العلاقة بين تقدير الذات ودافعية التعلم لدى عينة من تلاميذ سنة ثالثة ثانوي "، ولقد أجريت على عينة متكونة من ***150*** تلميذ وتتراوح أعمارهم ما بين ***16- 21*** سنة الموزعين على خمسة ثانويات بولاية سطيف، كما أنها استخدمت المنهج الوصفي ألارتباطي، وأيضا استخدمت مجموعة من المقاييس المتمثلة في: مقياس تقدير الذات لبروهس هير *1985*، مقياس دافعية للتعلم ليوسف القطامي ***1992***.

حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه بين تقدير الذات ودافعية التعلم

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية نجد أن دراسة "سعاد مرغم" تبحث عن علاقة متغير بأخر، ويظهر ذلك جليا من خلال استعمال المنهج الوصفي، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية، كما تم اختيار نفس المتغير وهو "تقدير الذات" إلا أنه هو المتغير المستقل أما في

الدراسة فهو المتغير التابع، إلا أنهما اختلفتا في العينة فهي تناولت طلبة الثالثة ثانوي بصفة عامة بينما الدراسة الحديثة تناولت المعيدين فقط.

5-2-5- دراسة " حودس منال (2013)": بعنوان: "شعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح "، وقد أجريت الدراسة على عينة متكونة من 112مراهق ومراهقة متواجدين بمركز إعادة التربية بولاية الجزائر والبليدة، واستخدمت المنهج الوصفي تحليلي، كما أنها استخدمت مجموعة من المقاييس وهي:

- مقياس الشعور بالوحدة النفسية "لإبراهيم قشقوش"، واختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية لمحمود عطية هنا، تم اختبار ثباتهما، ومقاييس تقدير الذات "لكوبر سميث".

حيث توصلت إلى:

- وجود علاقة دالة إحصائيا بين الشعور والوحدة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح حسب الجنس.

كما وجدت أن المتغير أكثر ارتباطا بشعور بالوحدة النفسية هو تقدير الذات حسب الجنس في حين وجدت أنه لا توجد فروق دالة بين الجنس في ما يخص المتغيرات، في حين يوجد فرق في التوافق النفسي لصالح الإناث.

ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية:

عند ربط هذه الدراسة بالدراسة الحالية نجد أن دراسة "حوادس منال" تبحث عن العلاقة بين متغيرات الدراسة، ويظهر ذلك جليا من خلال استعمال المنهج الوصفي، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية، كما تم اختيار نفس المتغير التابع وهو "مستوى تقدير الذات"، أما الاختلاف بين الدراسة الثانية وهذه الدراسة فيتجلى في المتغير المستقل "الشعور بالوحدة النفسية "، أما متغير الدراسة الحالية فهي تناولت متغير "المخططات المبكرة الغير مكيفة" كما اختلفتا في عينة الدراسة، فهي اختارت عينة المراهقين الجنح، بينما الدراسة الحالية اختارت الطلبة المعيدين، وهذا سبب كافي للانطلاق في الدراسة الحالية.

6- تحديد المفاهيم

مفهوم المخططات المبكرة الغير مكيفة:

التعريف العام: هي نماذج أو مواضيع هامة مهيمنة تتشكل من الذكريات والانفعالات والمعارف والأحاسيس الجسدية، خاصة بالذات وعلاقتها بالآخرين وتتكون خلال الطفولة والمراهقة تؤثر على مسار حياة الفرد، وتحدث اختلالات وظيفيا ذو دلالة.

(*jeffre young ،2005 ،p35*)

التعريف الإجرائي: تعرف المخططات المبكرة الغير مكيفة إجرائيا في الدراسة الحالية بأنها درجة الكلية التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس "يونغ جيفري " للمخططات في صورته المختصرة والتي تحتوي على15 مخطط ضمن 5 مجالات

مفهوم مستوى تقدير الذات:

التعريف العام: هو حكم شخصي للفرد عن قيمته الذاتية أثناء تفاعله مع الآخرين، ويعبر عنها من خلال اتجاهاته نحو مشاعره ومعتقداته وتصرفاته كما يدركها. (إبراهيم عبد الله، *1994*، ص *38*)

التعريف الإجرائي: هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ وفق لإجابته على مقياس تقدير الذات، "لهودسون " وعربه "مجدي محمد الدسوقي (*2004*)"، والذي يتكون من *25* عبارة.

الفصل الثاني

المخططات المبكرة غير مكيفة

تمهيد

1. تاريخ مفهوم المخطط
2. تعريف المخططات المبكرة غير مكيفة
3. خصائص المخططات المبكرة غير مكيفة
4. مجالات المخططات المبكرة غير مكيفة
5. أنماط المخططات المبكرة غير مكيفة
6. العلاج بالمخططات عند "جيفري يونغ"
7. مزايا المخططات المبكرة غير مكيفة وعواقبها

خلاصة

تمهيد:

إن المخطط هو مصطلح علمي ظهر في علم النفس المعرفي، ويعود الفضل في تطويره إلى " جيفري يونغ "، فعن طريقه نتعرف على الاعتقادات العميقة حول أنفسنا وحول العالم الذي يحيط بنا، والتي اكتسبت في مرحلة الطفولة الأولى .

كما أن المخططات تسير حياة الأفراد من خلال إحساسهم بالتحدي أو بالانزعاج أو بالإرهاق .

ويقصد بالمخططات المبكرة الغير مكيفة بأنها تلك المتضمنات المستلبة المتواجدة داخل الجهاز النفسي، الموروثة من جروح الطفولة والتي تستعبد الفرد وتكف من إمكاناته.

وسنعرض في هذا الفصل تاريخ مفهوم المخططات، وكذا مجموعة من التعاريف للمخططات المبكرة الغير مكيفة، وأنماطها ومجالاتها، والعلاج بالمخطط.

1.تاريخ مفهوم المخطط:

ظهر مصطلح المخطط منذ القدم أي من عهد الإغريق، ويعتبر المخطط في فلسفة "كانط " مفهوم مشترك لكل أفراد النوع، استعمل هذا اللفظ أيضا في نظرية المجموعات الهندسية الجبرية، التعليم وتحليل الأدبي، بين " جيفري يونغ " (*2003*) أن لفظ المخطط له تاريخ خاص في مجال علم النفس وبالأخص في مجال العلوم المعرفية التي اعتبرت المخطط نموذجا مفروضا من الواقع، أو عن طريق التجربة التي تساعد الفرد على تفسير الأحداث.

المخطط هو تصور مجرد للمميزات الخاصة لحدث ما، وفي علم النفس هذا اللفظ هو تابع في أغلب الأحيان " بياجي" "*piajet*" الذي يكتب بالتفصيل عن المخططات في المراحل المختلفة للنمو المعرفي للطفل، وبالنسبة لعلم النفس المعرفي المخطط هو برنامج معرفي مجرد يتدخل كمرشد في تفسير المعلومة وحل المشاكل، ويمكننا إذا استعمال مخطط لغوي لفهم جملة أو مخطط ثقافي لتفسير أسطورة. (*Jeffrey young*، *2005*، *p 35*).

إذا انتقلنا من علم النفس المعرفي إلى العلاج المعرفي نجد أن "بيك (*beak (1997*) "استعمل المخططات منذ كتاباته الأول، وتمثلت المخططات المعرفية حجر الزاوية في نظرية "بيك " *beak*". (عبد العظيم حسين، *2007*، ص *155*)

ويعرف عموما في علم النفس وفي العلاج النفسي المخطط أنه: كل مبدأ كبير منظم هدفه تفسير التجارب المعاشة من طرف الفرد، ويقدم العلاج النفسي مفهوما هاما، وتستمر المخططات التي تشكل الكثير منها مبكرا أثناء الحياة، ويمكن أن تتشكل خلال الطفولة أو في الحياة المستقبلية . (*Jeffrey young ،2005 ،p 34*).

2.تعريف المخططات المبكرة الغير مكيفة:

تتمثل المخططات أحد أسس النظرية لتمثيل المعرفة، وهي غير شعورية وتشكل ذاكرة المعاني ومتواجدة في ذاكرة طويلة المدى ويمكن تعريفها في ما يلي:

تعريف هاهيسو "*s.hahusseau*": هو شعور مؤلم يتكرر في الحاضر نتيجة خبرات مضرة في الماضي، من حيث هو إدراك راسخ حول العالم والآخرين وحول الذات، التي تترسم مبكرا في الطفولة نتيجة للحرمان أو عجز تربوي غير سليم، تصبح طريقة الإدراك هذه صعبة ومؤثرة سلبا في الفترة اللاحقة. (*s.hahusseau,2003,p18*)

كما عرفها "يونغ " "*young*" يمثل تعريفه تعريفا واسعا شاملا للمخططات المبكرة الغير مكيفة، وعرفها على أنها نماذج انفعالية ذاتية الانهزامية، تظهر مبكر أو يتكرر بروزها وهي مستمرة مدى الحياة، تأخذ منبعها من الطفولة والمراهقة، وتسيطر على حياة الفرد في مرحلة الرشد وهي ذاتية ومؤلمة، وبالتالي فهي تمثل عبء الماضي على المستقبل الفرد، ومن خلال تعريفه نلاحظ أن سلوكيات الفرد لا تنتمي إليها . (*young and all, 2005, p35*)

حيث أن السلوك ليس هو المخطط بحد ذاته وإنما يتجسد المخطط من خلال السلوك ولذلك يرى أن المخططات المبكرة الغير مكيفة هي مجموعة هائلة من الذكريات والانفعالات

والأحاسيس الجسدية والمعارف التي تدور حول موضوع طفولي مثل: (الإهمال والرفض التخلي، سوء المعاملة). (*young and all, 2005, p57*)

في العشرية مابين *1990 - 1991* وضع" يونغ " نظريته حول هذا الموضوع من خلال وضع الأساس لهذه المخططات الغير مكيفة بتقديم تعريف منظم حيث عرفها بأنها:

- نموذج أو موضوع هام مستحوذ أو مسيطر.
- مشكل من ذكريات وانفعالات ومعارف وإحساسات جسدية.
- تخص الذات والعلاقات مع الآخرين.
- مشكلة خلال مرحلة الطفولة أو المراهقة.
- مختلفة وظيفيا بطريقة واضحة.

وبالتالي، هي تنظيم يأخذ منبعه من فترة الطفولة ويؤثر على الحياة، وينتج عن ظروف تحملها الفرد من محيطه، سواء كانت مصدرها العائلة أو الأصدقاء كالسخرية والاعتداء والرفض والإهمال وفرط الحماية والتخلي والحرمان والفقدان، مما يؤدي إلى صدمة شديدة. (*p46*، *2005*، *sevrant*) .

تعريف حسين عبد العظيم 2006:

يرى أنها اعتقادات جوهرية أو افتراضات تشكل جزء من الفترة مرشحات الإدراكية التي يستخدمها الأفراد في إدراك العالم، حيث أن هذه المخططات التي تنتج للفرد الوصول إلى استنتاجات عن الأحداث بطريقة تلقائية، وحيث أن لكل فرد مخزون فريد من المعلومات والذكريات فان الاستنتاجات التي يكونها الفرد عن الأحداث تختلف من فرد لأخر وكذلك الانفعالات التي يعيشها . (حسن طه عبد العظيم، *2006*، ص116)

مما سبق نستنتج أن المخططات المبكرة الغير مكيفة هي تصورات وأفكار سلبيا يبنيها الفرد على نفسه، حيث تؤثر على طريقة تفكيره وتقييمه لذاته، كما أنها تنشأ في مراحل مبكرة من حياة الفرد وتبقى معه مدى الحياة .

3.خصائص المخططات المبكرة الغير مكيفة:

وتبرز مجموعة من الخصائص وهي:

- إن المخططات لا ترتكز فقط على الصدمات أثناء الطفولة، وإنما هناك عوامل أخرى تسبب تطورها، فتجارب السيئة المكررة أثناء الطفولة والمراهقة يمكن أن تكون من أسباب المخططات.

- تؤثر المخططات في طريقة إدراك الأشياء وكيفية التصرف، وسلوكيات تصبح مماثلة للوضعيات التي تشبهه أو هي تضع بصمة ماضي الطفولة على الحاضر.

- للمخططات خاصية التهديم، وتعود أسبابها إلى الخبرات المؤلمة التي تتكرر خلال الطفولة والمراهقة، فهي تؤثر على حياتهم الشخصية والعاطفية والاجتماعية والمهنية للشخص ويمكن أن تنشط في بعض وضعيات الحياة.

- يمكن أن تكون ايجابية أو سلبية، مبكرة أو متأخرة، فالمخططات الايجابية والمتأخرة هي مخططات تكيفيه، بينما المخططات السلبية والمبكرة هي مخططات اختلالية غير متكيفة.

- تقوم المخططات من أجل استمرارها، فالمخطط يمثل بالنسبة للفرد شيء معروفا ومألوفا عنده، فرغم أنه يجعله يعاني فهو معتاد عليه، تثيرهم الحوادث التي تنشط مخططاتهم وهذا من بين الأسباب التي تجعل المخططات صعبة التغير.

-هي لا شعورية وعند نشاطها يشعر الفرد بقوة الانفعال السلبي مثل الخوف والخجل والكآبة. (زبيدة الحطاح، *2011*، ص *69*) .

ومما سبق ذكره نستنتج أن المخططات المبكرة الغير مكيفة تتسم بمجموعة من الخصائص منها أنها لا تتأثر بالطفولة فقط وإنما لها خصائص أخرى كالتهديم والصدمات وهي لاشعورية.

4.مجالات المخططات المبكرة الغير مكيفة:

وتنقسم هذه المخططات المبكرة الغير مكيفة إلى 5 مجالات وهي:

4-1- المجال الأول: الانفصال والرفض

ولا يمكن للإفراد الذين لديهم مخططات في هذا المجال في تكوين علاقات ورابط أمنة ومرضية مع الآخرين، فأنهم يضنون أن احتياجاتهم للاستقرار، والأمن، والحب، الانتباه والانتماء لم يتم إشباعها أبدا، وفي الأصل تتميز عائلتهم بعدم الاستقرار، (الإهمال/ عدم الاستقرار)، عنيفة (عدم التحكم في الاستعمال /جذر) أحاسيس باردة (النقص العاطفي) سوء المعاملة (الشك/ التعدي) أو منقطعة عن العالم (الانفراد الاجتماعي) والذين ينتمون إليه ذا المجال فهم المتضررون أكثر، عاش الكثير منهم طفولة صادمة فأنهم يتجنبون العلاقات الحميمة كثيرا، والعلاقة العلاجية والتي هي أساس العلاج. (*young and all ،2005، p41*).

ويشمل هذا المجال المخططات الخمس التالية:

4-1-1-**مخطط (الإهمال/ عدم الاستقرار)**: هو شعور مستمر عند الفرد بعدم بقاء الأشخاص المهمين معه وتركهم وتخليهم عنه لأنهم سيمتون قريبا، أو أنهم سيهملونه من أجل شخص أفضل منه

4-1-2-**مخطط الشك والتعدي**: يترقب الفرد من الآخرين أن يجعلوه يعاني، ويعاملونه بسوء ويحتقرونه لأنه غير مرغوب فيه، ومنه يخلق لديه شعور بالدونية بالمقارنة مع الآخرين.

4-1-3-**مخطط النقص العاطفي**: يضن الفرد بأن الآخرين لا يعطونه السند العاطفي الذي يحتاجه وهذا الدعم يتميز بثلاثة مظاهر أساسية وهي:

- نقص دعم العاطفي: غياب الانتباه، الحنان، الدفء والصداقة .
- التفاعل العاطفي: غياب الشخص الذي يفهمه ويستمع له.

- نقص الحماية: عدم وجود شخص قوي لحمايته ورعايته ويقوده.

(*Jeffrey young ،2005 ،p41*)

4-1-4- **مخطط النقص والخجل**: يحكم الفرد على نفسه أنه ناقص، وغير قادر وبعدم القدرة والسوء وملاحظة الآخرين، ذلك يدفعه من كره هو يظهر لديه شعور بالإهمال مقارنة مع الآخرين ونقص الثقة والخجل من العيوب الملاحظة سواء داخلية (الأنانية، الغضب رغبات جنسية)، أو خارجية(عيب جسمي). *(jeqn cottraux ،2001 ،p76)*

4-1-5-**مخطط العزلة والنفور**: هو الإحساس بالعزلة والانقطاع عن بقية العالم بحيث يشعر الفرد بأنه مختلف عن الآخرين وليس جزء من الجماعة.

(*Jeffrey young ،2005 ،p42*) .

4-2- المجال الثاني: نقص الاستقلالية والانجاز

إن للفرد حاجات يرغب، في إشباعها لكنها لا تتوقف مع سير حياته اليومية كالرغبة في الانفصال عن العائلة والاستقلالية الذاتية والانجاز الجيد، فتنقص هذه الحاجيات يولد لديه الفشل، ومن طبيعة هذه الحاجيات أنها أسرية ينشأ معها، أي أن الأسرة تتميز بنسق مغلق وبالتالي لا يمكن لهؤلاء الأفراد أن يخلقوا هوية خاصة بهم وهذا المجال يشمل أربعة مخططات هي:

4-2-1-**مخطط (التبعية/ عدم الكفاءة)**: يضن الفرد أنه غير قادر على مسايرة المسؤوليات اليومية بمفرده (كتسيير الأموال، حلال مشاكل اليومية، الاعتناء بالنفس)، ويقول غالبا (أنا لست قادر على..)، ويظهر هذا المخطط على شكل نقص المبادرة. (المرجع السابق، ص42)

4-2-2-**مخطط الخوف من الخطر والمرض**: هو الخوف المبالغ فيه من كارثة قد يرجع حدوثها في أي وقت، والتي لا يمكن مواجهتها ومن بين هذه الكوارث ما يلي:

- الصحة: نوبة قلبية، الايدز.
- الانفعالات: فقدان العقل والتحكم.

- (كارثة طبيعة وأفوبيا) خوف مرضي: مصاعد العمارات، جراثيم، زلازل .....).

4-2-3-**مخطط (الذوبان / شخصية ضامرة ضعيفة)**: يقصد به شدة التعلق بشخص واحد أو أكثر، وغالبا ما يكون الوالدين، وتكون هذه العلاقة ضد الاستقلالية الخالية من التكيف الاجتماعي العادي فأنه تضيق نفسه مع الآخرين. (*young et klosko، 2005، p43-44*).

4-2-4-**مخطط الفشل**: يمثل هذا المخطط بالاعتقاد أننا سوف نخسر حتما فنحن غير مؤهلين للنجاح مثل الآخرين، وغالبا يحكم الفرد على نفسه بأنه أحمق.

4-3- **المجال الثالث: نقص الحدود**

إن الأفراد الذين يحملون هذا المجال لم يطور الحدود الملائمة فيما يخص تبادل الشعور، والمراقبة الذاتية في نقص الحدود داخلية، نقص التحمل المسؤولية اتجاه الأخر أو العجز على مواصلة الأهداف إلى أخرها حيث يصعب عليهم احترام حقوق الغير أو التعاون أو تحديد وانجاز أهداف على المدى البعيد، كما أنهم غير مسؤولين وأنانيين ونرجسيين، ويتميز وسطهم العائلي بضعف الأولياء الذين لا يستطيعون فرض النظام، ويتضمن هذا المجال المخططين التاليين:

4-3-1- **مخطط الشخصية المبالغ فيها**:

يشمل هذا المخطط الأفراد الذين لا يشعرون أنهم مرتبطون بقواعد التبادل وتوجه العلاقات الاجتماعية العادية، وكذلك يرون أنفسهم قادرين على القيام والحصول على ما يردونه، وعموما هم أفراد ينشغلون بتعاليهم قصد الحصول على القوة، ميزتهم الإلحاح والتسلط.

4-3-2-**مخطط التحكم الذاتي**:

تنظيم ذاتي غير كافي يشمل المشكل الرئيسي في عدم القدرة على التحكم في الذات أو رفضها، لا يحمل التلميذ إحباط في رغباته وهو قادرا على تهيئة تغيرات انفعالاته واندفاعاته. (*jean cottraux، 2006، p48*)

4-4- المجال الرابع: التوجه المفرط نحو الآخرين

وهذا يوافق إجمالا بالأهمية الملحة للارتباط بحاجات ورغبات ورد فعل الآخرين من دون مراعاة لحاجياته من أجل كسب عاطفتهم وموافقتهم، خوف من أن يترك وحيد أو ينتقمون منه .(نفس المرجع، ص84)

وإما في فترة الطفولة لديه فلم تكون لديه الحرية في ميوله طبيعية، مما يستدعه الأمر إلى كبت ما بدخله لإرضاء والديه، حتى يكتسب ودهم ورعايتهم على حساب الإنقاص من قيمته وحاجاته الشخصية مقابل حاجات ورغبات الآباء، وهذا ما يسمى بالتربية النمطية.

(*jeffrey young* ، *2005*، *p45*)

ويضم هذا المجال ثلاثة مخططات كما يلي:

4-4-1-مخطط الخضوع الانقياد:

يتجلى في الخضوع المفرط لمراقبة الآخرين لأنهم يشعرون أنهم مجبرون على التصرف على هذا النحو لتجنب الغضب، والانتقام، الإهمال، .... ويوجد مظهران أساسيان هما:

- الخضوع للحاجات: حذف حاجاته واختياراته الخاصة.
- الانفعالات: حذف انفعالاته الخاصة كالغضب.

ويرى الفرد أن رغباته الخاصة، أرائه ومشاعره ليست لها أي أهمية بالنسبة للآخرين.

(*jean cottraux* ، *2006*،*p84-85*)

4-4-2-مخطط إنكار الذات التضحية:

ينشغل الفرد الذي لديه هذا المخطط بإشباع حاجات الآخرين على حساب حاجاتهم.

(*jeffrey young* ،*p46* ،*2005*)

وينتج هذا المخطط من حساسية الفرد المفرطة لألام الغير باهتمام مبالغ فيه متجاهلا حاجياته مما يكسب هذا المخطط صفة التبعية (المزدوجية).

4-4-3-مخطط الحاجة للاستحسان والاعتراف بالجميل:

حيث يكون تقدير الذات عندهم انطلاقا من ردود أفعال الآخرين، وليس من قيمهم الشخصية ويبالغون في نيل تقدير ورضا الآخرين ويفعلون ما يطلبون منهم.

4-5-مجال الخامس: اليقظة الزائدة والكف

في هذا المجال يقمع الأفراد تعبيرهم التلقائية للمشاعر والنزوعية، والمشكل الأساسي لهذا المخطط هو المبالغة في مراقبة ردود الأفعال، والمشاعر، والاختيارات من أجل تفادي وتبني قواعد باردة .

حيث أن هؤلاء الأشخاص ترعرعوا في أسر من أولويتها الأساسية العمل الخضوع وإخفاء المشاعر وغالبا ما يتسمون بالتشاؤم، والقلق وندرج ضمن هذا المجال أربعة مخططات هي:

4-5-1-مخطط السلبية والتشاؤم:

يركز هذا المخطط على المظاهر السلبية للحياة مثلا: الألم، الموت، الخسارة الخيانة ويقلل من شأن المظاهر الايجابية، مما يؤثر عليه وهذا كله ناتج عن ميزة التشاؤم التي يتحلون بها. (*jeffrey young ,2005,p46*)

4-5-2-مخطط التحكم الانفعالي المفرط:

يتصف الأفراد في هذا المخطط بالتحكم المفرط للاستجابات التلقائية (التصرفات، المشاعر، الكلام ....،) لتجنب الأخطاء لكي يرضوا الآخرين.

ويرتبط هذا التحكم المفرط بالمجالات التالية:

- كف الغضب والعدوانية.
- التحكم في الاندفاعات الايجابية (الفرح، المشاعر العاطفية ....).
- صعوبة الاعتراف بالنقائص أو صعوبة التعبير عن المشاعر والحاجات.
- الاهتمام المبالغ فيه بالفكر عن الانفعالات.

إن أصحاب هذا المخطط يتميزون بالملل والانضباط والتجنب والبرودة الانفعالية.

(*young* ،*2005* ،*p48*).

4-5-3-مخطط المثالية المتطلبة والنقد المبالغ فيه:

في هذا المخطط يقع الفرد باستمرار في الحفاظ على مستوى عالي من الكمال في أرائه وانجازاته وأن يكون المثل الأعلى لكي يتجنب انتقادات الآخرين .

(*jean cottraux* ،*2001* ،*p77*).

4-5-4- مخطط العقاب:

يميل الفرد في هذا المخطط لإظهار نفسه على أنه متعصب، ويعاقب نفسه والآخرين إذا لم يتوصل إلى مستوى الكمال، ويكون غير قادر على تفحص الظروف المخففة، كما يكون لديه نقص في التقبل العاطفي، وعدم تقبل الرأي الأخر.

(*jean cottraux* ،*2006* ،*p86*).

وبناء على ما تم طرحه نتوصل إلى أن المخططات المبكرة الغير مكيفة تنقسم عند "يونغ جيفري" إلى خمس مجالات وكل مجال يتضمن مجموعة من المخططات، التي من خلالها يمكننا التعرف على الأشخاص الذين لديهم المخططات المبكرة الغير مكيفة وتصنفيهم حسب هذه المخططات في المجال الذي ينتمون إليه.

5.أنماط المخططات:

عين "جيفري يونغ " عشرة أنماط من المخططات يمكن تقسيمها إلى أربعة مجموعات وهي:

5-1- أنماط الطفل:

حدد يونغ أنماط للمخططات عند الطفل وهي شاملة وفطرية، وتحدد أسماء الأنماط بمشاركة العميل خلال العلاج.

5-1-1-**الطفل القابل للتعرض للخطر**: تلجأ معظم المخططات الرئيسية لهذا النمط، هو الطفل المهمل، الطفل المعتدى عليه، الطفل المحروم من العاطفة، والطفل المرفوض.

(*young et klosko ،2005 ،p75-76*).

5-1-2- **الطفل الغضوب**: يمثل الجزء الحاد والشديد لأنه يحدث إشباعا لحاجاته الانفعالية والأساسية، وبالتالي فهو يتصرف بغضب دون أن يهتم للعواقب، ويبدو صارما، متلاعبا كثيرا متكرر التهديدات ومحاولة الانتحار.

5-1-3- **الطفل المندفع**:العاصي يعبر عن مشاعر هو يتصرف حسب رغباته، ويتبع نزعته الطبيعية في ذلك الوقت دون إي اهتمام للعواقب.

5-1-4- **الطفل السعيد**: هو الطفل الذي يتم إشباع حاجاته العاطفية الأساسية .

5-2- **أنماط أساليب التكيف المختلة وظيفيا**:

تم تحديد ثلاثة أنواع ترتبط بأساليب التكيف الثلاثة، الخضوع، التجنب، والتعويض وهي كما يلي:

5-2-1- **الخاضع المطيع**: يخضع للمخطط، يأخذ دور الطفل المستسلم، العاجز الذي يجب أن يخضع للآخرين. (*young ،2005 ،p 76*)

5-2-2- **المدافع المنفصل**: يتجنب الآخرين وبصفة عامة يمارس مختلف الأشكال من التجنب، كما أنه يتجرد من مشاعره، يخلد بصفة شديدة إلى نشاطات تهدده أو تنشطه (إسراف في تعاطي المخدرات وإثارة ذاتيه، ولا يقبل الانقياد والطاعة.

(*jean cottraux ،2001 ،p151*).

5-2-3- **نمط الوالد المعوض**: يقاوم ضد مخططه كما لو كان يريد إن يثبت العكس وهذا إما بمعاملة الآخرين بقوة أو بالتصرف بطريقة مبالغ فيها، ولكن بأسلوب أخر غير متكيف بدرجة كبيرة.

5-2-4- **نمط الوالد المختل وظيفيا**: حدد يونغ نمطين للوالد المختل وظيفيا والذي من خلالهما يتصرف الفرد مثل الوالد الذي تم الاقتناع الداخلي به.

5-2-5- **الوالد المعاقب**: يعاقب أحد أنماط الطفل الذي كان قبيحا، يقتنع داخليا الفرد، أو يتقمص شخصية الراشد " معاقب " ويسعى لمعاقبة الطفل الذي يعبر عن حاجاته ومشاعره التي أحدثت أخطاء، نلاحظ انتقادا ذاتيا شديد جدا، غضب تجاه نفسه والآخرين، ويعمل المعالج في مساعدة العميل على استعادة تقدير ذاته طرد الأفكار المرسخة خلال طفولة.

(*jean cottraux ،2001 ،p152*).

5-2-6- **الوالد الصارم**: يستغل ويعاقب، هذا النمط، الطفل بلا انقطاع لكي يرتقي هذا الأخير للمعايير المرتفعة إلى حد بعيد.

5-2-7- **نمط الرشد السليم**: يسعى المعالج بالمخطط لتدعيم هذا النمط، أثناء العلاج وذلك بتعليم العميل وتعديل مساندة أو شفاء الأنماط الأخرى. (*p76-77، 2005، young*).

ويتمثل في دمج مختلف الأنماط، ونقبل الحاجات الأساسية، وتعلم الاستراتيجيات المتكيفة.

وفي الأخير نستنتج أن المخططات المبكرة الغير مكيفة لها أنماط خاص بها، وقد قسمها "يونغ" إلى عشرة أنماط، وقد قسم هذه الأنماط إلى أربعة مجموعات، وهي شاملة وفطرية وتحدد أنماط بمشاركة الأفراد، خلال عملية العلاج.

6. العلاج بالمخططات عند "يونغ جيفري":

- إن الهدف الأسمى والأول في العلاج بالمخططات هو الوعي النفسي، فالمعالج يساعد المريض في التعرف على مخططاته والكشف عن ذكريات الطفولة والانفعالات، والأحاسيس الجسدية، والمعارف، وأنماط التكيف في فهم الروابط بين عناصرها، وبالتالي يستطيع أن يتحكم في استجابته الانفعالية، وينمي ويقوي إرادتها لنفسية. (*le doux,1996, p256*)

- إذن هدف العلاج هو تقوية ومراقبة المخططات بشكل واع بأصناف الذكريات والانفعالات، والأحاسيس الجسدية والمعارف وسلوكيات التي لها علاقة بالمخططات.

(*young* ،*2005* ،*p58*)

حيث أدخل "جيفري يونغ " تقنيات انفعالية تسمح بالتعرف على ذكريات التجارب المبكرة التي لها صلة بتشكيل المخططات، ومعالجتها ثانية وفي إطار إعادة الرقابة، يبحث المعالج على التزويد الفرد بالمعلومات، والتي من خلالها يتحقق الشخص بنجاحاته العاطفية في الطفولة لم يتم إشباعها في الماضي، فتقدم له هذه التجربة الجديدة إمكانية التعبير عن مشاعره وان يجعل حقوقه تحترم.(*p269*، *2010*، *Aaron beck*).

وتشمل الأهداف ما يلي:

- استعادة الوعي النفسي.

- مساعدة المرضى على التوقف عن استخدام أساليب التكيف المختلة وظيفيا ويتم العلاج عبر مرحلتين أساسيتان هما:

ü حفظ المخططات: تمارس عملية حفظ المخططات بواسطة ثلاثة ميكانيزمات أساسية وهي: التحريفات المعرفية، سيناريوهات الحياة التي تهزم الذات وأساليب التكيف، حيث أن التحريفات المعرفية هي مسؤولة عن الإدراك السيئ لمواقف الفرد وهي تدعم المخطط وتمنع المواجهة المعقولة للأفكار بالواقع وتؤدي إلى حفظ المخططات المختلة وظيفيا.

(*p267-268*، *2010*، *Aaron back*) .

ü شفاء المخططات: الهدف النهائي للعلاج بالمخطط هو الهدف لشفاء المخطط، ويتطلب شفاء المخطط إرادة ومواجهته والمقاومة ضده ويتطلب تنظيما وتدريبا متكررا، ويشكلا لفرد والمعالج تحالفا علاجيا لمقاومة المخطط بهدف التغلب عنه.

- **مراحل العلاج**:

سنلقي نظرة سريعة على المراحل المختلفة للتشخيص وهي:

- **مرحلة تشخيص المخططات والاستعلام على العميل**: يساعد المعالج العميل، في هذه المرحلة على التعرف على مخططاته وفهم مصادرها الطفولية، أثناء العلاج ويشرح المعالج للعميل نموذج للمخطط، وتتمثل أهداف هذه المرحلة في ما يلي:
  - التعرف على سيناريوهات الحياة المختلة وظيفيا.
  - التعرف على المخططات المبكرة الغير متكيفة، وتنشيطها.
  - فهم مصادر ومنشأ المخططات في الطفولة والمراهقة.
  - التعرف على أساليب واستجابات التكيف.
  - فهم الحالة.
- **مرحلة التغير**: ويستعمل المعالج خلال طول مرحلة التغيير تقنيات معرفية، وانفعالية سلوكية بصفة مرنة حسب احتياجات العميل، حيث يقترح "يونغ " لعبا للأدوار ويرتكز على إعادة عيش الموقف الطفولة المؤلمة التي ساهمت في تكون نقطة بداية لهذه الأنماط .

(*debry nollet ،2009 ،p89*).

- **العلاقة العلاجية**: ويحدد المعالج المخططات، أساليب التكيف والأنماط شيئا بعد شيء عند ظهورها في العلاقة العلاجية، وتلعب دور الواقي الجزئي ضد مخططات العميل .

في الأخير نستنتج أن العلاج بالمخططات المبكرة الغير مكيفة لها علاج ونموذجا واسعا ومتكاملا يتشابه مع أنظمة أخرى في العلاج النفسي خصوصا نموذج السيكوديناميي كما أنها تمثل نموذجا واسع ومهمين يتعلق بالذات والعلاقة مع الآخرين.

7.مزايا المخططات وعواقبها:

الجدول رقم (01): يوضح مزايا وعواقب المخططات في الطفولة والرشد

المزايا في الطفولة	العواقب في الرشد
- الأمن	- الصلابة
- الحماية	- مؤلم
- التوهم بإمكانية التنبؤ بالعالم	- غير مكيف مع الواقع أو الحقيقة

(*Stéphanie Hahusse ،2003 ،p19*)

فالمخطط هو الطريقة التي يرى فيها الفرد العالم الذي يتشكل في وقت مبكر أين يكون فيه الطفل سهلا لتأثر لكل ما يستقبله ويتعرض له من الخارج، ففي المراحل الأولى تسمح للطفل بالتكيف مع المحيط بإضافة إلى احتمالية.

يمثل المخطط في مرحلة الطفولة بالنسبة له الأمن حيث يسمح للطفل بالتنبؤ بمواقف الأولياء والتكيف تبعا لذلك، كما انه يحمى الطفل حيث انه عندما يجد نفسه يعاقب ظالما فإنه يستبق تصرفات والديه وبالتالي يغطى على أخطاء إخوته لكي لا يحدث أي جدال،فبفضل تشكل المخطط مثل"العالم ظالم"، "لا استحق أن أحَب" التي يشكل أساسا لا شعوريا فالطفل لا يعتقد أنما يعيشه ظلم أو يحبونه بصفة غير كافية فوجود المخطط يسمح له بمعاناة اقل، كما أن المخطط يعطى له الاعتقاد أن العالم يمكن التنبؤ به عن طريق التعرض المتكرر لنفس الحرمان في نتهيب الطفل إلى التفكير إلى أنما يعيشه عادى ويستقبل دائما نفس الاستجابات لحاجاته العاطفية.

أما في سن الرشد إن المخطط الصلب يصبح غير مكيف فالتجارب الجديدة التي يعيشها الفرد في مرحلة الرشد يجب أن تغير المخطط والاعتقادات التي يحملها الفرد في طفولته،فمن المفروض التعامل والاحتكاك مع الأشخاص العاديين يجعل الفرد يغٌير الاعتقاد أن كل العالم ظالم، فبالنسبة للذين يعانون من مخططا لظلم مهما يكن الأشخاص الذين

يتعرفون عليهم يلجؤون إلى استباق استراتجيات كالحذر،الانغلاق الذاتي... وبالتالي إن مخطط الفرد لا يواجه الواقع بل مواقفه الذاتية.

إن العيش باستمرار على فكرة أن الفرد تم التخلي عنه، يعامل بظلم،غير قادر على العمل بانفراد أو انه عاجزا هو حقا شعور مؤلم،لتخفيض هذا الألم يقوم الفرد بالدفاع وذلك بتبني سلوكات "حماية" التي تجعل الحالة تتفاقم فحامل مخطط التخلي يكون واثق أن لا احد يحبه ولمكافحة هذا المخطط يكون الشخص جد متعلق بأصدقائه أو على العكس يمكن أن يكون عدوانيا وفي كلتا الحالتين يجعل الآخرين ينزعجون من هذه السلوكيات ويضعون حد للعلاقة ويشعر مرة ثانية انه متخلى عنه وإذا حاول الهروب من العلاقات العاطفية بالاعتقاد انه سوف لن يعيش الشعور بالتخلي ولكنه يحس انه وحيد.

ومنه نستنتج أن المخططات في البداية تكون مكيفة نسبيا لمحيط الطفل حيث يتشكل المخطط في الطفولة انطلاقا من التجارب المؤلمة التي تندمج في شخصيته وتصبح غير مكيفة إذا كانت صلبة وتصبح مصدر معاناة في حياة الرشد للفرد نفسه ولمحيطه وهي سبب السلوكيات التي تسمح باستمرار المخطط وتعزيزه

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى العناصر المهمة لهذا الموضوع من خلال تقديم لمحة تاريخية على المخططات المبكرة الغير مكيفة، والوقوف على مجموعة من التعارف للمخططات المبكرة الغير مكيفة،و التي تعرف بأنها هي تلك الشعور المؤلم الذي يتكرر في الحاضر بعد تجارب المزعجة التي عايشها الفرد في الماضي، كما أننا ذكرنا بعض الخصائص المهمة للمخططات، وأنماط المخططات والتي قسمها يونغ إلى أربعة مجموعات رئيسية وهي أنماط الطفل، أنماط أساليب التكيف المختلة وظيفيا، أنماط الوالد المختل وظيفيا ونمط الراشد سليم، وتوجد مرحلتان في العلاج هما مرحلة التشخيص والاستعلام عن العميل، ومرحلة التغيير، واستخلاص أهم مميزات وعواقب المخططات.

الفصل الثالث

تقدير الذات

تمهيد

1. الذات

1-1- تعريف الذات

1-2- أبعاد الذات

1-3- نظريات مفهوم الذات

2. الفرق بين الذات وتقدير الذات

3. تقدير الذات

3-1- تعريف تقدير الذات

3-2- أهمية تقدير الذات

3-3- أبعاد تقدير الذات

3-4- مصادر تقدير الذات

3-5- مستويات تقدير الذات

خلاصة

تمهيد:

إن مفهوم الذات هو عامل جوهري وأساسي في التحكم بالسلوك البشري، والانفعالات المختلفة للفرد، فهو قوة دافعة لتنظيم وضبط وتوجيه السلوك. وهو تعبير عن الحالة الانفعالية والمزاجية للفرد إذ يحدد الاستجابات الذاتية في مواقف الحياة المختلفة. كما أنه يعطي التفسيرات لاستجابات الآخرين وذلك يحدد أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين من جهة، ومن جهة أخرى فهو يؤثر بشكل أو بآخر في تحديد أسلوب تعامل الآخرين معه، ومنه فما هو تعريف الذات، وما هي أهم الأبعاد الذات، وما الفرق بين الذات وتقدير الذات.

1. الذات

1-1- تعريف الذات:

يرى "كولي(*1902*) *cooley*": بأنه لا يمكن فصل الذات عن المحيط الاجتماعي للفرد وهو الذي جاء بمفهوم " الذات المرأة " ويوضح إن مفهوم الفرد لذاته يتوقف على إدراكه لردود فعل الآخرين له. (شعيب علي محمود، *1988*، ص *135*)

حيث ينظر "كمال دسوقي" (*1979*): إلى الذات بوصفها الكيان الجوهري والخاص الجزئي لشخص واحد، وقد تستخدم مرادف للشخصية، فلفظ الذات يؤكد شعور الفرد بكينونته. (أبو بكر مرسي، *2002*، ص *53*)

ويرى "مصطفى فهمي" (*1970*): الذات على أنها المجموعة الكلي للأفكار واتجاهات الفرد وأنها تتضمن كل الخبرات التي تكون إدراك الشخص وإحساسه بوجوده. (مصطفى فهمي، *1970*، ص *167*)

ويعرف "*james*": الذات على أنها كل ما يمكن تسميته " خاصته " فالذات ضمن الأشياء الأخرى نسق للأفكار والاتجاهات والقيم والأحكام فهي البيئة الذاتية الكلية للشخص. (إبراهيم أحمد أبو زيد، *1987*، ص *92*)

نستنتج مما سبق ذكره أن مفهوم الذات عبارة عن مجموعة من التصورات والأفكار التي يبنها الفرد عن ذاته، والخاصية التي يتميز بها والتي تكون حوصلة عملية التفاعل الفرد مع محيطه.

1-2- أبعاد الذات:

وتشمل مجموعة من الأبعاد وهي: لمفهوم الذات مجموعة من الأبعاد والتي يحددها "*stains* " (*1954*) في سبعة أبعاد:

الشكل رقم (01): يوضح أبعاد مفهوم الذات حسب *stains*

1-3- نظريات مفهوم الذات:

يعد مفهوم الذات في علم النفس ذو أهمية كبيرة والنواة الأساسية فيه. فقدن الاهتمام الكثير من المنظرين الأوائل. وقد تعددت النظريات التي تناولت مفهوم الذات، وفيما يلي عرض لأهم النظريات.

نظرية" ليكي": في اتساق الذات، لقد طور"ليكي" بطريقته الخاصة، مفهوم أمؤداه أن الشخصي يجب أن يحدد لذاته طبيعة هذا الحل الذي هو ذاته نفسها، فالشخصية عند "ليكي" هو التصور الذهني المركزي الموحد في علم النفس،وجميع الظاهرات السيكولوجية تعبر تعبيراً عن شخصية موحدة وجميع نشاطات الإنسان تخدم الهدف الأسمى للشخصية وهو الحفاظ على اتساق الذات. والسلوك محاولة من جانب الشخص للحفاظ على ثبات ووحدة هذه القيم في بيئته غير مستقرة، وأن "ليكي" متفائل بالنسبة للإنسان وقدرته على تنمية شخصية صحيحة تتسم باتساق الذات. (شحاتة سليمان،*2005*، ص *38*).

1-3-1- نظرية الذات عند "كارل روجرز": ذلك التنظيم العقلي المعرفي والمفاهيم ككل،وأكد روجرز على أهمية توافر المناخ النفسي المشبع بالحب والتقبل والروية مما يساعد الفرد على النمو النفسي والصحة النفسية.

ويعتبر روجرز الذات كجزء متميز من المجال الظاهري، تتكون من المدركات الشعورية والقيم المتعلقة به "أنا" ويتضمن مفهوم الذات الصورة الرئيسية المتعلقة ب "أكون أنا" كمدرس أو طالب، أو كشخص له تاريخ معين ومجموعة من المصالح والأهداف. (عبد الفتاح دويدار، *1999*، ص *319*).

الذات وهي أهم مكونات الشخصية عند روجرز والذات عنده هي جزء متمايز من المجال الظواهري وتتكون سلسلة من المدركات والقيم عن "أنا" و"نفسي"،والذات هي النواة التي يقام حولها بناء الشخصية، لذات تنشأ من تفاعل الكائن العضوي مع البيئة وخلال نموها تميل إلى التكامل أو الانتماء إلى بعض القيم وتشويه أو تخريب بعض القيم الأخرى، وتسعى

الذات إلى الاحتفاظ بالاتساق في سلوك الكائن والتوازن بينه وبين اتساقها هي نفسها،فالخبرات التي تتسق مع تصور الذات لنفسها تتكامل معها بينما تلك التي تتسق تعتبر تهديدات وأخطار، والذات في صيرورة مستمرة فهي تنمو وتتغير نتيجة التفاعل المستمر مع المجال الظاهري. (يوسف مصطفى القاضي 1981 ص *231*، *232*).

ويرى روجرز: الذات هي كينونة الفرد أو الشخص وتنمو الذات وتنفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي، وتتكون بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة.

وتشمل الذات المدركة، الذات الاجتماعية، والذات المثالية، وقد، وتسعى إلى التوافق والاتزان والثبات، وتنمو نتيجة للنضج والتعلم، وتصبح المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات. (حامد عبد السلام زهران، 1980، ص 82).

نظرية الذات عند" سينج وكومبز": ويرون بأنه ينقسم المجال الظاهري عند "سينج وكومبز" إلى قسمين فرعيين: الذات الظاهرية: والتي تتضمن كل الأجزاء في المجال الظاهري التي يخبرها الفرد كجزء أو خاصية لذاته، ومفهوم الذات الذي يتكون من أجزاء للمجال الظاهري التي تتميز عن طريق الفرد كخصائص محددة وثابتة لذاته، وفي ضوء ذلك فإن المجال الظاهري هو الذي يحدد السلوك، ومن هذا المجال الظاهري تتحدد الذات الظاهرية، وفي النهاية يتميز مفهوم الذات على أنه الجانب الأكثر أهمية والأكثر تحديد لمجال الظاهري، وللذات الظاهرية في تحديد الكيفية التي يتصرف بها الفرد. (دويدار عبد الفتاح، *1992*، ص 38).

1-3-2- **نظرية "جيلفورد" و"ميرفيلد"**: إن مفهوم الذات نظرياً من نسق لبناء العقلي الذي وضعه "جيلفورد" وفي هذا النسق يصنف "جيلفورد" القدرات العقلية المختلفة وفق ثلاثة أبعاد أساسية، هي العملية والمضمون، والإنتاج، وحيث توجد في كل فئة أنواع مختلفة سواء من العمليات أو مضامين الإنتاج وأية قدرة أو استعداد عقلي عبارة عن مكون ثلاثي الأبعاد على الأقل إذا يتضمن بالضرورة مضموناً معينا وعملية معينة وإنتاجاً معيناً، وفي مجال مفهوم

الذات يمكننا أن نجد أربعة عمليات أساسية تعمل في مضمون التفكير وهي العمليات التي يتشكل مفهوم الذات من نشاطها والتي تصنف في مجال هذا المفهوم وهي: التذكر والتقويم، والتحويل، والتوليد أو الإنتاج وتعمل هذه العمليات أو الميكانيزمات في مجالات أخرى للمضمون، بالإضافة إلى مجال الذات مثل مجال المعاني والأشكال.

1-3-3- **نظرية "أدلر"**: تمثل الذات عند "أدلر" تنظيماً يحدد للفرد شخصيته ويرى كذلك أن الذات المبتكرة هي حجر الزاوية في بناء وتنظيم الشخصية، وهي تشغل مكاناً متوسطاً بين المثيرات والاستجابات بالنسبة لهذه المثيرات التي تصدر عن الفرد أي تحدد علاقته بالعالم الخارجي. (عبد الفتاح دويدار، *1992*، ص *32*) .

1-3-4- **نظرية "جورد البورت"**: قسم سمات الشخصية إلى قسمين هما:

- سمة رئيسية: غالبا ما تطبع سلوكه عموما،أي سمات مشتركة وأخرى فريدة تميز عن غيره .

- سمة مركزية: تؤثر على كل سلوك يصدر عن الفرد ويعتقد انه بإمكانه وصف الشخصية بعدد من السمات المركزية . (صالح حسن الداهري، *2005*، ص *105*).

1-3-5- **نظرية" بونج** ": يقول بان الشخص يسعى إلى تحقيق الذات والى التكامل بوجود عملية تتجاوز الغرائز كما ذكر" فرويد" فالفرد يركز على الخبرات المدركة لديه وعلى ذاته أكثر من تحقيق الحاجات البيولوجية والغرائز الجنسية. (عبد الفتاح محمد دوايدر، *1999*، ص *31*).

1-3-6- **نظرية "سيغموند فرويد"**: افترض فرويد أن الجهاز النفسي يتكون من الأنا الهو والأنا الأعلى، أما الهو: فهو منبع الطاقة الحيوية والنفسية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية التي تسعى إلى الإشباع في أي صورة وبأي ثمن.

الأنا الأعلى: هو مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والمعايير الاجتماعية والقيم الدينية، ويعتبر بمثابة سلطة داخلية أو رقيب نفسي، أما الأنا فهو مركز الشعور والإدراك

الحسي الخارجي والداخلي والعمليات العقلية والمشرف على الحركة والإرادة والمتكفل بالدفاع عن الشخصية وتوافقها وحل الصراع بين مطالب الهو والانا الأعلى والواقع. (حامد عبد السلام زهران، *1980*، ص *11*).

نستنتج من خلال ما سبق أنه توجد نظريات كثيرة تناولت مفهوم الذات فكل نظرية تفسر مفهوم الذات حسب منظورها، فنظرية "ليكي" ترى أن الهدف الأسمى للشخصية هو الحفاظ على الاتساق الذات أما نظرية " كارل روجرز " فترى أن الذات جزء متميز من المجال الظاهري، كما أن الذات تعمل على الحفاظ على الاتساق الداخلي وتصبح مركز الذي ينظم الخبرات، ويرى "سينج " "وكومبز" المجال الظاهري لذات هو الذي يحدد السلوك، أما نظرية "جيلفورد "وميرفيلد "ترى ان الذات تتكون من نسق عقلي، ويرى ادلر أن ذات تحدد العلاقة بالعالم الخارجي، أما نظرية "جورد " فترى ان سمات الذات تتسم بسمة مركزية وأخرى رئيسية، ونظرية " بونج" ترى أن الشخص يستطيع بناء ذاته عند تجاوز غرائزه وأما نظرية "سيغموند" فترى أن الذات تتكون من الأنا والانا الأعلى والهو، وأنها منبع الطاقة الحيوية

2. الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات:

يكمن الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات وهي:

- أن الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات، بينما تقدير الذات هو تقييم لهذه الصفات، فمفهوم الذات يتضمن فهما، موضوعيا ومعرفيا للذات، بينما تقدير الذات فهو فهم انفعالي للذات يعكس ثقة النفس.(عبد الحفيظ معوشة، *2008*، ص *6*).

- يشير مفهوم الذات إلى المكون المعرفي للذات الذي يتكون من ادراكات الشخص عن نفسه كموضوع (ما الذي أبدوا عليه حقيقة)، بينما يشير تقدير الذات إلى الأحكام الوجدانية التي تنشأ من المقارنات الشخصية، وهكذا يعد مفهوم الذات مفهوما تقويميها يمكن قياسه كميا ب (مرتفع- ايجابي– سلبي).

الجدول رقم (02): يمكن تلخيص الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات في هذا الجدول

مفهوم الذات	مفهوم تقدير الذات
- عبارة عن معلومات لصفات الذات - يتضمن فهما موضوعيا ومعرفيا لذات	- تقييم لهذه الصفات - فهم انفعالي لذات

3.تعريف تقدير الذات:

3-1- تعريف تقدير الذات:

تعريف "صفوت فرج" لتقدير الذات على انه تقيم الفرد لذاته في سعي منه نحو التمسك بهذا التقويم بما يتضمنه من ايجابيا تتعده لاحترام ذاته، مقارنة نفسه بالآخرين وبما يتضمنه هذا التقييم أيضا من سلبيات لا تقلل من شئنه بين الآخرين في الوقت الذي يسعى للتخلص منها. (صفوت فرج، *1998*، ص *23*)

ويرى عبد الوهاب كامل (*1993*): أن تقدير الذات يتمخص عن وعيه ورؤية سليمة موضوعية للذات فقد يع إلي الفرد في تقديمه لذاته، أو أن الفرد قد يعطي نفسه حقها ويحط من قدرها وبالتالي ينحدر بذاته نحو الدونية والإحساس بالنقص، كما يذكر أن التقدير الذات هو تقييم مؤثر من الفرد لمجموع خصائصه العقلية والجسمية. (عبد الوهاب كامل، *1993*، ص *173*، *174*)

أما "إبراهيم زيد" فيعرف تقدير الذات بقوله: عندما تتكلم عن تقدير الذات فإننا نرجع للحكم الشخصي للفرد إلى الاستحقاق أو عدم الاستحقاق الذي يتم التعبير عنه في الاتجاهات التي يحملها.(إبراهيم أبو زيد، *1987*، ص *48*).

ويشير "كوبر سميث " "*cooper smith*": إلى تقدير الذات بأنه تقييم الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه، ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الايجابية أو سلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادرا، وهام، وناجح، وكفء، أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على كفاءته الشخصية، كما يعبر عن اتجاهات الفرد ونفسه ومعتقداته عنها، وهكذا

يكون تقدير الذات بمثابة خبرة الذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب المختلفة. (عادل عبد الله محمد، *2000*، ص *60*).

كما يعبر "روزنبيرج t. rosenberg" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسهأي أنه عبارة عن التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض. (علاء الدين كفافي، 1989، ص 103)

فضلا عن هذا يعتبر "محمد جمال ": أن تقدير الذات يتمثل في الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه بخصوص قيمته ووضعه الشخصي، وذلك على ضوء الانطباعات والاستنتاجات التي تتكون من خلال مرجعته لذاته وتفحصه لوضعيته وقدراته، وإمكاناته ونشاطاته وانجازاته ومدى تمكنه من إشباع حاجاته وقدراته على مواجهته متطلبات حياته. (جمال يحياوي، *2003*، ص584)

نستنتج مما سبق إن تقدير الذات هو إدراك الفرد لقيمته الذاتية، وهو أساس انجازاته المستقبلية، بل إن قيمة الذات مهمة لوجود الفرد وبقائه.

3-2- أهمية تقدير الذات:

يشير العديد من الباحثين في علم النفس إلى أهمية تقدير الذات في حياة الفرد، فقد أشار "أبستاين" "*Abstain*" أن هدف الفرد هو تحقيق التوازن في الحياة حيث يحتفظ لنفسه بتقديره لها إرضاء عنها. (سيد غنيم، *1987*، ص *11*)

ويرى "سينج" و"كوفر" "*sing and Gonz*" أن الحاجة إلى التقدير الذات تدفع الإنسان إلى السعي الدائم من أجل إحراز المكانة والقيمة الاجتماعية. (إبراهيم أبو زيد،*1987*،ص*8*).

كما أن تقدير الذات هو أحد متغيرات الشخصية والتي تمثل الوقاية أو الحصانة في مواجهة الإحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، إن إدراك الفرد لقيمته الذاتية هو أساس كل انجازاته أللاحقة بل أنها أساس وجود وبقاء الفرد ذاته، ويتحدد على أساس صمود الفرد ومقاومته وعمله حتى تحت الضغوط ويؤثر في تقديرها ومواجهتها. (عماد مخيمر، *1995*، ص *33*، *36*).

ومنه نستنتج أن أهمية تقدير الذات تساعدنا على معرفة الفرد لقيمته الذاتية وكذا إدراكه بأنه إنسان فاشل أم ناجح لكي يستطيع تحقيق أهدافه المستقبلية، وكذا أن يعرف أنه شخص فعالا في المجتمع أملا، ومعرفة اتجاهه سلبيا م ايجابي نحو ذاته .

3-3- أبعاد تقدير الذات:

وقد وضع "شافيلسون" وزملائه "*shavelson*"تصورا هرميا لتقدير الذات، يبدأ بتقدير الذات العام ثم ينبثق منه بعدان رئيسيان الأول يتصل بالتحصيل، والثاني بالجوانب الاجتماعية والانفعالية والبدنية، وينبثق أخير من كل بعد من الأبعاد مجموعة من الأبعاد الفرعية، فينقسم بعد التحصيل إلى المواد الدراسية، والبعد الاجتماعي إلى الزملاء والأشخاص ذوي الأهمية، البعد الانفعالي إلى المواقف الوجدانية المحددة، والبعد البدني إلى المظهر البدني والقدرة البدنية، ثم ينقسم كل بعد من الأبعاد الفرعية إلى مجموعة من الأبعاد النوعية، وقد كشفت نتائج التحليل العاملي التي قام بها "فلمنج *fleming* "و "كورتني *Courteny*" إلى وجود خمسة أبعاد لتقدير الذات تتفق في عمومها مع الأبعاد الرئيسية "لشافيلسون" وزملائه وهي اعتبار الذات والثقة الاجتماعية والقدرات المدرسية والمظهر البدني والقدرات البدنية وربما يكون البعد الانفعالي هو الأقل بروزا في أبعاد" فلمنج". (معتز عبد الله، 1998، ص 70)

وهذه النتائج هي:

- ويعبر عن تقدير المفحوص لذاته كما يظهر من خلال التفاعل الأسري.
- ويعبر عن تقدير الذات المستخلص من خبرات النجاح والفشل المدرسي.
- ويعبر عن تقدير الذات عند الفرد في ضوء علاقته مع أقرانه.
- ويعبر عن تقدير الشامل للذات.

ومنه نستنتج أن لتقدير الذات لها أربعة أبعاد هي: البعد الأسري، والبعد الأكاديمي والبعد المتعلق بالأقران، والبعد العام، وهذه الأبعاد مهمة في تقدير الذات لكي يستطيع الفرد تحديد اتجاه نحو ذاته

3-4- مصادر تقدير الذات:

ترى أميرة مسعود (*2007*): أنه توجد طرق كثيرة لتقدير الذات، فنحن نقوم بتسجيل نجاحاتنا، ونقارن أنفسنا بالآخرين ونقيم أنفسنا تبعا لمعايير داخلية على النحو التالي:

أ. الخبرات الشخصية بحلوها ومرها: أن النجاح والتقبل يمكن أن يجعلنا نشعر شعورا طيبا تجاه أنفسنا على نحو خاص، أما الفشل والرفض والهزيمة فيمكن أن يسبب أمر أن واع الذل، ويختلف الناس ذو وتقدير ذات المرتفع عن غيرهم من ذوي تقدير الذات المنخفض في طرق استجاباتهم لكل نوع من أنواع خبرات الحياة وفي تكيفهم.

ب. اختلاف أثر الخبرات باختلاف الأشخاص: يختلف الناس في طريقة استجاباتهم لأحداث الايجابية وسلبية، وفي أثر الأحداث الايجابية والسلبية يكون لها أثر مبالغ فيه عند الأشخاص ذوى الدرجة المنخفضة في تعقد الذات.

ج.المقارنة الاجتماعية: وقد يثير هذا النوع من القارنة الظالمة التي لا يمكن تفادها مشاعر الحسد والاستياء وقد نقلل من تقدير المرء لذاته.

د. المقارنة المتحيزة: هي المقارنة المتجهة إلى الأسفل وهي المقارنات التي لا تسمح لنا بمقارنة أنفسنا بالآخرين اقل خطا أو نجاحا في احد الجوانب.

ه. تقسيم الذات بناء على معايير داخلية: يتأثر تقديرنا لذاتنا بما يحدث داخلنا بالإضافة إلى ما يدور حولنا، على الرغم من إن معظم الناس يصفوننا بأننا أشخاص ناجحون، إلا أننا قد نضل نشعر بفشلنا في الوصول إلى المستوى المناسب للمعايير التي تسعى خلالها إلى الوصول إلى ما نعتبرها موجهات أو مرشدات للذات، وتأتي موجهات الذات في صورتين هما: الذات المثالية وهي ذات الشخص التي يسعى لأن يكون مثله، والذات المتوقعة وهي ذات الشخص الذي تشعر أنه ينبغي علينا أن نكون مثله.

التقديرات المتحيزة لنتائج القياسات المستخدمة: فقد نلاحظ التناقضات الموجودة في ذاتنا عندما لا يمكن الوصول إلى معاييرنا الشخصية، فهناك أفكار معينة، ومواقف محددة وأشخاص بعينهم يمكنهم إظهار تلك البيانات للعقل، ولكننا في العادة لا نركز على الكيفية التي يحدث بها عدم التوافق مع تلك المعايير مع تكشف الأحداث اليومية. (أميرة مسعود، *2007*، ص32،، *35*)

نستنتج أن مصادر تقدير الذات متنوعة ومتعددة، وهذه المصادر هي التي تحدد مستوى تقدير الفرد بذاته إما بالإيجاب فيكون مستوى تقدير ذاته مرتفع، أو بسلبي فيكون مستوى تقدير ذاته متدني .

3-5- مستويات تقدير الذات:

حدد" كوبر سميث *Cooper smith*" من خلال دراساته المختلفة حول الذات أنه يوجد مستويين لتقدير الذات وهما:

3-5-1- المستوى المرتفع للذات:

حيث يمثل التقدير الايجابي للذات إلى مدى قبول الفرد لذاته وإعجابه بها على ما هي عليه وإدراكه لذاته على أنه شخص ذو قيمة جديرة بالاحترام وتقدير الآخرين. (حسين فايد، *2004*، ص241)

كما يؤدي تقدير الذات المرتفع، إلى إحساس بالأمن الداخلي وبالراحة بحيث ينعكس ذلك في المواقف الايجابي

وأظهرت الدراسات العديدة التي أجريت في مجال تقدير الذات، إن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات يؤكدون دائما على قدراتهم وجونب قوتهم وخصائصهم الطيبة. (سلامة ممدوحة، *1991*، ص279)

في حين نجد كل من" كورمان وكوهر" (*korman et Coher*)، يريان أن الشخص صاحب التقدير المرتفع يميل أكثر إلى ممارسة السلطة الاجتماعية، وهو أقل حساسية لتأثيرات الحوادث الخارجية، ولا تصادفه مشاكل في اختيار المهام التي تعود عليه بحظوظ أوفر للنجاح، بالإضافة إلى أنه لا يظهر نوع من التبعية للآخرين، إذا لديه قدرة جيدة على إيجاد حل ولمشاكله.

وبحسب مريم سليم فان هناك جملة من الظروف الأساسية التي تساعد على تكوين مستوى عالي من تقدير الذات وهذه الظروف هي:

- الحب والعاطفة غير المشروطين
- وجود قوانين محددة بشكل جيد ويتم تطبيقها باتساق

إظهار قدر واضح من الاحترام للأبناء . (مريم سليم،3 *200*، ص *10*).

3-5-2- المستوى المنخفض للذات:

يشير تقدير الذات السلبي أو المنخفض إلى عدم قبول الفرد لنفسه وتقليل من شأنها وشعوره بالنقص عن مقارنته لنفسه بالآخرين، كما يشعر أنه ليس له قيمة وأهمية. (حسين فايد، *2004*، ص241)

ويرى" فاركس *farkace*" (*1967*): أن الأفراد الذين يتميزون بتقدير منخفض للذات يوصفون من طرف الآخرين على أنهم أقل تحكما في أمورهم أي أنه من الممكن التأثير عليهم بسهولة لأنهم قليلا ما يبدون أرائهم ومن الناحية العاطفية يتعذر إقامة علاقات مرضية

ومستمرة مع ألآخرين ولكنهم يرغبون في أن يكسبوا محبة وتقبل الآخرين لهم. (ربيع العيزوزي، *2001*، ص68)

ولقد وصف خير الله (*1981*)، الشخص الذي يكون لديه مفهوم الذات منخفض، يمكن وصفه عامة بأنه الشخص الذي يفتقر إلى الثقة في قدراته وهو مع ذلك يعتقد أن معظم محاولاته سوف تبوء بالفشل، ويتميز صاحبه " منخفض التقدير " بتصنيف المجال الإدراكي حيث لا يدرك الوضعيات المطروحة أمامه، أنه يعمل باستمرار على افتراض انه لا يمكن أن يحققا لنجاح، وأنه لسبب أو أخر يشعر أنه قدر له الفشل، وبالتالي بأنه غير جدير بالاعتبار. (السيد خير الله، *1981*، ص58).

ومن خلال ما تم طرحه يمكن تلخيص مستويات التقدير فيجدول

الجدول رقم (03): يوضح أهم فروق مستويات تقدير الذات

مستوى تقدير الذات المرتفع	مستوى تقدير الذات المنخفض
- مقتنع بقدراته وذاته - لا يقارن نفسه بالآخرين - معجب بصورته الجسدية - يبدي استعداد حقيقا - يبدي ملاحظات لطيفة عن ذاته - يعتقد مسبقا بحب الآخرين له - يواسي نفسه عند ارتكاب الأخطاء - يفكر قبل اتخاذ القرار	- لا يثق في قدراته - متأثر بسلبياته ويقارن نفسه بالآخرين - يكون منتقد لذاته - يرتاب في نظرة الآخرين ويبدي حكما مسبقا - ينكر عواطفه ويخجل أن يتحدث به - كتوم - نادرا ما يقع في القرار الصائب

خلاصة:

وفي هذا الفصل تطرقنا إلى مجموعة من العناصر، وهي مفهوم الذات، حيث تعتبر لب البناء النفسي للشخصية الإنسانية، وأساس إعدادها لمواجهة شتى مصاعب الحياة، وكذا معرفة أبعادها، والفرق بينها وبين تقدير الذات، ومرورا بتعريف تقدير الذات والذي يمثل الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه، وكذا معرفة أهمية تقدير الذات وأبعادها، ومصادر تقدير الذات ومستوياتها، والتي تعبر محور دراستنا، حيث استنتجنا أن كلما كان مستوى تقدير الذات مرتفع كلما زادة الأمن الداخلي والراحة لديه، وكلما نقص مستواه انخفض تقدير ذاته حيث أنه يشعر بأنه ناقص مقارنة بالآخرين وأنه ليس له قيمة

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

منهجية الدراسة

تمهيد

1. الدراسة الاستطلاعية
2. المنهج المستخدم
3. عينة الدراسة
4. حدود الدراسة
5. الأساليب الإحصائية

خلاصة

تمهيد:

لتحقيق نتائج موثوقة يجب إتباع إجراءات منهجية مضبوطة، وخطوات علمية صحيحة فوضوح المنهج وما يبنى في إطاره من تصميم محكم، وتجانس العينة وسلامة طرق تحديدها وحصرها، ومناسبة أدوات البحث وما تتميز به من خصائص سيكومترية تدل على ألصلاحية وملائمة.

الأساليب الإحصائية التي تستدل بها على صحة أو عدم صحة الفرضيات التي سبق للباحث أن صاغها، كل هذه الإجراءات تساعدنا للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية، وهذا ما سنحاول معرفته في هذا الفصل .

1. الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة أولى، تساعد الباحث في إلقاء نظرة استشرافية من أجل الإلمام بالموضوع والغرض من الدراسة الاستطلاعية القيام ببحث مصغر لاختبار مختلف عناصر خطة البحث أو الدراسة.(مفتاح محمد عبد العزيز، 2010، ص 103).

وبما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية كان لابد لنا من إجراء دراسة استطلاعية .

لذلك فنحن إذا أقدمنا على مثل هذه الخطوة فذلك لتحقيق مجموعة من الأهداف:

- ضبط عنوان الدراسة ومتغيراتها.
- معرفة صعوبات التطبيق التي من شئنها تحديد قيمة البحث العلمي ومكانته العلمية، وذلك قصد التقليل من تلك الصعوبات في الدراسة الأساسية أو محاولة تفادها.
- التدريب على خطوات البحث العلمي.
- التأكد من وضوح التعليمات الخاصة بأدوات الدراسة.
- التعرف على المنهج الملائم .

ولنتحقق من هذه الأهداف انطلقنا في إجراء هذه الدراسة الاستطلاعية وذلك بعد الحصول على إذن من إدارة ثانوية سيدي عامر وكان ذلك خلال مرحلتين:

- المرحلة الأولى: كانت يوم الخميس *2* مارس *2017*، تم فيها توزيع استمارات المقياسين على عينة متكونة من *30* طالبا، تم فيها مراعاة شروط العينة القصدية.

- المرحلة الثانية: كانت في يوم الأحد *05* مارس، تم فيها توزيع استمارات المقياسين على نفس عينة المرحلة الأولى .

وفي كلتا المرحلتين تم التحقق من مختلف الأهداف المرجوة من الدراسة الاستطلاعية .

الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأداة الدراسة:

أولا: صدق المقياس: يقصد بصدق أداة الدراسة،أن تقيس فقرات المقياس ما وضعت لقياسه، وقمنا بالتأكد من صدق المقياس من خلال، الصدق الظاهري للمقياس (صدق المحكمين) وصدق الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، والصدق البنائي أبعاد المقياس.

1- صدق التمييزي (المقارنة الطرفية)

أ. بالنسبة لمقياس تقدير الذات

• قمنا بترتيب درجات عينة الاستطلاعية (30) فرد في كل مقياس وتقسيم الدرجات إلى طرفين علوي وسفلي، ثم بعد ذلك تم استخدام اختبار "T.Test" للكشف عن الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين العينة أولى العلوية والعينة الثانية سفلية (*Test T pour échantillons indépendants*) وأيضا باعتماد على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطرفين كما يلي:

• والقاعدة الرفض والقبول هي إذا كانت قيمة "T" المحسوبة أكبر من قيمة "T" المجدولة عند مستوى الدلالة 0.01 =∝ ودرجة الحرية(28) فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

• أو قاعدة أخرى: إذا كانت قيمة SIG أقل من بمستوى دلالة 0.01 =∝ فإنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الجدول رقم (04): يوضح حساب الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات

المتغير	الطرفين	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	SIG	الدلالة الإحصائية
تقدير الذات	علوي	15	3.7093	0.75054	8.178	28	0.002	توجد فروق
	سفلي	15	1.9733	0.33557				
قيمة T الجدولية: 2.048 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية28								

من خلال الجدول أعلاه نجد:

أن قيمة "T" المحسوبة قدرت ب (8.178) وهي أكبر من"T" الجدولية عند درجة حرية (28) لأن مستوى الدلالة المحسوبة $\propto = 0.002$ وهي أكبر من $\propto = 0.01$ فهي دالة إحصائيا وبالتالي يوجد فروق بين الطرفين وإذن نستنتج أن مقياس تقدير الذات يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ب. بالنسبة لمقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة

الجدول رقم (05): يوضح حساب الصدق التمييزي المخططات المبكرة الغير مكيفة

المتغير	الطرفين	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	SIG	الدلالة الإحصائية
المخططات المبكرة الغير مكيفة	علوي	15	3.2293	0.57739	7.083	28	0.006	توجد فروق
	سفلي	15	2.0520	0.28461				
قيمة T الجدولية: 2.048 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية28								

من خلال الجدول أعلاه نجد:

أن قيمة "T" المحسوبة قدرت بـــ (7.083) وهي أكبر من "T" الجدولية عند درجة حرية (28) لأن مستوى الدلالة المحسوبة $\propto = 0.006$ وهي أكبر من المجدولة $\propto = 0.01$

وبالتالي يوجد فروق دالة إحصائيا بين الطرفين (العلوي والسفلي) وإذن نستنتج إن مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة يتمتع بدرجة عالية من الصدق .

ج. ثبات المقياس

يقصد بثبات المقياس، أنه يعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيعه أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى أن الثبات يعني الاستقرار في نتائج المقياس، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعه على أفراد العينة، عدة مرات خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات مقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ، كما هو مبين في الجدول الموالي:

جدول رقم (06): يبين قيمة معامل Alpha Cronbach's وأداة الدراسة

مقياس السمات الشخصية			معامل Alpha Cronbach's	
			القيمة	عدد العبارات
محاور المقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة	1	الانفصال والرفض	0.756	25
	2	نقص الاستقلالية	0.745	20
	3	نقص الحدود	0.898	10
	4	التوجه المفرط نحو الآخرين	0.789	10
	5	اليقظة المفرطة	0.706	10
جميع فقرات المقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة			0.775	75
جميع فقرات المقياس تقدير الذات			0.768	25

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول أعلاه نجد أن قيمة ألفا كرومباخ المحسوبة أكبر من القيمة المجدولة $\propto = 0.6$ في جميع محاور أداة الدراسة، مما يدل على ثبات أداة الدراسة.

2.المنهج المستخدم:

يعتبر المنهج العمود الفقري لأي بحث، ولاسيما في الميادين الاجتماعية والنفسية والتربوية، فهو الذي يكسب البحث طابعه العلمي حيث أن صحة النتائج البحث تقوم أساسا على نوعية المنهج المستعمل، وهذا ما ذهب إليه عمار بحوش ومحمد محمود الذنيبات بقولهما: "إن صحة وسلامة الطريقة المستخدمة في الوصول إلى الحقيقة العلمية هي التي تضيء على البحث أو الدراسة الطابع الجدي، كما تؤثر أيضا في محتوى النتائج البحث". (عمار بوحوش، *1999*، ص *22*).

ويعود استعمال الباحث لمنهج دون أخر للطبيعة وموضوع دراسته، وكان الموضوع هذه الدراسة يبحث علاقة مخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات، وجاء استخدام المنهج الوصفي لدرس هذا الموضوع كما هو في الواقع ويهتم بوصفه وصفا حقيقيا ويعبر عنه كما وكيفا.

ويمكن تعرفه بأنه: "كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشجيعها وكشف جوانبها وتحديد علاقات بين عناصرها، أو بينها وبين الظواهر التعليمية أو نفسية أ اجتماعية أخرى" .(رابح تركي، *1984*، ص *129*)

وكذا فان المنهج الوصفي يوصل إلى استنباط العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة وتفسير معنى البيانات وتمد الباحثين بمعلومات وقيم من أجل اختبار الفروض والوصول إلى نتائج قابلة للتعميم، وتساعدنا على التخطيط والإصلاح ووضع الأسس الصحيحة للتوجيه. (محمد سليمان، 2006، ص 122).

وقد اعتمدنا على المنهج الوصفي لأنه المنهج الأكثر ملائمة للدراسة الحالية التي تتعامل مع الذات الإنسانية بطريقة مباشرة فهو يساعدنا على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع ودون تدخلنا فيها.

3.عينة الدراسة:

من الصعب التعامل مع المجتمع بأكمله لذا يلجأ الباحث إلى أسلوب العينة والتي تعرف بأنها "مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة تم اختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة الأصلي". (ذوقان محمد عبيدات وآخرون، 1999، ص 84).

- **شروط اختيار العينة:**

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية وجمع بعض المعلومات عن عينة الدراسة تم اقتراح جملة من الشروط تمثلت في محاولة عزل المتغيرات الدخيلة ومن بين تلك الشروط ما يلي:

- أن يراعى التخصص في اختيار أفراد العينة، بحيث يفترض أن يكون أفراد العينة يمثلون جميع التخصصات.

- محاولة خلق التوازن بين كل من الذكور والإناث لعزل متغير الجنس.

- كما أخذ بعين الاعتبار عامل إعادة السنة، بحيث يكون كل الأفراد العينة معيدين السنة.

- أن تمثل العينة نسبة *20%* أو أكثر من المجتمع الأصلي بثانوية سيدي عامر، وذلك لتحقيق عنصر التمثيل.

- بالنظر إلى كل ما سبق لابد من المحافظة على الاختيار العشوائي لأفراد العينة.

- **خطوات استخراج العينة:**

أن كل عينة يرتجى منها الوصول إلى تعميمات حقيقية، وتمثيل صادق للمجتمع ككل بالإضافة إلى محاولة تبني الموضوعية من طرف الباحث لا يمكن اختيارها إلا بمراعاة جملة من الخطوات تكون بمثابة تطبيق لما سبق من شروط، وقد تم في دراستنا اعتماد هذه الخطوات وفق للآتي:

- تم اختيار نوع من العينة القصدية، وهي العينة التي تم اختيارها لسهولة وإمكانية توفرها وهي متاحة للباحث، كما استخدم هذا الأسلوب من المعاينة إذا كان أفراد المجتمع الأصلي

معروفين، بحيث يعتمد الباحث على هذا الأسلوب من أجل اختيار عينة حسب معايير معينة يضعها الباحث في بحثه. (ملحم سامي، 2000، ص 223).

ونحن في الدراسة هذه اعتمدنا على العينة القصدية.

- تم ضبط قائمة أسمية لأفراد العينة لتفادي الوقوع في الخطأ، المكونة من 164 فرد.
- تم تقسيم العينة المختارة إلى عينتين، الأولى استطلاعية وتكونت من 30 طالبا، والثانية أساسية وتكونت من 60 طالبا.

4.مجال الدراسة:

من المعقول أن يختار الباحث مكانا مناسبا لدراسته يكون بمثابة الأرضية التي يطبق عليها أداته، بالإضافة إلى مراعاة زمن محدد يكون كافيا لتطبيق تلك الأدوات، وهذا ما دفعنا إلى اختيار مجال مكاني وزماني التي تكون مناسبة، والتي يمكن صياغتها في ما يلي:

4-1- المجال المكاني للدراسة:

أجريت هذه الدراسة في ثانوية دحمان مرزوك ب سيدي عامر التي تقع بدائرة سيدي عامر، بولاية لمسيلة، وبالضبط في حي 20 أوت 1955، يحدها من الغرب متوسطة سعدي صالح، أما من الشرق والجنوب يحدها بنايات، ومن الشمال يحدها المركب الرياضي والتكوين المهني .

يقدر العدد الإجمالي للتلاميذ الذين يدرسون بهذه الثانوية 995 طالبا منهم 391 طالبا يدرسون في السنة ثالثة ثانوي. ومجتمع الدراسة هو 164 تلميذ وتلميذة من المعيدين في شهادة الباكالوريا.

4-2- المجال لزماني للدراسة:

بدأت الدراسة في شهر نوفمبر، وذلك بجمع الدراسات السابقة والاطلاع على التراث النظري لمتغيرات الدراسة، والبحث عن الأدوات الملائمة لعينة الدراسة، وقياس فرضياتها ومنه انطلقنا بدراسة استطلاعية، بدأت بزيارة استطلاعية دامت يومي 02 مارس و05 مارس 2017 وهذا الأمر قد تم تناوله تحت عنوان الدراسة الاستطلاعية، ودراستنا الأساسية انطلقت في 15 مارس 2017، ودامت يومي 15و 16 مارس 2017 وكان عبر مرحلتين هما:

- المرحلة الأولى: دامت طيلة يوم 15 مارس 2017 تم فيها توزيع استمارات مقياسي المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات على العينة الأساسية، مع توضيح تعليمات المقاسين

- المرحلة الثانية: أيضا دامت يوم وهو 16 مارس 2017، تم فيه جمع الاستمارات من عند أفراد العينة، والتأكد من أنهم أجابوا على كل البنود للمقياسين.

5.أدوات الدراسة:

أن أي دراسة علمية لا يمكن التأكد من مصداقية نتائجها إلا إذا تم تطبيق الأدوات المناسبة لها. ولكي نتحقق اعتمدنا على أداتين هما:

- مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة.
- مقياس تقدير الذات.

5-1- مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة:

تم استخدام مقياس جيفري يونغ للمخططات المبكرة الغير مكيفة، من دراسة زبيد الحطاح، وذلك لكونه يناسب الدراسة الحالية، وقادر على قياس فرضياتها، وهو يتمتع بخصائص سيكومترية وهي الصدق والثبات، وهذا ما تم التحقق من صدقه وثباته في البيئة الجزائرية على النحو التالي:

üا الصدق: تم استطلاع أراء المحكمين لاختبار صدق المقياس، فطلب من مجموعة متكونة من أربعة أساتذة مختصين الذين يجمعون بين العمل الأكاديمي والممارسة التربوية:

- تقييم كل بعد من أبعاد المقياس في مدى قدرته على التعبير عن هذه المخططات.
- تقييم المقياس في مجمله (على سلم تقدير من 10 إلى 10)، من خلال العناصر والمميزات التالية:

- وضوح المقياس في صياغته اللغوية
- مدى علاقة المقياس بالموضوع الذي يقيسه
- وضوح التعليمة
- الوقت المخصص لإجراء المقياس
- كلفة الوسائل اللازمة للقياس
- سهولة التنقيط والتصحيح

وحددت درجة الصدق بالاعتماد على قيمة المتوسط الحسابي لاستجابات الأساتذة، كما تم تحديد معيار قبول أبعاد المقياس ومميزاته بدرجة سبعة على عشرة فما فوق، وقد جاءت نتائج هذا الاستطلاع في الجدولين رقم (07) ورقم (08).

الجدول رقم (07): يبين درجات الصدق (ن) لكل بعد من أبعاد المقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة

	الأبعاد	(ن)
1	النقص العاطفي	7
2	الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار	7.5
3	الشك والتعدي (اليقظة المفرطة)	7.5
4	الانطواء الاجتماعي (العزلة والنفور)	8
5	الشعور بالنقص والخجل	8.5

6	الفشل	8.5
7	التبعية وعدم الكفاءة	7.5
8	الخوف من المرض والخطر (الانجراحية)	9
9	العلاقات الدمجية	8
10	الخضوع	8.5
11	التضحية	9
12	التحكم الانفعالي المفرط	9
13	الحقوق الشخصية والمتطلبات العالية	8
14	المثاليات المتطلبة والنقد المفرط	8.5
15	نقص التحكم الذاتي والانفعالي	9

الجدول رقم (08): يبين درجات الصدق "ن" لميزات مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة.

	ميزات المقياس	ن
01	وضوح المقياس في صياغته اللغوية	8.5
02	مدى علاقة المقياس بالموضوع الذي يقيسه	9
03	وضوح التعليمة	9
04	الوقت المخصص لإجراء المقياس	8
05	كلفة الوسائل اللازمة للقياس	8.5
06	سهولة التنقيط والتصحيح	9

وقد اعتبر لمقياس صادقا بناء على القيم المحسوبة في الجدولين السابقين التي تتوقف دلالتها على صدق المحكمين، حيث تعدت (ن) في كل من الأبعاد والميزات عتبة 7 درجات.

ü الثبات:

للتحقق من ثبات المقياس في البيئة الجزائرية تم استخدام معاملات الثبات التالية:

أ- **معامل الاستقرار**: طريقة التجزئة النصفية:

لاختبار ثبات المقياس في البيئة الجزائرية، تم تطبيقه على عينة قوامها (120 فردا) من طلاب الجامعة، حسبت قيمة معامل الاستقرار لمقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة المكون من 75 عبارة، وبلغت قيمة معامل (split- half) سبليت-هالف 0.80 .

كما تم تصحيحه بمعامل (spearman brown)، (سبيرمان براون) وكانت قيمة هذا المعامل 0.83، ومما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة

ب – **معامل التنسيق**: طريقة معامل ألفا – كرونباخ:

حسبت معامل (alpha–cronbach) ألفا– كرونباخ لبيانات 120 طالبا لمقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة المكون من (75) بندا، وكانت قيمة معامل ألفا (0.84) وهي قيمة مرتفعة أيضا .

مما يشير إلى أن المقياس على درجة عالية من الثبات ويمكن الوثوق بنتائجه. (زبيدة الحطاط، 2011، ص 217، 220)

ü وصف المقياس:

استخدم في هذا البحث المقياس المختصر للمخططات المبكرة غير المتكيفة وهو مقياس وضع من طرف "يونغ" يحتوى على 205 بند ثم أصبح بالصيغة المختصرة للمخططات والتي تشمل 75 بند وتصف 15 مخطط فقط ويمكن المقياس من تقييم المخططات المبكرة غير المكيفة وأهمية كل واحد منهم، وتم اشتقاقه من دراسة "حطاح".

ü المخططات 15 الموجودة في المقياس هي:

01- 05- الحرمان العاطفي

06- 10- التخلي أو الإهمال

11- 15- الحذر/ التعدي

16- 20- الانطواء الاجتماعي

21-25 - عدم الإتقان

26-30- الفشل

31-35 - التبعية وعدم الكفاءة

36 -40 – الهشاشة

41- 45- العلاقة الاندماجية

46 – 50- التضحية

51- 55- التضحية بالذات

56-60 -مراقبة انفعالية مفرطة

61-65 - المثاليات المفرطة

66- 70- الحقوق المتطلبة

71-75 - نقص التحكم الذاتي

وقد تم تطبيق المقياس الذي يضم 15 مخطط مع العلم انه يوجد 18 مخطط كما ذكر في الجانب النظري.

المخططات الثلاث الباقيات هي:

- مخطط العقاب.
- مخطط السلبية والتشاؤم.
- مخطط الحاجة للاستحسان والاعتراف بالجميل.

- **كيفية تطبيق المقياس**:

يتم شرح التعليمة للمبحوث والتي تتمثل كما يلي:

"بين مدى تكرار أحاسيسك بالمشاعر المعبر عنها في كل بند بوضع الرقم الذي يتناسب أو تتطابق مع حالتك" التي على النحو التالي:

(1) لا ينطق تماما

(2) لا ينطبق غالبا

(3) لا ينطبق تقريبا

(4) معتدل

(5) ينطبق تقريبا

(6) ينطبق غالبا

(7) ينطبق تماما

مع العلم انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، كما ان معلومات هذا المقياس سرية جدا ولا تستخدم إلا لفائدة علمية ".

- **شبكة تنقيط المقياس**:

إن بنود المقياس تنقط من 1 إلى 7 على النحو التالي:

1. لا ينطبق تماما	07
2. لا ينطبق غالبا	06
3. لا ينطبق تقريبا	05
4. معتدل	04
5. ينطبق تقريبا	03
6. ينطبق غالبا	02
7. ينطبق تماما	01

طريقة تصحيح المقياس:

إن تصحيح المقياس المختصر للمخططات المعرفية (ليونغ جيفري للمخططات – الصيغة المختصرة) تكون على النحو التالي:

إن هذا المقياس يحتوى على 15 مخطط ،كل مخطط يحتوى على 7 بنود إذن القيمة العالية هي:

7 ×7 = 49 والقيمة الأدنى هي7×1= 7

5-2- مقياس تقدير الذات:

أ- وصف هذا المقياس مكونات الاختبار:

أعد هذا الدليل لهودسون (1994)، وذلك لقياس المشاكل المتعلقة بتقدير الفرد لذاته ويتكون الدليل من (25) عبارة:

ولإعداد هذا الدليل بصورته العربية قام معد الدليل مجدي محمد الدسوقي بترجمة عباراته، وقد كان حريصا على أن تتم الترجمة إلى اللغة العربية بأكبر درجة من درجات الحياد والموضوعية بحيث لا يتغير المعنى بأي حال من الأحوال ولا تختل الدلالات التي هدف المؤلف الأصلي إلى إبرازها في ثنايا العبارات، وبعد ذلك تم عرض الترجمة على عدد من الأساتذة اللغة الانجليزية لمطابقة الترجمة العربية على النص الانجليزي لتوضيح ما إذا كانت الترجمة العربية تنقل نفس المعاني المقصود بالغة الانجليزية أم لا، وبعد أن تم الاطمئنان إلى أن الترجمة قد وصلت إلى درجة معقولة من الدقة تم إجراء الترجمة العكسية من اللغة العربية إلى اللغة الانجليزية الأصلية بواسطة أستاذين مختصين في اللغة الانجليزية، قام كل منهما على حدة

بعد ذلك تم عرض الدليل على أربعة محكمين من أستاذة الصحة النفسية للتعرف على مدى ملائمة عبارات الدليل لقياس تقدير الذات، وقد اتفق المحكمين على عبارات الدليل.

وقام معد الدليل مجدي محمد الدسوقي بعد ذلك بتطبيقه على عينة مبدئية من تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية (ن =60) وعينة من طلاب وطالبات الجامعة (ن =90)، وذلك للتأكد من وضوح عبارات الدليل والوقوف بشكل دقيق على أي مشكلات تتعلق بفهم العبارات، أو التطبيق أو التصحيح، وقد اتضح أن الدليل على درجة عالية من البساطة والوضوح، وأنه مناسب لتطبيق على تلاميذ المرحلة الثانوية، وكذالك طلاب الجامعة.

طريقة التصحيح عبارات المقياس وفق لمقياس سباعي الشدة وهي سبعة اختيارات هما:

(1) أبدا

(2) نادرا جدا

(3) قليلا جدا

(4) أحيانا

(5) مرات كثيرة

(6) معظم الوقت

(7) كل الوقت

مع الملاحظة أن العبارات التي تحمل أرقام (3، 4، 5، 6، 7، 14، 15، 18، 21، 22، 23، 25) يتم تصحيحها في الاتجاه العكسي

ويتم حساب الدرجة النهائية على المقياس وفقا للخطوات التالية:

1- يتم حساب الدرجة الكلية للعبارات العكسية .

2- يتم حساب الدرجة الكلية لباقي العبارات

3- تجمع الخطوة رقم (1+2)

4- يطرح إجمالي عدد العبارات التي أجاب عنها المستجيب من ناتج الخطوة (3) للحصول على المجموع الكلي.

5- يضرب المجموع الكلي في 100

6- يضرب عدد العبارات التي أجاب عنها المستجيب في 6.

7- لحساب الدرجة النهائية تقسم الخطوة (5) على الخطوة (6).

ويتراوح الدرجة النهائية على الدليل بين (صفر، 100)، والدرجة المرتفعة تشير إلى حدة أو صعوبة المشكلة التي تتعلق بتقدير الفرد لذاته والعكس صحيح.

ب- الكفاءة السيكومترية لدليل تقدير الذات في الدراسة الراهنة:

أما في دراسة مجدي محمد الدسوقي، فتم حساب ثبات وصدق دليل تقدير الذات على العينة الاستطلاعية نفسها السابق ذكرها، وبلغ عن طريق ألفا كرونباخ (0.65)، كما تم حساب صدق التكوين للدليل ويوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (09): يبين صدق مقياس تقدير الذات

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	0.357	13	0.227
2	0.487	14	0.628
3	0.305	16	0.483
4	0.361	17	0.234
5	0.237	18	0.545
6	0.347	19	0.428
7	0.319	20	0.366
8	0.459	21	0.325
9	0.496	22	0.499
10	0.680	23	0.259
11	0.495	24	0.437
12	0.3378	25	0.295
13	0.412		

- دال عند مستوى (0.05)
- دال عند مستوى (0.01)

يوضح الجدول رقم (3) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس التي تتضمنها جميع البنود الدليل الدالة قد تراوحت بين (0.680) في الحد الأعلى وبين (0.234) في حدها الأدنى، وأن معظم معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ومستوى (0.05)

6. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

إن طبيعة طرح الفرضيات تستوجب استخدام أساليب إحصائية معينة يمكن من خلالها التحقق من إثبات أو نفي هذه الفرضيات،وعلى هذا الأساس تم استخدام أسلوب نرى أنه الأنجع لمثل هذه الدراسة.

تم إخضاع البيانات إلى عملية التحليل الإحصائي باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS:V24) وتم الاعتماد على بعض الاختبارات، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية الوصفية والتحليلية كذلك الأشكال البيانية كما يلي:

- **اختبار الصدق والثبات**:

– بمعامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات.

– اختبار "T.Test" للكشف عن الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين العينة أولى العلوية والعينة الثانية سفلية : *(Test T pour échantillons indépendants)*

– معامل ارتباط بيرسون: من أجل الكشف عن العلاقة بين المتغيرين

خلاصة

من خلال كل ما سبق في هذا الفصل يمكن لنا أن نستفيد منه في فهم، واستيعاب المنهج المستخدم في هذه الدراسة، والأدوات والوسائل العلمية التي تم الاستعانة بها في جمع المعلومات والبيانات،كما تعرفنا على حدود دراستنا المكانية والبشرية وكذا الزمنية، كل هذا بما يكفي حتى نتمكن من إجراء الدراسة بصورة مدققة ومفهومة.

الفصل الخامس

عرض النتائج وتحليلها

1. عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية
2. خلاصة النتائج
3. الاقتراحات

1.عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية

يتم في هذا الجزء عرض نتائج الدراسة الميدانية بعد تفريغ نتائجها في الحاسب الآلي ومعالجتها بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss.v 24 ومناقشتها بالطرق التالية:

الطريقة الأولى: نقارن بين قيمة ت المحسوبة (R_{cal}) وقيمة T الجدولية (R_{tab}) إذا كانت المحسوبة أكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة (H1)

الطريقة الثانية: نقارن بين قيمة المستوى المعنوية (sig) المحسوب باستخدام برنامج spss مع المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب 0.01 فإذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ(P-value) أو (Sig) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة 0.01 فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة.(H1).

ونعالج نتائج الدراسة الميدانية حسب الفرضيات.

1-1- الفرضية العامة ومدلولها:

توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة $\propto = 0.01$.

أي الفرضية الصفرية (H_0): لا توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة $\propto = 0.01$.

الفرضية البديلة (H_1): توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة $\propto = 0.01$.

اختبار الفرضية بحساب معامل ارتباط "بيرسون"وتحديد الدلالة إحصائية له.

جدول رقم (10): يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
المخططات المبكرة الغير مكيفة تقدير الذات	R_{cal}= 0.718	R_{tab}= 0.174.	0.000
R_{tab}=0.174 درجة الحرية = عدد أفراد العينة 59=1-60= 1 – عند مستـــــــــوى دلالة 0.01			

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" المحسوبة بين متغير إجابات تلاميذ وتلميذات المعيدين في البكالوريا بثانوية سيدي عامر، على إجمالي عبارات المتعلقة بـــ مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة ومتغير إجاباتهم على إجمالي عبارات مقياس تقدير الذات بلغ R_{cal} =0.718 واكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة R_{tab} =0.174 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة الحرية 59 وأنه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.01.

ومنه القيمة المحسوبة للمعامل الارتباط "بيرسون"بين المتغيرين (R_{cal} =0.718) دالة إحصائيا عند 0.05 أي أننا واثقين من النتيجة المتوصل إليها بنسبة 99% وان ما وجدناه في عينة الدراسة 164 (تلميذ وتلميذا من المعيدين في شهادة البكالوريا بثانوية سيدي عامر) يمكن تعميمه على المجتمع الدراسة (ما وجدناه في العينة يوجد فعلا في المجتمع).

مما سبق توصلنا إلى أنه توجد علاقة ارتباطية طردية قوية بين المخططات المبكرة الغير مكيفة وتقدير الذات وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

مناقشة الفرضية العامة:

ومن خلال هذه النتيجة، نلاحظ أنه توجد علاقة ارتباطية بين المخططات المبكرة الغير مكيفة مستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، واختلفت مع دراسة "زبيدة حطاح" بعنوان علاقة المخططات المبكرة الغير مكيفة والذكاء العاطفي بالفشل الأكاديمي لدى المعيدين والناجحين في البكالوريا" والتي تضمنت أنه لا تتأثر كل المخططات المبكرة الغير مكيفة على الفاشلين أكاديميا بل هناك عوامل نفسية يرجع إليها السبب في الفشل الأكاديمي، إلا أنها اتفقت مع جل الدراسات السابقة ومن بينها دراسة "فيراولبورغ" بعنوان "علاقة بين المخططات المبكرة غير المكيفة وضغط المدرك لدى الطلبة الجامعين" والتي تنص على أن المخططات المبكرة الغير مكيفة تؤثر فعلا في إدراك الفرد للضغط، واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة عيشواني شهرزاد بعنوان "المخططات المبكرة الغير متكيفة عند المدمنين على المخدرات بمستشفى أمراض العقلية" والتي توصلت إلى أنه كلما كانت المخططات نشطة عند المدمنين كلما زاد الإدمان عن المخدرات، وتطابقت مع دراسة "زميتني تين حنان" بعنوان: "أثر النمط التعلق بالمخططات المبكرة الغير مكيفة لدى أمهات التوحد" والتي خلصت إلى أن أغلب الدرجات المخططات المبكرة الغير مكيفة منخفضة لدى أمهات أطفال التوحد ذو النمط التعلق بالأمن ويساعد على تشكيل مخططات متكيفة في مرحلة الرشد، فقد بينت النتائج أن المخططات المبكرة الغير مكيفة تمثل بالفعل خصائص المحيط العائلي والمجتمع للحالات، وبالتالي هي تنظيم يأخذ منبعه من فترة الطفولة ويؤثر على الحياة، وينتج عن ظروف تحملها الفرد في محيطه سواء كان مصدرها الأسرة أو المجتمع أو الأصدقاء مما يؤدي إلى صدمة شديدة (sevrant) والتي تؤثر على طريقة تفكيره وتقيمه لذاته كما أنها تكون سببا في فشله في الامتحان وبالأخص في شهادة البكالوريا، ومما سبق نخلص إلى أن معامل الارتباط (r=0.71) مما يدل على وجود علاقة طردية قوية بين المخططات المبكرة الغير مكيفة

ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وبالتالي تم قبول الفرضية البديلة، وتعميمها على مجتمع الدراسة.

1-2-**لفرضيات الفرعية**: وتنقسم إلى خمس فرضيات

1-2-1- الفرضية الفرعية الأولى ومدلولها:

توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة $0.01 = \propto$.

أي الفرضية الصفرية (H_0): لا توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة

الفرضية البديلة (H_1): توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة $0.01 = \propto$.

ثانيا: اختبار الفرضية بحساب معامل ارتباط "بيرسون"وتحديد الدلالة إحصائية له، والجدول التالي يوضح نتائج معالجة هذه الفرضية.

جدول رقم (11): يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

المتغيرات	قيمةR المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
الانفصال والرفض تقدير الذات	R_{cal} =0.726	R_{tab} =0.252	0.000
R_{tab}= 0.252درجة الحرية = عدد أفراد العينة 59=1-60= 1 – عند مستـــــــــوى دلالة 0.01			

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول نجد أن: قيمة معامل الارتباط "بيرسون"المحسوبة بين متغير إجابات تلاميذ وتلميذات المعيدين في شهادة البكالوريا بثانوية سيدي عامر على إجمالي عبارات المتعلقة بـــ بعد الانفصال والرفض ومتغير إجاباتهم على إجمالي عبارات مقياس تقدير الذات بلغ

R_{cal} =0.726 وأكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة R_{tab}=0.252 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة الحرية59 وأنه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 أقل من مستوى الدلالة$\propto$ = 0.01

ومنه القيمة المحسوبة للمعامل الارتباط "بيرسون" بين المتغيرين (R_{cal} =0.726) دالة إحصائيا عند 0.05 أي أننا واثقين من النتيجة المتوصل إليها بنسبة 99% وأن ما وجدناه في عينة الدراسة (60) لدى المعيدين في شهادة البكالوريا (يمكن تعميمه على المجتمع الدراسة) .ما وجدناه في العينة يوجد فعلا في المجتمع.

مما سبق توصلنا إلى أنه توجد علاقة معنوية بين الانفصال والرفض وتقدير الذات وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة $\propto$ = 0.01.

مناقشة الفرضية الفرعية الأولى:

ومما سبق نستنتج أنه توجد علاقة ارتباطية بين مجال "الانفصال والرفض" ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وهذا ما اتفق مع ما أشرنا إليه في الجانب النظري، بأن التأثيرات صدمة الانفصال والرفض تغرس الشعور بعدم الثقة والخجل دائما وشعور بالدونية وأنهم غير مرغوب فيهم، ويكون إحساسهم بالعزلة والانقطاع ولا يستطيعون تكوين علاقات وروابط أمنة مع أقرانهم وكذا مع المدرس وهذا ما يؤثر سلبا على نفسية التلميذ ومستوى تقديره لذاته مما لاشك أنه يؤدي إلى رسوب التلميذ في الامتحان، واتفقت هذه الدراسة مع نتائج الدراسات السابقة، ومثل دراسة "زبيدة حطاح" التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الناجحين والفاشلين أكاديميا في المجال الانفصال والرفض والتي تؤكد أن هذا المجال يؤثر كثيرا في الفاشلين لأنهم يشعرون دائما بالوحدة والتعاسة ويجعلهم ينشغلون بذواتهم ويجترون المرارة التي تلحق بهم من المقربين إليهم مما يمنعهم عن الانشغال بمستقبلهم المهني

أو التعليمي فيفشلون في حياتهم، ومما سبق نستنتج أن معامل الارتباط "بيرسون" (r=0.72) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية قوية بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وبالتالي تم قبول الفرضية البديلة وتعميمها على مجتمع الدراسة.

1-2-2- الفرضية الفرعية الثانية ومحتواها:

هناك علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

أي الفرضية الصفرية: لا توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

ثانيا: اختبار الفرضية بحساب معامل ارتباط "بيرسون" وتحديد الدلالة إحصائية له والجدول التالي يوضح نتائج معالجة هذه الفرضية.

جدول رقم (12): يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
نقص الاستقلالية تقدير الذات	R_{cal}=0.705	R_{tab}.= 0.252	0.000
R_{tab} =0.252 درجة الحرية = عدد أفراد العينة 59=1-60= 1 – عند مستـــــــوى دلالة 0.01			

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" المحسوبة بين متغير إجابات تلاميذ وتلميذات المعيدين في شهادة البكالوريا بثانوية سيدي عامر على إجمالي عبارات المتعلقة بـــ

بعد نقص الاستقلالية ومتغير إجاباتهم على إجمالي عبارات مقياس تقدير الذات بلـــغ R_{cal} =0.705 وأكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة R_{tab} =0.252 عند مستوى الدلالة 0.01ودرجة الحرية 59 وأنه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.01.

ومنه القيمة المحسوبة للمعامل الارتباط "بيرسون"بين المتغيرين R_{cal}=0.705 دالة إحصائيا عند 0.01 أي أننا واثقين من النتيجة المتوصل إليها بنسبة 99% وان ما وجدناه في عينة الدراسة (60) لدى المعيدين في شهادة البكالوريا (يمكن تعميمه على المجتمع الدراسة) ما وجدناه في العينة يوجد فعلا في المجتمع.

مما سبق توصلنا إلى أنه توجد علاقة معنوية بين نقص الاستقلالية وتقدير الذات وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

مناقشة الفرضية الفرعية الثانية:

ومنه نستنتج أنه توجد علاقة ارتباطية بين مجال نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وهذه الدراسة اختلفت مع دراسة "زميتي تين حنان" والتي توصلت بأن رغم إشباع الحاجات الأساسية من الإحساس بالأمان وتشجيع الاستقلالية، إلا أنه يمكن أن نجد أسباب وعوامل أخرى في جعل المخططات سلبية وغير متكيفة كصدمات وإفراط في إشباع الحاجات إلا أن هذا ما يتوافق مع ما أشرنا إليه في الجانب النظري والذي ينص أن للفرد حاجات يرغب في إشباعها لكنها لا تتوقف مع سير حياته اليومية كالرغبة في الانفصال عن العائلة والاستقلالية الذاتية والانجاز الجيد، فعند نقص حاجة من هذه الحاجات يولد لديه فشل، ومع دراسة "زبيدة حطاح" التي تأكد أن الشخص فاقد الاستقلالية يكون أداءه ضعيفا في مواقف الانجاز لأنه عديم الثقة بنفسه ولا يستطيع أن يؤكد قراراته وساعة اتخاذ القرار

كالايجابية عن أسئلة الامتحان ويشعر أنه لوحده ولا أحد يجاوب مكانه فيفشل، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الفرد ناقص استقلالية أو التابع يكون مسيطرا عليه وموجه من الخارج وغير ذاتي النظام، ويعتمد على مساعد الآخرين له، ومما سبق نخلص إلى أن معامل الارتباط (r=0.70) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وبالتالي تم قبول الفرضية البديلة وتعميمها على مجتمع الدراسة.

1-2-3- الفرضية الفرعية الثالثة ومدلولها:

توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

أي الفرضية الصفرية (H_0): لا توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

الفرضية البديلة (H_1): توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الحدود ومستوى ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

ثانيا: اختبار الفرضية بحساب معامل ارتباط "بيرسون"وتحديد الدلالة إحصائية له، والجدول التالي يوضح نتائج الفرضية.

جدول رقم (13): يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
نقص الحدود تقدير الذات	R_{cal}=0.639	R_{tab} =0.252	0.000
R_{tab} =0.252 درجة الحرية = عدد أفراد العينة 59=1-60= 1 – عند مستـــــوى دلالة 0.01			

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" المحسوبة بين متغير إجابات تلاميذ وتلميذات المعيدين في شهادة البكالوريا بثانوية سيدي عامر على إجمالي عبارات المتعلقة بـــ بعد نقص الحدود ومتغير إجاباتهم على إجمالي عبارات مقياس تقدير الذات بلغ 0.639= R_{cal} وأكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة 0.252= R_{tab} عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة الحرية 59 وأنه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.01.

ومنه القيمة المحسوبة للمعامل الارتباط "بيرسون" بين المتغيرين 0.639=R_{cal} دالة إحصائيا عند 0.01 أي أننا واثقين من النتيجة المتوصل إليها بنسبة 99% وأن ما وجدناه في عينة الدراسة (60) لدى المعيدين في شهادة البكالوريا (يمكن تعميمه على المجتمع الدراسة) ما وجدناه في العينة يوجد فعلا في المجتمع.

مما سبق توصلنا إلى أنه توجد علاقة معنوية بين نقص الحدود وتقدير الذات وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة0.01.

مناقشة الفرضية الفرعية الثالثة:

من خلال النتيجة المتوصل إليها أنه توجد علاقة ارتباطية بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وهذا ما تطابق مع الجانب النظري حيث أن الأفراد الذين يحملون هذا المجال لم يطور الحدود الملائمة فيما يخص تبادل الشعور، المراقبة الذاتية في نقص الحدود الداخلية، نقص تحمل المسؤولية اتجاه الأخر أو العجز عن مواصلة الأهداف كالنجاح في الامتحان، وأيضا المشكل الرئيسي في عدم القدرة على التحكم في الذات أو رفضها، ويحمل التلميذ إحباط في رغباته، واتفقت مع دراسة "فيراولبورغ" والتي تنص على أن كل المخططات المبكرة الغير مكيفة تؤثر فعلا على إدراك الفرد للضغط ومن بين هذه المخططات نقص الحدود، واختلفت مع معظم الدراسات السابقة، ومثال على ذالك دراسة "زبيدة

حطاح" والتي ترى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في مجال نقص الحدود لدى المعيدين والناجحين، لهذا فأن مجال نقص الحدود لا يؤثر في نجاح أو رسوب التلميذ، ومما سبق نخلص إلى أن معامل الارتباط (r=0.63) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وبالتالي تم قبول الفرضية البديلة وتعميمها على مجتمع الدراسة.

1-2-4- الفرضية الفرعية الرابعة ومحتواها:

توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

أي الفرضية الصفرية: لا توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

اختبار الفرضية بحساب معامل ارتباط "بيرسون"وتحديد الدلالة إحصائية له.

جدول رقم(14): يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
التوجه المفرط نحو الآخرين تقدير الذات	R_{cal}=0.651	R_{tab}= 0.252	0.000
R_{tab}= 0.252 درجة الحرية = عدد أفراد العينة 59=1-60= 1 – عند مستـــــــوى دلالة 0.01			

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"المحسوبة بين متغير إجابات تلاميذ وتلميذات المعيدين في شهادة البكالوريا بثانوية سيدي عامر على إجمالي عبارات المتعلقة بـــ بعد التوجه المفرط نحو الآخرين ومتغير إجاباتهم على إجمالي عبارات مقياس تقدير الذات بلغ R_{cal} =0.651 وأكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة R_{tab}=0.252 عند مستوى الدلالة 0.01ودرجة الحرية 59 وأنه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 أقل من مستوى الدلالة0.01.

ومنه القيمة المحسوبة للمعامل الارتباط "بيرسون"بين المتغيرين R_{cal} =0.651 دالة إحصائيا عند 0.01 أي أننا واثقين من النتيجة المتوصل إليها بنسبة 99% وأن ما وجدناه في عينة الدراسة (60) لدى المعيدين في شهادة البكالوريا (يمكن تعميمه على المجتمع الدراسة) ما وجدناه في العينة يوجد فعلا في المجتمع

مما سبق توصلنا إلى أنه توجد علاقة معنوية بين التوجه المفرط نحو الآخرين وتقدير الذات وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

مناقشة الفرضية الفرعية الرابعة:

ومن خلال النتائج التالية يتضح أنه توجد علاقة ارتباطية بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وهذا ما اتفق مع جل الدراسات السابقة، ومن بيني هذه الدراسة دراسة "زبيدة حطاح" والتي تفسر أن هذا المجال يؤثر في المعيدين لأن أصحاب هذا المجال تكمن الأهمية الملحة عندهم للارتباط بالآخرين في تلبية رغباتهم وحاجاتهم والحذر من رد فعل الآخرين من أجل كسب موافقتهم ورضاهم وعاطفتهم، خوف من النبذ والانتقام، ومع الجانب النظري والذي يرى أن بأن تقدير الذات عندهم انطلاقا من ردود أفعال الآخرين، وليست من قيمهم الشخصية ويبالغون في نيل تقدير ورضا الآخرين

ويفعلوا ما يطلبون منه، وهذا التبعية والوجه قد يكون احد العوامل النفسية المساهمة في تكوين شخصية فاشلة وهذا ما يؤدي بهم الحال إلى الفشل في الامتحان لعدم استقلاليته وفرض رأيه، ومما سبق نخلص إلى أن معامل الارتباط (r=0.65) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات عند المعيدين في شهادة البكالوريا، وبالتالي تم قبول الفرضية البديلة وتعميمها على مجتمع الدراسة.

1-2-5- الفرضية الفرعية الخامسة ومدلولها:

وجود علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

أي الفرضية الصفرية (H_0): لا توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

الفرضية البديلة (H_1): توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

ثانيا: اختبار الفرضية بحساب معامل ارتباط "بيرسون"وتحديد الدلالة إحصائية له، والجدول التالي يوضح نتائج الفرضية

جدول رقم (15): يبن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
اليقظة المفرطة تقدير الذات	R_{cal}=0.695	R_{tab}= 0.252	0.000
R_{tab} = 0.252 درجة الحرية = عدد أفراد العينة 59=1-60= 1 – عند مستـــــــــوى دلالة 0.01			

المصدر: من تصميم الطالبة بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 24

من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون"المحسوبة بين متغير إجابات طلبة تلاميذ وتلميذات المعيدين في شهادة البكالوريا بثانوية سيدي عامر على إجمالي عبارات المتعلقة بـــ بعد اليقضة المفرطة ومتغير إجاباتهم على إجمالي عبارات مقياس تقدير الذات بلغ 0.695 = R_{cal} وأكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة 0.252= R_{tab} عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة الحرية 59 وأنه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.01.

ومنه القيمة المحسوبة للمعامل الارتباط "بيرسون" بين المتغيرين 0.695=R_{cal} دالة إحصائيا عند 0.01 أي أننا واثقين من النتيجة المتوصل إليها بنسبة 99% وأن ما وجدناه في عينة الدراسة (60) لدى المعيدين في شهادة البكالوريا (يمكن تعميمه على المجتمع الدراسة) ما وجدناه في العينة يوجد فعلا في المجتمع.

مما سبق توصلنا إلى أنه توجد علاقة معنوية بين اليقظة المفرطة وتقدير الذات وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة: توجد علاقة ارتباطية (دال إحصائيا) بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا عند مستوى الدلالة 0.01.

مناقشة الفرضية الفرعية الخامسة:

ومما سبق نستنتج أنه توجد علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات عند معيدين في شهادة البكالوريا، ويعد هذا المجال أحد العوامل النفسية التي تؤثر في إعادة البكالوريا وهذا ما أتفق مع ما أشرنا إليه في الجانب النظري والذي ينص على أن هذا المجال متميز بالمبالغة في مراقبة ردود الأفعال والمشاعر والاختيارات لتفادي الأخطاء والحرص على العمل ويفتقر حاملي هذا المجال إلى التفكير المرن المترابط، حيث يصعب عليهم الانتقال من موضوع إلى أخر بترابط الأفكار لديهم، لذالك يملون إلى التفكير التقاربي وقلما ينحنون إلى التفكير الإبداعي، كما أن نظرتهم متشائمة للمستقبل، كما يتميزون أيضا بتردد في اتخاذ القرار

وبما أن المعيدين يعانون من هذا المخطط، فمن السهل أن يقع الفرد في الفشل خاصة إذا كان يخضع للامتحانات مهمة كشهادة البكالوريا مما قد يحدث له عجز في التفكير السليم أو الكف عن التفكير، واتفقت مع جل الدراسة ومن بينها دراسة "عيشواني شهرزاد" والتي أثبتت بأن مخطط اليقظة المفرطة يؤثر على المدنين المخدرات، ومع دراسة "زبيدة حطاح" والتي خلصت إلى أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين الفاشلين والناجحين في مخطط التوجه المفرط، ومما سبق نخلص إلى أن معامل الارتباط (r=0.69) مما يدل على وجود علاقة طردية قوية بين التوجه المفرط ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا، وبالتالي تم قبول الفرضية البديلة وتعميمها على مجتمع الدراسة.

2.خلاصة النتائج:

لقد تم التطرق من خلال هذا البحث إلى أحدى المشكلات التربوية التي تعاني منها جل المعيدين في طور النهائي وهي مشكلة إعادة السنة، والتي تعد من أكثر المشكلات انتشارا ويعود هذا إلى البنى المعرفية الراسخة المعروف بالمخططات المبكرة الغير مكيفة لدى هذه الفئة، لذا فهم بحاجة إلى البرنامج الإرشادي من أجل تغيير الصورة السلبية عن ذواتهم .

وأخير نرجو أن تساهم هذه الدراسة ولو بالقليل في إثراء الطالب المتمدرس في علم النفس وما يتعلق بموضوع المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات والذي يمكن على أساسه التطرق إلى دراسات أخرى .

وقد قمنا في هذه الدراسة بالكشف عن المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقديرهم لذاتهم عند المعيدين في شهادة البكالوريا، وذلك باستخدام مقياسين: مقياس المخططات المبكرة الغير مكيفة، ومقياس تقدير الذات، والتي توصلت إلى مجموعة من النتائج وهي:

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

فرضيات الفرعية:

- توجد علاقة ارتباطية بين الانفصال والرفض ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا .

- توجد علاقة ارتباطية بين نقص الاستقلالية ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

- توجد علاقة ارتباطية بين نقص الحدود ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

- توجد علاقة ارتباطية بين التوجه المفرط نحو الآخرين ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

- توجد علاقة ارتباطية بين اليقظة المفرطة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

3.الاقتراحات:

في خضم نتائج الدراسة المتوصل إليها تقترح ما يلي:

1-توسيع الخدمات في المجال الإرشاد والعلاج النفسي وتفعيله والاستفادة منه كأسلوب علاجي ووقائي، لغرض الاهتمام بالتلاميذ من الإصابة من المشاكل النفسية ومن بينها المخططات المبكرة الغير مكيفة، وهذا ما يؤدي بهم إلى تدني مستوى تقدير الذات لديهم والى مساعدتهم على حل كل المشاكل التي تتعلق بهم كإكسابهم القدرة على التعلم المهارات المعرفية والفكرية وسلوكية لمواجهة تلك الظواهر.

2-تفعيل دور المستشار التوجيه، وتقريب التلاميذ منه عن طريق الحصص الإعلامية وعدم الاكتفاء بالحصص الإعلامية بل يتعدها إلى المقابلات الإرشادية.

3-توجيه الآباء وإرشادهم نفسيا وتربويا من أجل الاهتمام بأبنائهم ومعاملاتهم معاملة جيدة رغم رسوبهم في الامتحان، والاهتمام بنموهم ومساعدتهم على تخطي الصعوبات التي يواجهونها خلال مرحلة الطفولة والمراهقة.

4-توفير مختصين نفسانيين في جميع الثانويات.

خاتمة

خاتمة:

من خلال اختيار موضوع الدراسة الحالية هذا المتمثل في علاقة المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

حاولنا الايجابية على الفرضيات الأساسية المطروحة وذالك اعتماد على أراء عينة الدراسة، وهم تلاميذ المعيدين في شهادة البكالوريا وقوامها 164 والتي أجريت بثانوية سيدي عامر بولاية لمسيلة، وقد تم اختيارهم لخدمة غرض علمي، حيث يرجع السبب لاختيار المهمة المنجزة وهي التحضير لشهادة البكالوريا، حيث أن فشل أو نجاح في هذه المرحلة الانتقالية من الثانوية إلى الجامعة تعتبر مصيرية، كان الهدف المسطر هو معرفة العلاقة بين متغيري الدراسة اللذان تم ذكرهما سلفا.

فبدأت الباحثة بجمع المعلومات النظرية حول هذين المتغيرين، ومن ثم انطلقت في الدراسة الميدانية لمعرفة أبعاد هذه العلاقة.

وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه دال إحصائيا بين المخططات المبكرة الغير مكيفة ومستوى تقدير الذات لدى المعيدين في شهادة البكالوريا.

ونظرا لهذه النتيجة حاولت الباحثة أن تجد تفسيرات تلائمها مدعمة بذلك مجموعة من الآراء والأقوال ولم تكتفي بإعطاء تفسيرات ملائمة لنتائجها فقط بل قدمت مجموعة من الاقتراحات لمن هم على اتصال بهذه الفئة وهم أولياء والأساتذة وكل العاملين في قطاع التربية والتعليم.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1- قائمة الكتب:

1. إبراهيم أحمد أبو زيد (1987)، سيكولوجية الذات والتوافق، بدون طبعة، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية مصر.

2. أبو بكر مرسي (2002)، أزمة الهوية في **المراهقة**، مكتبة النهضة المصرية الجامعية، القاهرة مصر.

3. جمال يحياوي (2003) دراسات في علوم النفس، بدون طبعة، دار الغرب وهرن، الجزائر.

4. حامد عبد السلام زهران (1980)، التوجيه والإرشاد النفسي، ط2، علم الكتب، القاهرة، مصر.

5. حسن طه عبد العظيم (2006)، العلاج النفسي المعرفي، مفاهيم وتطبيقات، دار الوفاء للدنيا والطباعة للنشر، مصر الإسكندرية مصر.

6. حسن فايد (2004)، دراسات في السلوك والشخصية، ط1 مؤسسة حورس الدولية، مصر.

7. دويدار عبد الفتاح محمد (1999)، العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار الفكر العربي للنشر، القاهرة.

8. رابح التركي، (1984) مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر.

9. سليمان شحاتة سليمان محمد (2005): اتجاهات الأطفال نحو الذات والرفاق والروضة، مركز الإسكندرية للكتاب.

10. السيد خير الله (1991)، مفهوم الذات، دار النهضة العربية بيروت.

11. السيد محمد غنيم (1987) سيكولوجية الشخصية، دار النهضة المصرية، ط2 القاهرة.

12. شحاته سلميان محمدى سليمان (2006)مناهج البحث بين النظري والتبيق، مركز الاسكندرية للكتاب، الاسكندرية، مصر.

13. صالح حسن الداهري (2005) مبادئ الصحة النفسية، ط1، دار وائل للنشر، الأردن.

14. طه حسن عبد العظيم (2007) العلاج النفسي المعرفي – مفاهيم تطبيقات، ط1، دار الوفاء للدنيا والطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.

15. عادل عبد الله محمد (2000)، دراسات الصحة النفسية، دار الراشد ط1.

16. عبد الرحمان سي موسى واخرون ،(2002)،الصدمة النفسية عند الطفل والمراهق، جمعية علم النفس، الجزائر.

17. عبد الفتاح الدويدر (1992) سيكولوجيا العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار النهضة العربية، بيروت.

18. عبد الوهاب كمال (1993) المكونات العاملية لتقدير الذات، بحوث في علم النفس، مكتبة النهضة للنشر، القاهرة، مصر.

19. عمار بو حوش ومحمود الذنيبات، (1999)، دليل الباحث في المنهجية وكتابة الرسائل الجامعية، ط1، المؤسسات الوطنية للكتاب، الجزائر.

20. محمد عبيدات وأخرون (1999)، منهجية البحث العلمي، القواعد والمراحل التطبيقية، ط2، دار وائل للطباعة والنشر، عمان، الأردن.

21. مريم سليم (2003) تقدير الذات والثقة في النفس، ط1، دار النهضة العربية، لبنان.

22. مصطفى فهمي (1976)، الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، مكتب الخانجي، ط2 القاهرة.

23. مفتاح عبد العزيز (2010)، مناهج البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية، أساليبها وتقنياتها، ط1، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.

24. ملحم سامي محمد (2000)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار الميسرة، عمان.

25. يوسف مصطفى فهمي القاضي والاخرون (1991)، الوعي التربوي ومستقبل البلاد العربية، دار العلم للملايين، ط4، بيروت.

2- **المراجع بالأجنبية**:

1. Beak Aran ،t(2010): la thérapie cognitive et les trouples émotionnels ،de boeck.

2. Cottraux j (2001): la répétition des scénarios de vie ،Odile jacob – paris

3. Jean cottraux (2006), psychothérapies, conitires des troubles de la personnalité 2 eme éd, Masson, paris.

4. Sevant (2005): Gestion du Stress ،de l inxiete masson ،paris
5. walburg ،Vera and al (2008): link between early malad aptive schemas and perceived stress ،journal de thérapie comportementa le et cognitive ،vol 18(u)ppt32-153
6. youn& klosko j & wishaar ،(2005): la thérapie des schémas ، Approche cognitive des troubles de la peronnaliton de paxal. B.preface de cottraux ،t ،Edition de boek.
7. Young jeffrey (2005): la thérapie des schémas ،éd de Boek Bruxelles.
8. hahusseau stéphanie (2003): comment ne passe gàcher la Vie ،Odile jacob ،paris.
9. le doux (1996): the emotional braim simon schuster newyork.
10. debray & nollet (2009): les peronnalités pathologiques Approche cognitive et thérapeutique ،5eme ed ،elsevier Masson.

3- **المذكرات والرسائل**:

1. أميرة السيد مسعود (2007)، الضغوط المدرسية وعلاقتها بتقدير الذات للأطفال المتأخرين دراسيا والعاديين، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

2. زبيدة الحطاح (2011)، علاقة المخططات المبكرة الغير مكيفة والذكاء العاطفي بالفشل الأكاديمي، أطروحة دكتوراه في علوم التربية، الجزائر.

3. عبد الحفيظ معوشة (2008)، الميول الانتحارية وعلاقاتها بتقدير الذات، عند الشباب، مذكرة مكملة لشهادة الماجستير، قسم علم النفس المرضي الاجتماعي، جامعة بسكرة، الجزائر.

4. عماد مخمر (1995)، تقدير الذات ومصدر الضبط خصائص نفسية وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض القلق والاكتئاب، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الأدب، جامعة الزقازقة.

5. العيزوزي ربيع (2001)، علاقة تقدير الذات بأصل الإعاقة الحركية السفلى، مذكرة رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة الجزائر.

4- **المجلات**:

1. سلامة ممدوحة محمد (1991): المعانات الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، رابطة الأخصائيين النفسانيين المصري، القاهرة، مصر.

2. شعيب علي محمود (1988) نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين في المجتمع السعودي، مجلة العلوم الإحصائية، المجلد 16، العدد2، جامعة الكويت.

3. صفوة فرج (1991): مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتهما بالانبساط والعصبية، مجلة الدراسات النفسية، القاهرة، مصر.

4. علاء الدين كفافي (1989): تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الوالدية الأمن النفسي، مجلة العلوم الاجتماعية، الكويت.

5. معتز السيد عبد الله (1998)، علاقة السلوك العدواني ببعض متغيرات الشخصية، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.

الملاحق

ملحق رقم (01)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

قسم علم: النفس وعلوم للتربية والارطفونيا

استبيان: مقياس المخططات المبكرة غير المكيفة

الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

السن:

المؤسسة:

الشعبة والتخصص:

التعليمة

نرجو من أعزائنا الطلبة الإجابة على هذه الفقرات المقترحة بكل صدق وموضوعية والتي تندرج في إطار بحث علمي لنيل شهادة الماستر، ورجاء عزيزي الطالب وضع علامة (X) على الإجابة المختارة بكل دقة وموضوعية.

الرقم	العبارات	لا ينطبق تماما	لا ينطبق غالبا	لا ينطبق تقريبا	معتدل	ينطبق تقريبا	ينطبق غالبا	ينطبق تماما
1	في غالب الأحيان لم أجد شخصا يعتني بي ،أو يهتم لما يحدث لي							
2	عموما لم أجد احد أتلقى منه الحنان ،المساندة، والعطف							
3	في حياتي لم أحس إنني كنت مميز عند أحد							
4	غالبا لم أجد أحد يسمعني بصدق ، يتفهمني او يتأثر لحاجاتي وعواطفي الحقيقية							
5	نادرا ما أجد شخصا قويا يمدني بنصائح سليمة أو توجيهي عندما أكون غير واثق مما يجب علي فعله							
6	أتعلق بالناس القريبين مني							
7	أحتاج كثيرا لآخرين لدرجة أن فكرة فقدانهم تشغل بالي							
8	بمجرد التفكير بأن الناس الذين أحس أني قريب							

	منهم بإمكانهم تركي أو يتخلوا عني يجعلني قلق							
9	لما أشعر أن شخصا أعزه يبتعد عني أحس باليأس							
10	أحيانا أخاف كثيرا أن يتركني الآخرون لدرجة أني أرفضهم وأبتعد عنهم							
11	أحس وكأن الآخرين يستغلونني							
12	أعتقد أنه يجب أن أبقى يقضا في حضور أشخاص آخرين وإلا سيجرحونني عمدا							
13	أكون مخدوعا ، ما هي إلا قضية وقت							
14	أشك في دوافع الناس ونواهم							
15	غالبا ما أبحث عن الدوافع والنوايا الخفية للأشخاص							
16	أشعر بعدم الارتياح							
17	أنا مختلف جذريا عن الآخرين							
18	أنا متميز ، أنا وحيد							
19	أشعر أني مهمش بالنسبة للآخرين							
20	أشعر دائما أني خارج الجماعة							
21	لا أحد أرغب فيه يستطيع أن يحبني عندما يرى عيوبي							
22	لا أحد أرغب فيه يقبل مصاحبتي والارتباط بي إذا عرفني على حقيقتي							
23	لست جديرا بالحب والاهتمام واحترام الآخرين							
24	أشعر أنه لا يمكن لأحد أن يحبني							
25	أنا مرفوضة من الآخرين حتى أبوح بما أشعر							
26	أغلب الأشياء التي أقوم بها في العمل أو المدرسة ليست جيدة كتلك التي يقوم بها الآخرين							
27	لست كفؤا حتى أحقق النجاح							
28	أغلب الناس أكثر كفاءة مني في مجال العمل والنجاح							
29	لست أيضا متيقنا في العمل مثل أغلب الناس							
30	لست ذكيا كأغلب الناس خلال ممارستي للمهنة أو مجال الدراسة							
31	لا أحس أني قادر على الاعتماد على نفسي في							

	الحياة عامة							
32	أعتبر نفسي تابعا في الحياة اليومية							
33	لا أملك الرأي السديد الصائب							
34	حكمي ليس صائبا في المواقف اليومية							
35	لست واثقا على حل المشاكل اليومية التي يمكن أن تظهر							
36	يصعب علي أن أتخلص من شعوري أن هناك كارثة ستحدث لي							
37	أشعر أن كارثة ما (طبيعية ، صحية ، مالية ، أو جريمة) يمكن أن تحدث في أي وقت							
38	أخاف أن أفقد كل مالي وأصبح منحطا							
39	أخاف أن أفتقد كل مالي وأصبح منحطا							
40	أقلق أن أكون مصابا بمرض خطير ، حتى ولو يتم تشخيص ذلك من طرف الطبيب							
41	لم أتمكن من الانفصال عن والدي مثل أقراني							
42	كلانا أنا والداي ميالون إلى أن يكون كل واحد منا معنيا بشكل مفرط بمشاكل وحياة الطرف الأخر							
43	من الصعوبة حقا لي و لوالدي الاحتفاظ بتفاصيل حياتنا دون شعور بالخيانة أو الذنب							
44	غالبا ما أحس أن والدي يعيشان حياتي حيث لا أملك حياة خاصة							
45	غالبا ما أشعر أنني لست شخصية مميزة ، منفصلة عن شخصية والدي أو زوجي (زوجتي)							
46	أعتقد أنه إذا فعلت ما أريد ، أتخط مشكلاتي							
47	أعتقد أنه ليس لي خيار أخر إلا الخضوع لرغبات الآخرين وإلا نفروا مني أو أذوني بطريقة أخرى							
48	في علاقتي الاجتماعية ، اترك الآخرين يفرضون أفكارهم عليا							
49	أترك دائما الآخرين يختارون بدلي وبالتالي لا أعرف حقيقة ما أريده لنفسي							
50	أجد صعوبات كثيرة في جعل حقوقي تحترم ،							

	وجعل عواطفي تؤخذ بعين الاعتبار							
51	أنا في نهاية المطاف ، من يعود إليه أمر الاعتناء بالقريبين مني							
52	أنا شخصية طيبة لأنني أفكر في الآخرين أكثر من نفسي							
53	أنا دائم الانشغال بقضاء حوائج الآخرين ، إلى درجة أنني أخش أن لا يبقى لي الوقت الكافي للاعتناء بنفسي							
54	كنت دائما الذي يستمع لمشاكل كل الناس							
55	تراني الناس أنني أعطي الكثير للآخرين ، ولا أهتم بذاتي بشكل							
56	يحرجني كثيرا إظهار عواطف ايجابية							
57	أحرج عندما أعبر عن عواطفي للآخرين							
58	أجد أنه الصعب أن أكون تلقائيا							
59	أنا منضبط لدرجة أنه يخيل للآخرين إني خالي من المشاعر							
60	يعتبرني الناس أني مخدر العواطف ، بارد انفعاليا وعاطفيا							
61	يجب أن أكون الأحسن في كل ما أفعل ، ولا أستطيع أن أتقبل أن أكون في المقام الثاني							
62	أحاول بذل كل مجهوداتي لدرجة الإتقان ، ولا أتقبل عمل " قريب من الحسن "							
63	يجب أن أتحمل كل مسؤولياتي							
64	أشعر بضغط شديد ومتواصل لكي أنجح وأنهي أعملي							
65	أجد صعوبة في طلب العفو من الآخرين عندما أخطئ							
66	لديا الكثير من الصعوبات في تقبل كلمة " لا " عندما أطلب شيء من الآخرين							
67	أنا متميز لا أقبل معظم القيود التي يجب على الآخرين الخضوع							
68	أكره أن أقوم بشيء وأنا مرغم عليه ، أو أمنع من							

	شيء أريد فعله							
69	أشعر أني غير مطالب بإتباع الأدوار والتقاليد المتعارف عليها اجتماعيا مثل الآخرين							
70	أعتقد أن ما يمكنني تقديمه له قيمة أكبر من مساهمات الآخرين							
71	من غير الممكن أن ما أتقيد بأعمال روتينية أو مملة							
72	عندما لا أتمكن من تحقيق هدفي ، أصاب بإحباط بسهولة وأتخلى عن ذلك							
73	أمر بوقت عصيب عندما يجب على التضحية بتقدير أن لتحقيق هدف أبعد							
74	لا أستطيع أن أرغم نفسي على القيام بأشياء لا أحبها رغم علمي أنها في مصلحتي							
75	نادرا ما كنت قادرا على الوفاء بالتزاماتي							

الملحق رقم (02)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

استبيان: تقدير الذات

الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

التخصص:

التعليمية:

نرجو ا من أعزائنا الطلبة الإجابة على هذه الفقرات المقترحة بكل صدق موضوعية والتي تندرج في إطار البحث علمي لنيل شهادة الماستر، ورجاء عزيزي الطالب وضع علامة (x) على الإجابة المختارة .

شكرا

الرقم	العبارات	أبدا	نادر جدا	قليلا جدا	أحيانا	مرات	معظم	كل الوقت
1	أشعر أن الآخرين لن يحبوني لو أدركوا أو عرفوا حقيقي							
2	أشعر الآخرين قادرون على أو التواصل مع غيرهم بشكل أفضل مني							
3	أشعر أنني شخص محبوب.....							
4	عندما أكون مع الآخرين ، أشعر أنهم سعداء بوجودي بينهم							
5	أشعر أن الآخرين يرغبون في الحديث معي...							
6	أشعر أنني شخص كفء ، متميز للغاية....							
7	أعتقد أنني انطباعا جيدا لدى الآخرين.....							
8	أشعر أنني في حاجة إلى المزيد من الثقة بالنفس							
9	عندما أكون مع الإغراب اشعر بالتوتر الشديد							
10	أشعر أنني شخص ممل							
11	أشعر أنني شخص غير محبوب							

12	أشعر أن الآخرين يستمتعون بحياتهم أكثر مني							
13	أشعر أنني أصيب الآخرين بالملل							
14	أعتقد أن أصدقائي يرون أنني شخص مرح							
15	اشعر أن لدى إحساسا عاليا بالدعاية أو الفكاهة							
16	أكون شديد الانتباه عندما أكون مع الاغتراب							
17	لو أنني مثل الآخرين لكانت حياتي أفضل من ذلك بكثير							
18	أشعر أن الآخرين يقضون وقتا طيبا عندما أتفاعل مع الآخرين							
19	أشعر أنني شخص غير مرغوب فيه عندما أتفاعل مع الآخرين							
20	أشعر أنني أعاني ضغوطا نفسية أكثر من الآخرين							
21	اشعر أنني شخص لطيف							
22	اشعر أن الآخرين يحبوني كثيرا							
23	اشعر إنني شخص مقبول من الآخرين							
24	أخشى أن اشعر بالحماقة عند مواجهة الآخرين							
25	أصدقائي يقدرون جيدا							

الملحق رقم (03)

ملحق رقم ..... يتضمن المخرجات برنامج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) إصدار (V.24)

مخرجات المتعلقة بثبات الصدق المقياسين واختبار الفرضيات

T-Test

Group Statistics

	المقياس الدرجات ترتيب	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الذات تقدير	علوي	15	3,7093	,75054	,19379
	السفلي طرف	15	1,9733	,33557	,08664

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
الذات تقدير	Equal variances assumed	12,145	,002	8,178	28
	Equal variances not assumed			8,178	19,382

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower
الذات تقدير	Equal variances assumed	,000	1,73600	,21228	1,30117
	Equal variances not assumed	,000	1,73600	,21228	1,29229

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means 95% Confidence Interval of the Difference Upper
الذات تقدير	Equal variances assumed	2,17083
	Equal variances not assumed	2,17971

T-Test

Group Statistics

	المقياس الدرجات ترتيب	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المخططات	علوي	15	3,2293	,57739	,14908

السفلي طرف المبكرة الغير مكيفة	15	2,0520	,28461	,07349

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
المخططات المبكرة الغير مكيفة	Equal variances assumed	8,927	,006	7,083	28
	Equal variances not assumed			7,083	20,424

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower
المخططات المبكرة الغير مكيفة	Equal variances assumed	,000	1,17733	,16621	,83687
	Equal variances not assumed	,000	1,17733	,16621	,83109

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=a1 a2 a3 a4 a5 a6 a7 a8 a9 a10 a11 a12 a13 a14 a15 a16 a17 a18 a19 a20 a21 a22 a23
a24
    a25 b1 b2 b3 b4 b5 b6 b7 b8 b9 b10 b11 b12 b13 b14 b15 b16 b17 b18 b19 b20 c1 c2 c3 c4 c5 c6 c7
c8
    c9 c10 d1 d2 d3 d4 d5 d6 d7 d8 d9 d10 e1 e2 e3 e4 e5 e6 e7 e8 e9 e10
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded[a]	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,775	75

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=Q1 Q2 Q3 Q4 Q5 Q6 Q7 Q8 Q9 Q10 Q11 Q12 Q13 Q14 Q15 Q16 Q17 Q18 Q19 Q20
Q21 Q22 Q23 Q24
    Q25
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
```

/MODEL=ALPHA.

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,768	25

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=a1 a2 a3 a4 a5 a6 a7 a8 a9 a10 a11 a12 a13 a14 a15 a16 a17 a18 a19 a20 a21 a22 a23
a24
    a25
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,756	25

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=b1 b2 b3 b4 b5 b6 b7 b8 b9 b10 b11 b12 b13 b14 b15 b16 b17 b18 b19 b20
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,745	20

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=c1 c2 c3 c4 c5 c6 c7 c8 c9 c10
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,899	10

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=d1 d2 d3 d4 d5 d6 d7 d8 d9 d10
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,897	10

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=AAAA ABCDE
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

Correlations

	الاستقلالية نقص	الذات تقدير

الاستقلالية نقص	Pearson Correlation	1	,726**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	60	60
الذات تقدير	Pearson Correlation	,726**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	60	60

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=BBBB ABCDE
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

Correlations

		والرفض الانفعال	الذات تقدير
والرفض الانفعال	Pearson Correlation	1	,705**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	60	60
الذات تقدير	Pearson Correlation	,705**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	60	60

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

Correlations

		الحدود نقص	الذات تقدير
الحدود نقص	Pearson Correlation	1	,639**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	60	60
الذات تقدير	Pearson Correlation	,639**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	60	60

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

Correlations

		نحو المفرط التوجه الآخرين	الذات تقدير
الآخرين نحو المفرط التوجه	Pearson Correlation	1	,651**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	60	60
الذات تقدير	Pearson Correlation	,651**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	60	60

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		المفرطة اليقظة	الذات تقدير
المفرطة اليقظة	Pearson Correlation	1	,695**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	60	60
الذات تقدير	Pearson Correlation	,695**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	60	60

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الحمد لله