الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف – المسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس
تخصص علم النفس العيادي

الموضوع:

معنى الحياة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس

من إعداد:

- فريال بوخروبة
- أماني بن عيسى
- زكية بوقفالة

إشراف الأستاذة:

- د: عبد الحق بركات

السنة الجامعية

2019/2018

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف – المسيلة
كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية
قسم علم النفس
تخصص علم النفس العيادي

الموضوع:

معنى الحياة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس

من إعداد:

- فريال بوخروبة
- أماني بن عيسى
- زكية بوقفالة

إشراف الأستاذة:

- د: عبد الحق بركات

السنة الجامعية

2019/2018

شكر وعرفان

أشكر الله عز وجل الذي كرمنا فأنار دربنا وشرفنا بالإسلام ورفعنا بالقرآن فله الحمد في البدء والختام..أن أمدنا بالصبر والعون لإنجاز هذا العمل.

في بداية مذكرتي أتوجه بخالص الشكر والتقدير والعرفان إلى أستاذي الفاضل الدكتور بركات عبد الحق على توجيهاته القيمة ونصائحه الرشيدة .

كما أتقدم بالشكر والامتنان لكل أساتذة قسم علم النفس

وإلى كل من ساعدني في إتمام هذا العمل من قريب أو بعيد..راجين من الله عز وجل أن يجازيهم عنا خير الجزاء.

إهداء

الشكر لله على آلائه، ونحمده سبحانه على توفيقه وعونه، والصلاة والسلام على المبعوث الهدى رحمة للعالمين، وعلى آله وصحبه أجمعين.
أتقدم بجزيل الشكر إلى ينبوع العطاء الذي زرع في نفسي الطموح والمثابرة أبي العزيز، إلى نبع الحنان لذي لا يتوقف أمي الغالية، إلى من يحملون ذكريات الطفولة إخوتي، إلى من ضاقت السطور في ذكرهم فوسعهم قلبي صديقاتي، وإلى كل من ساهم في هذه الدراسة أساتذتي الكرام. (بوخروبة فريال)
أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى أساتذتي الكرام من قسم علم النفس، الذين ساهموا في تكويني طيلة هذا المسار الدراسي، وأذكر الوالدين العزيزين على دعمهم لي (أماني بن عيسى)
إلى من وهبوني اهتمام الحكماء، وحببوا في نفسي العلم والعلماء، إليكم يا أصحاب الفضل والسخاء، أمي وأبي إخوتي جميعا دون استثناء، إلى صديقاتي جميعا وكل الزملاء، إلى الجميع أهدي هذا العطاء. (زكية بوقفالة)
وبجزيل الشكر والامتنان الذي تقدمه الباحثان للأستاذ المشرف الفاضل " عبد الحق بركات " الذي أحاط البحث باهتمامه وجهده، ولم يبخل علينا من عطائه، نتمنى أننا قد وفقنا في تقديم ما يرضيه.

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الثقة بالنفس ومعنى الحياة لدى الأطفال الأيتام حيث تمت على عينة من الأطفال الأيتام تتكون من سبعة وعشرين طفل يتيم أربعة عشر منهم ذكور وثلاثة عشر إناث تتروح أعمارهم بين 14إلى 19سنة بجمعية الفتح الخاصة الأيتام بمدينة المسيلة ولاية المسيلة بالإضافة إلى توسيع العينة من خارج الجمعية نظرا لقلة عدد العينة ،في حين تطلبت هذه الدراسة تطبيق مقياسين الأول مقياس الثقة بالنفس للغامدي 2009 والثاني مقياس معنى الحياة لهارون توفيق الرشيدي 1996، اتبعنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يعتمد على نقل معلومات الأفراد كما هي وقد ختمت الدراسة بجملة من النصائح والإرشادات وتتمثل في الاهتمام بهذه الفئة.

Summary:

Le but de cette étude était de déterminer le
rapport entre signification dans la vie et confiance en soi chez les orphelins et de détecter les différences de signification statistique entre la confiance en soi et le sens de la vie en fonction de la variable (genre et type de décès) Sur les 27 orphelins et orphelins, âgés de 12 à 19 ans et choisis délibérément par la Société de soins aux orphelins. (Association Al-Fath al-Mseila). Pour atteindre les résultats de l'étude souhaitée, la mesure du sens de la vie (Haroun Tawfiq Al - Rashidi 1996) et l'échelle de confiance en soi (Al-Ghamdi 2009) ont été appliquées. De nombreuses méthodes statistiques ont été utilisées telles que (moyennes arithmétiques et écarts types). L'existence d'une relation statistiquement significative entre le sens de la vie et la confiance en soi chez les orphelins au coefficient de corrélation (56,0) Aucune différence statistiquement significative entre les hommes et les femmes dans la variable à l'étude Il n'existe pas de différences statistiquement significatives dans le sens de la vie et la confiance en soi en raison du type de décès variable Selon les résultats de cette étude, il a été constaté que cet aspect de la société devait être pris en .charge et éclairé

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

مقدمة:..... أ

1- إشكالية الدراسة: 3

3/ أهمية الدراسة:..... 6

4/ أهداف الدراسة:..... 6

6/ الدراسات السابقة:..... 7

تعقيب على الدراسات السابقة:..... 9

تمهيد 9

1- نبذة تاريخية عن معنى الحياة:..... 9

2- مفهوم معنى الحياة:..... 10

3-المفاهيم المرتبطة بمفهوم معنى الحياة:..... 13

4- النظريات المفسرة للمعني في الحياة:..... 15

5- مكونات المعنى في الحياة:..... 19

6- مصادر المعنى في الحياة: 20

7- نموذج فان دورزن سميث لمعنى الحياة: 22

خلاصة..... 24

تمهيد:..... 25

1- مفهوم الثقة بالنفس:..... 25

2-أهمية الثقة بالنفس: 26

3- مؤشرات الثقة بالنفس :.....27

4- الاتجاهات العلمية في تفسير الثقة بالنفس:.....28

4. أسباب فقدان الثقة بالنفس:.....32

5- مراحل الثقة بالنفس :.....33

6- مستويات الثقة بالنفس :.....34

7- مقومات الثقة بالنفس:.....34

8- أساليب تنمية الثقة بالنفس :.....35

9-المنهج النبوي في تدعيم الثقة بالنفس: 36

10. معوقات الثقة بالنفس :.....38

خلاصة:.....40

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية.....44

تمهيد:.....44

1- منهج الدراسة: 44

2- الدراسة الاستطلاعية:.....45

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:.....45

2-3- حدود الدراسة الاستطلاعية:.....45

2-4-عينة الدراسة الاستطلاعية: 46

2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية:.....46

3-الدراسة الأساسية:.....46

3-1- عينة الدراسة وخصائصها:.....46

3-1-1-خصائص العينة الأساسية:.....47

3-2- حدود الدراسة:.....48

3-3- أدوات الدراسة: 48

خلاصة:.....55

الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج..... **Erreur ! Signet non défini.**

تمهيد 56

عرض ومناقشة النتائج:.....56

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:.....56

- عرض نتائج الفرضية الثانية: 57

- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:.....58

خلاصة:.....61

خاتمة:.....63

فهرس الجداول

فهرس الجداول:

- الجدول01 يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس.....47
- الجدول 02 يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن.....48
- الجدول 03 يوضح توزيع عينة الدراسة حسب نوع الوفاة.....48
- الجدول 04 يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس معنى الحياة.....49
- الجدول 05 يمثل نتائج معامل الارتباط بين المعنى في الحياة والثقة بالنفس.....53
- الجدول 06 الفروق في المعنى في الحياة والثقة بالنفس حسب متغير الجنس.....56
- الجدول 07 يوضح المتوسطات والانحرافات لمتغيريين الدراسة حسب نوع الوفاة.....58
- الجدول 08 يوضح الفروق في المعنى والثقة بالنفس تبعا لمتغير نوع الوفاة.....59

مقدمة

مقدمة:

تعد الأسرة الخلية الأولى في البناء الاجتماعي، حيث يكتسب الإنسان معارفه وخبراته وسلوكياته الاجتماعية الأولى من هذه المؤسسة، وذلك من خلال ما يتعرض له من مثيرات تربوية، إيجابية أو سلبية، خلال مراحله الإنمائية، التي تسهم في تكوين ملامح شخصيته الذاتية والاجتماعية، في إطار شخصيته العامة. وهذا يلقي مسؤولية كبيرة على الوالدين.

وبالتالي فإن الأسرة تحدد إلى درجة كبيرة إن كان الطفل سينمو نموا نفسيا واجتماعيا سليما أو غير سليم، فهي مسؤولية عن تحديد سمات شخصيته وسلوكه في المستقبل، حيث أن الطفل يولد دون أدنى معارف أو مكتسبات، ويتلقى الدروس الأولى في العلاقات الاجتماعية من أسرته بشكل عام، ومن والديه بشكل خاص، فمعنى الحياة دون وجود الوالدين يختلف عن معنى الحياة بوجودها، حيث لا يخفى على احد الدور الأساسي للوالدين في كونهم مصدر إشباع حاجات الطفل من الحب والحنان والشعور بالأمن، وأن غياب أحد الأبوين أو كليهما قد يؤثر على الطفل نفسيا ويؤدي إلى ظهور اضطرابات إذ لم يتوفر البديل المناسب له إذ يمكن أن ينعكس غياب الأب على شخصية الطفل الذكر واحتمال نموه بدرجة أقل من الصفات المناسبة للرجال أو بدرجة من القلق والانطواء والعدوانية وغيرها من الاتجاهات السلبية تكون أقل وضوحا في غياب الأم على شخصية الطفل في ضعف قدرته على بناء وإقامة علاقات مع الآخرين ، فتكون علاقاته سطحية ويكون الطفل أكثر تمركز حول الذات.

إن الرعاية الأسرية للأطفال لها آثار ايجابية وسلبية على شخصية الصغير وتكسبه مهارات وعبرات هو في حاجة إليها إلا أن الأطفال الذين فقدوا أحد والديهم أو كلاهما فإنهم يتأثرون تأثيرا بالغا بهذا الأمر مما ينعكس سلبا على حياتهم وعلى ثقتهم بأنفسهم فيصبحون عاجزين عن التعبير عن ذواتهم أو الإفصاح عن آرائهم واتجاهاتهم كما أنهم يعجزون عن التعبير عن قدراتهم ومواهبهم وخبراتهم الحقيقية فيبدون في نظر الناس أقل كفاءة مما هم عليه

في الواقع حيث يجدون صعوبة في مواجهة الناس أو التحدث أمام مجموعة كما أنه يصعب عليه اتخاذ قراره بنفسه.

ومنه جاءت دراستنا الحالية في البحث عن معنى الحياة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام، وفقا لذالك تم تقسيم الدراسة إلى جانبين نظري وميداني وفق الخطة المنهجية التالية:

الفصل الأول ويتضمن تحديد الإشكالية ،فرضيات الدراسة،أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، التعاريف الإجرائية والدراسات السابقة ومناقشتها.

أما الفصل الثاني فقد تناولنا فيه معنى الحياة ،تمهيد نبذة تاريخية،مفهوم معنى الحياة المفاهيم المرتبطة به، النظريات المفسرة له ،مكوناته مصادره، نموذج دون فان دورزن سميث لمعنى الحياة.

الفصل الثالث اشتمل هذا الفصل متغير الثقة بالنفس تمهيد،تعريفه ،اهميته ،مؤشراته،الاتجاهات العلمية في تفسيره،مراحله،أسباب فقدانه ،مستوياته،مقوماته ،أساليب تنميته وأخيرا المنهج النبوي في تدعيمه.

الرابع تناولنا فيه تمهيد، منهج الدراسة ،دراسة استطلاعية ،أهداف دراسة الاستطلاعية، إجراءات الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة الاستطلاعية،عينة الدراسة الاستطلاعية من ثم الدراسة الأساسية وعينة الدراسة.

الخامس: تناول هذا الفصل التذكير بفرضيات الدراسة وعرض نتائجها وتحليل النتائج وتفسيرها.

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- المفاهيم الأساسية للدراسة

6- الدراسات السابقة

7- تعقيب على الدراسات السابقة

1- إشكالية الدراسة:

إن الأسرة هي البنية الأساسية في بناء المجتمعات والأساس الذي تقوم عليه تربية الأبناء والبنات، فهي رمز الاستقرار والأمان والحضن الذي يضم جميع أفراد الأسرة والكيان الذي أساسه الأم والأب، مما يضيف جو من الشعوب بالحب والحنان المبني على الفطرة.

كما تعد الأسرة إحدى العوامل الأساسية في بناء الكيان التربوي، وبناء شخصية الطفل خاصة في مراحل العمرية الأولى، فالوالدان يشكلان نظرة الطفل للحياة، ويعرفاه إلى معناها، فالصحة النفسية للطفل مرتبطة بطبيعة علاقته داخل الأسرة التي كانت ومازالت تلعب دورا قي الحياة ؤ فمن خلال العلاقة داخل الأسرة ينمي الطفل خبراته عن الحب والعاطفة، فالتنشئة السليمة تقتضي معايشته لوسط اسري سليم، ويكتمل هذا الجو بحضور كل من الأب وألام، فوجودهما يعد مطلب أساسي جوهري في التنشئة السليمة للطفل، فليس هناك شك بان الأسرة لها تأثير في التكوين الذاتي والنفسي في الابن وتقويمه وتزويده بالقيم والأخلاق، فالأسرة تعتبر مدرسة في التربية والأخلاق، وصلاحها يعني صلاح الأجيال وتقدمها وازدهارها، وفسادها يعني فساد المجتمع كله.

تتحمل الأسرة العديد من الواجبات نحو أبنائها، فهي مسؤولية عن تهيئة جو صحي للأسرة، وتنشا أطفالها بطريقة سليمة من كافة نواحي الحياة ، فللأسرة دور كبير في تشكيل معنى للطفل ومساندته وتقوية ثقته بذاته.

باعتبار أن كل إنسان في حياته اليومية معرض بان يمر بتجربة مخيفة صادمة خارجة عن السيطرة، نجد أنفسنا نفقد اعز إنسان لقلوبنا بسبب الموت، والذي يعرف انه الفقدان الأبدي لشخص عزيز مثل احد الوالدين أو كلاهما، إذ يعد الوالدين مصدر العطف والحنان، فان فقدان احدهما أو كلاهما له تأثير بشكل واضح على حياة الطفل، ومن شانه أن يعرض لنوع من الصدمة، حيث أن هذا الفقدان يعد سببا

لفقـــدان رابطـــة العنـــف والحنـــان ومحصـــلتها شـــعور الطفـــل بأنـــه يتـــيم.

يعـرف اليتـيم بأنــه فقـدان الأب والأم معـا، ممـا يترتـب عنــه طفـل يتـيم أي انقطـاع الإشـباع الكمـي والكيفـي للحاجـات النفسـية، كالحـب والعاطفـة وانقطـاع علاقـات التبـادل الوجـداني الـدائم بأحـد الوالـدين أو كلاهمـا، فيـؤثر هـذا الفقـدان علـى حيـاة الطفـل ، فصـدمة وفـاة احـد الوالـدين لـيس بـالأمر السـهل، ممـا يغيـر نظـرة هـذا الطفـل للحيـاة وتطلعاتــه لهــا، وذلــك أن الطفـل كــان يعـيش وسـط أسـرة يسـودها جـو ملـيء بكـل مـا يحتاجـه ليصـطدم بواقـع ألـيم ألا وهـو اليـتم، فيجـد نفسـه مسـؤولا عـن نفسـه ممـا يجعلـه ينظـر للحيـاة نظـرة خـوف وقلـق مـن المسـتقبل، ينظـر إليهـا أنهـا أخـذت اعـز إنسـان ويـرى انه لم يبق لديه سند في الحياة ودعم للاستمرار مما يؤدي بالطفل لفقدان معنى الحياة.

يعتبر معنى الحياة هو نظرة الإنسان للحياة حيث يعرفها محمد إبراهيم عيدان بقوله: " إن المعنى في الحياة هو أن تصبح لحياة الفرد قيمة ودلالة ومغزى ومعقولية، إما فقدان المعنى في الحياة أو كما يسميه الفراغ الوجودي وهي حالة الملل والسأم ويشعر أن الحياة تمر دون مغزى أو هدف.

(جباري، 2015،، ص200).

أمـا عنـد اليتـيم ونظـرا لأهميـة الأهـل فـي تشـكيل هـذا المعنـى فـان غيـاب احـدهما أو كلاهمـا يـؤثر علـى فقـدان هـذا المعنـى، حيـث يلعـب الوالـدين دورا هامـا فـي الحيـاة وفـي تقويـــة وتعزيـــز هـــذا الـــدور، ممـــا يـــؤثر علـــى حيـــاة الطفـــل مـــن كافـــة جوانبهـــا. يعتبـر لـدور النـوادي الأهميـة الكبيـرة قـي تقويـة وتعزيـز الثقـة بـالنفس، إحـدى السـمات الشخصـية الأساسـية التـي يبـدأ تكوينهـا منـذ نشـأة الفـرد، وأنهـا تـرتبط ارتباطـا وثيقـا بتكيـف الفرد نفسيا واجتماعيا. **(المخزومي، دت، ص123).**

وبما أن الثقة بالنفس تتكون منذ الطفولة، فان للوالدين التأثير الكبير عليهما، والدور الرئيسي في تكوينها لهذا الغياب لأحدهما أو كلاهما سيؤدي إلى زعزعة هذه الثقة وفقدانها. إن موضوع موت احد الوالدين أو اليتيم يعد من الخارج عن السيطرة مما يخلق انفصالا داخل الأسرة ، ونظرا لأهمية الموضوع وتأثيره الكبير، فقد تناوله من عدة جوانب في عدة دراسات ومن طرف عدة باحثين.

دراسة إيمان قماح 1983:

والتي كان الهدف منها هو معرفة تأثير الحرمان من الوالدين على شخصية الطفل ، حيث توصلت أن الحرمان شخصية انسحابية ومضطربة غير واثقة من نفسها، تلحا إلى العدوان كوسيلة للتنفيس عما تعرضت له من الحرمان في الطفولة المبكر. **(عبد المطلب، 2009، ص4).**

دراسة وولف 1976:

عنوان وفاة احد الوالدين في الطفولة والتوافق النفسي اللاحق، هدفت إلى معرفة اثر وفاة احد الوالدين في مرحلة الطفولة على التوافق النفسي اللاحق للأبناء. **(إسماعيل،2009، ص90)**، تناولت هذه الدراسات السابقة الأثر الذي تتركه الوفاة في الأطفال وهذا ما لفت انتباهنا لدراية هذا الموضوع، حيث تسعى الدراسة الحالية إلى البحث في جوانب مختلفة ألا وهي معنى الحياة والثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام، والإجابة عن الأسئلة التالية:

1-1- تساؤلات الدراسة:

1- ما هي العلاقة بين معنى الحياة والثقة بالنفس لدى عينة أطفال أيتام ؟.

2- هل توجد فروق في متغيرات الدراية تعزى للمتغير الجنس لدى أفراد عينة الدراسة الحالية ؟

3- هل توجد فروق في متغيري الدراسة تعزى لنوع الوفاة ؟.

2/ فرضيات الدراسة:

* توجد علاقة بين معنى الحياة والثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام.

* توجد فروق في متغيري الدراسة تعزى لمتغير الجنس لدى الأطفال الأيتام.

* توجد فروق في متغيري الدراسة تعزى لنوع الوفاة لأحد الوالدين سواء الأم أو الأب.

3/ أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية التي تتناول في موضوعها اليتم والإشكالية التي تقوم تحققها وهي العلاقة بين معنى الحياة والثقة بالنفس لدى الأيتام.

4/ أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- معرفة العلاقة بين معنى الحياة والثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام.
- معرفة مستوى الثقة بالنفس عند الأطفال الأيتام.
- معرفة تأثير اليتم على الأطفال باختلاف الجنس.
- تأثير طبيعة الوفاة على الثقة بالنفس ومعنى الحياة لدى الأيتام.
- تأثير الوفاة على معنى الحياة عند الطفل.

5/ مفاهيم الدراسة:

أ- معنى الحياة:

يعرف Hamidi معنى الحياة بأنها شعور الأفراد بقيمة الحياة وتوقعاتهم الايجابية نحوها (Hamidi, p 9,20,10 et dl)الثقة بالنفس: إدراك الفرد لمهاراته وكفاءته وقدرته على التعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة. **(شرجر، 1990، ص2).**

اليتيم: اليتم هو الانفراد، واليتيم هو فاقد الأب قبل سن البلوغ. **(اباذي، د ت، ص.93).**

6/ الدراسات السابقة:

إن الدراسات السابقة توجه الباحث لصياغة الفرضية وانتقاء الأدوات المناسبة، كما أن لها أهمية كبيرة في معالجة الموضوع، فهي عبارة موجزة تفتح له مجال المعرفة للثغرات والجوانب التي لم يسبق تناولها أو مناقشتها من قبل الباحثين الآخرين، ونظرا لإسهاماتها المتعددة كالتوجيه لضبط متغيرات الحكم، ومن ذلك تنطلق دراسات عديدة، ومن بين الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات موضوع الدراسة الحالية ما يلي:

دراسة الكثيري: (2004):

تعتبر من الدراسات السعودية الأولى التي اهتمت بالمحرومين في سن المراهقة، وكان عنوانها تقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من ذوات الفروق الخاصة واليتيمات، حيث كانت عينة الدراسة 132 مراهقة، مقسمين إلى أربع مجموعات، وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

أن تقدير العاديات لذواتها أعلى من تقدير جميع ذوات الظروف الخاصة، واليتيمات من داخل وخارج الدار، مقارنة بظروف الذات الخاصة، وكذلك غياب الفروق في تقدير الذات بين ذوات الظروف الخاصة واليتيمات المقيمات بالدار، وتوضح هذه النتيجة أهمية الأسرة في حياة الفرد وتقديره لذاته، وان انخفاض تقدير الذات هو من الآثار السلبية للحرمان من الأسرة. **(بن علي، 2004، ص106).**

ومن منطلق جاءت الدراسة الحالية بهدف معرفة مستوى تقدير الذات لدى المراهقين الأيتام، ودراسة الاختلافات التي تظهر بين الأفراد.

دراسة لكوبر سميث (1968):

قام كوبر بدراسة تقدير الذات لدى فئة من الأطفال تتراوح أعمارهم بين 10-12 سنة، وقد طلب من الأساتذة أيضا تقييم سلوكات الأطفال المرتبطة بتقدير الذات المتكون من 58 سنة، ويتم جمع المعلومات من خلال مقابلة لمدة ساعتين ونصف مع أم كل طفل، إضافة إلى استعمال الاختبارات الاسقاطية للأطفال، ورد التقييم الذاتي بواسطة المعلومات من مصادر خارجية لغالبية الحالات.

وقد أظهرت الأبحاث المعنية بالأطفال إن جزء كبير ممن كان لديهم درجة عالية من للتقدير، ناشطين وناجحين عمليا، أما ذوي التقدير المتوسط للذات متشابهين تماما لذوي التقدير المرتفع للذات، ولكن مع قيم وأنماط سلوكية مختلفة، ويبدو إنهم غير واثقين من تقديرهم لذواتهم وكانوا أكثر اعتمادا على القبول الاجتماعي، أما منخفضي التقدير للذات فكانوا غير متحمسين ومكتئبين ويشعرون بالنقص. (**محمد الفحل، 2004، ص61).**

دراسة الثميري (2011):

حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية الدراسية لدى عينة من الطلاب والطالبات الأيتام في دور التربية الاجتماعية، وقد تكونت عينة الدراسة غليهم، ومن ابرز النتائج أن الضغوط النفسية المدرسية لدى أفراد العينة تتمثل قي الضغوط الدراسية المرتبطة بالجوانب العائلية والمادية، وضغوط المشرقين الدراسيين والمعلمين، ثم ضغوط الزملاء.

تعقيب على الدراسات السابقة:

الفصل الثاني

معنى الحياة

تمهيد

1. نبذة تاريخية عن معنى الحياة

2. مفهوم معنى الحياة

3. المفاهيم المرتبطة بمعنى الحياة

4. النظريات المفسرة لمعنى الحياة

5. مكونات معنى الحياة

6. مصادر المعنى في الحياة

7. نموذج فان دورزن سميث لمعنى الحياة

خلاصة

تمهيد

إن الإنسان لا يستطيع أن يعيش إلا إذا عرف أن لحياته معنى فنحن لا نتعامل مع الأشياء المختلفة باعتبار ما هي عليه لكننا نتعامل معها من خلال ما تعنيه بالنسبة إلينا أي أننا لا نتعامل مع أشياء مجردة بل نعرفها ونتعامل معها من ذواتنا. **(ألفريد،2005، ص19).**

لقد تعددت المعاني في علم النفس من بينها المعنى في الحياة، إذ يعتبر مفهوما شاسعا وجديدا في علم النفس الإيجابي، فالإنسان بكينونته ليس أداة لإشباع غرائزه فقط ،إنما لديه مسعى رئيسي هو تحقيق المعنى لحياته وأهدافا وطموحات وغايات يتوجه إليها باعتباره العنصر المكمل للحياة، لأنه يتميز بالارتقاء والنمو في جميع النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية.

1- نبذة تاريخية عن معنى الحياة :

يعتبر مفهوم معنى الحياة مفهومًا شائعًا ومتعدد الاستجابات، يصف خبرات حياة لها مغزى وقيمة وهدف، ويتفق العلماء على أهمية وجود معنى لحياة الإنسان، فبالمعنى يشعر الإنسان بقيمته وبإنسانيته ويقبل على الحياة يتفاعل ويتجاوب معها، ويحقق التميز والتفرد والسعي نحو تحقيق أهدافه، وبافتقاد المعنى صار الإنسان مضطربا مفعما بكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية، بل ربما تراوده أفكار الانتحار والتخلص من الحياة، حيث يختلف العلماء في طريقة تحقيق الإنسان للمعنى في حياته باختلاف انتماءاتهم الفكرية، ومذاهبهم الفلسفية، وقد تناول هذا المفهوم الكثير من الفلاسفة وعلماء النفس من مختلف الاتجاهات، فأصحاب فلسفة الحياة ومنهم "وليم جيمس"، " وبرجسون"، " وجون ديوي "أكدوا على دور الخبرة والإرادة في تكوين المعاني لدى الفرد، أما أصحاب الفلسفة الوجودية ومنهم " كيركجارد"، و"سارتر"، " وهيدجر فقد ركزوا على دور الإنسان في عثوره على المعنى و إضفاء المعنى على حيات. **(الأبيض،2010، ص799).**

وأما أصحاب الفلسفة الظاهرياتية ومنهم " هوسرل "و"ماكس شيلر "فقد أعطوا أهمية للخبرة التي يعيشها ويكونها الأفراد؛لأن لها دورا مهما في تكوين المعنى والإرادة، في حين ارتبط مفهوم معنى الحياة لدى علماء النفس بمفاهيم متنوعة مثل :تحقيق الذات لدى" **ماسلو**"، المسؤولية لدى " **يالوم**"، التسامي بالذات لدى " **فرانكل**"، القيم لدى " **ماي**"، التكامل والاتصال لدى " **بوهلر**"، إضافة إلى استخدامه تحت مسميات أخرى مثل: الهدف في الحياة Purpose in Life، المعنى الشخصي Personal Meaning ، مهمات الحياة Life Tasks ، أهداف الحياة Life Goals ، وبالرغم من الاختلاف الدائر بين أصحاب هذه النظريات إلا أنهم اتفقوا على أهمية وجود معنى لحياة الإنسان، وأن الإحساس بالامتلاء بالمعنى يكون ضروريا كي يتمتع الفرد بصحة نفسية جيدة، وأن عملية اكتشاف و إحراز المعنى تكون أكثر أهمية من تحديد محتوى المعنى ذاته ويعد" **فيكتور فرانكل** "من أوائل المنظرين لمصطلح معنى الحياة، حيث تولدت لديه هذه الفكرة من خلال معاناته مع مجموعة من المعتقلين في معسكرات الاعتقال في فيينا(سجون النازية) بعد الحرب العالمية الثانية، فقد رأى أن معنى الحياة وليد الظروف والعوامل المحيطة بالفرد، فهو لا يوجد بالتساؤل عن الهدف أو الغرض من الحياة، ولكنه يظهر من خلال استجابات الفرد للمواقف والمطالب التي تواجهه في الحياة. **(خوج، 2011، ص14)**.

2- مفهوم معنى الحياة :

هناك العديد من التعاريف التي أشارت لمعنى الحياة نذكر منها تعريف " **فيكتور فرانكل** " الذي يشير على أنه: هو حالة يسعى الإنسان للوصول إليها لتضفي لحياته قيمة و معنى يستحق العيش من أجلها، و تحدث نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى. **(فيكتور، 1982، ص131)**.

كما تعرفه **سميرة أبو غزالة** بأنه : تفسير أحداث الحياة التي تتعلق بشيء ما، أو حدث ما، أو خبرة ما:

أولا: أي إنه يشير إلى كل ذي دلالة وأهمية ثانيا تفسير لحياة الفرد ودوافعه وأهدافه. (**أبوغزالة، 2007، ص161**).

من خلال تعريف" **فيكتور فرانكل** و"**سميرة أبو غزالة** "يتضح أن معنى الحياة ناتج عن حدث أو خبرة ما، فالمواقف التي يمر بها الفرد فرصة لنمو أكثر، في حين هناك من يرجع معنى الحياة إلى الاتجاهات " السلبية أو الإيجابية " تجاه الحياة ، من بين هذه التعاريف نذكر منها تعريف " **Hamidi** " و " **حسن الأبيض**" و "**محمد سعفان.**"

ويعرف" **Hamidi** " معنى الحياة بأنه " شعور الأفراد بقيمة الحياة، وتوقعاتهم الإيجابية نحوه".(**Hamidi et al ;2010 ;p9**).

أما"" **حسن الأبيض** "بأنه مجموع استجابات الفرد التي تعكس اتجاهاته الإيجابية أو السلبية نحو الحياة بأبعادها المختلفة، والأهداف والالتزامات التي يلتزم بها الفرد في حياته من دراسة، أو عمل ...ومدى إحساسه بأهميتها وقيمتها ودافعيته للتحرك بإيجابية نحو تحقيقها، وقدرته على تحمل المسؤولية، والتسامي بذاته نحو الآخرين، وتقبله لذاته و رضاه عن حياته بشكل عام. **(الأبيض، 2010 ،ص803).**

في هذا السياق" **محمد سعفان** "يعرفه على أنه المعنى الخاص للشخص و الذي يتحدد من خلال اتجاهاته نحو حياته و رسالته الخاصة في الحياة أو مهنته التي تعرض عليه المهام محددة لابد من تحقيقها، ومعنى الحياة لا يتحقق من خلال تحقيق الذات فقط و لكن لا بد من تجاوز ذلك إلى الخارج حيث يتم عمل علاقة مع الآخر و تقديم شيء له قيمة للأخر. (**عبد الخالق، 2009 ،ص 21**).

في حين هناك من يعتبره أنه النظام المعرفي الذي يكونه الفرد تجاه الحياة أي مدى إدراك الفرد لمعنى الحياة نذكر منها تعريف:

و يعرفه **"خيري حسن و حسين علام** "بأنه: " مدى الوعي المناسب لدى الفرد بمعنى الحياة و المفهوم الشامل لأهدافها و كيفية تحقيق هذه الأهداف بالأساليب المناسبة. **(خيري، علام،1998 ، ص 283).**

يعرف" **هارون توفيق الرشيدي** "معنى الحياة :إدراك الأمر، التماسك، إدراك الأهداف من وجود الإنسان متابعة و تحقيق الأهداف ذات القيمة و مصاحبة ذلك بمشاعر الامتلاء و الحيوي. **(الرشيدي، 1999 ، ص 212).**

يعرف " ا **ريف" Ryff 1989** معنى الحياة :هو التأكد على الاستيعاب الواضح لغرض الحياة و الإحساس بالاتجاه و القصدية بوصفها مؤشرات للشعور بأن الحياة ذات هدف. **(كاظم فارس، 2016 ،ص 369).**

تعريف " **Wong 1998 "لمعنى الحياة :**هو النظام المعرفي الذي يكونه الفرد عن الخبرات الشخصية التي مرت بحياته و يشتمل على ثلاث مكونات دافعية،معرفية، وجدانية.

(رحيم عصفور، 2010 ،ص 208).

تعرف" **سميرة شنذ 2002** "معنى الحياة بأنه :إدراك الفرد أن لحياته قيمة و مغزى، و أن له أهدافا يسعى إلى تحقيقها مهما تحمل من مشقة و جهد، و أن معنى الحياة موجود في قيم الإنسان و خبراته والمهام التي يؤديها، و اتجاهاته المتكونة لديه. **(عبد الحليم، 2010، ص 337).**

من خلال ما سبق نستنتج أن هناك العديد من التعاريف حول معنى الحياة فهناك من يعتبره مرتبط بموقف أو حدث ما مما يحقق له غاياته في حين هناك من يعتبره على أنه مجموعة من الاستجابات الإيجابية و السلبية فالايجابية تؤدي إلى الوصول إلى الهدف أما السلبية تدفعه في الوقوع في حالة الفراغ الوجودي إما بعض الآخر يرجعه إلى مدى إدراك الفرد لمعنى الحياة.

3- المفاهيم المرتبطة بمفهوم معنى الحياة :

من خلال التعريفات لمفهوم معنى الحياة يتضح أن هناك ثمة مفاهيم ترتبط بمفهوم معنى الحياة، باعتبار أن معنى الحياة هو مفهوم يكونه الفرد عبر مصادر مختلفة في الحياة، و من خلال تفاعله مع ذاته والآخرين داخل إطار ثقافة ما، ويعكس مفهوم معنى الحياة المفاهيم التالية: الهوية Identity الغرض من الحياة Puropse in life (PIL - التوجه نحو الحياة - LifeOrientationأسلوب الحياة.Life Style)

1.3 الهويةIdentity :

يرتبط معنى الحياة لدى الإنسان بقيمة حياته و رضاه عن ذاته و تقديره للمعنى الذي تنطوي عليه حياته، و الدور الذي يرى أنه أهل لأدائه في هذه الحياة، و من أقرب المفاهيم و أشدها ارتباطا بمفهوم المعنى هو مفهوم الهوية.

حيث يرى **محمد إبراهيم عيد (2002)** أن شيوع استخدام مصطلح الهوية على نحو نفسي يرجع الفضل فيه إلى **إيريك أريكسون 1967 - 1950 (** و الذي يرى أن مفهوم الهوية يتكون في فترة المراهقة ، لأنها فترة تحدث فيها تغيرات كبرى في الذات، و أنها مرحلة **" أزمة الهوية Identity Crisis** ":

ففيها تتفاقم الصراعات و تبلغ حد الذروة، إما إلى تعيين الهوية من حيث(الثقة بالنفس الشعور بالاستقلال المبادأة)، إما إلى**" عدم تعيين الهوية " Identity diffusion** من حيث (فقدان الثقة الشعور بالخزي الخجل الشك)، و يتضمن البحث عن الهوية محاولات المراهق تفهم بعض الأسئلة و الإجابة عليها مثل ما نوع المستقبل المعني الذي يريده؟ ماهي القيم الأكثر أهمية بالنسبة له؟ من هو ؟ ماذا يفعل؟ ما قيمة وجوده؟ **(عثمان، 2010 ،ص ص 128 - 127).**

2.3 الغرض من الحياةPurpose in Life :

الغرض من الحياة هو مدى إدراك الشخص للهدف و المعنى من الحياة، فقد وضح" **فرانكل** "أن الفراغ الوجودي يأتي نتيجة لفقدان الفرد الهدف و المعنى من الحياة ويؤدي إلى الإحباط الوجودي، و الذي يعني أن الحياة أصبحت مملة و أنها تسير بغير معنى أو هدف، في حين أن البحث عن المعنى أو الغرض من الحياة يعتبر وظيفة لدى الإنسان فقد اقترح" **فرانكل** "ثلاث طرق لاكتشاف المعنى و كلها تدور حول العمل و البحث الذاتي المدفوع عن المعنى و الإنجاز.

(إسماعيل، شحاتة، 2010 ،ص 408)

3.3 التوجه نحو الحياةLife orientation :

يعرف" **ريبير** " **1985 " Reber التوجه :**على انه نظرة خاصة لرؤى العالم World Viewمنظورا عام جدا للحياة :العلمي ، الفلسفي.....إلخ.

كما يعرفه كلا من" **شاير و كارفر** " **Scheier & Carver** و فقا لمقايسهما :الإستعداد أو الاستهداف للتفاؤل بأنه النظرة الإيجابية، و الإقبال على الحياة، و الإعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل،بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ.(**إسماعيل، شحاتة، 2010 ،ص 408).**

4.3أسلوب الحياةLife style :

يرى" ألفريد آدلر " Adler أن أسلوب الحياة هو الأسلوب الذي يستطيع من خلاله الفرد أن يتوصل إلى معنى الحياة، فأسلوب الحياة يبدأ تشكيله في المراحل المبكرة في حياة الطفل، و في حوالي نهاية العام الخامس من حياة الطفل يصبح واضحا أن هناك نمطا محددا للسلوك قد تتبلور، حتى أنه يمكننا أن نميز وجود طريقة مستقلة لمعالجة المشاكل و المواقف التي تواجه ذلك الطفل و هذه الطريقة هي أسلوب الحياة، و هذا سوف يشكل كل مفاهيمه و تعريفاته عن ما سوف يتوقع منه، و عن ما يتوقعه هو من العالم الخارجي، و من هذه النقطة فصاعدا فإنه سيرى العالم من خلال مجموعة محددة ومترابطة من النظم.

إن الخبرات التي تمر بنا تفهم بطريقة خاصة قبل أن نتقبلها، و تلك الطريقة الخاصة في الفهم تتفق دائما مع المعنى الأصلي الذي عرف به الطفل" معنى الحياة. **(آدلر،ت، عادل نجيب بشري، 2005 ، ص ص 32 - 31)**.

4- النظريات المفسرة للمعني في الحياة:

لقد ظهرت التيارات الإنسانية الجديدة في علم النفس لكي ترد إلى الإنسان كرامته وإنسانيته، وتنظر إليه بشكل أكثر تفاؤلا ومنطقية والالتفات إلى الجوانب المشرقة والإيجابية فيه، ولهذا ظهرت المدارس الإنسانية تحمل معها أفكارا وأساليب جديدة للتعامل مع المشكلات التي تصادف الفرد، ومن أبرز النظريات التي تناولت المعنى في الحياة في ظل القيم الوجودية للإنسان **نذكر منها:**

1.4. نظرية فيكتور فرانكل :

كانت الحياة التي عاشها فرانكل في معتقلات التعذيب الألمانية وما شهده فيها من عذاب وإبان وجوده في تلك المعتقلات، لاحظ **فرانكل** أن الرجال الذين كانوا يتعرضون لعمليات معه كانوا يستسلمون للموت بمجرد أن يفقدوا إحساسهم فقد كان **فرانكل** يعتقد أن الإنسان يستطيع أن يحيا فقط عندما يتمسك بوجود المعنى للحياة، وأن الإنسان بحاجة إلى مصدر يستمد منه المعنى، فأفكاره كانت تدور حول قدرة الإنسان على أن يحيا حياة أفضل، إذا ما إستطاع تجاوز المحددات الجسدية والنفسية لوجوده والتسامي عليها، وعندها فقط يستطيع الإنسان أن يدخل أكثر إلى الأبعاد الأكثر رقيا.**(عبد الوائلي ، 2012 ، 217)** .

ويرى أن الوجود الإنساني هو بالضرورة التسامي بالذات، ويرى **فرانكل** أن أهداف تحقيق الذات لا تؤدي إلى اكتشاف دقيق لمعنى الحياة، بل على الإنسان أن يخرج إلى مجالات أرحب في العالم الخارجي، بما فيه من خبرات وعلاقات إنسانية. **(فيكتور، 2001 ، ص60)**.

ويرى **فرانكل** أن الإنسان إذا وجد في حياته معنى أو هدف فإن وجوده له أهمية ومغزى وأن حياته تستحق أن تعاش، وأن الإنسان يبحث عن معنى حياته بإرادة المعنى التي يراها **فرانكل** بمثابة القوة الدافعة التي تدفع الإنسان إلى تحقيق أهدافه، المعنى في الحياة الذي يريده **فرانكل** هو بمثابة الوعي الذي يعمل على تبصير الإنسان، بقدرته فيتحكم في رغباته ويمنع العوامل الخارجية، بكل ما تعنيه من محسوسات من السيطرة على إرادة المعنى عنده،ويوجه **فرانكل** الإنسان الفرد إلى إرادة المعنى هي القيمة التي يحصل عليها الفرد من تحويل القوة إلى الفعل، لأن الفرد بمثابة حزمة من الإمكانات التي تسعى إلى التحقق لكي يتجنب الإنسان مواقف الإحباط أو الإغتراب وفي المقابل يرى **فرانكل** بأن هناك مايعرف بالفراغ الوجودي والذي اعتبره خطر وجودي كبير يواجه الإنسان المعاصر، ويرجع **فرانكل** تواجده إلى فقدان عام للمعنى في الحياة، حيث يحدث هذا الفقدان من خلال شقين، هما الشق الأول هو فقدان الإنسان لما كان محتوما عليه، أن يمر به منذ أن أصبح كائنا بشريا بحق في بداية التاريخ الإنساني، فقد كان للإنسان بعض الغرائز الحيوانية الأساسية التي تشعره بالأمان والطمأنينة، وهذا الأمان يشبهه **فرانكل** بالجنة وقد أغلق بابها في وجهه.

أما الشق الثاني من هذا الفقدان فهو يتمثل فيما يجري الآن من سرعة كبيرة من التناقص، كما أن الفراغ الوجودي يعبر عن نفسه في صورة ملل، حيث يعانون هؤلاء الأفراد من الشكوى بأن حياتهم بلا معنى وأن الحاجة لإدراك هذا المعنى ،إهتم **فرانكل** أيضا بالتمييز بين المعنى المطلق للحياة والمعنى الفردي، وذلك رغم تأكيده على أن هذا المعنى الفردي مرتبط بطريقة أو بأخري بالمعنى المطلق للحياة، وذلك عبر جسر التسامي عن الذات .فالمعنى الحقيقي للحياة إنما يوجد في العالم الخارجي أكثر مما هو في داخل الإنسان، أو في التكوين النفسي ذاته، كما ولو أننا في نظام مغلق وتعني هذه العبارة أن الهدف الحقيقي من الوجود الإنساني لا يمكن أن يوجد فيما يسمى بتحقيق الذات، ويرى فرانكل أن أهداف تحقيق الذات لا تؤدي إلى اكتشاف دقيق لمعنى

الحياة، بل على الإنسان أن يخرج إلى مجالات أرحب في العالم الخارجي بما فيه من خبرات وعلاقات إنسانية.

2.4. نظرية ابراهام ماسلو:

أوضح **ماسلو** سنة **1946** أن البحث في الأشخاص المحققين لذواتهم أنهم متكرسون لغاية أو لسبب أو لرسالة تتجاوز ذاتهم، حينما حاول أن يصنف ألف عبارة قررها أولئك الأشخاص من عملهم كاشفين عن الأسباب التي جعلتهم يتكرسون له، وعن الإثباتات التي يحصدونها منه، وجد ماسلو أن هناك فئات للتصنيف كانت أشبه تقريبا ما أسماه القيم العليا أو قيم الوجود وبذلك يمكننا القول بأن الرسالة أو الغاية كانت قوة محركة أو تجسيدا للقيم العليا الخاصة بالحق والجمال والتفرد.. حيث يتحقق المعنى لدى **ماسلو** من خلال انطلاقه من فرضية وهي التسامي بالذات يتجلى في حضور الفرد مع نفسه وواقعه وأمانيه ومراميه في حضوره مع الآخرين، أكد أيضا أن تحقيق الذات، هو الهدف النهائي للإنسان ويتفق مع فرانكل لأن الاهتمام الأول والأسمى للفرد هو إرادة المعنى عنده. **(خوج ، 2012 ، ص15)**.

3.4. نظرية ألفريد لانجل:

تحدث عن المعنى الوجودي وقدم أفكارا جديدة عن **فرانكل**، ولكنه اتفق معه في أن البحث عن المعنى هو القوة الدافعية الأولى والأساسية لدى الإنسان،لأن الإنسان في حاجة دائمة إلى وجود غايات معنوية يحاول تحقيقها مثل البحث عن المعنى في الحياة والعدالة والحرية والمسؤولية والقيم. ويوجه **فرانكل** الإنسان الفرد إلى أن إرادة المعنى هي القيمة التي يحصل عليها الفرد من تحويل القوة إلى الفعل، لأن الفرد بمثابة حزمة من الإمكانات التي تسعى إلى التحقق لكي يتجنب الإنسان مواقف الإحباط أو الاغتراب. **(إبراهيم، 2014،ص 198)**.

واهتم **فرانكل** أيضا بالتمييز بين المعنى المطلق للحياة والمعنى الفردي، وذلك رغم تأكيده على أن هذا المعنى الفردي مرتبط بطريقة أو بأخرى بالمعنى المطلق للحياة، وذلك عبر جسر التسامي عن الذات فالمعنى الحقيقي للحياة إنما يوجد في العالم الخارجي أكثر مما هو في داخل الإنسان أو في التكوين النفسي ذاته فمعنى الحياة حسب **لانجل** هي الدرجة التي يصل فيها الإنسان إلى فهم نفسه وفهم كل الأشياء التي يشعر بها في ضوء كينونته الخاصة إزاء موقف ما. **(معمرية، 2012،ص88).**

5.4 نظرية باستيستا وألموند:

بدأ هذين العالمين من وضع منظورهما للمعني في الحياة من خلال دراسة النظريات السابقة، وتوصلا إلى أنهما تشتركان في أربعة قضايا أساسية في موضوع المعنى فعندما يؤكد الأفراد أن حياتهم ذات معنى فبكل بساطة يكونون:

* أنهم ملتزمون ايجابيا بمفهوم المعنى في الحياة.

* أنهم يعتمدون إطارا مرجعيا أو مجموعة أهداف حياتية مشتقة منه ويصوغون هدفهم من الحياة أو منظورهم لها.

أنهم يجدوا أنفسهم حققوا أو بصدد تحقيق ذلك الإطار المرجعي، أو أهدافهم من الحياة.

* إن تحقيق الأهداف يشعرهم بالأهمية والقيمة.

إن هذه النظرية ترى المعنى أنه موضوع نسبي حيث افترض **ألموند وباستيستا** أنه لا يوجد معنى حقيقي أو جوهري في حياة الأفراد، ولهم القدرة على تعيينه وبدلا من ذلك فإن الأفراد طرقهم مختلفة في الوصول للمعنى، أو الإحساس به، وعليه فإن ما تؤكد عليه النظرية هو نشوء المعتقدات المتعلقة بالمعنى، وليس محتوى تلك المعتقدات . **(حافظ،2002،ص27).**

5- مكونات المعنى في الحياة:

1.5 أهداف الحياة:

ويدل على أن الحياة تكتسب معناها لدى الأفراد من الأهداف التي يحددونها لأنفسهم، وأن هذا المعنى يكون واضحا عندما يعيش الإنسان حياته عن آخرها وأن لديه رسالة يجب أن يؤديها.

2.5 التعلق الايجابي بالحياة:

ويدل المعنى السيكولوجي لهذا العامل على انه إذا كان المعنى في الحياة لدى الأفراد واضحا ومرتفعا يتعلق ايجابيا بها فيشعر أن الفرص متجددة، وينمو الفرد فيه بشخصية جديدة، وأنه سوف يعمل شيء لديه قيمة والأمل في الكشف عن سر الحياة.

3.5 الثراء الوجودي:

ويدل هذا العامل على الثراء الوجودي مقابل الفراغ الوجودي، ويكون الوجود واضحا عندما يعني الفرد ويدرك قوته، وإنما يستنفذها في تحقيق الأهداف، التي وجه إليها حياته، وأن طبيعة شخصيته مليئة بالمعنى، وأن علاقاته تتناسب مع المعنى في الحياة وأن يتحكم في حياته، فكل هذه السلوكيات النوعية التي يأتيها الفرد تجعل حياته مفعمة بالحيوية.

4.5 التحقق الوجودي

ويدل هذا المكون على التحقق الوجودي للإنسان، وهذا التحقق يبدأ من مسألة الحرية و المسؤولية و التجديد وقضية الموت، و يكمن المعنى في الحياة، في أن يحقق الفرد ذاته في حرية الاختيار، ومسؤوليته التامة عن اختياراته وأن الحياة تكون لها معنى، ويكون لها ما يبررها عندما يكون فيها الجديد، ويتخلص الإنسان من الوضعيات الاجتماعية، والنماذج والقوالب التي تعيق سلوكه، من خلال نضج المعنى في الحياة لديهم.

5.5. نوعية الحياة

يوضح هذا العامل نوعية الحياة، التي يرغب الانسان في أن يحققها فعندما يكون المعنى في الحياة مرتفعا فإن الحياة تبدو بالنسبة للفرد مثير جدا، وحينها يلازمه شعور بأنه وجد ما يبحث عنه طيلة فترة حياته، وتكون حينها نوعية الحياة محققة، وبالتالي تخف حالة الضغوط النفسية. **(جاب الله ، 2007، ص111).**

6- مصادر المعنى في الحياة:

1.6 القيم الإبداعية

وتشمل كل ما يستطيع الإنسان أن يثبت به نفسه في العالم، في صورة إبداعات وانجازات عملاقة فنيا أو اكتشافا علميا.

2.6 القيم الخبراتية:

وتشمل كل ما يأخذه الإنسان ويحصل عليه من العالم، خلال البحث عن الحقيقة،أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة كالحب والصداقة، وهذا النوع من القيم يمكن الإنسان من معايشة الخبرات المختلفة، فالخبرة حق الغني بالمعاني المكتشفة، وهي تشمل كل التجارب التي يمر بها الإنسان في حياته، كالخبرات الدينية والجمالية والثقافية. **(صافي، 2014،ص90).**

3.6 القيم الاتجاهية:

وتعني الموقف الذي يتخذه الإنسان في محنته، في حالة ما إذا كان يجب عليه أن يواجه قدرا لا يمكن تغييره، وهذا هو السبب في أن الحياة لا تتوقف أبدا على أن يكون لها معنى، لأنه حتى الشخص المحروم من كل من القيمتين الخبراتية والإبداعية

يظل أمام تحدي المعنى، الذي يحجب عليه أن يحققه، وهو المعنى المتضمن في الكيفية التي يتحمل بها معاناته وهو شامخ البنيان رافع الرأس.

4.6 القيم الموقفية:

وهذا من خلال مواجهة الفرد لموقف وجودي، وتأقلمه مع الظروف السلبية، أو الخبرات الصعبة، التي لا يمكن تفاديها مثل الأمراض المزمنة والاحتضار والكوارث الطبيعية.

(معمرية، 2012،ص86).

وحسب **فرانك** لأن الإنسان يستطيع إعطاء معنى لحياته، عندما يدرك القيم الإبداعية للحياة من خلال إنجاز الهام، وكما يستطيع أيضا إسباغ المعنى عن حياته، عندما يكتشف القيم الخبراتية، من خلال تجاربه مع الخير والحق والجمال، كما يمكنه أيضا اكتشاف المعنى، عندما يتعرف على إنسان آخر في أوج تفرده الإنساني الذي يجد نفسه في كرب عظيم يفقد معه كل القيم الإبداعية الخبراتية. **(حافظ، 2000، ص26).**

5.6 القيمة النظرية:

تكون فيها ميول الفرد واهتماماته، نحو اكتشاف الحقيقة، ولتحقيق هذا الهدف يتخذ الفرد اتجاها عقليا معرفيا، ويكون حكم الفرد الأشياء بموازنتها على أساس ماهيتها، وتمييز الأفراد الذين تبرز لديهم القيمة النظرية بنظرة موضوعية معرفية تنظيمية.

6.6 القيمة الاجتماعية:

يبدو فيها اهتمام الفرد وميوله نحو الآخرين، فالفرد الذي تغلب عليه القيمة الاجتماعية يحب الناس ويميل لمساعدتهم ويجد المتعة في تقديم الخدمات وتكوين العلاقات، ويتميز هؤلاء الأفراد بالعطف والحنان والميل لخدمة الغير. **(ميخائيل، 1999،ص24).**

6-7 القيمة الدينية والروحية:

ويعبر عنها اهتمام الفرد بمعرفة ما وراء العالم الظاهري، فهو يرغب بمعرفة أصل الإنسان ومصيره، ويرى أن هناك قوة تسيطر على العالم وتسيره وتتجلى هذه القيمة بالاهتمام المركز بالعبادة والذكر والتفكير. **(جابر،2012 ، ص168).**

7- نموذج فان دورزن سميث لمعنى الحياة:

أما نموذج معنى الحياة الذي تقدمه" فان **دورزن** سميث"، فيكشف الطبيعة ظاهرية التناقض Paradoxicaللوجود الإنساني، حيث يكون على الإنسان أن يكتشف معنى وجوده على أربع مستويات للخبرة، الأول يتعلق بالخبرة الحسية في العالم الطبيعي، و الثاني يتعلق بالخبرة ذات الطابع الاجتماعي أو ما تسميه العالم العالم، و الثالث يرتبط بالخبرة الشخصية الذي تسميه العالم الخاص، أما الرابع فيختص بالمثال أو ما تسميه العالم المثالي، و الإنسان في سعيه لتحقيق المعنى على هذه المستويات الأربع يجد نفسه مضطرا للاصطدام بمهددات المعنى، و يتوقف معنى الحياة على مدى نجاحه في مواجهة تلك المهددات. **(سيد سليمان، فوزي،1999 ، ص1041).**

و تقسم" فان **دورزن** سميث "أنواع المعنى في الحياة وفقا للمستويات الأربع للخبرة إلى أغراض أساسية تتحقق من خلال أهداف وسيطية، ثم تعرض لما تسميه" بالاهتمام النهائي "الذي يشكل تهديدا لتحقيق المعنى على كل مستوى للخبرة، يتناقض مع الاهتمام النهائي، فالأول يمثل القيمة المثالية التي يسعى إليها الإنسان عن وعي أو عن غير وعي، أما الثاني فيحتل الجانب الخفي و المنطقي و الذي لا يمكن تفاديه في صورة تهديد لتحقيق الإنسان المثال، بذلك، يصبح تحقيق المعنى هو النجاح في التحدي والتغلب على مهددات المعنى المتمثلة في الاهتمامات النهائية، و الرسم التوضيحي التالي يبرز هذا

التصور:

أبعاد الخبرة Dimensions of Experience	الغرض الأساسي Basic Purpose	الأهداف الوسيطية Intermediate Goal	الاهتمام النهائي Ultimate Concern
العالم الطبيعي Natural World	اللذة–ا لحيوية– القوة	الصحة– الراحة– الثروة–الحظ	المرض–الضعف– البؤس– الموت
العالم العام Public World	النجاح– النفوذ– المجد	التقدير – الشهرة– التأثير – الإحترام	الفشل– الهزيمة– العجز – العزلة
العالم الخاص Private World	التماميةIntegrity– الذاتية– الأصالة	التفردية–الحرية–الخصوصية – القرابة أو التماثل Kinship	التفسخ– الخلط– تحلل الذات
العالم المثالي Ideal World	الحق– الحقيقة المطلقة– الحكمة	المعنى–الفهم– المعرفة – الإيمان	اللامعقولية– الخواء Void– اللاتبريريةGroundlessness

شكل (3) (نموذج ايمى فان دورزن سميث لتحقيق المعنى الحياة)

المصدر: (سيد سليمان، فوزي،1999 ، ص1042)

من هذا النموذج يتضح على سبيل المثال أنه على المستوى الحسي في العالم الطبيعي يكون المطمح أو الغرض الأساسي هو اللذة و الحيوية و القوة، و هو ما يمكن تحقيقه من خلال الصحة و الراحة و الثروة والحظ، و لكن لابد لتحقيق المعنى على هذا المستوى من مواجهة مهددات هذا المعنى و هي المرض و الضعف و البؤس و الموت، و هكذا يكون الأمر على باقي مستويات الخبرة الإنسانية.

و من هنا يمكن القول أن النجاح في تحدي مهددات المعنى، و الإحتفاظ في مقابلها بحس المعنى لدى الإنسان يكسب الإنسان طاقة هائلة و دافعية مرتفعة للحياة على مستوى إنساني فعال، و هذا ما تحرص" فان **دورزن** سميث "على التأكيد عليه حيث تتناول الدافعية التي يخلقها المعنى":فالحياة وفقا للإحساس الداخلي بالغرضية يوفر دافعية تتجاوز مجرد الرغبة في أداء الواجب، أنها تجعل الإنسان يشعر بأنه حي حقا و بحماس عميق، و تجعل الحياة أكثر قيمة.

(عبد الرحمان سيد سليمان، إيمان فوزي، 1999،ص1042)

خلاصة

خلاصة الأمر..هو أن الحياة تحتفظ دائما بالمعنى سواء آمن الإنسان بوجوده على نحو مسبق ووجه جهوده لاكتشاف المعنى الخاص به، أو اعتبر أن معنى الحياة هو نتاج لجهوده و كرس حياته لصناعة هذا المعنى، و في النهاية فإن قيمة الحياة ترتفع كلما تمسك الإنسان بهذا المعنى الخاص الذي أصبح يهيئ له أقوى الدوافع للحياة على مستوى إنساني إيجابي و فعال.

(سليمان، فوزي،1999، ص 1043).

الفصل الثالث

الثقة بالنفس

تمهيد

1- مفهوم الثقة بالنفس

2- أهمية الثقة بالنفس:

3- مؤشرات الثقة بالنفس

4- الاتجاهات العلمية في تفسير الثقة بالنفس

5- أسباب فقدان الثقة بالنفس

6- مراحل الثقة بالنفس

7- مستويات الثقة بالنفس

8- مقومات الثقة بالنفس

9- أساليب تنمية الثقة بالنفس

10- المنهج النبوي في تدعيم الثقة بالنفس

11- معوقات الثقة بالنفس

خلاصة الفصل

تمهيد:

إن الثقة بالنفس معناها ان يتقبل الإنسان القدرة التي أعطاها الله تعالى له، وكيفية التكيف معها والرضا بها، وطريقة مواجهة الفرد للظروف التي تواجهه يوميا بكل وأنواعها وبالتالي هي نوع من أنواع الاستقرار النفسي المدروس،وذلك يتحقق من خلال اعتماد الإنسان على إمكانياته و المهارات التي يملكها ومدى استعداده لأن ينفذ كافة أهدافه ، وبالتالي يتحقق له توافق نفسي و اجتماعي كبير مما يجعله فرد هام من المجتمع يعمل على بناءه وتقدمه.

فالثقة اذن هي حسن تقدير الشخص لنفسه بطريقة صحيحة ومعرفة قدراته وإمكانياته على حسب الظروف التي حوله، كما أنها تعتبر نظرة الشخص لنفسه بدون أي نوع من أنواع المبالغة أو الغرور وأيضا بدون تقليل من وذاته حيث يكتسبها الإنسان ويطورها مع مرور الزمن

1- مفهوم الثقة بالنفس:

1-1- المفهوم اللغوي:

هي مصدر قولك وثق به يثق وثاقة أي ائتمنه. والوثيق هو الشيء المحكم به وهو العهد وهو الأصل هو الحبل أو القيد يشد به الأسير أو الدابة.

1-2-المفهوم الاصطلاحي :

كما عرفت الثقة بالنفس اصطلاحا:

على إنها إدراك الفرد لكفاءته وقدرته ومهارته على التعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة. **(شروجر190،ص2)**

أما أمل المخزومي اعتبرت أن الثقة بالنفس هي إحدى سمات الشخصية الأساسية التي يبدأ تكوينها منذ نشأة الفرد، وأنها ترتبط ارتباطا وثيقا بتكيف الفرد نفسيا واجتماعيا وتعتمد اعتمادا كليا على مقوماته العقلية والجسمية والنفسية (المخزومي،2001،ص123).

ويذكر الدسوقي بأنها إدراك الفرد لكفاءته، ومهارته، وقدرته على أن يتفاعل مع مختلف المواقف التي يتعرض لها. (الدوسقي2008،ص19)

وعرفها القواسمة أنها سمة شخصية يشعر معها الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة العواقب والظروف المختلفة مستخدما أقصى ما تتجه له إمكانياته وقدراته لتحقيق أهدافه المرجوة.(القواسمة،1996،ص37)

ان الثقة بوجود الإمكانات والأسباب التي أعطاها الله للإنسان فهذه ثقة محمود يجب أن يتربى عليها القدر ليصبح قوي الشخصية أما تعرفه على ما معه من إمكانيات ومن ثم عدم ثقته في وجودها فإن ذلك من شأنه ان ينشئ فرد مهزوز الشخصية لا يقدر على اتخاذ القرار. (الناطور،2011، ص 26)

ويتبنى الباحث خلال هذا البحث تعريف الثقة بالنفس حيث يشير إلى " أنها مدى إدراك الفرد لكفاءته ومهاراته وقدراته الجسمية، والنفسية، والاجتماعية واللغوية التي من خلالها يتفاعل بفعالية مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها في الحياة". (الغامدي، 2009،ص60)

2-أهمية الثقة بالنفس:

تتضح أهمية الثقة بالنفس من منطلق عدم استغناء أي شخص عتها فالشخص قليل الثقة بنفسه تجده مهزوزا وهو عرضة للإصابة بالعديد من الاضطرابات حيث أنه لا يثق فيما ليه من إمكانات وقدرات.

إن التقدير الذاتي هو الذي يدفع الطفل للتعلم والتميز بالأخلاق والفكر والعقيدة والصلاح والاستقامة. **(أبو سعد، 2009،ص 9).**

ان أهمية الثقة بالنفس تتضح في النقاط التالية:

- تحقيق التوافق النفسي.
- استمرار اكتساب الخبرة.

-النجاح في العمل.

- حب الآخرين . اسعد يوسف(د ت، ص 48)

3- مؤشرات الثقة بالنفس :

للثقة بالنفس مظاهر وعلامات من خلالها نستطيع تمييز الشخص الواثق من الواثق من نفسه أو مدى ثقة الشخص بنفسه من عدمها، فالثقة بالنفس تظهر في إحساس الفرد بالثقة بدنيا وشخصيا ومهنيا, وبقدرته ومهاراته وخبراته الجيدة ، وتقبل الآخرين له وثقتهم فيه والشخص الواثق من نفسه تتوفر لديه الكفاءة الشخصية اللازمة للتعامل مع الآخرين وتتضح هذه الثقة لدى الطالب من خلال الدور الايجابي الذي يقوم به في قاعة الدرس ممثلا في الإجابة عن الأسئلة والاشتراك في المناقشة والتعامل مع السلطة الإدارية ,وتقبله لقدراته دون الشعور بالدونية. **(باخوم 2004،ص 219)**.

والشخص الواثق من نفسه، يعطي الآخرين الشعور بأنه قوي،ماهر وكلها سمات تمكنه من القيادة والإسهام في حل مشكلات الجماعة .(لويس كامل،1989،ص 21)

والتفوق والابتكار (العريفي ،1416هجري،ص 12) ويملك إرادة قوية وتصميم ثابت في تذليل الصعاب (شكور، 1997 ،ص 39).

أهم المظاهر المميزة للثقة بالنفس هي :

- الإحساس بالقدرة على واجهة مشكلات الحياة في الحاضر والمستقبل,والقدرة على البت في الأمور واتخاذ القرارات وتنفيذ الحلول.
- تقبل الذات والشعور بتقبل الآخرين واحترامهم.
- الشعور بالأمن عند مواجهة الكبار والتعامل معهم والثقة بهم.
- الشعور بالأمن مع الأقران والمشاركة الإيجابية.
- الترحيب بالخبرات والعلاقات الجديدة. (العنزي،1999،ص 418)

روجرز يصف الإنسان الصحي الذي يعمل بنشاط وفعالية بأنه:

* يملك الرغبة في التجربة التي تعتبر تحديا له ,ويملك الرغبة في منازلة هذا التحدي.

* إن حياته كاملة, ويشعر بما يدور حوله في معظم الأوقات .وأنه يستعمل وقته في العمال البناءة الصالحة.

* له الثقة التامة,فهو يثق في حكمه,واختياره وهذا يؤدي إلى اعتماده على نفسه ويقلل من أهمية اعتماده على الآخرين.

ويرى الباحث أن أهم مؤشرات الثقة بالنفس هي:

* إحساسه بتقبل الآخرين له وثقتهم فيه.

* الشعور بالطمأنينة والاتزان الانفعالي. (صالح ،1985،ص 14) و (البوسيفي، 2002،ص 132)

4- الاتجاهات العلمية في تفسير الثقة بالنفس:

اهتمت العديد من النظريات النفسية بموضوع الثقة باعتباره من مظاهر الوراء ومن معالم الشخصية المتوافقة نفسيا واجتماعيا، وقد اتبعت كل نظرية أسلوبا من المعالجة النفسية والإرشادية لهذا المفهوم،حتى وان كان بعضها أشار إلى الثقة بالنفس تحت مفاهيم أخرى أو ضمن سياقات أخرى، إلا أن مفهوم الثقة بالنفس إجمالا قد حضي باهتمام العديد من النظريات النفسية ومنها:

4-1 الاتجاه الإنساني (كارل روجرز_ إبراهيم ماسلو):

يعتبر مصطلح الثقة بالنفس المحور الأساسي لنظريات الاتجاه الإنساني, بل إن أشهر نظريات هذا الاتجاه قامت على أساس هذا المبدأ ,ولذالك قامت الثقة بالنفس لا تذكر إلا ويرتبط بها إسهامات كارل روجرز وإبراهيم ماسلو.

ومع تطوير نظريات الاتجاه الإنساني أصبح موضوع الثقة بالنفس من أكثر الموضوعات التي بحثت في مجال الإرشاد النفسي خاصة وعلم النفس بوجه عام .

ويؤكد روجرز على العلاقة القوية بين السواء والتوافق النفسي والاجتماعي وبين ثقة الفرد في ذاته ,ولذالك فإن العملية الإرشادية وفقا للاتجاه الإنساني تهدف على تحرير الطاقات الإيجابية الكامنة داخل الفرد.

ويتفق الشناوي مع هذه الرؤية حيث يرى: أن الميل غلى التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات, وبذالك فغن العلاج النفسي يعتبر في الواقع تحريرا لطاقة موجودة فعلا في الفرد. **(الشناوي ،1994 ،ص 271)**.

2-3- الاتجاه التحليلي الفرويدي :

إن فكرة الجهاز النفسي الذي قدمه فرويد يوضح الأهمية السيكولوجية التي أولها رائد التحليل النفسي للثقة بالنفس, فمكونات الجهاز النفسي كما جاء بها فرويد (الهو, الأنا, الأنا الأعلى)، توضح الرغبة الداخلية والحتمية والغريزية لدى كل إنسان من أجل أن يكون على درجة عالية من الثقة بالنفس تؤهله لحل صراعاته وتحقيق السواء والتوافق ...

ربط فرويد بين اضطراب الشخصية وسواءها بمراحل النمو النفسي، الذي حدده بخمس مراحل جنسية نفسية يمر بها الإنسان في مسيرته الحياتية، يمكن ملاحظة تأثير مراحل النمو النفسي الجنسي في مختلف سمات واضطرابات الشخصية البالغة, فإذا أحبطت الليبيدو أو أفرط فيها في سن مبكرة فاحتمال حدوث التثبيت وارد وكبير حيث نلاحظ أن بعض الأنماط السلوكية للبالغين تعكس خصائص تلك المراحل المختلفة . انجلر (1991،ص 75)

كما أسهم يونغ في تناوله الثقة بالنفس تحت مفهوم تحقيق الذات،بأن تحقيق الذات عند يونغ عملية غرضيه من النمو تتضمن الفردية والسمو في هذه العملية أنظمة النفس تحققت درجتها الكاملة في التميز وبعد ذالك تتكامل هوية واحدة مع كل البشرية لا. انجلر(1991،ص 98)

وأضاف يونغ أهمية الذات كجهاز مركزي للشخصية يضفي وحدتها وتوازنها وثباتها وأنها تحرك وتنظم السلوك. **(زهران ،2002 ،ص 124)**.

3-4 الاتجاه التحليل الاجتماعي :

جاءت نظريات هذا الاتجاهات لتؤكد على أهمية العوامل الاجتماعية والثقافية، وتشير إلى أهمية نوعية العلاقات بين الفرد والمحيط الإنساني والاجتماعي الذي ينتمي إليه, كما جاءت إسهامات نظريات هذا الاتجاه أكثر نضجا فيتناولها للشخصية الإنسانية من الاتجاه التحليلي والكلاسيكي, ولهذا فإن نظريات هذا الاتجاه الذي يتزعمه هورني وفروم وبوليفان تأثرت واستفادت من التحليلية الفرويدية ومن نظرية ادلر ويونغ وقدمت رؤية انتزعت من خلالها هيمنة الرؤية الحتمية لضعف الأنا وسلبيتها وكانت هذه الرؤية إسهام اثر الحركة المعرفية والبحثية وأدى إلى ظهور رؤى أكثر إيجابية وموضوعية كان أبرزها التحليلية الذي جاء بها إيريك سون أن أصحاب هذا الاتجاه يؤكدون على العوامل الاجتماعية والثقافية وأن الفرد مخلوق اجتماعي يدفعه شعوره إلى تحقيق الأهداف الاجتماعية بالاعتماد على النفس. المخزومي(2002 ،ص123).

وترى هروني بأن السلوك الإنساني سلوك متعلم وقابل للتغيير وأن الإنسان في سلوكه يحاول أن يحقق لنفسه الأمن والرضا كما أولت اهتماما لأثر البيئة في السلوك ولقد ركزت على العلاقات الشخصية وترى بأن الطرق التنشئة الأسرية السوية تعزز النمو السوي وتساعد على تحقيق الذات وتشجع الحب والاحترام , ويجب ان تتجنب الأسرة استخدام السيطرة والتساهل المفرط والمتطلبات الزائدة لأنها تعيق حدوث النمو والسلوك السليمين.**(العزة، 1999،ص 39)**.

وينظر سوليفان للثقة بالنفس كأحد المكونات الأساسية في البناء الشخصي التي تعتمد على العلاقات الشخصية المتبادلة .

سوليفان يؤكد على أن الشخصية تظهر كنتيجة لتفاعلات الشخص مع بيئته من خلال عدد لا حصر له من المواقف الاجتماعية نصبح واعين بأنفسنا وبكيفية ارتباطنا بالناس الآخرين انجلر (1991،ص 139)

3-3 الاتجاه المعرفي :

يعتبر الاتجاه المعرفي من الاتجاهات الحديثة في علم النفس وذالك لاهتمامها بالعمليات العقلية في تفسيرها للسلوك السوي والمرضي أو في علاج الاضطرابات النفسية.

وينظر البرت إليس وهو أحد رواد هذا الاتجاه إلى الثقة بالنفس كمعيار من معايير الشخصية السوية حيث حدد ثلاثة عشر معيار للشخصية السوية منها.

- اهتمام الفرد بذاته وتحققه لرغباته السوية .
- حصول الفرد على الاهتمام الاجتماعي من لآخرين .
- تقبل الفرد للإحباط وإمكانية التعامل معه بواقعية .
- قدرة الفرد على توجيه ذاته ,واعتماده على نفسه .
- القدرة على التفكير العلمي .
- الواقعية.
- تقبل الذات .
- تحمل المسؤولية الذاتية عن الاضطراب الانفعالي ،وعدم لوم الآخرين **(الخواجا ،2002 ،ص 289)**.

وجاءت إسهامات ميكتبوم لتركز على الحديث الداخلي أو ما يعرف باسم حديث الذات ,وأشار إلى تأثيرها على السلوك وبالتالي فان العملية الإرشادية تتضمن تطوير أساليب تستخدم لتوجيه ومراقبة ومراجعة وضبط السلوك ,وهو بذالك يشير إلى أهمية أن يتمتع الفرد بدرجة من الثقة بنفسه حتى يتمكن من أن تكون أحاديثه الذاتية ايجابية .

إن الدراسات والبحوث أوضحت أن الجوانب المعرفية تؤثر على الفيزيولوجية والانفعالات وان هناك علاقة بين التقديرات الذاتية والحالة المزاجية .

ومن خلال استعراضنا لمفهوم الثقة بالنفس في النظريات والاتجاهات النفسية المختلفة نجد أن الثقة بالنفس هي محور اهتمام كل النظريات باعتبار الثقة بالنفس من أهم مظاهر الشخصية السوية، وهذا ما تسعى للوصول إليه كل النظريات النفسية حتى وإن اختلفت المصطلحات والمسميات المؤدية لذلك . الشناوي(**1994**،ص **128**) .

وباختصار فإن الثقة بالنفس مهمة للفرد، فهي الداعم الذي يعطيه إحساسا بالارتياح حال النجاح أو الفشل والواثق بنفسه وقدراته يظل ليده الأمل في أن ينجح ويتفوق يوما ما.

4. أسباب فقدان الثقة بالنفس:

لقد أشار الناطور(2011،ص 8) أن هناك عدة أسباب تؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس منها :

. الطفولة المتعسفة: إذا نشأ الإنسان خائفا في طفولته، يظل كذلك طوال حياته، ما لم يحاول كسر حاجز الخوف.

. الشعور بالنقص: إنه الإحساس الداخلي الذي يملك الإنسان ويشعره بالقصور والنقص إزاء الآخرين فيفقد ثقته بنفسه تماما .

. التركيز على الآخرين : مشكلة كبيرة أن يربط الإنسان حياته بالآخرين.

. المكاسب الوهمية: في كثير من الأحيان يشعر الإنسان بأنه يحقق الكثير من المكاسب نتيجة عدم ثقته بنفسه.

الصورة الذهنية : عندما يعتقد الإنسان أنه لا يستطيع أن يقدم وأنه لا يستطيع أن يحقق النجاح الذي حققه الآخرون ،فإنه بذلك قد اصدر حكما على نفسه بالفشل ومن ثم سيحصل الفشل على ارض الواقع .

. التغيرات الخاطئة : عندما نصف الشخص فاقد الثقة بنفسه بأنه: مؤدب ،شديد الخجل عاطفي ، مسالم وفي المقابل قد نصف الشخص الواثق بنفسه بأنه : مغرور أو أناني أو غير مؤدب أو أنه لا يحترم الآخرين

5- مراحل الثقة بالنفس :

- مرحلة التفكير:

هي أن يفكر الفرد سمعيا أو بصريا أو حسيا في المعاني التي تدل على الثقة بالنفس، كأن يتخيل نفسه على منصة وحشد كبير من الناس وهم يشجعونه ويثنون عليه ويذكرونه بالصفات الإيجابية التي يتمتع بها.

- مرحلة الشعور:

هي الاستجابات الانفعالية التي تنتج عن الأفكار وهي أقرب ما تكون لها، وعلى ذلك فإن تغير الاستجابات الانفعالية للثقة بالنفس تكون عن طريق تغيير نمط التفكير.

- مرحلة السلوك:

من المعلوم أن الأفكار ترتبط بالانفعالات ، والانفعالات ترتبط بالسلوك فهناك علاقة قوية بين الجسد والعقل فأي تغيير يحدث في الجسم ينتجه تغيير في العقل ثم تغيير في الانفعالات.

- مرحلة القناعات:

وذلك أن يقتنع الفرد بالسلوكيات التي تعزز الثقة بالنفس وبالتالي تتكرر ممارسته لها والإحساس بها وإدراكها بالعقل وترجمتها إلى سلوك.

-المرحلة الروحية :

إنها أرقى مرحلة يصل إليها الشخص الواثق بنفسه وفيها تصدر الثقة بالنفس عن الشخص تلقائيا وتصحبها مشاعر السرور والنجاح . غنيم سيد (2008 ،ص 17) .

6- مستويات الثقة بالنفس :

أن الثقة بالنفس تظهر على مستويين إحداهما نقيض الآخر ، فالأول مستوى مرتفع للثقة بالنفس يتضح من خلال كفاءة الفرد في التصرف أثناء المواقف المختلفة في الحياة ، وتمتعه بالصحة النفسية، والآخر هو انخفاض مستوى الثقة بالنفس يدل على عدم تمكن الفرد من التصرف بكفاءة مع مختلف المواقف ، مما يؤثر في صحته النفسية، وتكيفه الاجتماعي.

صالح (2009،ص 74)

7- مقومات الثقة بالنفس:

هناك مقومات تؤثر على الثقة بالنفس وتعمل على تعزيزها وتجعل منها قوة لا يستهان بها في بناء شخصية الفرد وفي نموه النفسي وحدوث الاستقرار والصحة النفسية السليمة وأبرزها

. المقومات الجسمية :

إن تمتع الشخص بصحة جيدة وقدرة على مواجهة الصعاب ، وخلوه من العاهات والأمراض يضمن له جزء لا بأس به من الثقة بالنفس.

المقومات العقلية:

وتندرج تحتها ثلاث دعائم هي : الذكاء وقوة الذاكرة والخيال.

المقومات الوجدانية:

إن تغير النواحي المزاجية وتعديلها ومحاولة السيطرة عليها لا يأتي إلا لمن له رصيد كافي من الثقة بنفسه ، إيمان راسخ بقدرته على التحرر مما قد تلقى في طفولته من تربية خاطئة.

ومن أهم المقومات الوجدانية التي تكسب الفرد ثقته بنفسه هو الخوف من المخاوف والشكوك المرضية والوساوس التي تؤدي بالشخص إلى فقدانه للثقة بنفسه أو اهتزازها.

المقومات الاجتماعية :

لا يمكن للإنسان أن يعيش بمعزل عن المجتمع ، وإذا ما أحس أن المجتمع يرفضه ولا يرغب تواجده فإنه سيفقد الثقة بنفسه وبمن حوله ، هذا ويتأثر الفرد بالمجتمع من حوله منذ لحظة ميلاده ، ويحس مدى تقبل أسرته له ، فيبدأ ببناء صورة عن نفسه ما بالقبول و الإيجاب أو الرفض والسب .

. المقومات الاقتصادية :

توجد علاقة طردية بين دخل الفرد وثقته بنفسه ، فكلما زاد دخل الفرد وأصبح قادرا على تلبية احتياجاته وتحقيق الكثير من رغباته فإن ثقته بنفسه ستزداد .

أسعد (د ت: 85،ص 123)

صفات الأشخاص الواثقين من أنفسهم وسلوكياتهم :

نلاحظ أن الأشخاص الواثقين بأنفسهم يتصرفون كما لو أنهم:

. محبون لذواتهم ، لا يمانعون البتة من التعرف على أنهم يهتمون بذواتهم .

. متفهمون لذواتهم ، ولا يتوقفون عن التعرف عن ذواتهم بينما هم ينمون .

. يعرفون ما يريدون ، ولا يخافون من الاستمرار في وضع أهداف جديدة في حياتهم .

. يفكرون بطريقة إيجابية .

. لا يشعرون بالتردد والانسحاب تحت وطأة المشكلات التي تواجههم.

. يتصرفون بمهارة ، ويعرفون أي سلوك يناسب كل موقف فردي.

لند فيلر(2010 ،ص 5).

8- أساليب تنمية الثقة بالنفس :

إن موضوع تنمية الثقة بالنفس أمر في غاية الأهمية ، ولا نستطيع أن نبني شخصية واثقة بنفسها إلا تعزيز مفهوم الذات.

أن من أهم الأساليب التي تنمي الثقة بالنفس لدى المراهقين :

* التشجيع وإعطائه الفرصة لإبدائه رأيه في الموضوعات التي تخصه وتحيط به .
* إسناد بعض المسؤوليات لهم وتعويدهم على تحمل المسؤولية .
* عدم توبيخهم أو وصفهم بصفات غير مرغوب فيها.
* إتاحة الفرصة لهم على أن يعتمدوا على أنفسهم في القيام ببعض الأعمال التي تخضهم.
* إتاحة الفرصة لهم في أن يتحدثوا في عما يجول في أذهانهم دون ردعهم.

الدوسري (2010 ،ص 156)

9-المنهج النبوي في تدعيم الثقة بالنفس:

لقد كان واضحا في هديه ﷺ من خلال استقراء سيرته وتعامله مع أصحابه، أنه كان حريصا على تدعيم الثقة وتعزيزها في نفوس أصحابه رضي الله عنهم، فكان عليه الصلاة والسلام كثيرا ما يوجه من الرسائل الإيجابية إلى من حوله من أصحابه ليلفت نظرهم إلى أهم الإيجابيات والمميزات التي لديهم وتعزيز الصفات الحسنة التي تميزهم مما يكون له الأثر الكبير على شخصية الفرد منهم ومما يساعده على توظيف الطاقات والقدرات، وحسن استثمارها ومن أقواله ﷺ في باب تدعيم الثقة بالنفس وزرعها في نفوس أصحابه وهي كثيرة جدا نقتطف البعض منها وهي:

1- قوله ﷺ لعبد الله بن مسعود رضي الله عنه " إنك غلام معلم "

رواه البخاري.

2- قوله ﷺ لأبي موسى الأشعري رضي الله عنه " لقد أوتيت مزمارا من مزامير آل داوود "

رواه البخاري.

3- قوله ﷺ " أرحم أمتي بأمتي أبو بكر، وأشدها في دين الله عمر، وأصدقها حبا عثمان، وأعرفهم بالحلال والحرام معاذ ، وأفرضهم زيد ، ولكل أمة أمين وأمين هذه الأمة أبو عبيدة بن الجراح " رواه البخاري ، ولقد أثرت هذه الكلمات في نفوسهم حتى أصبحوا أعلاما رضي الله عنهم أجمعين.

4- قوله ﷺ لأسعد بن أبي وقاص رضي الله عنه في غزوة أحد " ارم فداك أمي وأبي " رواه البخاري، فكانت هذه الكلمة محفزة ومشجعة له حتى أبلى بلاءًا حسنا في هذه الغزوة .

5- قوله ﷺ لأبي بن كعب رضي الله عنه " ليهنك العلم أبا منذر " ومعناها " ليكن العلم هنيئا لك " فأثرت في نفسه حتى صار عالما من علماء الصحابة الذين يشار لهم بالبنان .

6- قوله ﷺ لعبدا لله بن عباس رضي الله عنه " اللهم علمه التأويل وفقهه في الدين " رواه البخاري ، فكانت هذه الكلمة محفزا له حتى أصبح أعلم الأمة بكتاب الله وأفقهها بتأويله.

7- قوله ﷺ لعلي بن أبي طالب كرم الله وجهه في غزوة خيبر " لأعطين الراية غداً رجل يحب الله ورسوله ويحبه الله ورسوله يفتح الله عليه " رواه البخاري ، فكانت داعما له رضي الله عنه حتى فتح خيبر.

8- قوله ﷺ لعبد الله بن عمر رضي الله عنه "نعم الرجل عبدا لله لو كان يصلي من الليل " رواه البخاري، فكانت المحفز له على أن يقوم الليل حتى أنه بعد ذلك لا ينام من الليل إلا قليلا.

9- قوله ﷺ لأبي بكر الصديق رضي الله عنه لما كانا في غار حراء والمشركين لو نظر أحدهم لقدميه لرآهما، فقال الواثق بربه " يا أبا بكر ما ظنك باثنين الله

ثالثهما " رواه البخاري.

10- قوله ﷺ لسراقة بن مالك " كيف بك يا سراقه ذا لبست سواري كسرى " رواه البخاري ، وكان ذلك وهو في طريق الهجرة حتى دارت الأيام في زمن عمر وألبسهما سراقة تنفيذا لوعد رسول الله ﷺ.

11- قوله ﷺ عن عثمان بن عفان رضي الله عنه محفزا له عندما جهز جيش العسرة " ما ضر عثمان ما فعل بعد اليوم " رواه البخاري .

إن لنا في رسول الله ﷺ قدوة حسنة في تعزيز الثقة بالنفس وتعزيزها في من حوله، فعلينا أن نتمثل ذلك فيمن حولنا حتى نمكنهم من الثقة بأنفسهم واستكشاف طاقاتهم وقدراتهم حتى يكون النجاح حليفهم في هذه الحياة، لأن الثقة بالنفس أولى خطوات النجاح.

10. معوقات الثقة بالنفس :

أن الثقة بالنفس أمر مطلوب، كونها تساعد الفرد على النجاح والتكيف الاجتماعي مع الوسط المحيط به سواء كان في الأسرة أو العمل أو الأصدقاء، إلا انه قد يحدث أحيانا أن يتعرض الفرد لبعض المعوقات التي تعقيه عن تحقيق أهدافه وطموحاته وتؤثر عليه سلبا فتجعل منه شخص غير واثق من نفسه ومن هذه المعوقات ما يلي:

- **المعوقات الصحية:**

تخلف النمو أو التشوهات الخلقية التي قد يولد بها الفرد ، الإصابة ببعض العاهات التي قد تثير الشفقة أو تثير الاستهزاء .

- **المعوقات الوجدانية :**

من المعوقات الوجدانية التي تؤثر على حالة الفرد ما يلي :

خبرات الطفولة الوجدانية الانفعالية التي قد تؤثر في الثقة بالنفس ، عدم إشباع بعض الحاجات الأساسية للفرد .

- **المعوقات العقلية :**

ومن المعوقات التي قد تعترض الحياة العقلية ما يلي:

* انخفاض مستوى ذكاء الفرد وعدم قدرته على الاستفادة من خبراته السابقة .

* عدم القدرة على الحفظ .

* بلادة التفكير.

* تفكك التفكير وعدم القدرة على الإلمام بموضوع متكامل .

* العجز اللغوي وهي عدم قدرة الفرد على استخدام اللغة بطريقة صحيحة للتخاطب مع الآخرين .

- **المعوقات الاجتماعية:**

الإحساس الداخلي بان المجتمع النفسي الذي ينتمي إليه الفرد أقل شأنا من المجتمع الواقعي المحيط به .

الإحساس بأن المجتمع النفسي الذي ينتمي له الفرد أرفع قدرا من المتجمع النفسي المحيط به في الواقع .

الإحساس بأن المجتمع النفسي مقطوع الصلة بالمجتمع الواقعي المحيط بالفرد .

- **المعوقات الاقتصادية:** مقارنة الفرد لوضعه الاقتصادي بغيره .

- تهديد الأفراد المنافسين له وممن هم في نفس المجال الاقتصادي بالقضاء عليه أو الإحاطة به .

- الخوف من الظروف المفاجئة .

- الخوف من الناس المحيطين والتشكيك في نياتهم وسيطرة الوساوس. ميخائيل (ب، ت: 114،ص 33)

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل حول الثقة بالنفس نجد أن الثقة بالنفس إحدى المقومات الرئيسية للنجاح في الحياة, وهي أمر مهم لكل شخص مهما كان ولا يكاد إنسان يستغني إلى الحاجة إلى مقدار من الثقة في أمر من الأمور, فالتسلح بها أمر في غاية الأهمية لحماية الفرد من الشعور بالسلبية والتردد وعدم الاطمئنان لما يتمتع به من إمكانيات وقدرات, ويكون بذالك بداية حتمية للفشل الذي قد يجعله عرضة للاستثارة والشعور بالغضب.

الجانب الميداني

الفصل الرابع

الدراسة الميدانية وإجراءاتها

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

2- 1- أهداف الدراسة الاستطلاعية

2-2- عينة الدراسة الاستطلاعية

3-3- نتائج الدراسة الاستطلاعية

3- الدراسة الأساسية

3-1- عينة الدراسة وخصائصها

3-2- حدود الدراسة

3-3- أدوات جمع المعلومات

خلاصة الفصل

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد:

تعد الخطوات المنهجية الطريق الذي يتبعه الباحث في جمع وترتيب المعطيات وتوفير الوسائل و الأدوات التي يحتاجها الباحث تسهل عليه الحصول على معلومات مرتبة والتي تسهل عليه الإجابة على تساؤلاته المطروحة ومن خلال هذا الفصل سيتم عرض إجراءات تطبيق الدراسة.

1- منهج الدراسة:

إذا كان المنهج كما قال "هوفن" التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة عندما نكون جاهلين بها، وإما من أجل البرهنة عليها للآخرين عندما نكون عارفين بها **(بوحوش وآخرون، *1995*، ص.*43*)**، وإذا كانت المناهج أو طرق البحث عن الحقيقة تختلف باختلاف طبيعة الموضوع، فإن هذا الموضوع قد فرض علينا منهجه الخاص والمتمثل في المنهج الوصفي التحليلي الذي ارتأينا أنه الأصلح لهذه الدراسة، ويمكن أن يقدم للمنهج الوصفي التحليلي التعريف التالي: عرفه "عبيدات ذوقان" على أنه "أسلوب من أساليب التحليل المتمركزة على المعلومات الكافية والدقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج علمية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة **(عبيدات وآخرون، *1999*، ص.*46*)**.

كما عرف أيضا بأنه "طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا، عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها، وإخضاعها للدراسة الدقيقة" **(شفيق، *1985*، ص.*80*)**، وبالتالي فإنه يمكن من جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، للوصول إلى تعميمات مقبولة وهذا ما يتناسب مع طبيعة موضوع هذه الدراسة، وذلك لأننا بصدد إبراز العلاقة بين معنى الحياة والثقة بالنفس عند عينة من الأيتام .

2- الدراسة الاستطلاعية:

- ✓ تعتبر الدراسة الاستطلاعية أساسا جوهريا لبناء البحث كله ، وذلك لما يمكن للباحث تحقيقه من خلالها ، إذ تهدف الدراسة الاستطلاعية إضافة للتحقيق من صلاحية أدوات البحث إلى تعميق المعرفة بالموضوع المراد دراسته ،وتجميع الملاحظات والتعرف على أهمية البحث وتحديد فروضه .....الخ ،وبناء على ذلك وقبل البدء في إجراءات الدراسة الأساسية **(مختار،1995،ص48)**.

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تمثلت أهداف الدراسة الاستطلاعية التي تم القيام بها في النقاط التالية:

- ✓ التعرف أكثر على مجتمع البحث وعينة الدراسة
- ✓ الحصول على معلومات أولية حول موضوع الدراسة.
- ✓ التحقق من صحة أدوات جمع البيانات وتقنياتها ومدى صلاحيتها لجمع المعلومات.
- ✓ اكتشاف الصعوبات أو النقائص التي يمكن أن نصادفها خلال إجراء الدراسة الأساسية وذلك لمواجهتها أو تفاديها.

2-2- إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

تمثل الدراسة الاستطلاعية الخطوة التي تسبق الاستقرار نهائيا على خطة الدراسة، ويفضل القيام بدراسة استطلاعية على عدد محدود من الأفراد.

2-3- حدود الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية بجمعية الفتح بولاية المسيلة في بداية شهر ديسمبر سنة *2018*.

2-4-عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (*27*) يتيم.

2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- ✓ التعرف على ميدان الدراسة والظروف التي ستتم فيها.
- ✓ جمع المعلومات حول مجتمع الدراسة.
- ✓ معرفة العراقيل التي يمكن مواجهتها أثناء تطبيق أدوات الدراسة، من أجل تفاديها.
- ✓ التعرف على مدى ملائمة أدوات الدراسة للعينة المستهدفة.
- ✓ تم التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات القياس والتي هي مذكورة بالتفصيل في عنصر أدوات جمع البيانات.

3-الدراسة الأساسية:

بعد كل هذا تم الشروع في القيام بالدراسة الأساسية، التي سيتم توضيحها من خلال عرض لأدوات الدراسة، والمعاينة، وكيفية إجراء الدراسة مع التطرق إلى مختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في التحليل.

3-1- عينة الدراسة وخصائصها:

تعتبر العينة مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة ويجب أن تكون ممثلة له أحسن تمثيل، ذلك أن المجتمع يعتبر الهدف الأساسي من الدراسة حيث أن الباحث يعمم في النهاية النتائج عليه، ومن هنا يمكن تعريف المجتمع بأنه يتكون من الأيتام المتوفاة أمهاتهم و آباءهم ، وبعد تعريف المجتمع يتم التنقل إلى الخطوة التالية وهي تحديد عينة الدراسة.

وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (27) طفل يتيم من كلا الجنسين وتراوحت أعمارهم بين12-19 سنة تم اختيارها بطريقة قصدية وهي الطريقة التي يختار بها الباحث العينة عن قصد لتقديره أو تصوره أنها أقرب تمثيلا للمجتمع الأصلي.(**مصباح، *2008*، ص.*221*)**.

3-1-1-خصائص العينة الأساسية:

-البيانات الشخصية:

أ- الجنس:

الجدول رقم (01): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكر	*14*	*51,8*
أنثى	*13*	*(1) ,48*
المجموع	*27*	***%100***

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالا (*27*) فردا، نلاحظ أن حجم الذكور(*14*) بنسبة *51,8%*، أما الإناث فقد بلغ عددهن (*13*) أنثى بنسبة قدرت بـ *48,1*.

ب- السن:

الجدول رقم (02): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن

السن	التكرارات	النسبة المئوية
من12 سنة إلى 16سنة	*22*	*81,4*
من 16 سنة إلى 19 سنة	*5*	*18,5*
المجموع	*27*	***%100***

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالا (*27*) فردا، نلاحظ أن عدد الفئة العمرية (من 12 إلى 16 سنة) بلغ (*22*) بنسبة بلغت *81,4*%، أما عدد الفئة العمرية من *16سنة* إلى*19سنة* فقد بلغ عددهم (*5*) بنسبة قدرت بـ *18,5*%.

الجدول رقم (03): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب نوع الوفاة

نوع الوفاة	التكرارات	النسبة المئوية
أب	*11*	*40,7*
أم	*11*	*40,7*
أب+أم	*5*	*18,5*
المجموع	*27*	***%100***

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالا (*27*) فردا، نلاحظ أن عدد الأيتام المتوفين أمهاتهم و آباءهم (أب) بلغ (*11*) بنسبة بلغت *40,7*%، أما (أم) فبلغ عددهم (*11*) بنسبة قدرت بـ *40,7*%، أما (أب+أم) فبلغ عددهم (*5*) بنسبة قدرت بـ *18,5*%.

3-2- حدود الدراسة:

3-2-1- الحدود الزمنية: الموسم الدراسي *2018-2019*.

3-2-2- الحدود المكانية: تم إجراء التطبيق على العينة لأدوات البحث في *جمعية خاصة بالأيتام*، جمعية الفتح ، لولاية المسيلة .

3-2-3- الحدود البشرية:أجريت الدراسة على عينة قوامها (*27*) يتيم متوفي الأب و الأم من كلا الجنسين وبمختلف المستويات.

3-3- أدوات الدراسة:

يتم تحديد وسائل جمع البيانات كخطوة أساسية في الدراسة الميدانية وذلك من أجل تحقيق الأهداف التي أجريت من أجلها هذه الدراسة، حيث أن طبيعة الموضوع تلعب الدور الأهم في تحديد هذه الأدوات، فالذي يصلح في دراسة معينة قد يكون أداة فاشلة في دراسة أخرى، ومن خلال هذه الدراسة التي أجريت من أجل الوصول إلى أهدافها الأساسية والمتمثلة

في قياس العلاقة بين متغيرات الدراسة حيث أن بنية الموضوع هي التي تلعب الدور الهام في اختيار وتحديد الأدوات المناسبة واللازمة ومن خلال موضوع هذه الدراسة يمكن الإشارة إلى الموضوع أو الظاهرة ألا وهي علاقة معنى الحياة بالثقة بالنفس لدى عينة من الأيتام المتوفاة أمهاتهم و آباءهم أو كليهما عينة من الأيتام ومن خلال هذا كان الأصح الأداتان و الأقرب اختيار الأداة وهي مقياس معنى الحياة و الثقة بالنفس وفيما يلي توضيح لذلك:

3-3-1- مقياس معنى الحياة:

وصف المقياس: أعد هذه القائمة، السيكولوجي، هارون توفيق الرشيدي (*1996*) تتكون القائمة من *39* بندا، تقيس معنى الحياة يجاب عنها بأسلوب تقريري، ضمن أربعة بدائل (لا،قليلا،متوسطا، كثيرا) بدرجات (*0،1،2،3*) على التوالي، حيث تشير ارتفاع درجة المقياس إلى ارتفاع معنى الحياة وانخفاضها في مستوى معنى الحياة لدى الأيتام.

بيانات العامة: وشملت البيانات العامة (متغير الجنس، متغير السن، نوع الوفاة).

توضيح طريقة الإجابة: تتم الإجابة على فقرات أداة القياس بوضع علامة (×) في الخانة.

ثانيا: مقياس معنى الحياة:

أ-**الصدق:** تم حساب صدق المقياس عن طريق حساب الاتساق الداخلي بطريقة:

أولا: حساب معامل ارتباط عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه: حيث تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس.

الجدول رقم(4): مصفوفة ارتباطات العبارات مع الدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة

		الدرجة الكلية			الدرجة الكلية			الدرجة الكلية
ع1	معامل الارتباط	,404*	14	معامل الارتباط	,654**	27	معامل الارتباط	,756**
	مستوى	,027		مستوى	,000		مستوى	,000

	الدلالة		الدلالة		الدلالة		
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	حجم العينة		30
ع2	معامل الارتباط	,827**	معامل الارتباط	,779**	معامل الارتباط		,749**
	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	28	,000
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	حجم العينة		30
ع3	معامل الارتباط	,436*	معامل الارتباط	,812**	معامل الارتباط		,791**
	مستوى الدلالة	,016	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	29	,000
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	حجم العينة		30
ع4	معامل الارتباط	,762**	معامل الارتباط	,620**	معامل الارتباط		,755**
	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	30	,000
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	حجم العينة		30
ع5	معامل الارتباط	,762**	معامل الارتباط	,623**	معامل الارتباط		,684**
	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	,000	مستوى الدلالة	31	,000
	حجم العينة	30	حجم العينة	30	حجم العينة		30

ع6	معامل الارتباط	,647**	19	معامل الارتباط	,513**	32	معامل الارتباط	,786**
	مستوى الدلالة	,000		مستوى الدلالة	,004		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع7	معامل الارتباط	,682**	20	معامل الارتباط	,502**	33	معامل الارتباط	,762**
	مستوى الدلالة	,000		مستوى الدلالة	,005		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع8	معامل الارتباط	,550**	21	معامل الارتباط	,576**	43	معامل الارتباط	,762**
	مستوى الدلالة	,002		مستوى الدلالة	,001		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع9	معامل الارتباط	,520**	22	معامل الارتباط	,804**	35	معامل الارتباط	,648**
	مستوى الدلالة	,003		مستوى الدلالة	,000		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع10	معامل الارتباط	,464**	23	معامل الارتباط	,797**	36	معامل الارتباط	,762**

	مستوى الدلالة	,010		مستوى الدلالة	,000		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع11	معامل الارتباط	,610**		معامل الارتباط	,437*		معامل الارتباط	,714**
	مستوى الدلالة	,000	24	مستوى الدلالة	,016	37	مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع12	معامل الارتباط	,816**		معامل الارتباط	,760**		معامل الارتباط	,777**
	مستوى الدلالة	,000	25	مستوى الدلالة	,000	38	مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
ع13	معامل الارتباط	,827**		معامل الارتباط	,383*		معامل الارتباط	,683**
	مستوى الدلالة	,000	26	مستوى الدلالة	,037	39	مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30		حجم العينة	30
**الارتباط دال عند (0.01)								
*الارتباط دال عند (0.05)								

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس (معنى الحياة) والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0,01)

حيث تراوحت جميعها بين (*0,46*) و(*0,82*)، ما عدا العبارات رقم (*1/3/24/26*) كانت دالة عند مستوى الدلالة (*0,05*) حيث بلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس (*0,40/ 0,43/0,43/0,38*) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس معنى الحياة.

ب-الثبات:

تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة:

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

الجدول رقم (05): يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس معنى الحياة

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
39	***0,755***

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل بلغ (*0,75*) وهو معامل ثبات مرتفع، وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات الأداة، وهذا يعني أن مقياس معنى الحياة يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحة للتطبيق في الدراسة الأساسية.

3-3-2- مقياس الثقة بالنفس :

إعداد الغامدي (2009م) ، ويتكون المقياس من (22) عبارة تتدرج تحت خمسة أبعاد مختلفة للثقة بالنفس وهي (الطلاقة اللغوية ، والجانب الاجتماعي ، والجانب النفسي ، والجانب الفسيولوجي ، والاستقلالية) لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (22-66) درجة ، ويحدد المقياس مستويين للثقة بالنفس على النحو التالي:

أ- ثقة بالنفس مرتفعة عند حصول المفحوص على (45-66) درجة

ب- ثقة بالنفس منخفضة عند حصول المفحوص على (22-44) درجة . قام الباحث بحساب الصدق والثبات للمقياس باستخدام صدق المحكمين ، بعرض أداة المقياس على

مجموعة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات والمتخصصين في علم النفس والصحة النفسية بهدف الكشف عن مدى صدق فقرات الأداة وملائمتها لقياس ما وضعت لقياسه . وكذلك الصدق العاملي حيث قام بإجراء دراسة استطلاعية للمقياس وذلك بتطبيقها على عينة بلغت (52) طالباً وبعد إجراء التحليل الإحصائي (معامل ارتباط بيرسون) قام بحذف العبارات التي كان معامل ارتباطها ضعيفاً وغير داله إحصائيا .وأيضا استخدم الباحث الاتساق الداخلي فكانت جميع العبارات دالة عند مستوى (01.0)ومستوى (05.0) مما يعني ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي وتشير الى مؤشرات صدق مرتفعة . و استخدم كذلك صدق المقارنة الطرفية ، حيث تم حساب الفروق بين متوسطات درجات الارباعي الأعلى ومتوسطات مجموعة الارباعي الأدنى باستخدام اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات واتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (01.0) بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات على جميع أبعاد مقياس الثقة بالنفس والدرجة الكلية للمقياس وهذا يعني صدق المقياس التميزي ، ويدل على صدق المقياس والثقة في التمييز بين المستويين . ويتضح لنا أن مؤشرات الصدق مرتفعه ومطمئنة ومقبولة في البحث العلمي . وفيما يتعلق بالثبات فقد أستخدم الباحث معامل ألفا كرونباخ لجميع أبعاد المقياس وكانت الدرجة الكلية للمقياس (75.0) وهي مرتفعة ومقبولة بالبحث العلمي وتدل على ثبات المقياس.

خلاصة:

بإتباع خطوات البحث المعروفة من منهج سليم وعينة ممثلة وأساليب إحصائه صحيحة، والتأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات القياس أمكن الباحثة من الشروع في الدراسة وذلك من خلال عرض النتائج وتحليلها ومنقاشتها في ظل فرضيات الدراسة والدراسة الحالية للباحثة.

الفصل الخامس

عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1- عرض وتحليل الفرضيات

2- تفسير ومناقشة نتائج الدراسة

خلاصة

تمهيد

بعد ما تطرقنا في الفصل السابق للإجراءات المنهجية للدراسات الميدانية المتبعة وبعد القيام بجمع المعلومات والبيانات من أفراد العينة عن طريق الأداة المختارة سنقوم بعرض النتائج وتحليلها طبقا للفروض الموضوعة وكذلك مناقشتها وتفسيرها.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

التي تنص على أنه:

"توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المعنى في الحياة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى أفراد عينة الدراسة ". ولمعالجة هذه الفرضية إحصائيا تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس المعنى في الحياة وكذا درجاتهم على مقياس الثقة بالنفس لدى عينة الأيتام؛ وجاءت نتائج معالجة هذه الفرضية كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (6): يمثل نتائج معامل الارتباط بين المعنى في الحياة والثقة بالنفس.

المتغيرين	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
المعنى في الحياة	27	64.70	23.58	0.65	دال عند 0.01
الثقة في النفس	27	47.33	6.90		

من خلال الجدول رقم. (06) نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" بين المعنى في الحياة والثقة بالنفس جاءت تساوي 0.65 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01، وهذا يدل على أنه توجد علاقة ارتباطيه قوية طردية بين المعنى في الحياة والثقة بالنفس بمعنى أنه كلما زاد المعنى في الحياة لدى اليتيم زادت ثقته بنفسه. ويمكن تفسير هذه النتيجة وذلك بوجود علاقة ترابطية تعاونية بين المتغيرين فالمعنى في الحياة يعني نظرة الشخص للحياة بجانبها المشرق وبايجابية وحتما سيكون لدى الفرد ثقة فحب الشخص للحياة يحفزه ويحببه بذاته

أما إذا فقد الشخص المعنى من الحياة فحتما ستتراجع ثقته بنفسه وتقديره لذاته ولهذا فان العلاقة بين هاذين المتغيرين علاقة تكاملية غير متناقضة وذلك من بين النتائج التي تم التوصل إليها من خلال ما تم البحث فيه.

من خلال مراجعة نتائج هذه الفرضية ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة يتضح لنا أنه لا توجد ولا دراسة سابقة توصل إلى وجود العلاقة بين المتغيرين وذلك في حدود علم الباحثين الحالين.

- عرض نتائج الفرضية الثانية:

التي نصت على أنه: "توجد فروق في كل من المعنى في الحياة وكذا الثقة بالنفس تعزى لمتغير الجنس". ولاختبار هذه الفرضية تم الاعتماد على المعالجة الإحصائية، وذلك بحساب اختبار (ت) لعينيتين مستقلتين. بين نتائج الذكور والإناث في متغيري الدراسة، وجاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (07) الفروق في المعنى في الحياة والثقة بالنفس حسب متغير الجنس

النتائج		العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
المعنى في الحياة	ذكر	13	64.53	23.00	0.034 -	غير دالة
	أنثى	14	64.85	24.97		
الثقة بالنفس	ذكر	13	47.30	7.28	0.01 -	غير دالة
	أنثى	14	47.35	6.80		

من خلال الجدول يتضح لنا بأن قيمة اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في كلا متغيري الدراسة (المعني في الحياة، الثقة في النفس) جاءت غير دالة، مما يعنى هذا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيري الدراسة لدى الأيتام، ويكمن تفسير هذه النتيجة كون أن عامل الجنس (ذكر، أنثى) لا يؤثر في بناء كل من عامل معنى الحياة وكذا الثقة بالنفس بوفاة أحد الوالدين أو كلاهما، فمثلا نجد أن الإناث يتأثرن

بموت الوالدين بشكل نوعا ما أكبر مقارنة بنظرائهن من الذكور ، ذلك أنهن أكثر حساسية في الجانب العاطفي، باعتبار أن الأم هي الصدر الأول للبنت والأب هو مركز الأمان وتقوية الثقة بالذات. وكذلك بالنسبة للذكور إذ يعتبر الأب قدوة للطفل ومثله الأعلى؛ ففقدان هذا المثل الأعلى قد يخل من توازن حياته وقد يدفعه وينمي ثقته بنفسه، في حين تعتبر الأم هي منبع الحنان والعاطفة بالسبة إليه. ولكن مما يعنى أن لكلا الطرفين الأثر ذاته وكلاهما يتأثران نتيجة لفقدان الوالدين.

من خلال مراجعة نتائج هذه الفرضية ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة يتضح لنا أنه لا توجد ولا دراسة تناولت العلاقة بين المتغيرين دارجين ضمن الدراسة الحالية التي تدرس علاقة معنى الحياة والثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام بالرغم لتطرق عدة دراسات لهذه الفئة من المجتمع وتم دراستها من عدة جوانب أما بخصوص العلاقة المدروسة فتم تحديد العلاقة في الدراسة الحالية وباتباع خطوات ومقاييس أدرجت من خلالها نتائج تم التوصل اليها .

- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

والتي نصت على أنه:"توجد فروق في المعنى في الحياة والثقة بالنفس لدى عينة الدراسة تعزى لنوع الوفاة"، ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي، وبعد المعالجة الإحصائية لهذه الفرضية تم التوصل إلى النتائج التالية:

جدول رقم (08) يوضح المتوسطات والانحرافات متغيري الدراسة تبعا نوع الوفاة

المتغيرات	المجموعات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المعنى في الحياة	وفاة الأب	11	57,2727	29,00376
	وفاة الأم	11	74,7273	18,88434
	وفاة الأب والأم	5	59,0000	12,34909
	الكلي	27	64,7037	23,58587
الثقة بالنفس	وفاة الاب	11	46,9091	8,59598
	وفاة الام	11	47,9091	5,78713
	وفاة الأب والأم	5	47,0000	6,28490

	الكلي	27	47,3333	6,90039

الجدول رقم (09) يوضح الفروق في المعنى في الحياة والثقة بالنفس تبعا لمتغير نوع الوفاة

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
المعنى في الحياة	داخل المجموعات	1875,266	2	937,633	1,788	0.189
	ما بين المجموعات	12588,364	24	524,515		
	العينة ككل	14463,630	26	///		
الثقة بالنفس	داخل المجموعات	6,182	2	3,091	,060	0.942
	ما بين المجموعات	1231,818	24	51,326		
	العينة ككل	1238,000	26	///		

من خلال نتائج الجدول يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من المعنى في الحياة والثقة بالنفس لدى الأيتام حسب متغير نوع الوفاة (أب، أم، أب + أم). ويمكن تفسير هذه النتيجة على أنه لا يوجد اختلاف عند اليتيم في المعنى في الحياة لدى المتوفية أمهاتهم والمتوفين أبائهم وكذلك الفرق هو في الثقة بالنفس. وذلك يرجع لدور كل منهما ومكانة ودور أحدهما في حياة ذلك الطفل. فكل من الوالدان له دور وتأثير كبير على حياة الطفل، حيث يؤكد أن دور الأم أكثر أهمية في حياة الطفل غير أن الواقع يؤكد أن دور الأب يحمل ذات الأهمية إذ أن النظرة السليمة للطفل واكتساب ثقته بنفسه وأصول التنشئة السليمة للطفل تقتضي وجود الأب والأم معا ولا يستغني أحدهما عن الآخر؛ فدور الأب الذي يعتبر المثل الأعلى للطفل والقدوة الصحيحة في نظره الذي يشكل له جدار الحماية، كما يساهم بدوره في تقوية الثقة

بالنفس وتكوين نظرة إيجابية للحياة وإعطائها معنى، وكذلك الأم باعتبارها منبع ومصدر الحنان للطفل، فغياب هذا الدور يخل في توازن مشاعر الطفل اليتم. ولذا فإن وفاة أحدهما أو كلاهما له أثر في معنى الحياة والثقة بالنفس لدى الأيتام ولكل منهما له تأثير مختلف عن الآخر بدورها أشياء لها أهمية في ذات الطفل وشخصيته.

من خلال مراجعة نتائج هذه الفرضية ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة يتضح لنا أنه لا توجد ولا دراسة سابقة توصل إلى أنه لا توجد دراسة تجمع علاقة المتغييرين المدروسين لهذا فقد تم الاعتماد في تفسير كل نتائج دراسة على الدراسة الحالية ومجهود البحث والتي تقر أنه لا توجد علاقة بنوع الوفاة ومعنى الحياة وكذلك الثقة بالنفس باعتبار كلا الوالدين يؤثرا على متغيري الدراسة سواء بالإيجاب أو السلب ومما توصل اليه أنه لا توجد فروق في الثقة بالنفس ومعنى الحياة ترجع لنوع الوفاة وذلك لتساوي الأدوار في حياة الطفل وتم تأكيد ذلك بالدراسة الميدانية وهذا كتفسير لها .

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل بعد الدراسة الميدانية تم الوصول إلى نتائج تم تحليلها في ضوء الفرضيات المدروسة وتقديم جملة من الاقتراحات التي من شأنها مساعدة الباحثين في التقصي والبحث في هذا الموضوع.

خاتمة

خاتمة:

يعتبر معنى في الحياة من أهم المواضيع التي احتلت مكانة هامة في علم النفس ونالت حيزا كبيرا وتزداد أهمية دراسة هذا الموضوع من خلال الحالات التي تناولناها وهي من فئة الأيتام ويعد البحث عن معنى الحياة هدف يسعى إليه كل إنسان فقد ميز الله الإنسان عن سائر الكائنات بالعقل وبالتالي فهو وحده المشغول بالبحث عن هدف ومعنى لحياته والبحث عن دوره المختلف الذي لا يستطيع أحد غيره أدائه.

وإذا كانت إحدى وسائل الكشف عن معنى للحياة هي الاضطرابات النفسية التي أصبحت حديث الساعة وقد مست شرائح المجتمع وكون الأيتام جزء لا يتجزأ من هذا المجتمع حيث أن لها مكانة خاصة في مجتمعنا وكونهم يعانون من اضطرابات مختلفة من بينها الخوف الاجتماعي الذي زاد انتشاره وباعتباره اضطراب خطير يعيق المصاب به من إكمال حياته المدرسية أو المهنية وللثقة بالنفس أهمية كبيرة في التخفيف من الضغوط النفسية التي يتعرض لها بعض الأيتام.

ومن هنا هدفت الدراسة الحالية دراسة معنى الحياة وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الأطفال الأيتام إلى مجرد محاولة للتعرف على مدى علاقة الأيتام بالضغوطات النفسية فنتائجها غير نهائية تبقى بحاجة إلى التقصي والدراسة .

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

المراجع باللغة العربية:

1- أشرف عبد الحليم 2010 قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة والضغوط النفسية لدى عينة من الشباب المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

2- خلود رحيم عصفور ،2010 بناء مقياس معنى الحياة كما تدركه طالبة الجامعة على وفق.

3- خليل ميخائيل معوض :**علم النفس الاجتماعي**، ط1 ، دار الفكر الجامعي، مصر ،1999.

4- سليمان عبد الواحد إبراهيم :**الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية رؤية في إطار علم النفس الايجابي**، ط1 ، دار الصفاء، الأردن،2014.

5- عكاشة احمد 1998 الطب النفسي المعاصر، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.

6- غنيم سيد محمد 187 م، سيكولوجية الطفولة، ط 2،دار النهضة العربية القاهرة .

7- محمد سعد حامد عثمان: 2010 ، الاكتئاب و علاقته بتقدير الذات و معنى الحياة لدى الشباب،ط1، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية.

8- مليكة لويس كامل 1989 سيكولوجية الجماعات والقيادة، الجزء الأول الهيئة المصرية العامة للكتاب

9- نصر الدين جابر :**مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي**، ط2 ، مخبر التطبيقات النفسية والتربوية، قسنطينة، 2012.

10- هارون توفيق الرشيدي 1999 ، الضغوط النفسية(طبيعتها، نظريتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

المراجع باللغة الأجنبية:

11- ألفريد آدلر :ترجمة عادل نجيب بشرى ، 2005 ، معنى الحياة، الطبعة الأولى، القاهرة : المجلس الأعلى للثقافة.

12- فكتور إميل فرانكل :**الإنسان يبحث عن المعنى** ،ترجمة إيمان منصور، ط2 ، دار الزهراء، القاهرة ،2001

13- فيكتور فرانكل :1982 الإنسان يبحث عن المعنى ، ترجمة طلعت منصور، دار القلم،الكويت.

المذكرات والرسائل الجامعية :

14- اسعد يوسف ميخائيل 1980 م ،الثقة بالنفس، القاهرة،دار النهضة، مصر .

15- الدوسقي مجدي محمد 2008 م، دراسات في الصحة النفسية المجلد الثاني، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية

16- الشناوي ،محمد محروس والدماطي ،عبد الغفار ،عبد الحكيم 1993 م مقياس الغضب المتعدد الأبعاد (دراسة عامية)الرياض :دار الخرجي.49 ص 47-75

17- الغامدي ،سعيد صالح 1410هجري الدافع للانجاز والذكاء لدى المتأخرين دراسيا والعاديين من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف ،رسالة ماجستير مكة المكرمة ،جامعة أم القرى .

18- جاب الله يمينة: **المعنى في الحياة وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة العانس،** رسالة ماجستير، الجزائر.

19- داليا عبد الخالق عثمان يوسف 2009 معنى الحياة و علاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الدراسة لدى طلاب الجامعة، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في التربية ،جامعة الزقازيق.

20- سلام هاشم حافظ :**معنى الحياة وعلاقته بالقلق الوجودي والحاجة للتجاوز**، رسالة

21- صالح محمود عبد الله 1998م أساسيات في الإرشاد التربوي ،الرياض:دار المريخ .

22- عبد الهادي ، عصام عبد اللطيف 1997م أثر العلاج العقلاني الإنعالي في خفض العدوانية لدى المراهقين، رسالة دكتورا غير منشورة ،كلية الآداب جامعة الزقازيق .

دكتوراه في علم النفس العام، بغداد،2002.

23-العريفي ناديا محمد 1412 هجري ،الأسرة وبرمجة التفكير الايجابي لدى الطفل (دراسة نفسية تربوية) ،طهران .

المعاجم والموسوعات:

24- إبراهيم وآخرون 1973: المعجم الوسيط ،ط 2، دار العارف، القاهرة، مصر.

المجلات والدوريات:

25- المخزومي أمل 2002 م، التنشئة الاجتماعية والثقة بالنفس ، مجلة المنهل، العدد 133.

26- أمجد كاظم فارس2016 الشعور بالنقص و علاقته بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة، مجلة الأستاذ،العدد 218 ،المجلد الثاني،جامعة بغداد.

227- بشير معمرية :المعنى في الحياة مفهوم أساسي في علم النفس الايجابي ، المجلة العربية للعلوم النفسية، الجزائر،2012.

28- جميلة رحيم عبد الوائلي :المعنى في الحياة وعلاقته بالشخصيةAو Bلدى طلبة جامعة بغداد، العدد 201 ، بغداد،2012.

29- حسام أحمد محمد إسماعيل، د .سامية سمير شحاتة، 2010 معنى الحياة و علاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من حفاري القبور، دراسات نفسية ، العدد الثالث.

30- حنان بنت أسعد خوج2011 معنى الحياة وعلاقته بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالمملكة العربية السعودية،مجلة جامعة أم القرى.

31- خيري أحمد حسن و حسين علام، دراسة تحليلة لمعنى الحياة في علاقته بكل من الصلابة النفسية و التحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة، المجلة التربوية ، العدد الثالث عشر، كلية التربية جامعة جنوب الوادي(فرع سوهاج)،1998.

32- محمد حسن الأبيض، 2010 مقياس معنى الحياة لدى الشباب .مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، المجلد،العدد 34.

33 - Multidimensional Response Model، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد الخامس والعشرون، مجلة بغداد.

34- العنزي فريح عويد، 2001 م :المكونات الفرعية الثقة بالنفس والخجل، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد3.

المؤتمرات:

35- سميرة أبو غزالة 2007 ، فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية وتحسين المعنى الإيجابي للحياة لدى طلاب الجامعة .المؤتمر السنوي الرابع عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، في الفترة من 9 - 8 ديسمبر.

36- عبد الرحمن سيد سليمان و إيمان فوزي، 1999 معنى الحياة و علاقته بالاكتئاب النفسي لدى عينة من المسنين العاملين و غير العاملين(جودة الحياة)المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة 12 - 10 (نوفمبر.).