بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة دنـــــــقلا

كلية الدراسات العليا

كلية التربية-قسم علم النفس

تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية

(دراسة ميدانية على طلاب جامعة دنقلا)

بحث مقدم لنيل درجة دكتوراه فلسفة في علم النفس التربوي

إشراف الدكتور :

أ.د.أنور أحمد عيسى

إعداد الباحث:

مجذوب أحمد محمد أحمد قمر

1436هـ-2015م

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿رَبَّنَا آتِنَا منْ لدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيّئْ لنَا مِنْ أَمْرنَا رَشَداً﴾

صدق الله العظيم

(الكهف:10)

إهـــــداء

إلى مدرسة البذُل و العطاء والعطف والحنان من ربياني فأحسنا تربيتي

أبي وأمي اللذين أستـمد منهما القوة والقـدرة على مواصــلة تعليــمي

"ودعاؤهما هو سر نجاحي"

إلى ابنتي الغالية بدور.....

إلى إخوتي الكرام....

إلى زملائي وأصدقائي الأوفياء...

إلى كل من وقف بجانبي مشاركاً وموجهاً وناصحاً

أهدي لكم جميعاً ثمرة هذا الجهد

الباحث

الشكر والتقدير

الحمد الله الذي بنعمته تتم الصالحات والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وبعد.

إنني وقد أكملت هذه الدراسة أتوجه بالحمد والثناء الجزيل إلى الله سبحانه وتعالى الذي وفقني وأعانني على ذلك فله الحمد وله الشكر أولاً وأخيراً، امتثالاً لقوله" وَمَن شَكَرَ فَإِنمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ" (النمل :40)، يتقدم الباحث بأسمى آيات الشكر والعرفان والتقدير إلى جامعة دنقلا العريقة على منحي هذه الفرصة لتكملة مسيرتي التعليمية لنيل درجة الدكتوراه وأتقدم بالشكر و الامتنان لأستاذي الجليل د.محجوب الصّديق محمد أحمد الذي شكل لي دافعاً معنوياً كان خير زاد و أستاذي الفاضل د. أنور أحمد عيسى الذي تفضل مشكوراً بالإشراف على هذه الرسالة، ومنحني من وقته وعلمه وتوجيهاته ما جعل هذه الرسالة تخرج بهذا الشكل.

أتقدم بخالص الشكر والعرفان والتقدير إلى صديقي العزيز د.محمد عبد الله داؤد الذي قام بتحليل نتائج هذه الدراسة .

الشكر والتقدير للأساتذة الذين قاموا بتحكيم مقاييس هذه الرسالة فلهم مني جزيل الشكر والتقدير و لا يفوتني أن أخط عظيم تقديري وعرفاني لطلاب جامعة دنقلا و إدارة كلية التربية مروي ، لما بذلوه من جهد ومساعدة لي في دراستي ، وتطبيقاتها.

كما أتقدم بالشكر لمكتبة التربية (عطبرة –الدامر –مروي –دنقلا –الدلنج ،الخرطوم – السودان – أم درمان –النيلين –الزعيم الازهري).

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير لوالدي العزيزين والى جميع أفراد أسرتي على الدعم المعنوي المتواصل، وشكري وعرفاني لأصدقائي وزملائي بجامعة دنقلا بصفة عامة وكلية التربية بصفة خاصة وكل من قدم المساعدة والتشجيع لإنجاز هذه الرسالة ، كما لا يفوتني أن أشكر كل من ساهم في انجاز هذه الرسالة بالرأي أو التوجيه أو الاقتراح.

لا يفوتني أن اخط جزيل شكري للعمة نفسية محمد وأسرتها الذين كانوا عوناً لي في كتابة هذه الرسالة وابنها الغالي خضر المقدم أحمد الذي قام فلهم مني جزيل الشكر.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين

الباحث

قائمة المحتويات

المحتوي	رقم الصفحة
الآية.	أ
الإهداء.	ب
كلمة الشكر.	ج
قائمة المحتويات.	د– ز
قائمة الجداول.	ح–ط
قائمة الملاحق.	ي
مستخلص الدراسة باللغة العربية .	ك
مستخلص الدراسة باللغة الانجليزية.	ل
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	6-1
مقدمة الدراسة.	1
مشكلة الدراسة.	3
أهمية الدراسة .	4
أهداف الدراسة .	5
فروض الدراسة .	5
حدود الدراسة.	6
مصطلحات الدراسة.	6
الفصل الثاني : الإطار النظري و الدراسات السابقة	89-8
المبحث الأول: تقدير الذات	**38–8**
تمهيد.	8
الذات الإنسانية وتطورها.	9
مفهوم تقدير الذات.	13
الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات.	16
الذات وكيفية بنائها.	19
بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات.	22
العوامل المؤثرة في تقدير الذات.	24
اختلاف تقدير الذات باختلاف مواقفها.	26

الأسباب التي تؤدي إلى تكوين المفهوم السلبي للذات.	27
المفهوم الايجابي للذات.	27
نظريات تقدير الذات.	29
نمو تقدير الذات وعلاقته بالأسرة وجماعة الرفاق.	34
مستويات تقدير الذات.	38
المبحث الثاني: السلوك العدواني	**60-43**
تمهيد.	43
تعريف السلوك العدواني.	44
بعض المصطلحات ذات العلاقة بالسلوك العدواني.	45
مظاهر السلوك العدوان .	47
أسباب السلوك العدواني.	50
تصنيف السلوك العدوان.	58
أهداف السلوك العدواني.	59
العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني.	60
المبحث الثالث : قلق المستقبل	76-63
تمهيد.	63
مفهوم القلق.	64
قلق المستقبل.	65
مفهوم قلق المستقبل.	66
أسباب قلق المستقبل.	68
التأثير السلبي لقلق المستقبل.	68
التعامل مع قلق المستقبل.	70
سمات ذوي قلق المستقبل.	73
الآثار السلبية لقلق المستقبل.	74
أساليب العلاج النفسي للحد من قلق المستقبل.	76
المبحث الرابع الدراسات السابقة	89-78
تمهيد.	78
الدراسات ذات الصلة بتقدير الذات.	87

الدراسات ذات الصلة بالسلوك العدواني.	81
الدراسات تناولت العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني.	82
الدراسات ذات الصلة بقلق المستقبل.	84
عرض ناقد للدراسات السابقة.	87
أوجه الالتقاء بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية.	88
موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.	89
الفصل الثالث: منهج وخطوات وإجراءات الدراسة الميدانية	90 -103
تمهيد.	90
منهج الدراسة.	90
مجتمع الدراسة.	90
عينة الدراسة.	90
أدوات الدراسة.	91
مقياس تقدير الذات.	91
مقياس السلوك العدواني.	94
مقياس القلق المستقبل.	99
أساليب المعالجة الإحصائي.	103
الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج	104 -114
عرض ومناقشة نتيجة الفرض الأول.	104
عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثاني.	105
عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثالث.	107
عرض ومناقشة نتيجة الفرض الرابع.	108
عرض ومناقشة نتيجة الفرض الخامس.	109
عرض ومناقشة نتيجة الفرض السادس.	112
عرض ومناقشة نتيجة الفرض السابع.	113
عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثامن.	114
الفصل الخامس : الخاتمة	115 -132
ملخص النتائج.	115
التوصيات.	115
المقترحات.	116

قائمة المصادر والمراجع.	116
المصادر.	116
المراجع العربية.	117
الكتب المترجمة.	121
الرسائل الجامعية.	123
الدوريات.	124
المراجع والدوريات والرسائل الجامعية باللغة الانجليزية.	129
الملاحق.	132

قائمة الجداول

رقم الجدول	محتوى الجدول	الصفحة
.1	توزيع عينة الدراسة.	91
.2	أبعاد وفقرات مقياس تقدير الذات.	92
.3	تعديلات المحكمين على مقياس تقدير الذات.	92
.4	معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس تقدير الذات بالدرجة الكلية.	93
.5	ارتباط المقاييس الفرعية مع الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات.	93
.6	معاملات الصدق التميزي بين أعلى درجات وأدناها.	94
.7	الصدق الذاتي بين المقاييس الفرعية والأداة ككل.	94
.8	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية و كرونباخ ألفا للمقاييس الفرعية والأداة ككل.	95
.9	أبعاد وبنود مقياس السلوك العدواني.	96
.10	العبارات التي تم تعديلها في مقياس السلوك العدواني.	96
.11	معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس السلوك العدواني مع الدرجة الكلية.	97
.12	ارتباط المقاييس الفرعية مع الدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني.	97
.13	معاملات الصدق التميزي بين أعلى درجات وأدناها.	98
.14	الصدق الذاتي بين المقاييس الفرعية والأداة ككل.	98
.15	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية و كرونباخ ألفا للمقاييس الفرعية والأداة ككل.	99
.16	تعديلات المحكمين على مقياس قلق المستقبل.	100
.17	العبارات التي تم حذفها من مقياس قلق المستقبل.	100
.18	معامل الارتباط كل فقرة من فقرات مقياس قلق المستقبل مع الدرجة الكلية للمقياس.	101
.19	يوضح معاملات الصدق التميزي بين أعلى درجات وأدناها.	101
.20	معاملات الصّدق الذاتي بين المقاييس الفرعية والأداة ككل.	102
.21	معاملات الثبات بطريقة التجزئة و كرونباخ ألفا للمقاييس الفرعية والأداة ككل.	102

22.	قيمة معامل الارتباط البسيط بين أبعاد تقدير الذات وأبعاد السلوك العدواني.	104
23.	معاملات الانحدار المتعدد التي تبين أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بالسلوك العدواني.	105
24.	معاملات الارتباط المتعدد والخطأ المعياري لمعرفة درجة إسهام تقدير الذات في ظهور السلوك العدواني.	105
25.	معاملات الانحدار لمعرفة مدى إسهام كل بعد من أبعاد تقدير الذات في التنبؤ بالسلوك العدواني.	106
26.	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمة (ت) لمعرفة دلالة الفروق بين الجنسين في تقدير الذات.	107
27.	التباين الأحادي لمعرفة الفروق بين تقدير الذات وتقدير الطالب.	108
28.	تحليل التباين الثّنائي لبيان التفاعل بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على تقدير الذات.	109
29.	تحليل التباين الثّنائي بين التفاعل بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على السّلوك العدواني.	110
30.	اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين في قلق المستقبل.	112
31.	معاملات الانحدار المتعدد لبيان أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بقلق المستقبل.	113
32.	معامل الارتباط لمعرفة العلاقة بين قلق المستقبل والسلوك العدواني.	114

قائمة الملاحق

رقم الملحق	المحتـوي الملحق	رقم الصفحة
.1	يوضح أسماء الأساتذة المحكمين للأدوات جمع البيانات	132
.2	مقياس تقدير الذات الصورة الأصلية.	133
.3	مقياس تقدير الذات الصورة المبدئية.	135
.4	مقياس تقدير الذات الصورة النهائية.	137
.5	مقياس القلق المستقبل الصورة الأصلية.	139
.6	مقياس القلق المستقبل الصورة المبدئية.	141
.7	مقياس القلق المستقبل الصورة النهائية.	143
.8	مقياس السلوك العدواني الصورة الأصلية.	145
.9	مقياس السلوك العدواني الصورة المبدئية.	147
.10	مقياس السلوك العدواني الصورة النهائية.	149

المستخلص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل و ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب جامعة دنقلا، أستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتمثل مجتمع الدراسة في طلاب جامعة دنقلا تم اختيار عينة الدراسة عن طريق العينة العشوائية الطبقية من كليات جامعة دنقلا حيث اختار الباحث خمس كليات بطريقة عشوائية من مجموع عشر كليات حيث بلغ حجم عينة الدراسة (277) طالباً من مجتمع الدراسة الكلي الذي يبلغ حوالي (2747) من جامعة دنقلا للعام الدراسي 2012-2013م واستخدم الباحث طرق متعددة في المعالجات الإحصائية تمثلت في اختبار (ت) للمجموعتين المرتبطتين ومعامل ارتباط (بيرسون) ، ومعامل ثبات (الفا كرونباخ).توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: وجود علاقة دالة إحصائياً بين جميع أبعاد تقدير الذات وأبعاد السلوك العدواني ما عدا تقدير الذات العائلي لدى طلاب جامعة دنقلا، تقدير الذات العائلي كان أكثر تنبؤاً بالسلوك العدواني ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائياً في السلوك العدواني وتقدير الطالب في العام الماضي، يوجد التفاعل دال إحصائياً بين تقدير الذات و السلوك العدواني ومتغيرات التقدير الجامعي ووظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي. من أهم التوصيات التي توصلت إليها الدراسة، على الأسرة الابتعاد عن أساليب المعاملة غير السوية، نظراً لما تلعبه الأسرة من دور فعال في تنمية تقدير الذات الإيجابي وتشكيل شخصية الفرد خلال الست سنوات الأولى من حياته، يجب على الوالدين أن يعملا على تنمية اتجاهات إيجابية لدى أطفالهما، حتى يستطيعا أن يتقبلا أنفسهما ويقدراها ويثقا بها، ضرورة وضع برامج إرشادية أسرية من خلال وسائل الإعلام التي تساعد على تنمية ذات إيجابية، وتبعدهما عن السلوك العدواني ومظاهره السيئة المؤثرة على الصحة النفسية لدى الأبناء. كما توصلت الدراسة إلى مجموعة من المقترحات منها :تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة دنقلا.

Abstract

This study aimed to investigate the self-esteem and its relationship to aggressive behavior and Anxiety the future and some demographic variables at Dongola University students. The researcher used the analytical descriptive method. The Population of the study represents by University of Dongola students, the sample of this study was chosen as stratified random sample from five out of ten Faculties University of Dongola. The sample total was (277) students from the whole sample number(2747) students registered in the academic year 2012-2013. The researcher use various methods for the statistical processing such as (t-test) for the two related groups, Person correlation coefficient and valid coefficient (Cronbach's Alpha). The main results of this study are :There is a significant statistical relationship between all the dimensions of the self- esteem and the dimensions of aggressive behavior except the family self-esteem University of Dongola students, family self esteem is more predictive for aggressive behavior, No statistical significant differences in the aggressive behavior between males and females in self esteem for Dongola University students, No statistical differences in the aggressive behavior and the student's average in the past year, No significance interaction between self esteem and aggressive behavior and father's job and his academic level. The main recommendations are; The family shouldn't use bad treatment distance itself from the bad treatment, because it plays a great role in developing positive self and shaping the individual during the first six years of his life, The parents should deal with Attitude developing positive directions in their children until they accept their selves and trust them, Instructional programs should be put to help in developing positive self and distance them from aggressive behavior and its bad phenomena that affect on psychological health of the students. The study also found a set of proposals, including: self-esteem and its relationship to academic achievement at Dongola University students

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

تمهيد

إن من نعم الله على العبد أن وهبهُ القدرة على معرفة ذاته ووضعها في الموضوع اللائق فإن جهل الإنسان لذاته وعدم معرفته لقدراته يؤدي إلى أن يقيم ذاته تقييماً خاطئاً فإما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيثقل كاهلها، وإما أن يقلّل من شأنها فيسقط ذاته، فاحتلت الذات بذلك مكانة بارزة في نظرياتها ومدلولاتها وتعددت الآراء واختلفت التيارات التي تناولت فكرة الذات، وقد أهتم علماء النفس بالبحث في مدلولاتها وماهيتها، وكان للعلماء في تحديد مفهومها أبحاث متعددة أدت إلى وجود مدارس متعددة حاولت كل منهما أن تصبغ هذا المفهوم في إطار الفلسفة التي تتبناها ونوع البحوث التي أجرتها.

هناك متغيرات عديدة من الممكن أن تؤثر سلباً أو إيجاباً على تكوين ذات الفرد ومن تلك المتغيرات قلق المستقبل والتنشئة الاجتماعية والحالة الجسمية والصحية ...وغيرها من العوامل ولاحظ من ذلك أن تكيف الفرد مع أفراد مجتمعه سواء كان ذلك تكيفاً سلبياً أو إيجابياً سيؤثر على شخصيته فإذا كان تكيفه بصورة إيجابية أدى ذلك إلى شعوره بالأمن والاستقرار أثناء وجوده مع الآخرين، أما إذا كان تكيفه بصورة سلبية فقد يؤدي ذلك إلى شعوره بفقدان الصورة الواضحة الثّابتة لذاته، ويكون لديه صراعات داخلية مزمنة ويتجه نحو الحياة بحذر وبحماية شديدة لذاته فاقداً الأمل وشاعراً بالعجز، وأن قدرة الفرد على التوافق الناجح أو عدمه يتوقف إلى حد كبير على خبرات الفرد التي اكتسبها من الأسرة والمدرسة والمجتمع الكبير وكذلك على مدى نجاحه في بناء تصور إيجابي عن ذاته وتقديره لها وعن إمكانياته.

إن صحة وقوة المجتمعات والشعوب تقاس بمدى توفر صحة وقوة أفراده في شتى المجالات، ولا يمكن أن تتوفر لهذه النّاشئة الصّحة والقوة المتوازنة إلاّ بتربية سديدة، وتوجيه راشد للسلوك، لذا فالمدنية الحديثة وإن نجحت في تحقيق كثير من أسباب الراحة المادية للإنسان بما أنتجته من معدات تقنية فإنها : قد خلقت له الكثير من المشكلات النفسية ومن أبرز هذه المشكلات النفسية والسلوكية :السلوك العدواني، وهو ظاهرة واسعة الانتشار، وتكاد تميز هذا العصر نتيجة لتلك الصراعات والتوترات(العيسوي، 2007 :63).

إن السلوك البشري سلوك يعبر تعبيراً محدداً عن المحاولات التي يبذلها الفرد لمواجهة متطلباته، فلديه عدد من الحاجات التي تدفع به تارةً إلى سلوك لا يرضاه المجتمع، وتارةً إلى سلوك يجلب له الحمد والثناء .والسلوك العدواني سلوك يتميز بالخطورة، وتمتد آثاره إلى مجالات

التفاعل والنمو الاجتماعي، ويتداخل مع العملية التعليمية التعلمية، ظاهرة العدوان ظاهرة قديمة جداً، وارتبطت بالإنسان منذ خلقه، وذلك يّتضح من خلال قصة ابن آدم في قول الله تعالى ﴿فَطَوَّعَت لَهُ نَفسُهُ قَتل أَخيهِ فَقَتَلَهُ فأَصبَحَ منَ الخَاسِرِينَ﴾ "المائدة :30".

يحظى السلوك العدواني باهتمام كبير لدى علماء النفس في العصور الحديثة نظراً لانتشاره بنسب مرتفعة بين مختلف الفئات العمرية في المجتمعات، لاسيما بعد ما أصبح من المشكلات السلوكية الشائعة لدى طلاب الجامعات وذلك باعتباره سلوكاً غير مقبول اجتماعياً لمّا له من نتائج سلبية (سليمان،2008 :15).

كما يعد السلوك العدواني من القضايا المهمة في المجال التربوي، وسيظل أحد الموضوعات الجديرة بالبحث والتمحيص والدراسة، ويرى كثير من الباحثين أن السلوك العدواني شأنه شأن أي سلوك إنساني، متعدد الأبعاد، متشابك المتغيرات، متباين الأسباب بحيث لا يمكننا رده إلى تفسير واحد، ومع تعدد أشكال العدوان ودوافعه تعددت النظريات التي فسرت السلوك العدواني(العقاد،2001م :15).

إن ظهور السلوك العدواني لدى الطالب الجامعي هو دليل على سوء التكيف والتقدير السلبي لذاته حيث بدأ للأسف يظهر لنا بعض من تشوهاتنا الاجتماعية والأسرية على السطح في الآونة الأخيرة والمتمثلة في العنف والسلوك العدواني والذي أضحى من أخطر مشكلات مجتمعاتنا المعاصرة.وظهرت العديد من الدراسات المسحية في أمريكا وبريطانيا أن العدوان من أكثر المشكلات السلوكية لدى الطلاب (محمود، 1998: 6).

إن الاهتمام بدراسة قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة، اهتمام بالمجتمع بأسره لأنهم سيقودون المجتمع في المستقبل القريب وأن إغفال طاقاتهم أو تجاهلها، يجعلها أن تتحول إلى طاقات منتجة ومبدعة أو تتحول إلى طاقات تدميرية، تدمر ذاتها ومجتمعها في آن واحد .إذ لم تجد لها مخرجاً مناسباً بعيداً عن كثير من الأمراض والاضطرابات السلوكية التي تفتك بها (على وعبد الله، 1999م :86).

إن أحد مصادر القلق هو توقع تهديد ما، سواء كان هذا التهديد معلوماً أو غامضاً. فمن البديهي إن التوقع يرتبط بالأحداث المستقبلية. ولا ينشأ القلق من ماضي الفرد وإنما هو خوف من المستقبل وما يحمله من أحداث تهدّد وجود الفرد أو سلامته وراحته. فالقلق ينجم من الخوف بشأن أمور يتوقع الفرد حدوثها في المستقبل. والتفكير بشأن الأحداث المستقبلية لا تشكل مشكلة إلاّ إذا كان يصاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه ويكون عندئذ القلق حالة مزمنة يصعب التعامل معه (Barlow, 2000 : pp1247-1263).

القلق من أهم سمات العصر، فالقلق لب وصميم الصحة النفسية ، إذ أنه هو أساس جميع الأمراض النفسية من جهة ، وهو أيضا أساس جميع الإنجازات الايجابية في الحياة من جهة أخرى، فهو باتفاق جميع مدارس علم النفس الأساس لكل اختلالات الشخصية، واضطرابات السلوك ، لكنه في الوقت نفسية وإن لم ينتبه إلى ذلك الكثيرون المنطلق لكل الإنجازات البشرية (القطان، 1986 : 1).

إن ظاهرة القلق تصاحب الإنسان منذ مولده، فالرضيع يعيش القلق في صورة انغمار صدمة الميلاد– ليتعلم بعد ذلك أن يستأنس جزءاً من هذا القلق يستخدمه إشارة إنذار لتحريك مبدأ اللذة والألم لاستنهاض الدفاعات(مخيمر، 1979 : 99).

مما تقدم يرى الباحث أن بناء الذات يخضع للمعايير السائدة في المجتمع. فالفرد يؤثر في الآخرين ويتأثر بهم، وبمقدار هذا التأثر ونوعه تتشكل ذاته. إلا أنه ينبغي الالتفات إلى أن الفرد ليس منزوع الإرادة، بل إن له دور فعال في بناء ذاته مصداقاً لقوله تعالى: (إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ) " سورة الرعد الآية11" . فهذه الآية الكريمة تدلل على أن عملية بناء الذات للفرد أو لمجموعة أفراد يتطلب وجود دافع قوى لعملية التغيير، فالفرد في عملية التغيير لابد أن يميز بين الصالح والطالح وليس كل ما يملى عليه يلزم به، إذ أن المطلوب منه في هذا السياق التمييز بين ما هو إيجابي وما هو سلبي، ومن هنا يتضح لنا مدى تأثير القلق والسلوك العدواني على تقدير الذات للفرد سلباً وإيجاباً ومن ثم رأى الباحث أن يعنى في هذه المحاولة البحثية بدراسة العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني وقلق المستقبل.

مشكلة الدراسة:

من خلال الدراسة والاطلاع والملاحظة، تبين للباحث أهمية مفهوم تقدير الذات في بلورة شخصية الفرد على اعتبار أنه أهم العناصر في بلورة الشخصية، وكذلك أهميته في تقبل الفرد لذاته ومدى مساهمته في تنظيم السلوك وأوجه نشاطاته المتعددة في الحياة، كما أن الباحث شاهد العديد من الطلاب وهم يتحدثون عن شأن مستقبلهم بعد التخريج وعن توفير الوظائف وعن شأن الطلاب الذين تخرجوا من الجامعات ولم يحصلوا على وظائف والأعمال الهامشية التي لا تليق بالمستوى التعليمي وكذلك الانفعال والغضب السريع بين الطلاب والتوتر الملحوظ كل ذلك وغيره دفع الباحث إلى أهمية القيام بدراسة علمية من شأنها تخفف هذه المشكلات وعليه تتمثل مشكلة الدراسة وبشكل أدق من خلال التساؤل التالي:

ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب جامعة دنقلا؟ وتتفرع منه التساؤلات التالية:

1. هل توجد علاقة ارتباطيه طردية موجبة بين تقدير الذات المنخفض والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا؟
2. هل توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا؟
3. ما أكثر أنواع تقدير الذات تنبؤاً بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا؟
5. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائياً في السلوك العدواني وتقدير الطالب في العام الماضي؟
6. هل يوجد التفاعل دال إحصائياً بين تقدير الذات و السلوك العدواني ومتغيرات ووظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي؟
7. هل توجد فروق ذات دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في قلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا؟
8. ما أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة فيما يلي:

1. تلقي المزيد من الضوء والاهتمام على موضوع تقدير الذات وعلاقته بظاهرة السلوك العدواني وقلق المستقبل وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية على تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا.
2. إنها تجري على فئة هامة وحساسة من المجتمع، وهي فئة الطلاب التي لها دوراً كبيراً في المجتمع.
3. تعتبر هذه الدراسة استكمالاً لما جاء به الباحثون السابقون بخصوص موضوع تقدير الذات وعلاقته بموضوعات المختلفة.
4. تحاول الدراسة مساعدة الطلاب على فهم مشكلاتهم التي تعترضهم أثناء عملهم، وذلك من خلال الأخذ بنتائج هذه الدراسة وغيرها من الدراسات والعمل بتوصياتها.
5. تكون هذه الدراسة بمثابة مفتاح ودراسة سابقة للدراسات التي ستليها في نفس الموضوع، أو في موضوع مشابه له في مناطق أخرى.

أهداف الدراسة:

لكل دراسة هدف أو غرض يجعلها ذات قيمة علمية، والهدف من الدراسة يفهم عادةً على أنه السبب الذي من أجله قام الباحث بإعداد هذه الدراسة و البحث العلمي هو الذي يسعى إلى تحقيق أهداف عامة غير شخصية ذات قيمة و دلالة علمية (شفيق،1998: 55) واهتمت هذه الدراسة بتقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل على وجه التحديد حاولت هذه الدراسة معرفة الآتي

1. معرفة العلاقة بين تقدير الذات المنخفض والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.
2. التعرف على أكثر أنواع تقدير الذات تنبؤاً بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.
3. الكشف عن طبيعة الفروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا.
4. التحقق من وجود فروق بين السلوك العدواني وتقدير الطالب في العام الماضي.
5. التعرف على مدى التفاعل بين تقدير الذات و السلوك العدواني ومتغيرات وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي.
6. الكشف عن العلاقة بين الذكور والإناث في قلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا.
7. التعرف على أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا.
8. معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.

فروض الدراسة:

1. توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات المنخفض والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.
2. تقدير الذات العائلي أكثر أنواع تقدير الذات تنبؤاً بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا.
4. لا توجد فروق فردية دلالة إحصائياً في السلوك العدواني وتقدير الطالب في العام الماضي.
5. لا يوجد التفاعل دال إحصائياً بين تقدير الذات و السلوك العدواني ومتغيرات التقدير وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي.
6. توجد فروق فردية دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في قلق المستقبل لصالح الإناث.
7. الذات العائلي أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا.

8. توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.

حدود الدراسة :

لكل دراسة مجالات رئيسية ثلاثة وهى المجال البشرى والزمني والجغرافي وهى كالتالي في الدراسة الراهنة .

1. **الحد البشرى** :اقتصرت هذه الدراسة طلاب على جامعة دنقلا .
2. **الحد الزمني** : قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على عينة من طلاب جامعة دنقلا المسجلين أجريت هذه الدراسة في العام الدراسي 2012م- 2013م.
3. **الحد الجغرافي** : يشمل جامعة دنقلا بالولاية الشمالية.

مصطلحات الدراسة.

1. **تقدير الذات** : عبارة عن اتجاه يعبر عن أدراك الفرد لنفسه وعن قدرته نحو كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا الاتجاه في إطار حاجات الطفولة وخاصةً الحاجة إلى الاستقلال والحرية والتفوق والنجاح (فهمي و القطان، 1979 : 71). أما الباحث فيعرفه إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطلاب في مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة، التي تعكس تقدير الذات لديهم.
2. **السلوك العدواني:** هو النزعة أو مجمل النزعات التي تجسد في تصرفات حقيقية أو خيالية ترمي إلى إلحاق الأذى بأخر وتدميره وأكرهه وإذلاله(العسكر،1988: 94). أما الباحث يتبني التعريف الإجرائي الآتي: هو كل قول أو فعل أو إشارة تقدير يقصد به إلحاق الأذى أو الدمار بالآخرين وهو يمثل الدرجة التي حصل عليها الفرد من خلال المتغيرات المقيسة في مقياس السلوك العدواني.
3. **قلق المستقبل** : هو خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات محض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس (شقير،2005: 34). أما التعريف الإجرائي فيرى

الباحث أنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجاباته لفقرات مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة.

4. **جامعة دنقلا:** في إطار ثورة التعليم العالي شهد عام 1991 افتتاح جامعة وادي النيل بالإقليم الشمالي ومقرها مدينة الدامر عاصمة الإقليم، ومن بعد ذلك مع الحدث الكبير لتطبيق الحكم الفيدرالي، تم تقسيم تلك الولاية إلى ولايتين هما نهر النيل والشمالية وعندها تقرر أيضاً تقسيم كليات وادي النيل وقيام جامعتين تضم كل واحدة منها الكليات التي تستوطن الولاية الجديدة وهكذا نشأت جامعة دنقلا في عام 1993م –1994م.([1])

[1] جامعة دنقلا، كتيب التعريف بالجامعة ، إدارة الإعلام والعلاقات العامة 2015م.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

المبحث الأول : تقدير الذات Self Esteem

تمهيد:

إن كل فرد ينظر إلى نفسه بطريقه ما، فالبعض يرون أنفسهم أقل من الآخرين وهذا ينعكس على سلوكهم فنجدهم لا يتصرفون بحماس وإقبال نحو غيرهم من الناس. والبعض الآخر يقدرون أنفسهم حق قدرها وذلك سينعكس على سلوكهم نحو غيرهم فنجدهم يتصرفون أفضل مع غيرهم. فتقدير الذات لبنة أساسية يجب أن يقوم عليها البناء النّفسي لشخصية الفرد فهو يسعى دائماً لإيجاد نفسه وتقديرها وتحقيقها، الأمر الذي يشير إلى عملية فهم متصاعد حول(من هو) (من سيكون). وجميع الأولياء يطمحون إلى أن يكون أبناءهم ناجحين في الحياة وأن يكونوا على درجة عالية من الثّقة بالنفس والشّعور بالافتخار، فمهمة الأولياء لا تنحصر بالعناية بأجسام الأبناء ليتمتعوا بصحة جيدة فقط، بل لهم الدور الأول في تشكيل شخصياتهم وقيمهم ومشاعرهم تجاه أنفسهم، فعندما يكون تقدير ذواتهم ايجابياً تزداد ثقتهم بأنفسهم وتقديرهم لكرامتهم واحترامهم لذاتهم.

تقدير الذات من المفاهيم السّيكولوجية التي كانت مهملة، لكنه مع بداية القرن العشرين بدأ يحظى باهتمام الباحثين رغم أنه ما زال مفهوماً يتضمن قدر غير قليل من الخلط ويدور حوله الكثير من الجدل والنقاش نظراً لتعدد المصطلحات القريبة منه واللّصيقة به.

إن الشّخصية الإنسانية ظاهرة تكوينية وعملية نمائية مستمرة في غاية التّعقيد، تتضمن التّفاعل بين الفرد وبيئته المادية والنّفسية والاجتماعية وهي الإطار الخاص بالفرد، والذي تنتظم فيه طبيعته الجسمية والعقلية والنفسية وخلاصة خبرته التي مر بها، وما اكتسبه من أفكار ومعتقدات بصورة مقصودة وغير مقصودة، والتي تتفاعل فيما بينها في مواجهة المثيرات البيئية المختلفة، مؤدية إلى استجابات خاصة تدل على الكيفية الفريدة التي مر بها هذا التفاعل في موقف معين، ومعني ذلك أن الشخصية ترتكز على عاملين لهما نفس الدرجة من الأهمية، وهما: عامل الوراثة، وعامل الخبرة، التي تكتسب من البيئة، وأن النمو الطبيعي للشخصية لا يتم إلاّ بالتفاعل بين هذين العاملين ويعتبر " أدلر " أن الذات تنظيم يحدد للفرد شخصيته وفرديته تظهر معها طبيعة جذابة التي تحدد له أسلوبه المتميز في الحياة ولما كانت الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى، وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات، فإن تحقيق الذات هو الغاية التي

ينشدها الإنسان، يعني تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل والإمتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية (و ليندزي،1978 : 119).

إن مفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، قد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النّفس بوجه عام، أمثال " ماسلو Maslow " ، حيث صمَم سلم الحاجات، وتقع الحاجة لتقدير الذات وتحقيقها في أعلاه، وكذلك " فروم و روجرز " وتأكيدهما على أهميتها في تحقيق الصحة النفسية للأفراد (غريب، 1994م : 94).

إن العوامل التي تؤثر في تقدير الفرد لذاته كثيرة منها ما يتعلق بالفرد نفسه مثل استعداداته وقدراته والفرص التي يستطيع أن يستغلها بما يحقق له الفائدة، ومنها ما يتعلق بالبيئة الخارجية وبالأفراد الذين يتعامل معهم فإذا كانت البيئة تهيئ للفرد المجال والانطلاق والإنتاج والإبداع فإن تقديره لذاته يزداد، أما إذا كانت البيئة المحيطة به تضع العوائق أمام الفرد بحيث لا يستطيع أن يستغل قدراته واستعداداته ولا يستطيع تحقيق طموحاته فإن تقدير الفرد لذاته ينخفض، كذلك فإن نمو تقدير الذات لا يتأثر بالعوامل البيئية والموقفية فحسب ولكنه يتأثر بعوامل دائمة مثل ذكاء الفرد وقدراته العقلية وسمات شخصيته والمرحلة العمرية والتعليمية التي يمر بها(عبد الفتاح،1993م :13).

يرجع الفضل لكل من "مارجريت ميد و كولي" في إدخال هذا المفهوم إلى مجال علم النفس، فلقد افترضت "مارجريت ميد" أن الفرد يأتي إلى مرحلة تكوين مفهومه عن ذاته من خلال تعريفه للسلوك الذي ينبغي أن يقوم به، وكذلك من خلال رد فعله تجاه الآخرين، بينما اعتبر" كولي "صورة الفرد عن ذاته المحصلة لانعكاسات تقييم الآخرين له، ولقد أطلق عليها" كولي "الذات المراوية، و الذات تمثل جوهر الشخصية التي تؤثر بشكل بالغ على سلوك الفرد وتصرفاته، وأن مفهوم الذات يمثل أحد المفاهيم الأساسية التي توضح معالم الشخصية (الخطيب وآخرون،2003: 103).

إن تقدير الذات يتمخض عن وعى ورؤية سليمة وموضوعية للذات، فقد يغالي الفرد في تقديره لذاته، ويصاب بما يمكن وصفه بسرطان الذات الذي يجعله غير مقبول من الآخرين، ويرتكب نوع من أنواع السلوك العدواني ومنها: العدوانية اللفظية (كامل،1993: 173).

يرى الباحث أن تقدير الذات هو وضع مفهوم شامل للفرد عن نفسه تساهم فيه مؤسسات التنشئة الاجتماعية سواء كان إيجابياً أو سلباً وفق المواقف التي يتعرض إليها الفرد في مراحل عمره المختلفة.

الذات الإنسانية وتطورها:

مفهوم الذات هو الذي يجعل الأفراد يختلفون فيما بينهم ويجعلهم منفردين في نظرتهم للعالم الذي من حولهم (زهران،1977: 98).

إن شخصية الإنسان تنمو على عدة مراحل أولها مرحلة الرضاعة فأول ظهور لمفهوم الذات لدى الطفل يأتي من خلال تفاعله مع البيئة فضلاً عن إحساسه بالذات الجسدية التي تنمو من الإحساسات العضوية التي تترك أثارها في نفسه وطريقته المميزة لإدراك جسمه، بعدها يتدرج نمو الطفل بالتطور باتجاه الاستقلالية وتنتقل علاقته من البيت إلى المدرسة فعند وصول الطفل إلى عمر المراهقة وما بعدها يبدأ بالشعور لإنجاز واجبات إحساسه بالاستقلالية وتفكيره بالذات باستخدام القيم والاتجاهات وفي مرحلة الشباب يتصف الفرد بالاستقرار واتخاذ القرارات حول الدين والسياسة في مختلف مجالات الحياة لتصبح جميعها جزءاً من مفهوم الذات، وقد يكون لدى الفرد ذات إيجابية تجعله أكثر ثقة وأمناً في معاملاته مع الآخرين وفي الأعمال التي يقوم بها وبعكس الذات السلبية التي تجعله قلقاً وضعيف الشخصية(غنيم،1976: 91).

مما تقدم يرى الباحث إن سلوك الفرد وشخصيته وتكوينه النفسي يتصل اتصالاً مباشراً بمراحل نموه وما يترتب عليها.

إن الذات احتلت مكانة بارزة في نظريات الشخصية وتعددت الآراء واختلفت التيارات التي تناولت فكرة الذات .وقد اهتم علماء النفس بالبحث في مدلولها وماهيتها، وكانت لهم في تحديد مفهومها أبحاثاً متعددة أدت إلى وجود مدارس متعددة، حاولت كل منها أن تصبغ هذا المفهوم في إطار الفلسفة التي تتبناها، ونوع البحوث التي أجرتها وقد ركز أصحاب تلك المدارس على أهمية الذات في تكوين شخصية الفرد ونموها نمواً سوياً، فقد رأى" فرويد " أن بناء الشخصية بناء سليماً لا يتحقق إلاّ إذا حدث نوع من التوازن بين رغبات "الهو" (ID) (ذلك الجزء من النفس الذي يحوي كل ما هو موروث أو غريزي ويحوي أيضاً العمليات العقلية المكبوتة) ومطالب الأنا (Ego) (هي السلطة الإرادية للشخصية الكلية ويظل خاضعاً لرغبات ال" هو" ونمو الأنا الأعلى(Super Ego) يوجد داخل الفرد حيث أنه الممثل الداخلي للقيم التقليدية للمجتمع)، وعلى الفرد أن يشبع قدراً كافياً من رغباته دون أن يشعر بالإحباط طوال الوقت، وعليه أن يفعل ذلك دون أن يصاب بالضرر وبطريقة تسمح له بالشعور بأنه شخص مهذب ومقبول، وقد لا يكون هذا بالأمر السهل .وبمدى نجاح الفرد في تحقيق هذا التوازن ينمو لديه قدر مقبول من مفهوم الذات أي صورة عن نفسه يحبها ويرضاها وعندئذ يتكون لديه تقدير موجب لذاته بدرجة مرتفعة (رمضان، 2000 :205- 206).

إن الشعور بالذات وتقديرها أمر طبيعي في الإنسان، ولولاه لما تبين أحد وجود نفسه الذاتي الذي يتصف به عمن سواه من أفراد نوعه، وقد يشتد هذا الشعور بالذات فيبدو في شكل زائد من الثقة بالنفس، أو قد يضعف فيبدو في مشاعر النقص والإحساس بعدم الكفاءة (عبد الحافظ، 1982: 1).

إن مفهوم الذات يتأثر كثيراً بالخبرات الحياتية ، وبما أن الطفل لا يستطيع أن يلاحظ ذاته بموضوعية كما أنه لا يقوم بمقارنة موضوعية بين ذاته والأطفال الآخرين في نفس عمرة لذا فإنه يعتمد كثيراً على تفاعلات الآخرين من اجل الحصول على أدلة وتأييد حول قيمته وجدارته (الأشول ، 1978 : 85). كما أنه يركز على تقييم صريح للنقاط الحسنة والسيئة في الفرد (English , 1958 : 138).

يرجع مفهوم تقدير الذات إلى أواخر الخمسينات حيث استطاع أن يفرض نفسه على العلماء وقد تناوله كارل روجرز Carl Rogers بالبحث ضمن إطار نظريته للذات ثم بدأ يحظى بالمكانة بين المفاهيم النفسية وتعتبر كتابات" كارل روجرز (1951) Rogers عن الذات أكثر ما قدم في هذا المجال تنظيماً واكتمالاً كما أنه أول من وضع إطاراً متكاملاً لنظرية الذات من الناحية النظرية والتطبيقية، ويتضح من ذلك في أسلوبه المعروف بالعلاج المتمركز حول العميل، وتعتبر الذات مفهوماً محورياً في نظرية" روجرز "للشخصية، ويعرفها بأنها تنظيم عقلي معرفي منظم من المدركات والمفاهيم والقيم الشعورية التي تتعلق بالسمات المميزة للفرد وعلاقاته المتعددة . وقد ذكر" رمضان "خصائص الذات طبقاً لآراء كارل روجرز "في أن خصائص الذات هي(رمضان،2000 : 398).

1- تنمو الذات من التفاعل بين الكائن الحي وبين البيئة التي يعيش فيها وخاصة المحيطة به.

2- يمكن للذات أن تستوعب وتتمثل قيم الآخرين وتدركها بطريقة مشوقة.

3- أن الكائن الحي يكافح ويسلك سلوكاً يساير الذات.

4- أن الذات قابلة للتعديل نتيجة للنضج والتعلم.

5- في العلاج الناجح تظهر تغيرات على الذات وتصبح أكثر واقعية، ويحقق الكائن ذاته، يذكر "روجرز " يرى أن أقصى درجات النمو في الشخصية تتمثل في حالة توافق تام بين المجال الظاهري (عالم الخبرة) وبين الذات، وفي حالة التحقق فإنها تحرر الفرد من التَوتر الداخلي ومن القلق، وتمكنه من تحقيق استقرار نفسي.

يرى الباحث أن جذور تقدير الذات في شكلها السوي أو السلبي تبدأ من المرحلة الأولى من حياة الإنسان، إذا شكلت تشكيلاً صحيحاً أتسم الفرد في حياته المقبلة بمفهوم إيجابي عن نفسه وهذا يتطلب تكوين سليم لشخصية الفرد لاسيما في مرحلة الطفولة المبكرة في مرحلة نمو الضمير والتي تبدأ مؤشرات ظهورها في نهاية السنة الثانية من عمره، أي أنه يبدأ بتعميم السلوكيات المحسوسة الخاصة بما يحب وما لا يحب لتشمل كل السلوكيات فيما بعد.

تعريف مفهوم الذات Self - Concept:

يعرف مفهوم الذات بصفة عامة بأنه ادراكات الفرد عن نفسه، وهذه الإدراكات يتم تشكيلها

من خلال خبراته وتفسيراته للبيئة التي يعيش فيها، وبتقييمات الآخرين المهمين في حياته لمواصفاته (attributions) وسلوكه (Shavelson & Stanton, 1976, P.411).

إن مفهوم الذات مر منذ القدم بنمو ديني وفلسفي عبر التاريخ، حيث اقتبسه مفكرو اليونان "أفلاطون – أرسطو "و احتضنه مفكرو العرب منهم" ابن سينا "الذي عبر عن مفهومه للذات بأنها الصورة النمطية للنفس البشرية إلى أن جاء "بيركلى" و"جون لوك " مختلفين حول مفهوم الذات مستخدمين الذات والروح (زهران، 1977: 82).

إن أصحاب النظرية الشخصية قد استخدموا مفهوم الذات بمعان متعددة ، ولم يميزوا تماماً بين مصطلحي الأنا والذات، وذلك لعدم وجود شواهد مقبولة وعامة لهذه المصطلحات، فقد اعتبرت الذات بأنها مجموعة من الاتجاهات والمشاعر التي يكونها الفرد تجاه نفسه، إلاّ أن مفهوم الذات عاد ليحتل مكان الصدارة في النظريات المعاصرة بعد أن أُبقى على المفهوم حياً بواسطة العلماء أمثال" ميد" و"جون ديوى"، وذلك بعد أن مهد "وليم جيمس" للنظريات المعاصرة (إبراهيم،1987: 38).

إن تقدير الذات مفهوماً متصلاً اتصالاً وثيقاً بمفهوم الذات وهو جانب منه لأن أحكام القيمة متضمنة فيما يتعلمه الفرد منذ طفولته من الآخرين عن نفسه، بأن الطفل عند ميلاده لا يكون واعياً بنفسه كمخلوق متميز و منفصل عن كافة مكونات البيئة من حوله ،و يكون ما يدركه عندئذ هو الشعور بالراحة والتعب، فيخرج إلى العالم وهو في حالة عجز واتكال، ويظل على هذا الحال لفترة إذا ما قورنت بفترة حياته كلها ، تكون أطول من مثيلاتها لدى أي كائن آخر، ومن المنطقي أن نفترض أن الطفل الإنساني يجهل في البداية وجوده أو انعدام قدرته ، وفى طريقه إلى النضج يزداد وعيه باعتماده وعجزه بالنسبة للراشدين (بنيس،1995 :83).

إنّ إدراك الذات يصل إلى درجة من الوضوح عندما يصل الطفل إلى سن الثالثة في الأغلب، و يتأخر إدراكه لذاته قبل هذه السنة لأسباب عديدة منها: ضعف ذاكرة الطفل وافتقاره إلى الخبرات التي تمكنه من تميز الذات عن البيئة ؛ فضلا عن عجزه اللغوي (أبو زيد، 1987: 120).

يعتبر وليم جيمس (1908) William James المذكور (دويدار،1999: 31) من أوائل العلماء الذين اهتموا بعلم الذات، وما زالت كتاباته تعتبر مصدراً أساسياً في الحديث عن نمو تقدير الذات، وقد اعتبر" جيمس "الذات ظاهرة شعورية تماماً ويرى :أنها المجموع الكلي لكل ما يستطيع الفرد أن يعتبره له وقد قسم الهوية(Identity) أو ما يسميها بالأنا (Me) تختلف عن مفهوم الأنا لدى فرويد (Ego) إلى ثلاثة أقسام وهي:

١ –الأنا المادية (Material Me) والتي تشير إلى جسم الإنسان وممتلكاته وأسرته وكل الماديات التي يمكن أن يشعر الفرد بوحدة وانسجام (Unity) معها.

٢ –الأنا الاجتماعية(Social Me) والتي تشير إلى الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه من خلال تصورات الآخرين له.

٣ –الأنا الروحية (Spiritual Me) وهي حالة من الشعور والعواطف التي يدركها الفرد.

أضاف" جيمس "أنه لفهم الأنا يجب عدم التركيز على مكوناتها، بل يجب النظر إلى المشاعر والعواطف التي تحدث مثل تقبل الذات(Self-acceptance) والأفعال التي تحدث مثل البحث عن الذات وحفظ الذات (Self Preservation).

يرى كولي Cooley,1902 بأنه لا يمكن فصل الذات عن المحيط الاجتماعي للفرد أو الأشخاص الذين يتفاعل معهم .ويشير" كولي "إلى مفهوم الذات المرآة والذي يوضح بأن مفهوم الفرد عن ذاته يتوقف على إدراكه لردود فعل الآخرين نحوه.

فإن أبعاد مفهوم الذات عند" جيمس "كما بين (فهمي،1976: 177–179). تتعدد إلى أربعة أبعاد هي:

1.الذات الواقعية(Actual Self): وهي عبارة عن إدراك الفرد لقدراته ومكانته: وأدواره في العالم الخارجي.

2.الذات الاجتماعية(The Social Self): وهي الذات كما يعتقد الشخص أن الآخرين يرونها.

3.الذات الإدراكية (Perceptual Self): وهي عبارة عن تنظيم للاتجاهات الذاتية.

4.الذات المثالية(Ideal Self):هي مفهوم الفرد كما يود أن يكون عليه.

مفهوم تقدير الذات Self - Esteem :

فمنذ ظهور" إكمال ديجوري 1996، في عكاشة(1998: 10) "وغيره من علماء النفس الاجتماعي شاع استخدام ذلك المفهوم، فمفهوم تقدير الذات يعد أحد الأبعاد المهمة للشخصية، بل ويعده العلماء من أكثر تلك الأبعاد أهمية وتأثيراً في السلوك .فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بوجه عام، دون أن نشمل ضمن متغيراتنا الوسيطة مفهوم تقدير الذات، حيث يرى" البورت" أن تقدير الذات يدخل في كل السمات والجوانب الوجدانية للفرد، ويعتبر البعض أن تقدير الذات الإيجابي مهماً وأساسياً إلى درجة أن كل بناءات الشخصية تلعب دوراً في تنظيمها كما يشير" جيرجن "Gergan " في عكاشة(1998: 10) إلى أن تقييم أو تقدير الفرد لذاته يلعب دوراً أساسياً في تحديد سلوكه ويشير" روجرز" Rogers" إلى أن الدافع الأساسي للإنسان هو تحقيق الذات وتحسينها ويقرر" بيكر" Becher في عكاشة (1998: 10)أن دافع السيطرة عند الفرد ما هو إلاّ تعبير عن الحاجة إلى تقدير الذات كما يرى" هاياكاوا" Hayakawa أن الغرض الأساسي لكل أنواع النشاط هو محاولة لرفع تقدير الذات.

يعد مفهوم تقدير الذات الإطار المرجعي الذي يعطي القوة والمرونة للسلوك الإنساني . ولذلك فإن أهمية مفهوم تقدير الذات بالنسبة لدارس علم النفس التربوي من المسلمات التي لا تقبل الجدل (الشماع،1977: 185).

إن تقدير الذات يشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير المرء لذاته وشعوره بجدارته وكفايته (كفافي،1989: 100).

إن العلماء قد استخدموا مصطلح" تقدير الذات على" أنه مجموعة من الأحكام الشخصية التي يراها الفرد عن نفسه كمحصلة خصائصه الانفعالية والعقلية والجسمية" فهو أقرب إلى مصطلح" تقويم الذات" من خلال المكونات السلوكية والانفعالية الشخصية؛ لذا نجد أن بونر(1981م) Boner المذكور في عكاشة(1998: 10) قد أكد على أن تقدير الذات هو الأسلوب الذي يدرك به الأفراد أنفسهم في علاقاتهم مع الآخرين.

إن تقدير الذات يتمخض عن وعي ورؤية سليمة موضوعية للذات، فقد يعاني الفرد في تقديره لذاته ويصاب بما يمكن وصفه بسرطان الذات أو تضخم مرض خبيث في ذات الفرد يجعله غير مقبول من الآخرين، ويبحث عن الكلام بدون العمل، والعدوانية اللفظية وهذا التعريف قد يبين العلاقة بين تقدير الذات وأساليب العدوانية اللفظية(كامل،1993: 173-174).

إن نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته ومدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسرى والمهني ، وبقية الأدوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع (عبد الفتاح، 1993 : 239).

ينظر سميث 1976م Cooper smith في عكاشة(1998: 10) إلى تقدير الذات على أنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية، والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه. فالصورة الصادقة التي يكونها الطفل عن نفسه تعتمد بالدرجة الأولى على تقديره لذاته، أن تقدير الذات هو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به .فهو حكم الشخص تجاه نفسه، وقد يكون هذا الحكم بالموافقة أو الرفض (عبد العزيز،1991: 30).

وجد" سميث " Cooper Smith أن هناك مستويات ثلاثة لتقدير الذات، حيث قد تبين من بحثه عن تقدير الذات الذي أجراه على(1700) طفل، أن الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم أشخاصاً مهمين يستحقون الاحترام والتقدير والاعتبار، فضلاً عن أن لديهم فكرة محددة وكافية لما يظنونه صواباً، كما أنهم يتمتعون بالتحدي ولا يضربون عن الشدائد .بينما يعتبر ذوو التقدير المنخفض للذات أنفسهم غير مهمين جداً وغير محبوبين، ولا يستطيعون فعل أشياء يودون فعلها مما يفعله الكثيرون ويعتبرون أن ما يكون لدى الآخرين أفضل مما لديهم. ويقع الفرد ذو التقدير المتوسط للذات بين هذين النوعين من الصفات، وينمو تقدير الذات من قدرتنا على

عمل الأشياء المطلوبة منا. معنى ذلك :أن تقدير الذات المرتفع هو أكثر المقاييس التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على حالة التوافق، فيستطيع أن يقتحم المواقف الجديدة والصعبة دون أن يفقد شجاعته، كما يمكنه مواجهة الفشل في الحب أو في العمل دون أن يشعر بالحزن أو الانهيار لمدة طويلة، بينما يميل الفرد ذو تقدير الذات المنخفض إلى الشعور بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة، حيث أنه يتوقع فقد الأمل مستقلا (رمضان، 2000: 218).

إن تقدير الذات عبارة عن اتجاه يعبر عن أدراك الفرد لنفسه وعن قدرته نحو كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا الاتجاه في إطار حاجات الطفولة وخاصةً الحاجة إلى الاستقلال والحرية والتفوق والنجاح (فهمي و القطان، 1979 : 71).

يمكن النظر إلى تقدير الذات على أنه نتيجة للشعور بالانتماء والاكتفاء والقيمة، فالانتماء هو :أن يكون الفرد جزءاً من جماعة(قد تتكون من ثلاثة أفراد أو أكثر) وأن يكون مقبولاً ومقدراً من قبل هذه الجماعة .أما بالنسبة للشعور بالاكتفاء فهو جزء هام من تقدير الذات حيث يرى" ديجوري " Diggory المذكور في (الضيدان ،2003م :19) أن الأساس لتقييم الذات هو أن كل أفعال الفرد لها هدف ويقيم الفرد نفسه على أساس فاعليته في تحقيق ما يهدف لتحقيقه .أما الشعور بالقيمة فهو أن يرى الفرد نفسه على أنه طيب أو ذو قيمة أو على أنه عديم القيمة. وهناك بعض الباحثين العرب الذين حاولوا وضع تعريفات متعددة لتقدير الذات، فتقدير الذات التقييم الذي يضعه الفرد لذاته وكما يدركها الآخرون من وجهة نظره هو، هو تقييم يقوم به الفرد نحو ذاته، فضلاً عن كونه تقدير وتعبير سلوكي يعبر الفرد من خلاله عن مدى تقديره لذاته .وهذا التقدير من قبل الفرد يعكس شعوره بالجدارة والكفاية (سليمان، 1992: 88-103).

يشير كوبر سميث(Cooper smith :1967) في (الدرينى و سلامة، 1983 :484) إلى تقدير الذات بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفء أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه ومعتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة.

تقدير الذات هو تقييم الفرد لذاته، ومعرفته لحدود إمكاناته ورضاه عنها، وثقته في نفسه وفي قدرته على تحمل المسؤولية، ومواجهة المواقف المختلفة مع الآخرين، وشعوره بحب واهتمام وتقدير الآخرين له (شوكت، 1993: 34).

يرى روجرز(1969م) Rogers تقدير الذات بأنه اتجاهات الفرد نحو ذاته والتي لها مكون سلوكي وآخر انفعالي (37 : 1969 , Rogers).

إن تقدير الذات هو الثقة بالنفس و الرضى عنها واحترام الفرد لذاته ولإنجازاته واعتزازه برأيه وبنفسه وتقبله لها واقتناع الفرد بأن لديه من القدرة ما يجعله ندا للآخرين (Isaacs, 1982 : 5).

تقدير الذات هو مجموعه من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، ومن هنا فإن تقدير الذات يعطى تجهيزاً عقلياً يعد الشخص للاستجابة طبقاً لتوقعات النجاح والقبول والقوه الشخصية، وبالتالي فهو حكم الشخص تجاه نفسه وقد يكون هذا الحكم والتقدير بالموافقة أو الرفض (عبد الرحيم، 1985: 230).

يرى الباحث من خلال العرض السابق من الصعوبة بمكان وضع تعريف شامل لتقدير الذات وذلك نسبةً لتعدد نظريات علم النفس واتجاهاتها وهذا في حد ذاته ساعد في تفسير تقدير ذات تفسيراً دقيقاً في شتى المجالات كذلك يعزو الباحث هذا الاختلاف إلى طبيعة مادة علم النفس وموضوعها وغالباً ما يكون الإنسان فالسلوك الإنساني في غاية التعقيد ويصدر من أجزاء مختلفة تتأثر وتؤثر في بعضها.

الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات

في تناولنا لهذا المفهوم، لابد من تناوله في علاقته بمفهومين آخرين وهما تقدير الذات(Self-esteem) وكفاءة الذات المدركة(Self-perceived efficacy) أشار "هانسفورد وهاتى" إلى أن هناك خمسة عشر مصطلحاً يتم استخدامها في الإشارة إلى الذات وقد وجد الباحثان أن هناك ما يشير إلى أن الفرق بين مصطلحى مفهوم الذات(Self-concept) وتقدير الذات(Self-esteem) فرق ضئيل جداً، مما يدل على أن معنى المصطلحين قريباً جداً من بعضهما (Hansford & Hattie, 1982, PP. 123-142).

يرى "شافيلسون وزملاؤه" أن مفهوم الذات يعرف بشكل عام بوصفه "ادراكات الفرد عن نفسه، وهذه الإدراكات تتشكل من خلال خبرة الفرد وتفسيراته للبيئة التي يعيش فيها والتقييمات من جانب الآخرين المهمين في حياته له، ومواصفاته وسلوكه. أن التفرقة بين وصف الذات(Self-description) وتقييم الذات(Self-evaluation) لم تتضح بعد لا من الوجهة النظرية ولا من الوجهة العملية، وبناء على ذلك ، فإن مفهوم الذات وتقدير الذات (self-esteem) تم استخدامها بالتبادل وبنفس المعنى في الأدب النفسي" ويدلل شافيلسون وزملاؤه على قولهم بأن مقياس تقدير الذات (كوبر سميث) وهو أكثر المقاييس انتشاراً يستخدم كمقياس لمفهوم الذات العام(Shavelson et al, 1976, P, 411).

في دراسة حديثة" لسميث وبيتز" أشار الباحثان إلى أن تقدير الذات يعتبر أحد مظاهر مفهوم الذات وتناول الباحثان المفهومان بوصفهما مفهوما واحد في إشارتهم إلى صعوبة أن ينكر العاملون في مجال الإرشاد النفسي أهمية مفهوم الذات للعميل أو تقديره لذاته سواء في ظهور مشاكله أو فيما يقدم له من أنواع العلاج . ويقدم بيتز وزملاؤه ما توصل إليه بلاسكوفتش وتوماكا

من تلخيصهما للنظريات والبحوث حول المفهومين من أن تقدير الذات في مقارنته بمفهوم الذات يعتبر تقييماً وجدانياً(affective) في مقابل المعرفي – لقيمة الفرد، وينظر إليه أيضاً بوصفه احترام الذات أو تقبل الذات ومن ناحية أخرى، يعتبر مفهوم الذات تعبيراً واسعاً وشاملا يشير إلى ادراكات ومعتقدات معرفية أو سلوكية محددة للذات، تم يتناول الباحثان المفهوم الثالث وهو مفهوم كفاءة الذات المدركة، فيذكرون "أن توقعات كفاءة الذات.. الاعتقاد بأن الفرد يمكنه بنجاح إكمال سلوك محدد تعتبر مثالاً من مكون مفهوم الذات (Smith & Betz, 2002, PP. 438 – 448).

يرى "جويندون" أن المنظرين قد بحثوا معنى تقدير الذات كأحد المصنفات في فئة مفهوم الذات ثم يلخص رأيه بالقول "يعتبر مفهوم الذات، من أكثر المفاهيم قرباً لتقديرات الذات .. ولأنه ينظر إلى مفهوم الذات بوصفه ادراكات الفرد لنفسه، والتي تتشكل من خلال خبراته، مع تفسيراته لبيئته، فربما يقدر الناس أنفسهم في أبعاد متعددة، ويقومون بأحكام عما يكونون – مفهوم الذات – ويستجيبون انفعالياً للتقييم – أن من بين العوامل المؤثرة على تقدير الذات التنشئة الاجتماعية والتربية الدينية وأساليب الثواب والعقاب المستخدمة وخبرات النجاح والفشل التي مر بها الفرد والعضوية في الجماعات المختلفة وعلاقات القرابة والوضع الاجتماعي والاقتصادي(Guindon, 2002, P. 205).

من المعلوم إن تقديرنا لذاوتنا يتغير في المواقف المختلفة كتغير مفهومنا لذواتنا في المواقف المختلفة أيضاً، فقد يقدر الفرد نفسه بدرجه كبيرة في علاقاته الشخصية بالآخرين ويقدر نفسه بدرجه منخفضة في المواقف التي تتطلب ذكاء وتفكيراً، ويقدر نفسه بدرجة متوسطة في أداء عمله، ومهما كان الأمر فإن الناس يحاولون في كل المواقف بصرف النظر عن القيمة المبدئية التي قدروها لأنفسهم بطرق تدعم تقدير الذات وقد يكون تحقيق ذلك صعباً في بعض الأحيان حيث أن حوافزنا وآراءنا عن الواقع تؤدى إلى نوع من الصراع فيما بينها مما يهدد تقدير الذات، ويبدو انه لا سبيل إلى الخروج من هذا الصراع بدون عدم إشباع (رفض متطلبات الهو) أو الوقوع في خطأ (رفض متطلبات الذات العليا) أو الإصابة بالضرر(رفض متطلبات الذات) وتكون النتيجة هي القلق والشعور بالخوف، ويمكن القول بلغة التحليل النفسي، أن تهديد تقدير الذات هو تهديد للذات التي تحاول إحداث توازن بين الحاجات المتصارعة، ولا توجد طريقة سهلة للتخلص من الصراع ولكن كل ما تفعله الذات هو محاوله وقاية نفسها من القلق الذي يحدثه الصراع (عبد الفتاح، 1993: 20).

مفهوم الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات، بينما تقدير الذات تقييم لهذه الصفات . فمفهوم الذات يتضمن فهماً موضوعياً أو معرفياً للذات، بينما تقدير الذات فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس (عبد الحافظ،6:1982).

قام "كوبر سميث المذكور في (عبد الحافظ، 1982 :6). بتفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات نوجزه فيما يلي

مفهوم الذات يشمل آراء الشخص عن نفسه، بينما تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه لنفسه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتبار لذاته، وبالتالي يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض بحيث يشير إلى معتقدات الفرد تجاه ذاته، وبهذا يكون تقدير الذات هو: " الحكم على صلاحيته معبراً عنها بواسطة الاتجاه الذي يكنه حول ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر، كما يشير إلى ثلاث نقاط يجب أخذها في الاعتبار هي:

أ – يركز التعريف على تقدير الذات عامة في المواقف الثابتة والدائمة على تقديرها في المواقف النوعية أو الطارئة، ولكن تعالج كل منها مستوى الفرد لذاته ويختلفان في عمومية وثبات المفهوم والظروف التي يتكون خلالها .

ب – يختلف تقدير الذات تبعاً للخبرات المختلفة التي يمر بها الفرد فقد يعتبر نفسه جيد جداً كتلميذ ولكنه ضعيف كموسيقى؛ فالتقدير الكلى للفرد هو مجموع تلك المجالات طبقا لأهميتها لذاته.

ج – يختبر الفرد أداءه وقدرته واتجاهاته طبقا لمعاييره وقيمه فيصل في النهاية إلى قرار، إما يحمل اتجاهات سالبة أو موجبة نحو ذاته.

باختصار يكون تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته، معبراً عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية، ويعبر عنها بالسلوك الظاهر.

يميز"هاماشيك" "Hamacheck " المذكور في شوكت(1993: 53) بين ثلاثة مصطلحات في هذا المجال" :الذات وتمثل الجزء الواعي من النفس على المستوى الشعوري، و"مفهوم الذات (Self Concept) ويشير إلى تلك المجموعة الخاصة من الأفكار والاتجاهات التي تكون لدينا في أية لحظة من الزمن، أي أنها ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشأ من خبراتنا بأنفسنا والوعي بها، أما تقدير الذات(Self Esteem) فيمثل الجزء الانفعالي منها.

يرى الباحث أن هناك فرقًا بين مفهوم الذات وتقدير الذات، فمفهوم الذات هو" التعريف الذي يضعه الفرد لذاته أو الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته "أما تقدير الذات" فهو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته بما فيها من صفات. ويتضح مما سبق، أن تقدير الذات بمثابة تقييم عام لقدرات الفرد ينقله إلى الآخرين بالأساليب التعبيرية المختلفة، وتتضح أيضاً أهميه العوامل البيئية والعوامل الشخصية والاجتماعية في تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الفرد، وأهمية القلق في تكوين تقدير ذات مرتفع لمن لا يعاني من القلق ولديه درجة ملائمة من الاستقرار النفسي ويستطيع مشاركة الآخرين والإقبال عليهم والتعامل معهم، أما من يعانى من القلق والتوتر النفسي الشديد

فإنه بلا شك لديه مفهوم سلبي عن ذاته وبالتالي يعانى من التقدير المنخفض للذات، كذلك نجد أن تقدير الشخص لذاته يتغير باختلاف المواقف، فقد يقدر الشخص ذاته بدرجات متفاوتة حسب الموقف الذي يتعرض له حتى لا يكون عرضة للقلق والصراع وتهديد الذات.

كما يرى الباحث أن الشخصية التي تتمتع بتقدير ذات عال هي شخصية تتصف بالقيادة والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة وهي شخصية قوية وتشعر بالأمان والسعادة في كل المواقف وهذا يتضمن الفهم الجيد للفرد لذاته والعكس بالنسبة للشخصية التي تتصف بتقدير الذات المنخفض.

الذات وكيفية بنائـها:

إن بناء الذات يخضع للمعايير السائدة في المجتمع. فالفرد يؤثر في الآخرين ويتأثر بهم، وبمقدار هذا التأثر ونوعه تتشكل ذاته. إلا أنه ينبغي الالتفات إلى أن الفرد ليس منزوع الإرادة، بل إن له دور فعال في بناء ذاته مصداقا لقوله تعالى (إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ) [الرعد:11] فهذه الآية الكريمة تدلل على أن عملية بناء الذات للفرد أو لمجموعة أفراد يتطلب وجود دافع قوي لعملية التغيير. فالفرد في عملية التغيير لابد أن يميز بين الصالح والطالح وليس كل ما يملى عليه يلزم به، إذ أن المطلوب منه في هذا السياق التمييز بين ما هو إيجابي وما هو سلبي.

مفهوم الذات يعتمد في تكوينه لدى الطفل على استجابات الوالدين وتقييمهم لـه. فإذا كانت تلك الاستجابات أو التقييمات سلبية، فان ذاتاً سلبية تتكون لديه، وكذلك الحال، عندما تحدث بين الولدين اختلافات في تقييم أفعال الطفل، الأمر الذي يسبب ذاتاً مشوشة، ويرجع ذلك إلى عدم مقدرة الطفل على تحقيق ما يتوقعه كلا والديه منه(عبد الله، 2002 : 29-30).

ينمو الإحساس بالذات وتقديرها من تبادل الانفعالات المبكرة بين الأم ورضيعها ؛ فالحب المتبادل بين الطفل ووالديه من العوامل التي تؤدى إلى تكوين تقدير الذات الإيجابي، وفى كل مرحلة من مراحل النمو يكون لدى الطفل عديد من الخبرات المرتبطة بالإنسان وبالأشياء المحيطة به، وبعض هذه الخبرات تكون نافعة وبعضها الآخر يكون ضاراً، وأنه لكي يحافظ الفرد على تقديره الذاتي الإيجابي يعتمد هذا على التكامل الناجح بين الخبرات الايجابية والسلبية (Mach:1983،p13).

إن يتطور هذا المفهوم التقويمي للذات وفقاً لملاحظات المرء عن ذاته كموضوع، ووفقا لإدراكه لكيفية رؤية الآخرين له، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التفاعل في بيئة التنشئة الأولى ، ومدى الاستحسان الذي يلقاه الفرد من قبل ذوى الأهمية

في حياة الذين يؤثرون بنوعية خبراتهم وتفاعلهم مع الفرد على تقديره لذاته، والذي يكمن في عاملين رئيسين (سلامة،680:1991).

1.مدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوى الأهمية.

2. تاريخ نجاحات الفرد وفشله بما في ذلك الأسس الموضوعية لهذا النجاح أو الفشل، وللخبرات المدرسية أيضاً دور مهم وفعال في تشكيل مفهوم الذات ؛ فهي المؤسسة الاجتماعية التي تتقبل الطفل بكل حسناته وسيئاته عندما يأتي من المنزل. وترتبط الخبرات المدرسية ارتباطا وثيقا بتشكيل مفهوم الذات لدى الطفل. وتظهر الدراسات (شارلوت بوهلر 1952) أن الأشخاص الذين يمتلكون خبرات وذكريات جيدة عن حياتهم المدرسية (علاقات الزملاء، المعلمين، النجاح الأكاديمي، الأنشطة الرياضية والترفيهية) يحملون مفاهيم ايجابية عن أنفسهم (الذات) (Mobya, 1993,p30).

بالمقابل، فإن الخبرات المدرسية البائسة والفشل الدراسي، تؤثر بشكل كبير على تدني مفهوم الذات، وتؤدي إلى الشعور بعدم المقدرة والكفاءة، والخجل، والارتباك، وعدم الشعور بالأمان.

في محاولة لتحسين الذات من خلال برنامج تدريبي على المهارات التدعيمية أجرى وايز وباندي دراسة قاما من خلالها بتطوير برنامج، تدريبي لتوكيد الذات، مستندان على نظرية (البرت باندورا) في التعلم الاجتماعي، حيث ركزا على تفاعلات الطلبة مع أقرانهم، وطبق البرنامج على عينة بلغت (41) من الطلبة المراهقين والمراهقات، حيث قاما بتقسيمها إلى مجموعتين: المجموعة التجريبية وتكونت من (8) ذكراً و(8) إناث، والمجموعة الضابطة وتكونت من (12) ذكراً و(8) إناث. وقد أظهرت النتائج أن المجموعة التجريبية اكتسبت واحتفظت بمعلومات رمزية شكلت أساساً مهماً للسلوك التوكيدي مما رفع من مفهوم الذات لديهم، وبالمقابل لم يطرأ أي تغيير على المجموعة الضابطة.

إن لمفهوم الذات أهمية بالغة في تكيف الإنسان في حاضره ومستقبله، كما ربط كازدن Kazdin بين ظهور الاكتئاب ومفهوم الذات لدى الفرد، حيث أن تدني مفهوم الذات هو أحد المظاهر الأساسية للاكتئاب، وأشارا أيضاً إلى أن ميريل ربط بين تدني مفهوم الذات وبعض المشكلات مثل التوتر والانسحاب وتدني التحصيل، كما أن الأشخاص الذين يحملون مفهوم ذات منخفض يضعون لأنفسهم أهدافاً منخفضة تؤثر سلباً على تحصيلهم وعلى اختياراتهم التربوية والمهنية(Wise and bandy,1991).

هناك أربعة عوامل رئيسة تؤثر على الاعتبار الايجابي للذات لدى الطفل أوردها داود و حمدي(1997 :33،48).

1. العلاقات الايجابية مع الأبوين.

2. الكفاءة الاجتماعية في التعامل مع الرفاق.
3. الأداء التحصيلي في المدرسة.
4. اتجاهات الأقارب وأفراد المجتمع المحلي نحو الطفل.

يذكر "شافلسون وآخرون Shavelson et al,1976 في وهيبي(1999م: 14-16).عدد من خصائص مفهوم الذات هي:

1. مفهوم الذات المنظم /البنائي (Organized or Structured): وهو مفهوم يتعلق بطريقة تصنيف الخبرات وإعطائها معنى وقيمة. أن الخبرات المتنوعة والمختلفة التي يكتسبها الفرد تمثل المعلومات التي تشكل مدركات الشخص عن ذاته، ويقوم الشخص بإعادة ترميز تلك الخبرات بشكل أبسط وذلك من أجل تقليل مدى تعقيدها. ولتلك التصنيفات" التي حددها الشخص" ارتباط وثيق بثقافته، وتشكل مرحلة استكمال لها.
2. مفهوم الذات متعدد الجوانب (Multifaceted): أشارت بعض الدراسات بأن نظام التصنيف يمكن أن يضم عدة مجالات منها المدرسة والقدرة الجسدية والعقلية والجاذبية الجسمانية والتقبل الاجتماعي، وهي جميعا تعكس التصنيف الذي يتبناه الفرد أو يشاركه آخرون فيه.
3. مفهوم الذات الهرمي (Hierarchical): فيه تكون خبرات الشخص هي قاعدة الهرم في المواقف الخاصة، بينما يحتل الذات العام قمة ذلك الهرم. وحسب نموذج شافلسون، فان قمة الهرم تقسم إلى عنصرين اثنين هما: مفهوم الذات الأكاديمي (التصنيف حسب المواد التعليمية المختلفة)، ومفهوم الذات غير الأكاديمي والذي يقسم إلى مفاهيم نفسية وجسمانية واجتماعية للذات.
4. مفهوم الذات الثابت نسبياً (Stable): وهو يشير إلى المفهوم العام للذات والذي يتميز بالثبات النسبي، وتقل قابلية هذا المفهوم كلما كان الاتجاه في الهرم نحو القاعدة. ولكن ذلك يتغير حسب المرحلة العمرية وبحسب الأحداث والمواقف التي يمر بها الشخص (النجاح أو الإخفاق في أداء مهمة رياضية) ربما يؤدي إلى تغير مفهوم الشخص لقدراته الرياضية، ولكنه لا يؤدي إلى تغير المفهوم العام لذات الفرد.
5. مفهوم الذات التطوري النمائي(Developmental): حيث أن جوانب مفهوم الذات لدى الفرد تزيد كلما تقدم سنه من مرحلة الطفولة إلى المراهقة والبلوغ. والطفل في بداية حياته لا يميز نفسه عن البيئة المحيطة به، ولا يكون قادرا على التنسيق ما بين الأجزاء الفرعية

لخبراته، ومع تقدم السن، تزداد مفاهيم الطفل وخبراته، ويصبح أكثر قدرة على إيجاد التكامل والعلاقات ما بين الأجزاء الفرعية، لكي يتمكن من تشكيل إطار موحد للمفاهيم.

6. مفهوم الذات التقييمي(Evaluative) هو يزود الفرد بتقييم أو وصف لذاته، وهذا الأمر يعتمد على قيمة تلك الخبرات في ثقافة المجتمع، وبناء على المواقف الحياتية التي يعيشها الشخص .
7. مفهوم الذات الفارقي "تفاضلي" (Differentiable): يشير هذا المفهوم التميز والخصوصية عن المفاهيم الأخرى ذات الارتباط من خلال علاقة نظرية. وبناء عليه، فإن مفهوم الذات المتعلق بالقدرة العقلية يرتبط بالتحصيل الأكاديمي بشكل أكثر من علاقته بالمواقف الاجتماعية والمادية، الأمر الذي يعني تمييز مفهوم الذات عن المفاهيم الأخرى كالتحصيل الدراسي.

يرى الباحث أن بناء الذات يلعب في تطوره مجموعة من المؤسسات التربوية والاجتماعية والنفسية والدينية وغالباً ما يتأثر بها، كما أن الخبرات السلبية في مرحلة الطفولة وخصوصاً الستة سنوات الأولى من حيات الطفل تؤثر في تكوين وبناء مفهوم تقدير الذات لفرد سواء كان إيجابياً أو سلبياً، لذا أرجع الكثير من علماء النفس الكثير من الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية إلى تلك المرحلة المهمة في حياة الإنسان.

كما يرى أن الكيان الاجتماعي يؤثر في بناء تقدير الذات للفرد بقوة إقناعه وتكيفه مع البيئة من حوله أي أن درجة تقدير الذات تخضع لمثيرات البيئة وقد تكون هذه المثيرات سالبة أو موجبة.

بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات:

يرى الباحث أنه من الصعب الحديث عن تقدير الذات دون الإشارة إلى بعض المصطلحات المرتبطة أو المشابة له حيث أن أبعاد الذات تعد عديدة، وهذا راجع لكون مفهوم الذات مفهوماً واسعاً لذلك اهتم الباحثون بدراسة هذه الأبعاد، وتعمقوا في البعض منها، ومن خلال هذا البحث تركزت الدراسة على بعد واحد هو" تقدير الذات لصلته الوثيقة بمشكلة البحث لكن هذا لا يمنع التطرق إلى الأبعاد الأخرى ذات الصلة بموضوع البحث.

1.صورة الذات: لهذه الصورة أهمية كبيرة في تكوين شخصية الفرد، إذ على أساسها يكون فكرته عن نفسه، ويكون سلوكه متأثرا بها، وهذه الصورة المأخوذة تكون متجددة ودائمة التغيير أو الديناميكية(مختار، 2005 :39).

حسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي فإن صورة الذات هي" الذات كما يتصورها أو يتخيلها صاحبها، وقد تختلف صورة الذات كثيرا عن الذات الحقيقية.

أما بالنسبة لطومي Tomi فالصورة نوعان: (الدسوقي، 1979: 286).

أ .صورة خاصة : وهو الشعور بالذات وإدراكها عن طريق التعبير عن الميول والتقدير الذاتي.

ب .صورة اجتماعية : هو ما يمثله دور الآخرين في تحديد إدراك الفرد لذاته، أن صورة الجسم تتكون قبل صورة الذات إذ أنها تبدأ بالشعور بالذات، حيث الإحساسات بالجسم... كما أن صورة الجسم تشكل أيضا تسميات العبارات، هذه التسميات اللفظية المبكرة تعمل على تشكيل صورة الذات

يرى الباحث أن أي قصور يدركه الفرد عن ذاته يؤثر على شخصيته في المستقبل وكذلك الصورة الجسمية عندما يشعر أن هناك قصوراً في أي جانب من جوانب جسمه عندما يقارن نفسه بالآخرين لذا يظهر لمثل هذه الشخصية في أغلب الأحيان السلوك التعويضي المتمثل في السلوك العدواني بالإضافة إلى هم قلق المستقبل مما يؤثر سلبياً على شخصيته.

2. تحقيق الذات: يرى آدلر Adler أن تحقيق الذات يعني السعي وراء التفوق والأفضلية والكمال التام. أن اختيار وتخطيط المراهق لمستقبله له أهميته الخاصة في وعي المراهق لنفسه، وتحقيق ذاته كشخصية مستقلة وفعالة.

يرى الباحث أن الخيال له دور كبير في تحقيق الذات أو ما يعرف بالذات المثالية تلك الذات التي يأمل الفرد إلى الوصول إليها.

3. الوعي أو الشعور بالذات: أن الوعي بالذات حسب سبيتز Spitz هي الابتسامة التي تظهر حوالي الشهر الثالث كرد للقبول، وهي قلق الشهر الثامن، الذي يدل على التعرف على الموضوع، إن استعمال عبارة" لا "أي الرفض في حوالي الشهر الخامس عشر الذي يترجم الإقامة الحقيقية للذات و أن الشعور بالذات هو الوعي بالذات لاسيما في العلاقات الاجتماعية، و أن الوعي بالذات هو التبصر بالأسباب التي دفعت بالمرء إلى سلوك معين أو فهم المرء لنفسه.

4. فهم الذات: هو معرفة الذات بصدق وواقعية وصراحة ومواجهة، وهو ليس مجرد الاعتراف بالحقائق ولكن أيضا التحقق من مغزى هذه الحقائق (لعويدة ،2002 :5).

يرى الباحث أن مفهوم الذات نابع من الحاجات الأساسية بمعنى أن الإشباع الجيد لهذه الحاجات يؤدى إلى الفهم الجيد للذات، أما إذا زاد عن ذلك أدى إلى الاضطرابات النفسية والسلوكية المختلفة (التنشئة الاجتماعية غير السوية).

5.تأكيد الذات: تأكيد الذات هو حافز للسيطرة أو التفوق أو للبروز و أن تأكيد الذات هو ذلك الدافع الذي يجعل الإنسان في حاجة إلى التقدير، الاعتراف، الاستقلال والاعتماد على النفس،

وهو أيضاً تلك الرغبة في السيطرة على الأشياء والرغبة في التزعم والسعي الدائم لإيجاد المكانة والقيمة الاجتماعية .ويعمل حافز تأكيد الذات على إشباع تلك الرغبة، هذا ما جعل ماسلو A.Maslow يقول: "أن تأكيد الذات يعني النمو بدرجة عالية للقدرات والسمات الشخصية"، هذا التطور يتدخل فيه" الأنا "نفسه من أجل نضجه وتوظيفه العقلاني وتنسقه لها.

يرى الباحث أن تأكيد الذات يظهر بوضوح في سلوك المراهق "مرحلة المراهقة " حيث يحاول المراهق التحرر من أساليب المعاملة الوالدية لذا يظهر منه بعض السلوكيات العدوانية التي تدل على تأكيد ذاته كرفض، الصوت العالي على من يعوق إشباع حاجاته حتى ولو والديه.

6. تقبل الذات: حسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي هو رضياً المرء على نفسه وعن صفاته وقدراته وإدراكه لحدوده، وهو اتجاه كون المرء راضياً عن نفسه وعن استعداداته، وعن معرفته، وعن إدراكه لحدوده، وهو اتجاهه نحو ذات المرء وخواصه الشخصية، فهناك تعرف موضوعي وغير انفعالي على قدرات وحدود فضائله ونقائصه من غير إحساس، لا لزوم له بالفخر أو لوم النفس.

إن المراهق الذي يتقبل ذاته، يتقبل مجابهة الحياة ببعديها السلبي والايجابي بواقعية، كما يشعر من يتقبل ذاته أن له الحق في أن يتكلم ويعيش ويستخدم طاقته، وينمي اهتماماته دون الإحساس بالذم والعار، أو الرافض لذاته فهو نقيض المستقبل لها، غير مرتاح لنفسه يلومها ولا يقيمها أو حتى أنه يكرهها(اسعد، 1991 :234).

يرى الباحث أن تقبل الفرد لذاته يتوقف لحد كبير على التنشية الاجتماعية المستخدمة داخل الأسرة كما يرى أيضاً أن أسلوب التعزيز الإيجابي خلال السنوات الأولى له دور في تقبل الطفل لذاته أما الرفض والإهمال والتذبذب في المعاملة بين اللّين والشدة تفقد الفرد الثقة بنفسه.

7. تحقير الذات: تحقير الذات هو إذلال الذات، وما يصاحبها بالشعور بالنقص وهو كذلك حط المرء من شأن نفسه أو الإحساس السلبي بالذات أو الإحساس بالدونية.

يرى الباحث أن عدم إشباع حاجة تقدير الذات إلى الفرد يشكل مظهرا من مظاهر احتقار الذات بذلك يدخل شأن تقدير الشخص لذاته، فإن المصاب أو المريض ينمو عنده الشعور بالنقص ويساهم في ذلك أفراد المجتمع.

العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

أورد " أحمد عكاشة" مجموعة من العوامل التي تؤثر في الذات، والتي تؤدي إلي تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الأفراد، وهي:

1. الرعاية الأسرية: حيث يحتاج الطفل في مراحل نموه المختلفة إلى جو أسرى هادئ ومستقر وأيضا للتقبل في جو أسرته والمجتمع، فقد يؤدى شعوره بالرفض لتكوين مفهوم خاطئ عن ذاته وتقديره له(عكاشة، 1998 :18).

2. العمر والجنس: يعتقد جون سوليفان أن البيئة التي تشعر المراهق بفقدان السند والحرمان والإحباط ، فهذه البيئة تولد القلق لدى المراهقين و تؤدى بشكل خطير لتهديد مفهومه وثقته بذاته و احترامه لها(وليندزى، 1978 : 79).

حيث إن هذا التقييم للذات يزداد تمايزاً مع تقدم النمو، بحيث تكون هناك تقييمات مختلفة باختلاف مجالات التفاعل، و يتطور ذلك التقييم وفقاً لملاحظات المرء عن ذاته، و لإدراكه كيفية رؤية الآخرين له (سلامة،1991 : 68).

3. المدرسة: ولها دور كبير في تقدير الطفل لذاته ، حيث يكون تأثيرها في تكوين تصور الطفل عن ذاته واتجاهاته نحو قبولها أو رفضها، كما أن لنمط النظام المدرسي والعلاقة بين المعلم والتلميذ يؤثر تأثيراً مهماً على مستوى مفهوم التلميذ عن نفسه(عكاشة،1990: 38).

4. عوامل ناشئة عن المواقف الجارية: و يتمثل ذلك في العيوب الجسمية، وضآلة النجاح والفشل، والشعور بالاختلاف عن الغير، والترفع أو الرفض من قبل الآخرين، وصرامة المثل والشعور بالذنب.

إن تقدير الذات يتأثر بالظروف المحيطة بالفرد؛ فإذا كانت مثيرات البيئة إيجابية تحترم الذات الإنسانية، وتكشف عن قدرتها وطاقتها يصبح تقدير الذات إيجابيا، أما إذا كانت البيئة محبطة فإن الفرد يشعر بالدونية، وبالتالي يسوء تقدير الفرد لذاته (بنيس،1995 : 40). قد ترجع الاختلافات بين الأفراد عند تقييمهم لأنفسهم إلى اختلافاتهم في تركيز انتباههم عند تمثلهم لأنفسهم، فالأشخاص ذوي التقدير المرتفع لذواتهم هم من يؤكدون قدراتهم أو جوانب قوتهم، أما ذوي التقدير المنخفض فهم يركزون على عيوبهم وصفاتهم السيئة (سلامة،1991 : 679).

وجد كوبر سميث(1967م) أن هناك مستويات ثلاثة لتقدير الذات ؛ إذ يوضح أن الأشخاص ذوى تقدير الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم أشخاصاً مهمين يستحقون الاحترام والتقدير، فضلاً عن أن لديهم فكرة محدودة وكافية لما يظنون صوابا، كما أنهم يملكون فهماً طيباً لنوع الشخص الذي يكونه، بينما ذوو التقدير السلبي للذات يرون أنفسهم غير مهمين وغير محبوبين ولا يستطيعون فعل أشياء يودون فعلها، ويعتبرون أن ما يكون لدى الآخرين أفضل مما لديهم، ويقع الفرد ذو التقدير المتوسط للذات بين هذين النوعين (زهران،1977 : 359).

إن إدراك الذات عن طريق الاستدماج والإسقاط يكون في مجمله استدماج الحسن وإسقاط القبيح، والتوازن بين العمليتين ليس مضموناً تماماً مما يجعل الزيادة في جانب تسبب النقصان في

الجانب الآخر لذلك نجد أن تقدير الذات عرضة لعوامل دينامية ذاتيه تؤثر فيه، وبعياره (وولف) نجد أن الشخص إذا عبر عن نقص الانسجام بين الصورة الداخلية للذات والواقع الخاص بالذات فإنه يتوتر انفعاليا ويمكن أن نفترض أن غياب التعرف على الذات هو في حقيقته مقاومه للتعرف على الذات لذا نصل إلى افتراض أن العوامل الدينامية الداخلية تسبب عدم التعرف على الذات والحكم الانفعالي عليها (كامل، 2003: 3).

يرى الباحث أن للعوامل الاجتماعية والبيئية والأسرية والنفسية وكل ما يتفاعل معه الفرد في بيئته التي تحيط به يؤثر في سلوكه وفي طريقة تعامله مع الآخرين لذا يرى الباحث أن الذات تتأثر بتأثر المجتمعات وتباينها وعاداتها وتقاليدها من بلد إلى أخر وحتى في البلد الواحد تتأثر بثقافة المنطقة التي ينتمي إليها الفرد.

اختلاف تقدير الذات باختلاف مواقفها:

من المعلوم أن تقديرنا لذاوتنا يتغير في المواقف المختلفة كتغير مفهومنا لذواتنا في المواقف المختلفة أيضاً، فقد يقدر الفرد نفسه بدرجة كبيرة في علاقاته الشخصية بالآخرين ويقدر نفسه بدرجة منخفضة في المواقف التي تتطلب ذكاء وتفكيرا، ويقدر نفسه بدرجة متوسطة في أداء عمله، ومهما كان الأمر فإن الناس يحاولون في كل المواقف بصرف النظر عن القيمة المبدئية التي قدروها لأنفسهم أن يسلكوا بطرق تدعم تقدير الذات وقد يكون تحقيق ذلك صعبا في بعض الأحيان حيث أن حوافزنا وآراءنا عن الواقع تؤدى إلى نوع من الصراع فيما بينها مما يهدد تقدير الذات، ويبدو أنه لا سبيل إلى الخروج من هذا الصراع بدون عدم إشباع (رفض متطلبات الهو) أو الوقوع في خطأ (رفض متطلبات الذات العليا) أو الإصابة بالضرر(رفض متطلبات الذات) وتكون النتيجة هي القلق والشعور بالخوف، ويمكن القول بلغه التحليل النفسي، أن تهديد تقدير الذات هو تهديد للذات التي تحاول إحداث توازن بين الحاجات المتصارعة، ولا توجد طريقه سهلة للتخلص من الصراع ولكن كل ما تفعله الذات هو محاوله وقاية نفسها من القلق الذي يحدثه الصراع(عبد الفتاح، 1987 :20).

يرى الباحث أن تقدير الذات بمثابة تقييم عام لقدرات الفرد ينقله إلى الآخرين بالأساليب التعبيرية المختلفة، وتتضح أيضاً أهمية العوامل البيئية والعوامل الشخصية في تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الفرد، وأهمية القلق والسلوك العدواني في تكوين تقدير ذات مرتفع لمن لا يعانى من القلق ولديه درجة ملائمة من الاستقرار النفسي ويستطيع مشاركة الآخرين والإقبال عليهم والتعامل معهم، أما من يعانى من القلق والتوتر النفسي الشديد فإنه بلا شك لديه مفهوم سلبي عن ذاته وبالتالي يعانى من التقدير المنخفض للذات، وتظهر منه السلوكيات الشاذة مثل السلوك العدواني الذي يعبر به عن هذا القلق، كذلك نجد أن تقدير الشخص لذاته يتغير باختلاف

المواقف، فقد يقدر الشخص ذاته بدرجات متفاوتة حسب الموقف أو المثير الذي يتعرض له حتى لا يكون عرضة للقلق والصراع وتهديد الذات.

الأسباب التي تؤدي إلى تكوين المفهوم السلبي للّذات:

أ. الحماية الزائدة من المشرفين على تربية الأطفال والقائمين على رعايتهم والعناية بهم.

ب. السيطرة التامة على الطفل.

ج. الإهمال وعدم الاهتمام بالطفل وما يترتب على ذلك من مشاعر في داخل أعماق الطفل (Mobya, 1993).

هناك نوعان من العوامل المؤدية إلى تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض : كما أوردها (فهمي و القطان ، 1979 : 78).

1. عوامل تتعلق بالفرد نفسه: فلقد ثبت أن درجة تقدير الذات لدى الطفل تتحدد بقدر خلوه من القلق أو عدم الاستقرار النفسي بمعنى أنه إذا كان الفرد متمتعا بصحة نفسيه جيدة. ساعد ذلك على نموه نموا طبيعيا ويكون تقديره لذاته مرتفعا أما إذا كان الفرد من النوع القلق غير المستقر فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة وبالتالي ينخفض تقديره لذاته.
2. عوامل تتعلق بالبيئة الخارجية: وهى متصلة بظروف التنشئة الاجتماعية والظروف التي تربى ونشأ فيها الفرد وكذلك نوع التربية ومنها:

أ- هل يسمح له بالمشاركة في أمور العائلة ؟

ب- هل يقرر لنفسه ما يريد ؟

ت- ما نوع العقاب الذي يفرض عليه ؟

ث- نظره الأسرة لأصدقاء الفرد (محبه أم عداوة) ؟

خلاصه القول أنه بقدر ما تكون الإجابة على هذه الأسئلة موضوعيه وايجابية بقدر ما تؤدى إلى درجه عالية من تقدير الذات.

يمكن أجمال هذه العوامل في رأي الباحث في ما يعرف بأساليب التنشية الاجتماعية غير السوية والضغوط الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والنفسية التي يتعرض إليها الفرد في حياته والاستسلام إلى المشكلات الحياتية في كافة المجالات.

المفهوم الايجابي للّذات:

يتمثّل في تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها، حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صورة واضحة ومتبلورة للذات (self_ image) يلمسها كل من يتعامل مع الفرد أو يحتك به ويكشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائماً الرغبة في احترام الذات وتقديرها والمحافظة

على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة والاستقلال الذاتي، مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضائه عنها هناك عدة مؤشرات تدل على مفهوم إيجابي للذات، ومنها أوردها(عبد الله، 2002 : 34-35).

1.إيمان الفرد بالقيم والمبادئ، والمقدرة على الدفاع عنها دون الخوف من تغييرها في حالة ما إذا احتوت على خطأ.

2.قدرة الفرد على التصرف الذاتي، وعدم تحميل نفسه الذنب إذا لم يستطع الحصول على موافقة الآخرين.

3.الشعور بالمساواة مع الآخرين، وليس الشعور بأن الفرد أعلى أو أدنى من غيره.

4.عدم إفساح المجال للآخرين بالسيطرة التامة عليه.

5.عدم الإسراف في مشاعر القلق أو الانزعاج من المستقبل أو أخطاء الماضي.

6.الاحتفاظ بالثقة بالنفس رغم التعرض إلى الفشل.

7.القدرة على ممارسة الأنشطة المرتبطة بالعمل.

يرى الباحث أن الكشف الواقعي عن صورة الذات، وبلورة الهوية الشخصية للفرد من الممكن العمل على تحقيقها عن طريق التفاعل الطبيعي السوي مع الطفل، وبتمكينه من التعبير الصريح عن الرأي وبمساعدته في اتخاذ القرارات اللازمة وبتدريبه وتوجيهه في ذلك، وبإتاحة الفرصة أمامه للتدخل والإيجابية وبتعزيز استجاباته الناجحة ومبادراته الصحيحة وبالعمل على إشعاره باستمرار بالحب والعطف والحنان والاحترام والثقة المتبادلة وعن الاستماع إليه وفهم تصرفاته وأفعاله وبتحديد دوره ومكانته في الحياة وبتعريفه بوضعه وبإشعاره بأهميته بين أفراد أسرته وذويه

من خلال السرد السابق إن أحد أسس طاقاتنا الايجابية هو تقديرنا الايجابي لذواتنا، فالشخص الذي يقدر نفسه يقدر الآخرين ويشعر براحة مع نفسه، أما الذي لا يقدر ذاته فإنه يجد صعوبة في مواجهة الناس ويميل إلى العزلة والانطواء لأنه يعجز عن التعبير عن ذاته وعن قدراته ومواهبه وخبراته.

كما يرى الباحث أن المفهوم الإيجابي للذات يتوقف أيضاً على التربية الصالحة وعلى الأسرة و المجتمع في تعليم الفرد طرق مختلفة في كيفية مواجهة مشكلات الحياة المختلفة والقدرة على مواجهتها والتوافق معها فإنسان بطبيعته مرن قابل للتعلم لذا يتوقف بدور كبير على الأسرة والمجتمع بكافة مؤسساته بالإضافة إلى ذلك الخبرات الشخصية التي يمر بها الفرد في حياته وقدرته على مواجهة المشكلات وطرق حلها والتغلب عليها منذ مرحلة الطفولة.

كما يرى الباحث هناك تأرجحاً في درجة تقدير الذات من حيث سلبيتها وإيجابيتها وذلك وفق المواقف أو المثيرات التي يتعرض إليها الفرد فالتي تدعوا إلى التفاؤل تجعل تقدير الفرد لذاته إيجابياً أما خلاف ذلك يؤدي إلى تقدير الذات السلبي مما تؤدي إلى مشاعر الإحباط الذي غالباً ما يتمثل في السلوك العدواني والقلق والخوف من المجهول.

نظريات تقدير الذات :

توجد نظريات تناولت تقدير الذات من حيث: نشأته، ونموه، وأثره على سلوك الفرد بشكل عام، وتختلف تلك النظريات باتجاهات صاحبها ومنهجه في إثبات المتغير الذي يقوم على دراسته ومن هذه النظريات.

1.نظرية روزنبرج(Rosenberg,1965): أن هذه النظرية تعتبر من أوائل النظريات التي وضعت أساساً لتفسير وتوضيح تقدير الذات، حيث ظهرت هذه النظرية من خلال دراسته للفرد وارتقاء سلوك تقييمه لذاته ، في ضوء العوامل المختلفة التي تشمل المستوى الاقتصادي والاجتماعي ، والديانة وظروف التنشئة الوالدية (Robson : 1988 , p,6-15).

تدور أعمال" روزنبرج " في سليمان،(1992: 89).حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، وأوضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته ويقيمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها.

يعتبر "روزنبرج1979م" تقدير الذات اتجاه الفرد نحو نفسه لأنها تمثل موضوعاً يتعامل معها، ويكون نحوها اتجاهاً، وهذا الاتجاه نحو الذات يختلف من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى(Rosenberg: 1979, P,73) .

لذا نجد أن أعمال" روزنبرج "قد دارت حول دراسة نمو ارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد .وقد اهتم "روزنبرج "بتقييم المراهقين لذواتهم ووضع دائرة اهتمامه بعد ذلك بحيث شملت ديناميات تطور صورة الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة .واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد مستقبلاً والمنهج الذي استخدمه "روزنبرج "هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك (كفافي، 1989 :103)

يرى بندر(1993م) Bender أن روزنبرج وضع للذات ثلاثة تصنيفات هي

أ.لذات الحالية أو الموجودة : وهي كما يرى الفرد ذاته وينفعل بها.

ب. الذات المرغوبة : وهي الذات التي يجب أن يكون عليها الفرد .

ج. الذات المقدمة : وهي صور الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين، ويسلط روزنبرج الضوء على العوامل الاجتماعية فلا أحد يستطيع أن يضع تقديراً لذاته والإحساس بقيمتها إلا من خلال الآخرين(Bender, et, al: 1993, p37).

اعتبر" روزنبرج " في كفافي(1989 :103) أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه .وطرح فكرة أن الفرد يكّون اتجاهاً نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخبرها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاهاً لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى، ولو كانت أشياء بسيطة يود استخدامها، ولكنه فيما بعد عاد واعترف بأن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف– ولو من الناحية الكمية – عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى .معنى ذلك أن روزنبرج يؤكد على أن تقدير الذات هو" التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه"، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض.

كما عمل "روزنبرج" في أبو جادو (2004 : 153) على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد، كما اهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات مثل تلك التي بين المراهقين الزنوج والمراهقين البيض، والتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر، والمنهج الذي استخدمه "روزنبورج" هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية ترتبط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك حيث اعتبر أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، ربما يختلف ولو من الناحية الكمية عن اتجاهات الفرد نحو الموضوعات الأخرى.

يرى الباحث أن نظرية روجرز تركز على الواقع الذي يخبره الشخص بطريقة فريدة و يعتبر السلوك نتيجة للأحداث الإدراكية المباشرة كما يخبرها الشخص بالفعل, إذا كان أي شخص آخر لا يستطيع أن يتوصل بدقة إلى الإطار المرجعي الداخلي كما أنها ركزت على النمو والإطار الاجتماعي والتنشئة الاجتماعية وهي بالتالي في رأي الباحث و من أهم النظريات المعاصرة، إذ تمثل مفهوم الذات جانباً أساسياً فيها بتحديده على أنه تنظيم عقلي معرفي منظم ومرن ولكنه متماسك من المدركات والمفاهيم التي تتعلق بالسمات والعلاقة الخاصة بالفرد مع الآخرين في ضوء العادات والتقاليد أي البيئة التي ينتمي إليها.

2.نظرية كوبر سميث (Cooper – Smith,1976): هي أحدث وأشمل نظريات الذات وذلك لارتباطها بطريقة الإرشاد المتمركز حول العميل وهي تتضمن دراسة الذات ومفهوم الذات وهو جوهر الشخصية ووظيفة مفهوم الذات وظيفة دفاعية وينمو مفهوم الذات تكوينياً كنتاج للتفاعل الاجتماعي جنباً إلى جنب مع الدافع الداخلي لتأكيد الذات، وبالرغم أنه ثابت لحد كبير إلاّ أنه لا

يمكن تعديله وتغييره تحت ظروف معينة، والخبرات التي تتفق مع مفهوم الذات ومع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى الراحة والتخلص من التوتر والقلق وسوء التوافق النفسي أما الخبرات التي لا تتفق مع الذات والتي تتعارض مع قيم المجتمع يدركها الفرد على أنها تهديدات وعندما تدرك الخبرة على هذا النحو تؤدى إلى إحباط مركز الذات والتوتر والقلق وسوء التوافق النفسي(الطيب، 2003 : 18).

إن تقدير الذات يتضمن كلا من عمليات تقييم الذات وردود الأفعال والاستجابات الدفاعية .

وعلى عكس" روزنبرج "لم يحاول كوبر سميث "أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر وأكثر شمولاً ولكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب؛ ولذا فإن علينا ألا ننغلق داخل منهج واحد أو مدخل معين لدراسته، بل علينا أن نستفيد منها جميعاً لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم. ويؤكد" كوبر سميث "بشدة على أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية (كفافي، 1989 : 104).

يقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها، والتعبير السلوكي وهو يشير إلى الأساليب السّلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته، التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية، فضلاً عن ذلك يرى "كوبر سميث" في سليمان (1992: 96-97) أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيداً لأنها تتضمن كلاً من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابات الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسّم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: التّعبير الذاتي، وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها والتعبير السلوكي، ويشير إلى الأساليب السلوكية ، التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته، التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

فقد ذهب كوبر سميث المذكور في أبو جادو (2004م :153) إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، إن علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم، ويتضمن تقدير الذات عنده عمليات تقييم الذات وردود الأفعال أو الاستجابة الدفاعية، فهو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين :التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها والتعبير السلوكي إي الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته .ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات :حقيقي ويوجد عند الأفراد الذي يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة، ويوجد تقدير دفاعي للأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور وقد افترض أربعة مجموعات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي النجاحات والقيم والطموحات والدفاعات .وهناك ثلاث من حالات الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي:

أ. تقبل الأطفال من جانب الآباء.

ب. تدعيم سلوك الأطفال الايجابي من جانب الآباء.

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

يرى الباحث أن تقدير الذات حسب وجهة نظر كوبر سميت تناولت جانب مهم جداً في الحكم على تقدير الذات وهو جانب التفاعل الاجتماعي بين الفرد والبيئة من جهة والآخرين من جهة أخرى.كما بين أن تقدير الذات متعدد الجوانب وهذا ما ميز نظريته عن النظرية السابقة في طريقة الحكم على الذات الإنسانية.

3.نظرية زيلر Zelar,1969: تفترض نظرية" زيلر "أن تقدير الذات ينشأ ويتطور بلغة الواقع الاجتماعي أن ينشأ داخل الإطار الاجتماعي للمحيط الذي يعيش فيه الفرد؛ لذا ينظر" زيلر "إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث – في معظم الحالات – إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي .ويصف" زيلر "تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويلعب دور المتغير الوسيط، أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي . وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك .وتقدير الذات – طبقاً" لزيلر – "مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى .ولذلك فإنه افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه. أن تأكيد" زيلر "على العامل الاجتماعي جعله يسهم مفهومه – ويوافقه النقاد على ذلك – بأنه" تقدير الذات الاجتماعي ."وقد ادعى أن المناهج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعطِ العوامل الاجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات (كفافي، 1989 :104-105).

إن تقدير الذات طبقاً لزيلر مفهوم يرتبط بين تكامل الشخصية من ناحية، وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى، ولذلك فإن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات (سليمان، 1999 :91).

يرى الباحث بأن تقدير الذات وفقاً لما يراه زيلر هو مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على الاستجابة لمختلف المثيرات التي يتعرض إليها من ناحية أخرى وأن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه.وينتقد الباحث هذه النظرية في تركيزها على الجانب الاجتماعي أي الإطار الاجتماعي الذي ينتمي إليه الفرد وغفلت عن جوانب أخرى مثل " العوامل النفسية والجسمية والفسيولوجية ...الخ".

4.نظرية إبشتاين Epstion : من نظريات الذات التي سعى فيها "إبشتاين " إلى توضيح ماهية مفهوم الذات بقوله : "إن كل شخص يضع هيئة أو صياغة للذات اعتماداً على قدرتها وصلاحيتها بشكل غير مقصود طبقاً لخبراته المختلفة، ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة احتراماً كاملاً للذات بمقدار الخبرات المرتبطة بالإنجاز، وبزيادة تقدم الفرد، فإن نظريته تزداد تعقيداً، ومع ذلك يظل متمسكاً بمبادئها الأساسية، بمعني أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري، ودائما تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات، أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة، فاعتقاده بأنه إنسان ذو قيمة ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات، وأنه من السهل أن يحبني الآخرون مثلاً، ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً لملاحظات عن ذاته ، أنه كموضوع مجرد وفقاً لكيفية رؤية الآخرين له، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى علي خبرات التنشئة الأولي ومدى الاستحسان والاستهجان الذي تلقاه الفرد من قبل ذوي أهمية في حياته (Bender,et ; al : 1993, pp,41-42)

يرى الباحث من أن هذه النظرية ركزت على الخبرات الشخصية التي يمر بها الفرد وتعتبر هذه النظرية إضافة عامل مهماً في تقدير الذات

تعليق عام على هذه النظريات:

1. يرى الباحث من خلال ما سبق اهتمام العلماء على اختلاف اتجاههم لمفهوم الذات، ولكن رغم ذلك فقد اتفقوا على بعض العوامل التي لها دور في نمو وتطور الذات، مثل اللغة، التغيرات الجسدية والنفسية والاقتصادية والاجتماعية مثل نظرية روزنبرجRosenberg,1965 ونظرية إبشتاين Epstion وغيرها.

2. يرى الباحث أن كل نظرية من هذه النظريات وأن كثر الاختلاف فيما بينها تناولت جانباً مهماً وحساساً يلعب دوراً كبيراً في تطور وبناء الذات وشخصية الفرد مهما كان نوع الخلاف مثل نظرية كوبر سميث Cooper – Smith,1976 وغيرها من النظريات التي أشار إليها الباحث.

3.يرى الباحث أن هذه النظريات(نظرية روزنبرج Rosenberg,1965) ونظرية إبشتاين Epstionو زيلر(1969م) Zelar وغيرها) ساعدت في التفسير الجيد لتقدير الذات مما ساعدت الأخصائيين النفسيين في عملية الإرشاد والعلاج النفسي لمن يعاني من تقدير الذات المنخفض.

4.يرى الباحث أن الظاهرة النفسية والاجتماعية ظاهرة معقدة ومتشابكة وفي غاية التعقيد لذا يكون تفسيرها في غاية الصعوبة.

5.يعتبر الباحث تقدير الذات من المفاهيم الجديدة في علم النفّس بالتالي تحتاج إلى المزيد من البحث.

نمو تقدير الذات وعلاقته بالأسرة وجماعة الرفاق:

كلما ينمو الطفل تزداد حاجته إلى التقدير ممن حوله في المدرسة، من أقرانه ومدرسيه ليحظى بهذا التقدير فيعمل وينشط في مجالات كثيرة في الدراسة، وفي أوجه النشاط المدرسي وفي النظام حيث يلفت إليه الأنظار ويحظى بالتقدير الاجتماعي المرغوب. وقد يتمثل تقدير الفرد من الآخرين بمدحه أو الثناء عليه ...ونجد كذلك عند البالغين حيث يميل الفرد إلى أن يثاب على عمل أجاده أو مشروع قام به إثابة مادية كالحصول على علاوة من رئيسه أو على درجة أو على تشجيع. فحصيلة ما يصل إليه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي من تحدد شدة أو ضعف الحاجة إلى التقدير لدى هذا الفرد .فعندما يبدأ الفرد في إحداث التغيرات في البيئة المحيطة به فإن أصابه الفشل عاود المحاولة فيما هو أكثر تعقيداً أو مخاطرة فنتيجة ما يصل إليه الفرد من موازنة بين ما أصاب محاولاته من نجاح وفشل في معالجة أمور البيئة والتحكم فيها فإنه يكتسب الإقدام أو الإحجام عن مثل هذه المحاولات.

إذا كانت الحاجات النرجسية لم تشبع فإن تقدير الذات ينقص وأغلب الباحثين يؤكدون على أن تقدير الذات السوي هو الذي يسمح للفرد أن يتكيف وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة." إن الحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية، وهي في الواقع موجودة في أساس كل سلوك بشري وبمعنى آخر فإن كل واحد شخص مهم جدا في نظر نفسه، وهذا يعني شيئا كبيرا من سلوكنا مدفوع بنظرتنا إلى أنفسنا ونحن حين نتصرف نأخذ بعين الاعتبار ذواتنا وتأثير هذا التصرف بالنسبة إليها ...فمن الممكن أخيرا التأكد على أن الفرد يدرك ذاته بأصالة على أنها جديرة بالتقدير واهتمام لديه أقوى مما لدى الشخص ذي مشاعر دونية(الدسوقي،1979 :87).

١ – يرى البعض أن الشعور بالقيمة يبدأ منذ فترة الرضاعة .حيث ينمو الشعور بالقيمة لدى الرضيع من خلال علاقته القوية مع والدته وتجاوبها ودعمها له في محاولاته للتمكن .ويوضح "أبلون " أنه بعد سن الثانية يكون لدى الطفل القدرة على وصف مشاعره بأسلوبه الخاص، وفي هذه المرحلة تكون الأنا لديه قد تكونت، وذلك يكون كافياً كأساس في وضع تقييم عن تقدير الذات لديه.

٢ – الأسرة هي البيئة الهامة لنشأة ونمو تقدير الذات للفرد، فقد توصلت العديد من الدراسات إلى أن الدعم الوالدي ومنح الاستقلال والحرية للأبناء مرتبط بطريقة إيجابية بالتقدير المرتفع للذات لدى الأبناء، فعندما يثق الأب والأم بالابن ويعتبر أنه شخص مسئول فإن هذا يزيد من تقديره لذاته، فالأثر الرئيسي لدعم واهتمام ومشاركة الآباء تتضح في أنها تنقل للطفل معلومات عن قيمته الداخلية، وبذلك فإن هذا السلوك يجب أن يرتبط أكثر بمكون تقدير الذات للطفل رغم أن الدعم الوالدي قد يوفر أيضاً قاعدة من الأمان يعمل خلالها الطفل كشخص فعال وقادر.

٣ – أوضح" ديموس "أن الفرد يمكن أن يحتفظ بتقدير الذات إذا شعر بأنه ذو كفاءة وجدير بالثقة وذو علاقة طيبة مع الآخرين .ويعتمد تنظيم تقدير ذات جيد على طفل ذوي كفاءة ينمو في كنف عالم من الكبار يشجعونه ويساندونه ويحبونه .فيرتفع تقدير الذات عندما يثني الآخرون على قدرة الفرد التي تكون ذات أهمية لمفهومه عن ذاته وتأتي من أشخاص ذوي قيمة للفرد .لذا فإن شعورنا بالقيمة الشخصية سوف يكون دائماً معتمداً على علاقتنا بالعالم الخارجي (الضيدان، 2003 :24).

كما بين" فيلكر Velkar " في كفافي (1989: 106)، أن تقدير الفرد لذاته واعتباره لها يرتفع عندما يقترن" الإحساس بالانتماء"، وعندما يشعر بالاستحقاق والجدارة، وعندما يشعر بأنه متقبل كفء .وينمو الإحساس بالانتماء عندما يرى الفرد نفسه عضواً في جماعة، لأن هذه العضوية تمنحه الشعور بالقيمة بالنسبة للآخرين .والجماعة الأكثر عند الطفل هي الأسرة .وعندما يتوحد الطفل مع والديه، وعندما يتلقى الاستجابات الدالة على التقبل الوالدي وعلى أن له قيمة عندها وأنه موضع تقديرها، فإن إحساسه بالانتماء ينمو، وسوف ينعكس تقدير الآباء على تقديره لذاته. ويذهب" فليكر " إلى أن أعظم العوامل تأثيراً في نمو تقدير الذات هو نوعية علاقات الطفل مع الأشخاص من ذوي الأهمية السيكولوجية لديه، وهم الأفراد الذين يحتك بهم الطفل باستمرار وبكثرة، أو الذين يدركهم باعتبارهم أفراداً حائزين على القوة والنفوذ في نطاقه

يسميهم لورانس (1981م) Lurance في سليمان(1992 م: 100). ذوو الأهمية في حياة الفرد وهم الوالدان والمعلمون والأقران، فتقدير الذات يمثل تقييم الطفل لنفسه بنفسه وبالآخرين المهمين حوله من وجهة نظره هو.

إن الأطفال الذين تكون لديهم بصفة عامة مفاهيم عالية عن ذواتهم أي الذين يقدرون أنفسهم تقديراً عالياً في معظم الجوانب –يقال عنهم أنهم واثقون بذواتهم مطمئنون إليها، ولأنهم يتوقعون حسن تقبل الآخرين لهم ويتوقعون لأنفسهم النجاح، نجدهم لا يخشون من التعبير عن أفكارهم أو أن يسيروا وفق أحكامهم وتقديراتهم .وأما الأطفال الذين يفتقرون عموماً إلى الثقة بالذات، فإنهم من ناحية أخرى يفضلون أن ينغمسوا في الزحام فهم يخشون التعبير عن الأفكار غير الشائعة أو غير المألوفة، ويتجنبون اجتذاب الانتباه ويؤثرون البقاء كمنعزلين عن الانخراط في التفاعلات الاجتماعية، أو نجدهم مفرطين في العدوانية والتمرد استجابة لما لديهم من نقص في الثقة بالذات معنى ذلك :أن تقدير الطفل لذاته يزداد عندما يستطيع أن يرى نفسه ويحدد موضعه من خلال نظرة الآخرين له، وعندما يستطيع أن يعقد مقارنات بين قدراته وقدرات من هم في مثل سنه ويقومون بنفس دوره .وقد أوضح من خلال دراسة أجريت على الأولاد في مرحلة ما قبل المراهقة وآبائهم، وجد أن الأولاد الذين حصلوا على درجة عالية في تقدير الذات كان آباؤهم على درجة عالية في تقدير الذات .وكان الآباء يتصفون بالثبات الانفعالي والاعتماد على الذات،

ناجحين في أساليب تنشئة الأبناء، إضافة إلى أن أمهات الأولاد من أصحاب التقدير المرتفع للذات من النوع الذي يتقبل الأطفال ويعظهم، ويتصف بإتباع سياسة ثابتة متسقة في التأديب والتهذيب، وكذلك آباء الأطفال من أصحاب التقدير المرتفع للذات فقد كانوا يحترمون آراء أطفالهم، ولعل هؤلاء الأطفال، بسبب أن آراءهم كانت تؤخذ بعين الاعتبار، ازدادوا ثقة بآراء أنفسهم، ثقة قاموا بتعميمها إلى الثقة بالذات في المواقف الأخرى(مسن وآخرون، 1986: 363-364).

تقدير الذات المرتفع هو أكثر المقاييس التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على التوافق، فيستطيع أن يقتحم المواقف الجديدة والصعبة دون أن يفقد شجاعته، كما يمكنه مواجهة الفشل في الحب أو في العمل، دون أن يشعر بالحزن أو الانهيار لمدة طويلة، بينما يميل الفرد ذو تقدير الذات المنخفض إلى الشعور بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة، حيث أنه يتوقع فقد الأمل مستقبلاً (رمضان، 2000: 218).

أ -عوامل ثقافية :كالنظام الاستبدادي في الأسرة والتربية الاستبدادية في المدارس.

ب -عوامل ترجع إلى الطفولة المبكرة :مثل :الإسراف في الحماية القائم على التسلط من قبل الوالدين، والتسلط من قبل الغير، والمنافسة مع أخوة أكبر، وإلحاح الوالدين في استثارة غيرة الطفل بمقارنته بأطفال آخرين، والصرامة المفرطة في النظام والعقاب، وعدم استخدام المدح أو الاحترام أو التقدير، والمحاباة في الأسرة، وانعدام الاستقلال، وطول الاعتماد على الغير، والعقاب بالتخويف أو الإفزاع.

ج -عوامل ناشئة عن المواقف الجارية :كالعيوب الجسمية، وضآلة النجاح، والفشل، والشعور بالاختلاف عن الغير، والترفع، أو الرفض من قبل الأفراد الآخرين، والعجز عن الوفاء بما تتطلبه أمور الحياة من صفات الذكورة أو الأنوثة وصرامة المثل، والشعور بالإثم والذنب، ونظرة الغير له على أنه طفل صغير (صالح، 1979: 6).

لكي ينمو لدى الطفل مفهوم سوي عن نفسه- وبالتالي يحقق تقديراً إيجابياً لنفسه -يجب على الآباء والمربين أن يضعوا تلك الجوانب السلبية من العوامل التي تؤثر في تقدير الذات موضع الاعتبار حتى يمكن تجنبها والتغلب عليها، لأن البيئة مهمة لنشأة ونمو تقدير الذات هي الأسرة، أما بالنسبة لتداخل تأثير الأسرة وجماعة الرفاق على تقدير الذات نجد أن" كارول (Carol Woods) أكد على أن تقدير الذات يتطور من خلال التعاون، والعلاقات الداخلية، والإنجازات الفردية .كما أن مهارات الأطفال الاجتماعية تتطور في وجود الأصدقاء. لقد وجد" لاد"(Ladd) أن الأطفال الذين ينقلون من مرحلة ما قبل الدراسة إلى المرحلة الابتدائية ويكونون أصدقاء في هذه المرحلة يكونون قادرين على التوافق في المدرسة أكثر من هؤلاء الذين لم يكن لديهم أصدقاء وقد وجد اختلا حول تداخل تأثير الأسرة وجماعة الرفاق، وفق نظرية تعزيز الذات ونظرية ثبات الذات،

فقد أوضح" آن روبرتز وآخرون (Ann Roberts, et. A l2000:p68).أن نظرية تعزيز الذات تتضمن نموذجاً معتدلاً، لأن هناك علاقة متوسطة بين تأثير العائلة والرفاق في تقدير الذات، أما نظرية تعزيز الذات تقترح أن هناك علاقات متداخلة بين تأثير العائلة والرفاق في تقدير الذات، فعندما لا يجد الطفل المعاونة أو عدم المشاركة في آرائه أو الشجار الدائم معه من قبل العائلة، فهو عادة ما يسعى لتعويض هذه العوامل من الأصدقاء لزيادة تقديره لذاته "كابلن وروبنز ومما هو جدير بالذكر أن الأطفال وخاصةً في مرحلة المراهقة المبكرة مرتبطون أكثر بأصدقائهم، والذين قد يكون لهم آراء ومعتقدات مختلفة عن العائلة التي تعطي تقديراً أكبر، وتقديراً ذاتياً مرتفعاً، وأحياناً ينتج من هذه العلاقة مع الرفاق تقدير ذاتي منخفض عندما تقارن مع تقدير العائلة. أن الطفل إذا تلقى تقديراً ذاتياً سلبياً من العائلة، قد يفسر هذا على أنه ليس له قيمة عند الآخرين؛ لذا فإن الطفل إذا تعرض لمثل هذه المواقف ممكن أن يسيء إلى الآخرين ويتصرف بأسلوب غير مفضل وسبب ذلك أنه يريد أن يحافظ على مفهوم ثابت لذاته، كما أن معاملات الأصدقاء المتوترة لها تأثيرها السلبي على تقدير الذات، كما أن تلقي المساعدة والمعاونة من الآباء يساعد في تقدير الذات، أما الشجار الدائم معهم يساعد في تكوين شعور سلبي في تقدير الذات .كما أن الشباب الذين على علاقة جيدة وإيجابية بأصدقائهم لديهم مستويات عالية في تقدير الذات لذا نجد أن دراسة" كوبر سميث عام 1968 م " قد أظهرت أن الطريقة التي يتعامل بها الوالدان مع الطفل تؤثر على تقديره لذاته، حيث وجد أن الآباء ذوي تقدير الذات المرتفع أكثر رغبة في مدح الطفل، أكثر ديمقراطية، أكثر اهتماماً بالطفل، أقل استخداماً للعقاب، التسامح بشكل متطرف، ونادراً ما يستخدمون أسلوب الحرمان من الحب كنوع من العقاب .أما الآباء ذوو التقدير المنخفض للذات فهم أقل رغبة في مدح الطفل، أقل اهتماماً بالطفل، ويتسمون بالتذبذب في معاملة الطفل، والإسراف في استخدام العقاب أو التسامح.

أشار كوبر سميث في الضيدان (2003: 28) إلى أربعة عناصر تلعب دوراً في نمو تقدير الذات بشكل عام هي:

1. مقدار الاحترام والتقبل والمعاملة التي تتسم بالاهتمام التي يحصل عليها الفرد من قبل الآخرين المهمين في حياته.
2. تاريخ نجاح الفرد والمناصب التي تمثلها في العالم(يقاس النجاح بالناحية المادية ومؤشرات التقبل الاجتماعي).
3. مدى تحقيق طموحات الفرد في الجوانب التي يعتبرها مهمة، مع العلم بأن النجاح والنفوذ لا يدرك مباشرة ولكنه يدرك في ضوء الأهداف الخاصة والقيم الشخصية.

4. كيفية تفاعل الفرد مع المواقف التي يتعرض فيها للتقليل من قيمته .فبعض الأشخاص قد يخففون ويحورون ويكبتون تماماً أي تصرفات تشير إلى التقليل من قيمتهم من قبل الآخرين أو نتيجة فشلهم السابق .حيث تخفف القدرة على الدفاع عن تقدير الذات من شعور الفرد بالقلق وتساعده في الحفاظ على توازنه الشخصي.

كما يرى الباحث أن كفاءة الشخص وقدرته على التصرف والقيام بالسلوك القويم وضبط الذات والعمل على تحقيق التوافق النفسي والسلوكي مع نفسه والآخرين يتأثر كله بهذه المؤسسات.كما يرى الباحث أن الأسرة ممثلة في الأبوين أثر فعال في درجة تقدير الفرد أو الطفل لذاته فارتفاع درجة تقدير الذات عند الأبوين تعني ارتفاعها عند طفلهم وبالتالي تفاؤله والسعي وراء النجاحات لثقته العالية بنفسه وانخفاض درجة تقدير الذات عند الأبوين تعني انخفاضها عن طفلهم وعدم قدرته على تحقيق النجاحات لثقته المتدنية بنفسه.

مستويات تقدير الذات:

يؤدى إشباع الحاجات إلى الثقة بالنفس والإحساس بالكفاءة في حين عدم إشباعها يرمي إلى مشاعر النقص والضعف، لذلك يمكن القول أن لتقدير الذات مستويان هما المستوى المرتفع والمستوى المنخفض:

تقدير الذات المنخفض:يشكل تقدير الذات المنخفض إعاقة حقيقية بصاحبه، إذ يركز أصحاب هذا المستوى على عيوبهم، ونقائصهم وصفاتهم غير الجيدة، وهم أكثر ميلاً للتأثير بضغوط الجماعة والإنصات لآرائها وإحكامها، كما يضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع.وعليه تدفع هذه الظروف بصاحبها إلى تذكر الخبرات الفاشلة دائماً، فيمتنع عن المجازفة ويشعر بعدم معرفته بالقيام بالأعمال المطلوبة منه ولا يستطيع طلب المساعدة (سليم، 2003 :18)، كما يتميز أصحاب هذا المستوى بالشعور بالخجل والقلق الزائد والخضوع السلبي للسلطة والشعور بالحزن، والاستعداد المرتفع للاقتناع والتأثر بآراء الآخرين وعدم الارتياح في المناسبات الاجتماعية إضافة إلى عدم القدرة على المواجهة الظروف الاجتماعية اليومية (رشتي،1993: 347)، بالتالي يمكن القول بأن تقدير الذات المنخفض يمنع صاحبه من مواجهة المواقف الجديدة، إحساساً منه بعدم القدرة والعجز على المواجهة وهذا ما يصعّب للفرد مهمة الاندماج في الأنشطة التي تتطلب تفاعل اجتماعياً مع المحيطين به.

تقدير الذات المرتفع: لقد أظهرت الدراسات في مجال تقدير الذات أن الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع يؤكدون دائماً على قدراتهم وجوانب قوتهم وخصائصهم الطيبة (سلامة،1991 : 279).

حسب كوبر سميث: فإن الأشخاص ذو التقدير العالي يعتبرون أنفسهم أشخاصاً مهمين، ولديهم فكرة محددة وكافية لما يظنونه صوابا، كما أنهم يملكون فهما طيبا لنوع شخصياتهم،

ويستمتعون بالتحدي ولا يضطربون عند الشدائد، وهم أميل إلى الثقة بأحكامهم وأقل تعرضا للقلق، ولديهم استعداد منخفض للإقناع والتأثر بآراء الآخرين وهم أكثر ميلا لتحمل الايجابية في المناقشات الجماعية واقل حساسية للنقد. و ينمو تقدير الذات ويتطور من خلال عملية عقلية تتمثل في تقييم الفرد نفسه، ومن خلال عملية وجدانية تتمثل في إحساسه بأهميته وجدارته .ويمكن تمييز المراهقين ذو التقدير العالي بالصفات التالية كما أوردها (سليم، 2003 :10).

1. أنهم يستمتعون بالخبرات الجديدة
2. لديهم حب استطلاع.
3. يطرحون أسئلة.
4. يتطوعون للقيام بالمهمات والأنشطة.
5. يستجيبون للتحديات.

يبدأ تكوين الاتجاهات عند الأفراد عندما يبدون بالتعامل مع الآخرين الذين يلبون حاجاتهم ومطالبهم .وهناك ثلاثة ظروف أساسية تساهم في تكوين عال لتقدير الذات

1. الحب والعاطفة غير المشروطين
2. وجود قوانين محددة بشكل جيد ويتم تطبيقها باتساق.
3. إظهار قدر واضح من الاحترام للأبناء.

يمكن للراشد أن يعمل بشكل إيجابي على تطوير تقدير الذات للمراهق وذلك عن طريق إفهامه بأنه إنسان نافع وجدير بالتقدير، وهذا التطوير يمكن أن يحقق من خلال السلوك العملي من جانب المدرس، الذي يثبت من خلال ثقته واحترامه للمراهق .إلى جانب هذا يعتبر التفكير والعمل الايجابيان عاملين فاعلين، وهما يحققان الغاية منهما عندما يكونان فقط متطابقان مع الصورة التي يراها المرء عن نفسه، وعندما تكون صورة النفس إيجابية تزداد ثقة الفرد بنفسه وإن تقدير الذات لا يتغير بالكلام وحده أو بالمعرفة العقلية بل إنه يتغير عن طريق الخبر(مجموعة من الباحثين، 2000 :172).

بناءاً على ما سبق يمكن القول أن الفرد ذو التقدير المرتفع للذات فرداً اجتماعياً يمتاز بالمبادرة الفردية والثقة في النفس والتعبير عن أراه محباً للنشاطات الجماعية، شخصية قوية تمتاز بالإرادة والقدرة على مواجهة الضغوطات الحياة، فهو شخص متكيف مع مختلف ظروف الحياة.

الخصائص المميزة لذوي تقدير الذات المرتفع والمتوسط والمنخفض:

أظهرت الدراسات العديدة التي أجريت في مجال تقدير الذات، أن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات يؤكدون دائماً على قدراتهم وجوانب قوتهم وخصائصهم الطيبة وكذلك هم أكثر ثقة بآرائهم وأحكامهم، وأكثر تقبلاً للنقد، ويتأثرون بالمعلومات المشجعة المتفائلة والمطمئنة أكثر من

تأثرهم بالمعلومات المتشائمة والمهددة، كذلك يتميز أصحاب التقدير المرتفع للذات بأنهم يحترمون أنفسهم ويعتبرونها ذات قيمة، ويشعرون بالكفاءة ولديهم شعور بالانتماء، واتجاهاتهم المقبولة تجاه أنفسهم تؤدي إلى شعورهم بالاعتزاز والثقة بردود أفعالهم واستنتاجاتهم، وهذا يسمح لهم بإتباع أحكامهم عندما تختلف آراؤهم عن آراء الآخرين، وكذلك يسمح لهم باحترام الأفكار الجديدة، وهم يرون أنفسهم بأنهم أشخاص مهمون يستحقون الاحترام والتقدير والاعتبار، ولديهم فكرة محددة عما يدركونه أنه صواب، ويملكون فهماً طيباً لنوع الشخص الذي يتعاملون معه، وهم يتسمون بالتحدي، ولديهم الشجاعة للتعبير عن أفكارهم، وهم مستقلون اجتماعياً، ويحبون المشاركة في النشاطات الجماعية، وتكوين صداقات مع الآخرين، وهم يتحدثون أكثر مما يستمعون. كما يوضح" برنز " Burns أن الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع يكونون أقل عرضة للضغط النفسي الناتج عن الأحداث الخارجية، كما أنهم قادرون على صد المشاعر السلبية الداخلية، ولديهم تاريخ سابق للتعامل مع الضغوط البيئية(سلامة،1991: 679)، أما أصحاب التقدير المنخفض للذات فهم يركزون على عيوبهم ونقائصهم وصفاتهم غير الجيدة، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة والانصياع لآرائها وأحكامها، ويضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، حيث يسجلون درجات أعلى على مقياس المراقبة الذاتية، وهي ذات تأثير سلبي على الأداء حيث تقلل من الانتباه الموجه نحو المهمة وهم كذلك يعانون من مشاعر العجز والدونية والتفاهة وعدم التقبل ويفتقدون الوسائل الداخلية التي تعينهم على مواجهة المشكلات المختلفة، حيث يعتقدون أنهم فاشلون غير جديرين بالاهتمام فضلاً عن قلة جاذبيتهم (شوكت، 1993: 1).

لا أحد يولد وتقديره لذاته متدن، ولكن يولد على الفطرة، أما الظروف الخارجية فهي المسبب رقم واحد في هذه الحالة .كما أرجعها {موراي (1988 :113) و غالب(2000 :160) وكفافي (1999م:199)} إلى ما يلي:

1.الفقر: إن الفقر يؤثر في شخصية الفرد فيؤدي إلى تكون السلوك اللاجتماعي وصلابة في الشخصية، بحيث أن الفقير يحاول أن يقيم سدا بينه وبين بيئته، فيشعره ذلك بالغربة وعدم الأمان مما يؤدي به إلى الإحساس بالنقص.

2.حالة المجتمع: إن جانباً كبيراً من العدوان في الحياة الاجتماعية له صلة بأنواع من الإحباط الاقتصادي، الاجتماعي والشخصي. فقد درس مزفر شريف وكارولين الخلاف بين الجماعات، كل جماعة تتألف (12 طفلاً)، وكل جماعة تعيش مستقلة عن الأخرى. وتم تنظيم تنافس رياضي بشكل يتم فيه خسارة إحدى المجموعتين دائما وفوز الأخرى بشكل دائم. وكانت النتيجة هو العداء المرير بين المجموعتين، وإغارة كل مجموعة على معسكر الجماعة الأخرى .بل هناك حديث عن الحرب، وقد بدا أن الإحباط الجمعي يتضمن قرارا كبيرا من فقدان التقدير الذاتي.

3. العلاقات الأسرية: إن الأسرة المضطربة من شأنها أن تكون تقدير ذات منخفض .ويلاحظ الباحثون أن تقدير الذات المنخفض لا يؤثر على أفراد الأسرة الكبار فحسب، بل أنه ينتقل إلى أطفالهم الصغار وكأنه يورث إليهم في عملية أشبه بعملية تركز عدم النضج عند الوالدين من جيل إلى جيل .وتتمثل مشكلة انخفاض تقدير الذات في أن كلا الوالدين يشعران بانخفاض في تقدير الذات، وبعدم القدرة على تحمل الاختلافات والفروق بينه وبين شريكه، ثم محاولة كل منهما تحسين تقديره لذاته من خلال الأطفال. فالطفل يسعى إلى كسب رضا والديه وإدخال السرور إلى قلبيهما ليحصل على المديح والتشجيع الذي يرفع به تقديره لذاته .ولكن في معظم الأحيان لا يستطيع الوالدان منخفضي التقدير أن يمنحوا الآخرين التقدير والثقة والاحترام، ففاقد الشيء لا يعطيه، وتكون الوضعية أقرب إلى تنمية أعراض سلوكية مرضية ما دام يعيش في ظل أسرة ينخفض تقدير أفرادها ويتبارون في توجيه الانتقاد.

أعراض تدني تقدير الذات:كما أوردها (هوك، 1998م : 16).

1.الخوف من الفشل: يكون الشخص الذي يقدر نفسه خائفاً من تجربة أمور جديدة وذلك تفادياً للسخرية، في حين أن ما يعتبره هؤلاء إخفاقاً، يعتبره الذين يتمتعون بصحة نفسية مجرد أخطاء، بل أنهم ينظرون للأخطاء كمنطلق للنجاح.

2. الشعور بالذنب: عند ماسلو يعتبر هذا الشعور أهم عرض على وجود خلل نتيجة عدم إشباع حاجاته .فالذي يشعر بهذا الإحساس يحاسب نفسه على كل صغيرة وكبيرة، بل إنه يلوم نفسه بطريقة قاسية لأنه فعل شيئا خاطئا.

3. النقد اللاذع: إن الفئة من الناس التي لا تشعر بالثقة، هي الفئة التي تحب انتقاد الناس على نحو مستمر وقد تكون في صورة سخرية أو استهزاء، وهذا لشعورهم بالتهديد من جانب الغير وهي محاولة إسقاط ضعفه وفشله على الآخرين.

4.الدفاعية: إن الشخص الحساس للنقد ويضع نفسه في موقف دفاعي، هذا ما يشعل الاتهامات الموجهة إليه صحيحة ومن ثم يثبت الشخص الدفاعي بأنه إنسان فاشل.

5. عدم الاستقلالية: إن الأفراد الذين لديهم تقدير متدن .يجدون صعوبة في الانفصال عن آبائهم فيجدون صعوبة في الالتحاق بالمدرسة، العمل وحتى الزواج.

6.الخجل: إن هذه الفئة المتصفة بتقدير الذات المنخفض يميلون إلى جعل مسافة بينهم وبين الآخرين، ولهذا فهم لا يشاركون في أي نشاط إلا إذا بدا لهم الوضع آمناً وليس لهم روح المبادرة لذلك فهم نادرا ما يطرحون الأسئلة، أما مع الزملاء فإنهم يجدون صعوبة في التبادل والمشاركة.

يرى الباحث أنه عندما يصف الفرد بأن تقديره لذاته مرتفع،لا يقصد بذلك مشاعر العظمة والسمو، بل نقصد بأنه يحترم ذاته ويقدر مميزاته الشخصية دون انكار لعيوبه التي يتمنى القضاء

عليها، وأنه لا يعتبر نفسه أحسن من الآخرين ومع ذلك لا يعتبر نفسه أقل شأناً منهم و أن الأفراد الذين يشعر بتقدير الذات المنخفض هم أكثر عرضة وفريسة للأمراض النفسية لذا نجدهم ينتابهم الإحساس بالعجز والقلق نحو التعامل مع الآخرين، كذلك هم يبدون عليهم عدم رضاهم عن مظهرهم العام، ويشعرون بالخجل، وأنهم فاشلون ويميل أصحاب التقدير المنخفض للذات إلى عزوا فشلهم إلى أسباب ذاتية، وكذلك هم يميلون إلى عدم استخدام أساليب المواجهة المركزة على التفكير الإيجابي .والأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض يميلون إلى أن يطلبوا مكافأة أقل لمهام مشابهة للمهام التي يقوم بها الأفراد مرتفعو التقدير للذات، وهم يميلون إلى المعلومات التي تؤكد تقديراتهم لذواتهم الأدنى عن المعلومات التي تفيد في أنهم أفضل مما تعبر لهم مشاعرهم. كما أنه يمكن الحكم على درجة تقدير الذات من خلال السلوك الذي يصدر من الفرد اتجاه نفسه وتجاه الجماعة التي ينتمي إليها.

المبحث الثاني

السلوك العـدواني Aggressive Behavior

تمهيد:

إن إنسان هذا العصر يعيش في رفاهية ومدينة عارمة، إلا أن هذه المدنية الحديثة– وأن حققت للإنسان أسباب الراحة المادية –لكنها أخفقت في تحقيق الراحة والسعادة النفسية الحقيقية، ونتيجة للصراعات والتوترات التي تعصف بمنطقتنا ، انبعثت مشاعر الخوف والقلق والإحباط بين ناشئتنا، مما يجعل الأجواء مهيأة لمزيد من العدوان على اختلاف أشكاله و يعدّ السلوك العدواني أحد المظاهر السلوكية المهمة والخطيرة والمنتشرة في المجتمعات والتنظيمات وبين الأفراد بما فيهم طلبة الجامعات ، لمّا يترتّب عليه من آثار سالبة تعود على الفرد نفسه وعلى الأفراد الآخرين والممتلكات ، وهو سلوك يلجأ إليه الفرد عندما تكون هناك عقبات تقف عائقاً أمام إشباع رغباته وحاجاته، ومهما اختلفت طرائق و أساليب التعبير عنها فهو سلوك يهدف من خلاله صاحبه إلى إلحاق الأذى والضرر.

نظراً لتلك الآثار الناتجة عن حدوث هذه الظاهرة فقد اتجهت جهود العلماء والباحثين في علم النفس بصفة عامة وعلم النفس الاجتماعي بصفة خاصة إلى تحديد ماهيته وأسبابه والعوامل الكامنة وراء حدوثه . حيث إن السلوك العدواني لدى الطلبة أصبح حقيقة واقعية موجودة في معظم دول العالم، وهي تشغل كافة العاملين في ميدان التربية بشكل خاص والمجتمع بشكل عام، وتأخذ من إدارات المدارس الوقت الكثير وتترك آثاراً سلبية على العملية التعليمية، لذا فهي تحتاج إلى تضافر الجهود المشتركة سواء على صعيد المؤسسات الحكومية أو مؤسسات المجتمع المدني العامة أو الخاصة، لكونها ظاهرة اجتماعية بالدرجة الأولى وانعكاساتها السلبية تؤثر على المجتمع بأسره. ولا بد في هذا الجانب من التعامل بحذر ودراية ودراسة واقع الطالب العدواني دراسة دقيقة واعية والاطلاع على كافة الظروف البيئية المحيطة بحياته الأسرية، لأن الطالب مهما كان جسمه وشخصيته فهو إنسان آتٍ إلى الجامعة ولا نعرف ماذا به ؟وماذا وراؤه ؟ فقد يكون وراءه أسرة مضطربة بسبب فقدان عائلها أو استشهاده أو اعتقاله أو هجرته أو لظروف اقتصادية أو حياتية أو طلاق... وقد يكون وراءه أسره تهتم به وتدلله، فطلباته أوامر، وأفعاله مقبولة ومستحبة، وهو في كل هذه الأحوال مجني عليه، ويحتاج إلى الأخذ بيده وعلى البيئة التربوية التعليمية أن تقدم له الصياغة الشخصية اللازمة، وتعدل من اتجاهاته، وتعيد له توازنه بإيجاد الجو الجامعي الاجتماعي السليم حتى يمكن أن يصبح طالباً منتجاً، يستطيع أن يستفيد من البرامج التي تقدمها له الجامعة، والجهود التي تبذلها، وبالتالي تصبح الجامعة منتجة وتكون بذلك قد أدت الأمانة (إبراهيم، 1987: 45).

كلمة سلوك بمعناها العام تتضمن كل نشاط يقوم به الكائن الحي وكذلك كل حركة تصدر عنه فبحث الحيوان عن الطعام نوع من السلوك وانشغال الطفل في اللعب نوع آخر من السلوك. أي أن مدلول كلمة سلوك يتضمن كل ما يقوم به الإنسان من أعمال أو نشاط صادر عن بواعث أو دوافع داخلية وهكذا يشمل السلوك ناحية موضوعية خارجية وأخرى باطنية ذاتية و لكل سلوك إنساني أهداف يسعى إلى تحقيقها والسلوك العدواني هو مظهر سلوكي للتنفيس أو الإسقاط لما يعانيه الطفل من أزمات انفعالية حادة حيث يميل بعض الأبناء إلى سلوك تخريبي أو عدواني نحو الآخرين في أشخاصهم أو أمتعتهم في المنزل أو المدرسة أو المجتمع، ينبئنا علم الحياة بأن العدوان أساسي لدي كل كان حي أي أنّ العدوان وثيق الصلة بالغريزة لدي الحيوانات والناس(أسعد،1987: 124)، كما ويعد العدوان من المشكلات النفسية الاجتماعية المنتشرة بصورة كبيرة بين أوساط الطلبة، وهذا ما أكدت عليه الدراسات إذ جاءت نسبته الأعلى بين مجموع المشكلات السلوكية (بدر، 2004: 17).

يرى الباحث بأنّ خطورة السلوك العدواني ترجع إلى أنه سلوك يؤدى إلى الصدام مع الآخرين، فهو لايعترف برغبات الآخرين ولا بحقوقهم، ولذلك فإنه سلوك يدل على سوء التكيف والسلوك العدواني يضر بكائنات أخرى بما في ذلك الإنسان والحيوان .

تعريف السلوك العدواني:

يستخدم السلوك العدواني بمعاني مختلفة لذلك لا يوجد تعريف واحد متفق عليه من جانب كل الباحثين لتعقّده ولأنّ أسبابه متشابكة إلاّ أنّ الغالبية فيهم قد توصّلوا إلى أنّ هذا النوع يؤدي إلى إلحاق الضرر بالذات والآخرين أو الأشياء وسنحاول فيما يلي تناوله من خلال استعراض مجموعة من التعريفات المتعلقة به.

تعريف العدوان في اللغة:

يعرفه موسي(1964 :253).لغة بالظلم والمجاوزة ويعرفه ابن منظور لغوياً من عدا الرجل والفرس وغيره يعدا عدْواً وعدُواً وعَدَواناً وتَعْداءً وعَدَّى. ويقصد به التجاوز ومجاوزة الشيء إلى غيره (ابن منظور :1990م).

تعريف العدوان في الاصطلاح:

عرفه " دولارد وزملاؤه ١٩٣٩ Dollard, et al " في عبد الرحمن(1421 هـ،10) بأنه السلوك الذي يستهدف إلحاق الأذى بشخص آخر و يعرف السيد(1981 م: 174) العدوان بأنه الاستجابة التي تعقب الإحباط ويراد بها إلحاق الأذى بفرد آخر أو حتى بالفرد نفسه.و يعرف مخيم(1981م:118) العدوان على النحو التالي عندما تنظر إلى الوجود البشري على أنه النسيج الفريد من غرائز الحياة أو الموت سيان كان طاقتها موضوعيه أو نرجسية سائدة أو مزاجية، تكون العدوانية هي الطاقة التي تخدم في الحالات السوية غرائز الموت بشكل غير مباشر بمعني أنها

تكون في خدمة غرائز الحياة الإيجابية أو توكيد للذات بينما تخدم في الحالات غير السوية غرائز الموت بشكل مباشر ويرى عبد الرحيم(1996 :64) أنه تلك النزعة أو مجمل النزعات التي تتجسد في تصرفات حقيقية أو خيالية ترمي إلى إلحاق الأذى بأخر وتدميره وإكراهه وإذلاله في حين يري فهمي(1960 :22) أن النظرة إلى السلوك في إطار الغريزة الموروثة لا تخلو من اليأس والتشاؤم بشان مستقبل سلوك الجنس البشري والطاقة الهائلة الخلابة من الخير التي يتميز بها الإنسان.

هو أي فعل أو سلوك يهدف إلى الضرر أو الأذى، وهو سلوك يدل على سوء التكيف ، ويتصف الأطفال ذو السلوك العدواني بالجمود والنمطية(منصور،1984: 195).

هو الشعور الداخلي بالغضب والاستياء والعداوة، ويعبر عنها ظاهريًا في صورة فعل أو سلوك يقصد به إيقاع الأذى وإلحاق الضرر أو شيء من هذا القبيل، كما يوجه أحيانًا إلى الذات ويظهر في شكل عدوان لفظي أو بدني، كما يتخذ صورة التدمير أو إتلاف الأشياء (سلامة، 1984 :37).

كل فعل يتسم بالعداء تجاه الموضوع أو الذات ويهدف إلى التدمير، ويقصد به المعتدي إيذاء الشخص الآخر(الشربيني، 1994: 84).

يستخلص الباحث من التعريفات السابقة إلى أن السلوك العدواني هو السلوك الذي يؤدي إلى إلحاق الأذى سواء كان بالفرد ذاته، أم بالآخرين؛ نتيجة الإحباط أو مواقف الغضب أو المنافسة الزائدة .قد اختلفت التعريفات في تصنيف العدوان :فالبعض يصنفه على أنه عدوان مباشر أو غير مباشر، وعدوان بدني وعدوان لفظي، وعدوان سلبي وعدوان إيجابي، كما أشارت التعريفات إلى نية(القصد) في الإيذاء بطريقة معينة وكذلك (الهدف)، كما اشترط بعضهم في السلوك العدواني ضرورة الاستمرارية والتكرار، وعلى ضوء ذلك يعرف الباحث السلوك العدواني بأنه سلوك يتسم بالأذى أو التدمير أو الهدم سواء كان موجهًا ضد الآخرين أم ضد الذات، وسواء تم التعبير عنه في شكل بدني أو شكل لفظي، وبشكل مستمر ومتكرر.

بعض المصطلحات ذات العلاقة بالسلوك العدوان

حتى يتبين مفهومه جلياً واضحاً لا لبس فيه، من هذه المصطلحات الغضب(Anger) والعدائية (Hostility) والعنف (Violence) والعدوان (Aggressiveness) رغم وجود فروق وحدود بين هذه المصطلحات.

2-الغضب (Anger) : هو استجابة انفعالية داخلية تتضمن شعوراً بالتهديد، وردود فعل أدرينالية، تهيئ الفرد للاعتداء على مصادر تهديده (النمر، 1995: 25)، فقد قوة الغضب يعتبر نقصاً في الإنسان، لقوله تعالى : تعالى{أَشداء على ٱلْكُفَّارِ رحماء بيَنهم}"الفتح : 29" وأما الإفراط الذي يعني زيادة الغضب، حين يخرج عن العقلانية والحكمة، فيفقد الإنسان بصيرته فهو غضب مذموم،

وكذلك في حالة التفريط دليل على ضعف النخوة في الدفاع عن العرض والوطن والدين، واحتمال الذل، فالغضب المحمود هو الذي يتطابق مع العقل ويواكب الدين (منصور و الشربيني،2001م : 60).

2-العدائية(Hostility): يرى بعض الباحثين ألاّ فرق بين العدوان والعدائية، ومن هؤلاء "بوسBOSS" الذي يعرف العدائية بأنها عدوانية مصحوبة، بالأذى وبأنها تتضمن التقديرات السالبة للأشخاص والأحداث (فلودز وهرب، 1984 :1).

يرى الباحث أنه ثمة فروق بين العدوان والعدائية، استرشاداً بقول الحق تبارك وتعالى (وبدا بيَنَنا وبيَنكُم ٱلعداوةُ وٱلبغضاء أَبدا حتَّى تُؤْمنُوا بِاللَّه و حده) "الممتحنة : 4 " وقوله تعالى (عسى اللَّه أَن يجعلَ بيَنكُم وبين الَّذين عاديتُم مْنهم مودةً) "الممتحنة : 7" تبين الآيات السابقة أن العدائية هي مشاعر الكراهية والشك والريبة والمفاصلة بل المقاطعة تجاه فرد أو مجموعة من الأفراد، والمعاداة عكس المودة، فهي تتضمن الجانب المعرفي والوجداني للعدوان، وقد تدفع العدائية لحدوث العدوان، أما العدوان فهو سلوك يقصد به إلحاق الأذى والضرر بالآخرين وممتلكاتهم أو الممتلكات العامة أو العقائد والدين، وهذا ما يؤكده قول الحق (وَلَقد علمتُم الَّذين اعَتدوا مْنكُم في السبت فَقُلَنا لَهم كُونُوا قردةً خَاسئِين) " البقرة :65".فالعدائية حالة وجدانية شعورية بينما العدوان فعل وسلوك مسبوق بحالة شعورية من العداء.

3-العنف (Violence): هو سلوك ظاهر شديد التدمير، القصد منه إيذاء الآخر كما يحدث في سلوك القتل العمد، أو تحطيم الممتلكات (النمر 1995: 25).

هناك فرق بين العنف والعدوان، فالعنف قد يكون في سبيل الدفاع الشرعي أو لتحقيق أهداف مشروعة كالحروب الدفاعية، أو التخلص من عدوان واقع(العيسوى 1984 :125).

يرى الباحث أن العنف هو آخر حلقات العدوان، وهو مصطلح اجتماعي موجه نحو الخارج وأما العدوان فهو مصطلح نفسي قد يوجه للذات الداخلية أو للخارج وهو من السلوك غير المقبول اجتماعياً وله ضرر على الشخص المعتدى والمعتدى عليه.

4-العدوان: أن العدوان هي حالة من التوتر الفسيولوجي – السيكولوجي بدرجة ما، تسببه منبهات خارجية ضاغطة تهيئ الفرد للاعتداء بطريقة ما بهدف حماية الذات من تهديد (النمر، 1995 : 25).

يرى الباحث من خلال العرض السابق للمصطلحات ذات العلاقة بالسلوك العدواني: الغضب، والعدائية، والعنف، والعدوان، أنه ليس بالضرورة أن يؤدي الغضب إلى الاعتداء أو الإيذاء فهذا ميمون بن مهران يحكي أن جاريته جاءت بمرقة فعثرت فصبت المرقة عليه فأراد أن يضربها فقالت الجارية: يا مولاي استعمل قول الله تعالى: (وٱلكاظمين ٱلغيظ) قال قد فعلت ، فقالت استعمل ما بعده (وٱلعافين عن النَّاسِ) قال: قد عفوت عنك فقالت الجارية: (واللَّه يحب ٱلمحسنين) "آل عمران :134"

يرى الباحث أنه وأن اختلفت المعان الدالة على السلوك العدواني فهي ترمي في مصب أو مرمى وأحد على أنه سلوك غير مقبول بكل أشكاله من قبل المجتمع ويسعى كل مجتمع إلى الحد منه من جهة، وهو سلوك دال على اتزان المجتمع من جهة أخرى باعتبار أن كل مجتمع فيه الطالح والصالح ولا يخلو أي مجتمع من السلوك العدواني مهما بلغ من التقدم والازدهار، كذلك يرى الباحث أن السلوك العدواني مع تقدم الحضاري والتكنولوجي أصبح أقل من العصور السابقة وهذا هو رأي الباحث.

مظاهر السلوك العدواني :

إن مظاهر السلوك العدواني والتعبير عنه تختلف باختلاف العمر، والجنس، والإقامة، وأسلوب التنشئة الأسرية، والثقافة، والوضع الطبقي، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي.

أن العدوان عند الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة يتضمن الضرب وتدمير الممتلكات، والهجوم اللفظي ، ومقاومة ما يوجه إليه من طلبات وأوامر وأن بعض الأطفال يكشفون عن العدوان في لغتهم كالتلفظ بالسباب والشتائم، والصراخ، والكلام المتسم بالسيطرة، و التحدث بما سوف يفعلونه بأشخاص آخرين، وهي تعبيرات تدل على الاستياء من سلطة الراشدين أو الآباء أو الأقران أو الأخوة أو الأقليات، وأن التعبيرات مثل" : أنا أحبك "، و " أنا أكرهك "، هي التعبيرات التي تدل على رفض الآخرين، إن الموضوعات التي يتحدث عنها الأطفال كثيراً ما تكون كاشفة ...القتل، الألغاز، الحرب، التعذيب، وغير ذلك من مظاهر القسوة (قناوي، 1983: 307).

أولاً : العدوان من حيث الاتجاه:

قسم "إيلي ساجان 1971م" المذكور في موسى (1991 :66)العدوان إلى نوعين؛ عدوانية موجهة نحو الآخرين، وعدوانية موجهة نحو الذات:

1.العدوان الموجه نحو الآخرين: أكثر مظاهر العدوان وضوحاً، ومن أهم دوافعه الغضب والكراهية والإحباط، ويرى" دولارد وآخرون "أن السلوك العدواني هو ذلك السلوك الذي يكون الهدف منه إيذاء آخر (أحمد 1994: 20).

2.العدوان الموجه نحو الذات: قد يكون بسبب الشعور بالذنب الذي يثير الحاجة إلى عقاب الذات، والخوف من ردة فعل المعتدى عليه، فيتقمص شخصيته، فيوجه عدوانه إلى نفسه بدلاً من الذي اعتدى عليه (العيسوي، 1984: 105).

يرى الباحث أن هذا النوع منتشر بين الإناث أكثر من الذكور. قد أثبت " رشاد عبد العزيز موسى " أن الذكور مرتفعي العدوان أكثر عدوانية في مظاهر العدوان المختلفة بالمقارنة بالإناث منخفضات العدوان و مرتفعات العدوان، فيما عدا العدوان الموجه نحو الذات، فانتهت لصالح الإناث مرتفعات العدوان (موسى، 1991 :66).

لقد فسر"فرويد" المذكور في توماس(1990: 11). في إطار نظرية التّحليل النفسي العدوان الموجه نحو الذات باعتباره جزءاً من غريزة الموت أو الهدم، وذلك عندما يبدأ " الأنا الأعلى " في التكوين يثبت قدر كبير من غريزة العدوان داخل" الأنا "، حيث يعمل بطريقة تؤدي إلى فناء النفس، فالعدوان المكبوت يؤدي إلى توجيه العدوان نحو النفس حتى ينجح في نهاية الأمر في إفناء الفرد.

إلاّ أن العدوان على الذّات يأخذ عدة صور ومظاهر لدى الأطفال منها : تمزيق الطفل لملابسه أو كتبه أو كراساته، أو لطم الوجه، أو شد الشعر، أو ضرب الرأس بالحائط أو السرير، أو جرح الجسم بالأظافر، أو عض الأصابع، أو حرق أجزاء من الجسم، أو كيها بالنار أو السجائر(الشربيني، 1994 : 87).

3.العدوان التحويلي أو المزاح: أن الذكور أكثر استخداماً لمظاهر العدوان نحو الأشياء ونحو الأشخاص، ويطلق عليه العدوان المزاح، ويقصد به أنه إذا حالت عقبات دون تحقيق العدوان المباشر نحو مصدر الإحباط سواء كان شخصاً مرهوب الجانب كالأب، أو محبوباً كالأم، أو محترماً كصديق، تحول العدوان وانصب على أول" كبش فداء يلقاه في طريقه، إنساناً كان ،أم حيواناً ،أم حجاراً(موسى، 1991 :66).

يرى الباحث أن الذكور أكثر استخداماً لمظاهر العدوان نحو الأشياء والأشخاص من خلال الخبرة البسيطة في التدريس كذلك غالباً يستخدم هذا النوع أي نادراً من قبل النساء عندما يتحول عدوان زوجها عليها فتحوله إلى أطفالها...وهي أكثر انتشاراً في المجتمع السوداني بصفة عامة والولاية الشمالية بصفة خاصة ويرجع إلى أسباب كثيرة منها إظهار الذكورة والسلطة مثلاً عند الذكور كذلك في حد علم الباحث البيئة وخصائصها الجغرافية والعادات والتقاليد والتقليد والمحاكاة هي قد تكون من أسباب هذه النوع من العدوان.

ثانياً : العدوان من حيث الشكل:

١.العدوان المادي الجسدي: لقد صنف " والسن 1980م " المذكور في أبو ناهية (1993 : 17) العدوان إلى عدوان بدني مثل الهجوم والضرر والقذف، وغيرها من الطرق البدنية، وعدوان لفظي مثل التهديدات اللفظية ويعتبر هذا النوع من العدوان هو الاستجابة السلوكية التي تهدف إلى إلحاق الأذى المادي أو الجسدي بالأشياء بطريقة مباشرة، ومن مظاهره لدى الأطفال" قيام الطفل بضرب زملائه أو الاعتداء عليهم، أو على كتبهم وأدواتهم المدرسية وقذفهم بالأشياء التي في يده، أو شد شعرهم وآذانهم، أو عضهم والبصق عليهم.

٢.العدوان المعنوي اللفظي: هو الاستجابة اللفظية أو الرمزية التي تحمل الإيذاء النفسي والاجتماعي للآخرين، ولقد قسم المغربي (1987) العدوان إلى عدوان لفظي، وعدوان رمزي وعدوان سلبي، وعدوان تعذيبي، (المغربي،1987 :27).

من مظاهر العدوان لدى الأطفال السباب أو الشتائم والمنابزة بالألقاب، ووصف الآخرين بالعيوب أو الصفات السيئة، واستخدام كلمات أو جمل التهديد (الشربيني 1994 :86).

ثالثاُ : من ناحية النوع:

1.العدوان السلبي: اختلف الكثير من العلماء حول هذا النوع من العدوان، هل هو كله سلبي؟ أم أن هناك نوعاً إيجابياً؟، وقد رأت "سميحة نصر(1986) أن العدوان الإيجابي يتمثل في"المنافسة، التعاون، التودد"، بينما العدوان السلبي في "السادية، المازوشية، العدوان الصريح" نصر(1976 : 26)، هو ما تقصده غالباً عندما تتحدث عن العدوان والذي يكون نابعاً من الرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين أو الذات، ويقصد به التخريب والتدمير (المغربي، 1978م :31). وهو يهدف إلى إيذاء العائق الذي يحول دون تحقيق الإشباع (النمر، 1995م :45).

إن مصادر النزعات العدوانية يمكن تحويلها من المسالك السيئة إلى المسالك المقبولة في المجتمع، وذلك عن طرق وضع الولد في بيئة اجتماعية تُعطيه التقدير والأمن، وتزوده بنشاط اجتماعي صالح، وعن طريق إعطاء الفرصة لنزعاته العدوانية للظهور دون إنماء للأنانية، ومع مراعاة إنماء الشعور بالمسؤولية الاجتماعية (القوصي، 1975 : 374).

٢.العدوان الإيجابي: فيه يسعى الإنسان لإثبات شخصيته ووجوده، بل وتأكيد ذاته، حتى غدا العدوان الإيجابي من ضرورات الحياة واستمرارها ويؤكد ذلك" فريد "حيث يقول: يمتد مجال العدوان لتهيئة الفرد للتغلب على الصعاب، ولتأكيد مكانته حتى يصبح كائناً متميزاً بشخصيته عن الآخرين، والعدوان بهذا المعنى ضرورة من ضرورات الحياة والبقاء بشرط أن يتمكن الإنسان من ترويضه وتطويعه لفائدة البشرية لا لتدميرها (فريد، 1986 :34). كما أن هذا النوع يمثل تراث الإنسان الحضاري في العلم والفن والسيطرة على الطبيعة، وفي الدفاع عن الأرض والعرض والبقاء، وهذا النوع يخلو من مشاعر البغض والعداوة والإثم" (المغربي، 1987 :31).

أن العدوان ينقسم إلى أربعة أشكال كما أوردها نبيل و قاسم(1993).

1. العدوان المادي
2. . العدوان اللفظي
3. العدوان السلبي
4. العدوان الإيجابي.

يرى الباحث السلوك العدواني ضرورة لتحقيق سيادة الإنسان على الأرض ولتحقيق الإنجازات العظيمة" أما الدافع للتغلب على الصعاب أو لتحقيق السيطرة على العالم الخارجي؛ فهو أساس الإنجازات البشرية العظيمة، كما يتصل العدوان اتصالاً مباشراً بالجذور الأساسية للتقدم البشري لذا لابد من استثمار هذه الطاقة لتطوير ذات الطالب العدواني وتوجيهها نحو ما يحقق له الاستقرار، والإنجاز الأكاديمي ،والتوافق النفسي والاجتماعي، وألا ينظر له، بأنه شاذ وغير مرغوب فيه ، كما يرى الباحث أن العدوان الإيجابي يساعد في التخطيط السليم لبعض البرامج وخاصةً ذات الطابع الرياضي.

رابعاً : من ناحية الطب النفسي:

١.السلوك العدواني المباشر(الظاهر):هو توقيع الأذى أو الضرر بالآخرين أو الذات بشكل صريح ومباشر، وقد يكون بسبب الغضب أو وسيلة لتحقيق هدف معين، مثال ذلك :طالب في المرحلة الإعدادية يتهم زميله بالتدخين أمام المدرس فيغضب هذا الطالب، ويقوم بتشكيل عصابة للاعتداء على هذا الطالب الذي اتهمه وكان سبباً في عقابه، أو عدم راحة طالب في مقعد ما، فيقوم بكسر هذا المقعد ليتخلص من مكانه ومن هذا المقعد لينتقل إلى مكان آخر أفضل منه.

٢.السلوك غير مباشر(غير الظاهر): هو سلوك عدواني عصابي يعبر عنه بطريقة اسقاطية على الذات أو الآخرين، أو ضمنية تخيلية، ويتضمن مسالك الكره والمخادعة والوقيعة (باظة ، ب .ت : 65).

يرى الباحث أن هذا العدوان المغطى قد تدفعه مشاعر كراهية مكبوتة استحدثتها مشاعر صادمة منذ الطفولة، هذه المشاعر الصادمة تعلقت بأشخاص أو مواقف تُثير لديه القلق حينما تواجهه، وهذا النوع في رأي الباحث سهل العلاج إذا عرف المصدر الأساسي الذي أدى إلى ذلك السلوك غير المرغوب فيه وغالباً لا يعيه الفرد، ويعتقد الباحث أن أفضل علاج لهذا الأسلوب هو العلاج السلوكي التدريجي في حد علم الباحث كما يرى أنه ظاهر وسمة مميزة في هذا العصر يرجعها الباحث إلى الضغوط النفسية والسياسية والاقتصادية التي أصبحت تزداد يوماً وراء يوم مما جعل الباحثين وعلماء النفس يتصدون لهذه الظاهرة التي بدأت تنتشر في محاولة منهم لوضع الحلول والحد منها.

في الطب النفسي يميزون بين العدوان الغضبي، الذي يبعث عليه الغضب والعدوان الذرائعي، حيث الغضب ليس أصلاً فيه، والعدوان ذريعة لهدف يتوخاه، كحال الطفل الذي يعتد على آخر ليحصل على لعبته (الحنفي،1995 : 855).

أسباب السّلوك العدوانـــي:

من خلال استعراض الباحث العديد من الكتابات والبحوث، تبين أن هناك العديد من العوامل التي تُؤثر في السلوك العدواني وهي كالتالي:

أولاً:الوراثة والبيئة: أن الفرد يرث من الجينات ما قد تُؤثر على نموه، بحيث تمده بجهاز عضلي قوي يساعده على المقاتلة . كما أنه تُوجد عوامل أخلاقية واجتماعية وحضارية تلعب دوراً في تحديد الاستجابة العدوان(موسى، 1991م :32).

يؤكد " القوصي " على دور الوراثة والبيئة، حيث يرى أّنه" : علينا في دراستنا للأفراد أن نضع نصب أعيننا الفروق الوراثية من ذكاء ومزاج، وتكوين جسمي وما شابه ذلك، وعلينا كذلك أن ندرس الظروف المختلفة المتعددة التي عاشوا فيها، هذه الدراسة تُفيدنا في التشخيص، كما تُفيدنا في التوجيه والعلاج" (القوصي،1975: 26).

ثانياً:التقليد والمحاكاة: أن الطفل يتعلم استجابات جديدة من النموذج، وهو يؤدي إلى تقليد أو محاكاة هذا السلوك الجديد، وأن رؤية الطفل للسلوك العدواني للكبار يضعف من أثر الكف الذي يتعرض له الدافع العدواني الكامن في نفسه، فينطلق سافراً دون قيد أو عائق (موسى، 1991 :32).

يرى الباحث مما سبق يتبين أثر التقليد المباشر والرئيسي في السلوك العدواني، وهو وسيلة من وسائل التعلم. وهذا ما تؤكده النظرية السلوكية النفسية والمدرسة الإنسانية.

ثالثاً: الذكاء والتحصيل الدراسي: من خلال العديد من نتائج الدراسات السابقة يتبين أن الطلاب العدوانيين أقل ذكاء وأقل تحصيلاً دراسياً من الطلاب العاديين ولكن ليس لحد الضعف العقلي أو الفشل الدراسي الكامل، ولقد أكدت دراسة " نبيل حافظ ونادر قاسم 1993م" أنه ليس ثمة ارتباط بين التحصيل الدراسي وأي من أشكال السلوك العدواني، ولكنه ارتباط موجب بالسلوك السوي، فقلما يستقيم التحصيل الدراسي الجيد للمواد الدراسية مع السلوك العدواني (نبيل و قاسم، 1993م).

رابعاً:القلق النفسي: هناك ارتباطاً وثيقاً بين القلق والعدوان، فالقلق هو حالة نفسية غير سارة من التوتر العصبي، ويعرفه آخر، أنه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان، يسبب له كثيراً من النكد والضيق. واتفق فوم وماري مع هورني على وجود علاقة سببية بين العداوة والقلق، ولكنهما ذهبا إلى أن العداوة تُؤدي إلى القلق، والقلق ينمي العداوة، فالطفل يقمع عداوته لحاجته إلى الراشدين، ويظهر القلق والاتكالية ويشعر بالعجز، ويسقط عداوته على الآخرين، ويعتقد أنهم يكرهونه وينبذونه ويسعون إلى إيذائه فتنمو عنده العداوة (موسى، 1991 :46).

لقد اتفق العديد من العلماء في آرائهم المبثوثة في ثنايا نظرياتهم ودراساتهم على وجود علاقة بين العدوان والقلق ومن هؤلاء فرويد، أدلر، كارن هورني، لورنز، دولارد، ميللر، باندورا وقد أكد أدلر في صياغته للعدوان أن القلق مظهر من مظاهر العدوان الموجه ضد الذات،والعدوان الموجه إلى الذات (القلق) يظهر في الأجهزة الحركية للجسم على شكل ارتجافات، ويظهر أيضاً في أجهزة الجسم الأخرى على شكل احمرار الوجه، وخفقان القلب " إلا أن هناك دراسات وجدت علاقة إيجابية بين القلق والعدوان؛ أمثال: دراسة هوكانسون(1961م) دراسة باربارا (1972م)

دراسة هنري(1981م) كما وجدت دراسات تُشير إلى العلاقة السلبية بين القلق والعدوان كدراسة سكوت (1977م) ودراسة سايجا (1984م) ومن هذا العرض تبين أن الفرد القلق قد يعجز عن إشباع حاجاته؛ فيصاب بشعور الإحباط والفشل، الذي يسبب له ذلك التوتر، فيواجهه بحيل دفاعية لا شعورية، والتي منها العدوان، والإسقاط، والنكوص والتقمص، والتبرير، والكبت، والتكوين العكسي.. ، وتشترك جميعها، أو بعضها في تخفيض التوتر والقلق عند الفرد(فريد، 1986 :48).

خامساً: ضعف الوازع الديني: لقد دلت الكثير من الدراسات أن الوازع الديني القوي يجنب الإنسان الكثير من الشرور والأمراض النفسية ، وهذا ما يؤكده قول الحق تبارك وتعالى: {ومن أَعرض عن ذ كرِي فَإِن لَه معيشةً ضنكًا ونحشُره يوم ٱلقيامة أَعمى} "طه: 124" وتُؤكد هذه الآية أن ضيق الرزق، وشدة الحياة ناتجة عن ضعف الوازع الديني والبعد عن ذكر الله، وهذا يدفع الإنسان إلى مسايرة وساوس الشيطان الذي يقول الله فيه {إِنَّما يرِيد الشَّيطان أَن يوقع بيَنكُم ٱلعداوةَ وٱلبغضاء} "المائدة: 91" والتخلص من الأعراض العصابية والسيكوسوماتية، وأن الدين له دور فعال وإيجابي في صحة الفرد النفسية والجسدية، كما أن التدين له دور إيجابي في خلو الفرد من الميول المضادة للمجتمع.

سادساً:الوضع الاقتصادي والاجتماعي: أن الوضع الاقتصادي المتردي والظروف الاجتماعية المزرية تساهمان– إلى حد كبير –في نشوء العدوان– وبخاصة عند الشباب في سن المراهقة – وهذا ما أكدته دراسة آن كامبل وآخرين (1985م) أن أفراد الطبقة الاقتصادية والاجتماعية السيئة أكثر عدوانية من أفراد عينة الطبقة الاقتصادية والاجتماعية المرتفعة (موسى، 1991م :50).

سابعاً:الشعور بالعجز والنقص والانهزام النفسي: أن الإنسان يكره أن يظهر أمام الآخرين عاجزاً ضعيفاً أو منهزماً نفسياً، وتجده أحياناً يكابر ويتحمل ويصبر على مر الأمور، كي لا يشمت به الآخرون، وإذا أحس الفرد بنقص أو عجز يصاب بخيبة أمل، مما يثير لديه الرغبة في العدوان –وبخاصة الشعور بالنقص الجسمي أو العقلي عن الآخرين، وصدق المثل القائل" كل ذي عاهة جبار "فتجد الفرد يحاول من خلال مشاعر الغيرة والعدوان يكمل هذا النقص بالاعتداء على الآخرين، أو الممتلكات، كي يثبت ذاته.

ثامناً:التنشئة الوالدية:أن الأسرة هي المحضن التربوي الأول للطفل، فإن أصاب الأسرة خلل ينعكس ذلك على الأبناء، وهذا الخلل يتمثل في انفصال الوالدين أو انحرافهما معاً أو أحدهما، وفقر الأسرة، وزيادة عددها، حيث الإحباط ونقص التنظيم وضعف الرقابة، والتربية القاسية أو التسامح تجاه العدوان، لذلك أسلوب التنشئة والتربية الذي يسلكه الوالدان ينعكس على الأطفال وعلى الكبار، فالطفل الذي ينشأ في جو يغلفه التدليل، لا يعرف إلا الطاعة لكل أمر يقول به، ومن ثم لا يستطيع تحمل الحرمان، إذا ما واجه العالم الخارجي؛ الذي يعج بالقسوة، قد يفضي به

الأمر إلى ظهور نزعات هذا الطفل العدوان نتيجة هذا الحرمان، وهذا يظهر جلياً للباحث – في الصف الأول الابتدائي، حين يأتي الطفل من بيته يحمل الدلال والعز؛ يواجه ببعض القوانين والنظم التي قد تسلبه بعض دلاله أو حريته فيبدأ بالصراخ أو الاعتداء على زملائه؛ كإسقاط لحالة الإحباط أو الحرمان الذي يعيشه في الفصل، إضافة إلى ذلك إن العرف الاجتماعي يشجع السلوك العدواني في الذكور، ولا يستحسنه عند الإناث، فيلاقي الأطفال الذكور تشجيعاً من أمهاتهم للمقاتلة والتعبير عن العدوان ضد الأطفال الآخرين، بينما لا يلق العدوان الصريح تشجيعاً من قبل البنات. ومما سبق يمكن القول أن علاقة الطفل بوالديه هي المسئولة عن مدى ما يمكن أن يتمتع به الطفل من خصائص عدوانية تأخذ أشكالاً إيجابية مثل التنافس أو التعاون أو التوادد نحو الآخرين أو أشكالاً سلبية تدميرية(موسى، 1991م :50).

يضيف الباحث إلى ما سبق أن العلاقة بين الوالدين –على اعتبارهم مصدر السلطة والذين يمثلون المثل والقدوة لأبنائهم –من شأنها أن تؤثر على سلوك الأبناء ، فالأسرة التي يكثر فيها الشجار بين الأب والأم، ويرتفع فيها معدلات الطلاق، وتتوه فيها القيم والمعايير التي يقبلها المجتمع، والتي يتسم سلوك أفرادها بالأنانية دون الإيثار، والتي تتحكم في مجريات أمورها الأم وليس الأب، ويزداد الخلاف والشجار بين الأخوة فيها، تجعل من سلوك أبنائها سلوكاً غير مرغوب فيه، في حين الأسرة التي يتسم سلوك أفرادها بعلاقات ودية ذات إلفة ودفء وتعاون وإيثار، مع قلة المنازعات فيما بينهم، ويتولى أمورها الأب يتسم سلوك الأخوة فيها بالتفاهم والتعاون والحب.

تؤثر أنماط التنشئة الاجتماعية (Socialization) على السلوك العدواني عند الطفل وتتعدد تلك الأنماط حسب الاتجاهات الوالدية الممارسة أثناء عملية التنشئة الاجتماعية، ومن هذه الأنماط أو الاتجاهات:

1. اتجاه التسلط Authoritarian : إنه يتمثل في فرض الأم أو الأب رأيه على الطفل، ويتضمن ذلك الوقوف أمام رغبات الطفل التلقائية، أو منعه من القيام بسلوك معين لتحقيق رغباته التي يريدها حتى لو كانت مشروعة، وهذا الأسلوب يلغي رغبات الطفل وميوله منذ الصغر كما يقف عقبة في سبيل تحقيق ذاته، وهذا الأسلوب غالباً ما يساعد على تكوين شخصية خائفة دائماً من السلطة خجولة، ومثل هذه الشخصية غالباً ما تتلف وتعتدي على ممتلكات الغير (قناوي، 1983 :84)، الصغير الذي يسيطر عليه أحد الوالدين أو كليهما يكون أميناً مؤدباً حذراً ، ولكن من المحتمل أيضاً أن يكون خجولاً ، وديعاً أحياناً خاضعاً وحساساً وأنه يشعر بعدم الكفاءة سهل القيادة والسيطرة عليه من جانب أسرته لكن ليس من أقرانه وإذا كبر يحتمل أن يشعر بأنه خدع وينتابه الخوف من أن الآخرين سوف يغشونه(الدسوقي،1979م:347).

إن الدراسات التي أجريت للتعرف على أساليب التنشئة الوالدية في المجتمع العربي أثبتت أن الأسرة ذات المستوي الثقافي المنخفض غالباً ما تنتهج في تربيتها أسلوب تربية التسلط ويرجع تسلط الآباء إلى عاملين، الأول يرجع إلى امتصاص الأب لمجموعة من القيم والمعايير الصارمة في طفولته مما يضطره لتطبيقها على أطفاله، أما الثاني فيرجع إلى الأب الفاشل الذي يفشل في تحقيق أهدافه يجعل أبناءه مجالاً لطموحه الذي عجز هو من تحقيقه ومن أضرار هذا النمط في معاملة الطفل كما أوردها (العيسوي"2" ،2002 :63).

أ. قد يودي إلى شعور الطفل بالنقص وعدم الثقة بالنفس.

ب. صعوبة تكوين شخصية مستقلة نتيجة منعه من التعبير عن نفسه.

ت. قد يودي إلى الانطواء أو الانسحاب في مواجهة مواقف الحياة الصعبة.

ث. شعوره الحاد بالذنب.

هذه المعاملة الوالدية تتجلى بالتحكم في نشاط الطفل وتكون في الغالب قائمة الممنوعات أكبر من قائمة المسموحات حيث يفرض الآباء قيوداً كثيرة على الطفل ولا يسمح فيها للطفل القيام بأي نشاط إلاّ بعد موافقة الوالدين أو أحدهما(الطحان، 1986 :307).

من مظاهر هذا الأسلوب التسلطي الافتقار إلى العلاقات الاجتماعية الطيبة سواء بين أفراد الأسرة أو بين الأسرة والعالم الخارجي وله نتائج سلبية على الطفل مثل الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس والشعور الحاد بالذنب والارتباك وينشأ طفلاً سهل الانقياد وأقل قدرة على تحمل المسؤولية ويميل إلى الانسحاب(مصطفى،2008 :34).

قد تبين أن هذا الأسلوب غالباً ما يساعد على تكوين شخصية خائفة دائماً من السلطة، خجولة حساسة، وهذه الشخصية غالباً ما تتلف وتعتدي على ممتلكات الغير وترتكب أخطاءها في غيبة السلطة، أما في حضور السلطة فتكون شخصية خائفة مذعورة. كما أن استخدام أسلوب التنشئة المتشدد أو المتسلط من جانب الأب يوجد اختلافات بين الأبناء المتعايشين لظروف هذا النوع من التنشئة، فقد يستجيب بعضهم بخوف مصحوب بالحزن، والبعض الآخر بخوف مصحوب بالاستثارة والعدوان، وتتحدد هذه الاختلافات بين الأبناء بعوامل متعددة منها :طبيعة شخصية كل منهم، وطبيعة المواقف المتميزة (عبد المنعم،2000 57:).

كما أن الاتجاه الوالدي المسيطر ينكر ذاتية الطفل وحقوق الأبناء مما يؤدي إلى أبناء يتميز سلوكهم بالإذعان أو العدوان.

2. أسلوب الحماية الزائدة Over Protection: يعرف أسلوب الحماية الزائدة بالميل المفرط لدى الأبوين لحماية أطفالهما بدنيًا ونفسيًا بحيث يفشل الطفل في الاستقلال بنفسه، وترى بأنه قيام

أحد الوالدين أو كليهما نيابة عن الطفل بالواجبات أو المسؤوليات التي يمكنه أن يقوم بها، والتي يجب تدريبه عليها إذا أردنا أن يكون له شخصية استقلالية (قناوي، 1983 : 85).

إن مثل هذا الطفل الذي يعيش ويتفاعل مع هذا الأسلوب ينمو بشخصية ضعيفة خائفة (غير مستقلة) تعتمد على الآخرين في قيادتها وتوجيهها، وغالباً ما يسهل استثارتها واستمالتها للفساد نتيجة ضعفها وعدم تحملها المسؤولية .وتتسم هذه الشخصية بتقبل الإحباط. ولا شك أن للحماية الزائدة نتائج سلبية في تكوين شخصية الطفل حيث يتعود الطفل أن تجاب طلباته فلا يستطيع مقاومة الإحباطات المستمرة في الحياة فهو يرتبك ويضطرب في سلوكه وفي علاقاته الاجتماعية، أو ينطوي وينسحب من المجتمع لشعوره بالعجز والدونية عن مواكبة الآخرين في علاقاتهم وعاداتهم(إسماعيل،1996: 140).

3. الإهمال Negligence:هذا الأسلوب يقوم على نبذ الطفل وإهماله، وتركه دون رعاية أو تشجيع أو إثابة للسلوك المرغوب، أو محاسبة أو عقاب على السلوك الخاطئ .وقد يكون الإهمال والنبذ صريحًا وقد يكون غير صريح. وصور الإهمال والنبذ كثيرة منها :عدم المبالاة بإشباع حاجاته الضرورية، وعدم إثابته ومدحه عندما ينجز عملاً، أو السخرية منه في حالة استحقاقه الثناء والمدح والتشجيع، وهذا يبعث في نفس الطفل روح العدوان والرغبة في الانتقام، والإفراط في الشعور بالذنب والقلق، وقد يشعر الطفل أنه غير مرغوب فيه نتيجة لما يتعرض له من كبت وإحباط مستمر وعدم إشباع حاجاته أو حرمانه منها، والحرمان من رعاية الأم هو السبب الرئيسي لشعوره بالإهمال؛ لأن الطفل في هذه الفترة المبكرة من فترات عمره يعتمد اعتماداً كلياً وكبيراً على والديه، وخاصة الأم بما تحققه له من أمن وأمان واستقرار وحب، وبما توفره من حاجات أساسية جسمية ونفسية واجتماعية وبما تمده به من رعاية وإرشاد وتوجيه فالطفل الذي يتعرض للإهمال والنبذ يظهر أنواعاً من السلوك المضطرب .كأن يقوم بسلوك عدواني أو بطريقة سلبية عن طريق الانطواء وعدم الاكتراث (منصور، 1984 :160).

يرى الباحث بأن الطفل المهمل يقوم بأنواع من السلوك بقصد لفت نظر والديه كالتدمير والتخريب، وقد يدعي المرض بصفة متكررة ويمتنع عن الأكل والكلام، وقد يسلك سلوكًا عدوانيًا، وذلك بسبب ما يشعر به من أن والديه لا يبادلانه الحب والاهتمام.

4.التدليل Fondling : يتمثل في تشجيع الطفل على تحقيق معظم رغباته بالشكل الذي يحلو له، وعدم توجيهه لتحمل أية مسؤولية تتناسب مع مرحلة النمو التي يمر بها، وقد يتضمن هذا الأسلوب تشجيع الطفل على القيام بألوان من السلوك الذي يعتبر عادة من غير المرغوب فيها اجتماعياً، وقد يتضمن دفاع الوالدين عن هذه الأنماط السلوكية غير المرغوب فيها ضد أي توجيه أو نقد يصدر إلى الطفل من الخارج. وعلاقة الإفراط بالسلوك العدواني نجد أن الإفراط في التسامح

مع الأبناء والتساهل يؤدي إلى عدم النضج الانفعالي لدى الأطفال .لأن هؤلاء الأطفال لم يتعودوا الإحباط ولم يتعلموا الفشل، وعندما يتعرضون إلى مواقف إحباطية يترتب على ذلك تعرضهم لبعض الاضطراب النفسي والعصبي مثل :قضم الأظافر، والتبول اللاإرادي، وثورات الغضب (قناوي،1983: 92).

5. القسوةCruelty : " يقصد به استخدام أساليب العقاب البدني والتهديد به، وكل ما يؤدي إلى إثارة الألم الجسمي كأسلوب أساسي في عملية التنشئة للطفل. وهو استخدام أساليب العقاب البدني حيث يتعامل الآباء بقسوة وبشدة وصرامة مع أبنائهم، ويعاقبونهم على أفعالهم بشدة، ويشعرونهم بالذنب على سلوكهم غير المرغوب فيه، وهذا الأسلوب من التربية الصارمة يحاسب الطفل على كل صغيرة وكبيرة، الأمر الذي يجعله يمتنع عن القيام بأي نشاط، ويكف عن المطالبة بحقوقه وإشباع حاجاته خوفاً من العواقب المترتبة على ذلك، وهي المعاملة القاسية وضروب العقاب النفسي والبدني التي يخشاها. وتؤدي تلك القسوة إلى نشوء شخصية متمردة تنزع إلى الخروج على قواعد السلوك المتعارف عليه كوسيلة للتنفيس والتعويض مما تعرضت أو تتعرض له من ضروب القسوة، وعلى هذا فإن هذه الشخصية ينتج عنها السلوك العدواني الذي يتجه نحو الآخرين مثل: إتلاف ممتلكات الغير دون إحساس بالذنب، أو تأنيب الضمير (قناوي، 1983: 94).

وجدت علاقة موجبة بين السلوك العدواني وعقاب الوالدين .فقد يكافأ الطفل لأنه يلجأ إلى العدوان، والمكافأة هنا هي الرضا الذي يحققه بإلحاق الأذى أو الضرر بالآخرين، ولكن عندما يتسبب العدوان في أن يعاقب الطفل فإنه يشعر بالإحباط الذي يدفعه نحو مزيد من العدوان (قناوي، 1983: 164).

6. التذبذب Hesitation:هو التقلب في معاملة الطفل بين اللين والشدة، يثاب مرة عن العمل ويعاقب مرة أخرى عليه، وتجاب مطالبة مرة ويحرم منها مرة أخرى دون سبب وهذا الأسلوب من أشد الأساليب خطورة على شخصية الطفل وعلى صحته النفسية، حيث أن التأرجح بين الثواب والعقاب، والمدح والذم، واللين والقسوة، وعدم الاستقرار في المعاملة يجعل الطفل في حيرة من أمره، ودائم القلق غير مستقر، ومن ثم يترتب على هذا شخصية متقلبة متذبذبة ومزدوجة(صوان،1987 :10).

7. التفرقة Discrimination: يقصد به عدم المساواة بين الأبناء جميعاً والتفضيل بينهم بناء على المركز أو الجنس أو السن، أو أي سبب عرضي آخر. فتفرقة الوالدين في معاملة أبنائهما تسبب الشعور بالغيرة، وذلك بأن يخص الأبناء الذكور بعناية ورعاية أكثر من الإناث، أو أن يفضلا أحد الأبناء عن الآخر لأي سبب من الأسباب، والشعور بالغيرة قد يقود الطفل إلى التخريب أو الاعتداء على أخيه الذي يغار منه، ويظهر غضبه وقلقه بصورة واضحة. وقد يترتب على هذا

الأسلوب شخصية أنانية حاقدة، تعودت على الأخذ ممن حولها، فهي دائماً لا ترى إلا ذاتها واحتياجاتها دون اعتبار أو انتباه لواجباتها نحو الآخرين

8. تفضيل بعض الأطفال على البعض الآخر: يعتبر التمييز بين الأطفال– وأن كان في التصرفات اللاشعورية – ذا أثر سيئ على الطفل، فإذا كان التمييز يحدث في أشياء صغيرة حقيرة بالنسبة للأهل ولكنها كبيرة بالنسبة للطفل، فقد تتسامح الأم مع ابنها المدلل عندما يفعل بعض الأشياء بينما تؤاخذ الآخرين على نفس الفعلة أو قد تعطيه بعض المال .مثل هذه السلوكيات تؤدي إلى مشاكل سلوكية خطيرة من عدوانية وخوف، وخجل وانطواء.

يذهب بعض العلماء إلى أن الأسباب العدوانية على اختلاف مساراتها صادرة بأساس، ومتطورة من استعداد فطري وهو استعداد المقاتلة، وفي هذا الصدد قال (مكدوكل)المذكور إبراهيم إنّ غريزة المقاتلة لعبت دوراً أكبر مما لعبته أي غريزة أخرى في تطور التنظيم الاجتماعي .ولما كان دافع المقاتلة نفسه يتخذ اتجاهاً نفسياً فإنه قد يخضع خضوعاً كبيراً لعوامل البيئة من الفرد والمجتمع ومن مظاهر السلوك العدواني كما أوردها إبراهيم(1994 :96).

1. أنه يبدأ بنوبة مصحوبة بالغضب والإحباط ويصاحب ذلك مشاعر من الخجل والخوف.
2. تتزايد نوباته نتيجة للضغوط النفسية المتواصلة أو المتكررة في البيئة.
3. الاعتداء على الأقران انتقاماً أو بغرض الإزعاج باستخدام اليدين أو الأظافر أو الرأس.
4. الاعتداء على ممتلكات الآخرين والاحتفاظ بها أو إخفائها مدة من الزمن بغرض الإزعاج.
5. عدم القدرة على قبول التصحيح.
6. سرعة الانفعال وسرعة الضجيج والامتعاض والغضب.
7. توجيه الشتائم والألفاظ النابية
8. إحداث الفوضى في الصف عن طريق الضحك والكلام واللعب وعدم الانتباه.
9. استخدام المفرقعات النارية سواء داخل المدرسة أم خارجها.
10. عدم الانتظام في المدرسة ومقاطعة المعلم أثناء الشرح.

بما أن لتلك الأساليب في رأي الباحث هذه الأهمية الكبيرة في تكوين شخصية الفرد فإن أثرها ينتقل عبر الأجيال ويؤثر في تربية الأبناء للأحفاد فإحساس الطفل بتقدير ذاته يستمد من أحساس الوالدين به، وبالرغم من وجود الكثير من الدراسات التي تؤكد على تعرض الآباء للشعور بالرفض وحرمانهم من الحنان في طفولتهم نجدهم عاجزين عن حب وتقبل أطفالهم فيما بعد وإذا شعروا بالحب كانوا قادرين على إعطائه تقدير ذات إيجابيه إلا أن هناك بعض الدراسات التي تؤكد

عكس ذلك فقد يتعرض الآباء للعنف وعدم التقبل والإهمال ولكن يحسنوا معاملة أبنائهم في المستقبل ولكن لابد أن يتميزوا بوعي ودعم كبير وكافي من ذاتهم ومن البيئة المحيطة بهم .

يرى الباحث في وجهة نظره الخاصة أن أكثر العوامل التي تتسبب في السلوك العدواني هي التي تنتج من أساليب التنشئة الاجتماعية غير السوية المستخدمة في الأسرة من قبل الوالدين " تسلط، حماية زائدة، الإهمال ....الخ" وفي هذا الصدد أثبتت الدراسات من خلال اطلاع الباحث أن الأسرة المضطربة تنتج أطفالاً مضطربين.

يرى الباحث من خلال اطلاعه أنه يمكن أن نجمل العوامل المؤثرة في السلوك العدواني في ثلاثة مجالات وهي:

١-المجال البيولوجي والبيئي.

٢-المجال الاجتماعي والاقتصادي.

٣-المجال النفسي.

تصنيف السلوك العدواني Classification of Aggressive Behavior :

توجد تصنيفات عديدة للعدوان تختلف كثيراً في طبيعتها، مما جعل الباحثين يميلون بتعريفه من خلال تصنيفاته المتنوعة من حيث نوعه (سوياً بّناءً أم مرضياً هداماً)، ومن حيث أشكاله أو صور التعبير عنه، ومن حيث توجهه ضد الآخرين أم ضد الذات. فبالنسبة لتصنيف العدوان وفقًا لنوعه ، نجد أن هناك اتفاقًا على وجود نوعين من العدوان: العدوان السوي، والعدوان المرضي، أو العدوان الحميد، و العدوان المرضي كما يصنفها " إربك فروم أو العدوان فى جانبيه السّوي البناء، والمرضي ، الهدام كما يرى " سيجموند فرويد (المغربي،1993 :124).

وقد صنف بص(Buss) المذكور في فائد (2001: 15)، العدوان إلى ثلاثة محاور تتضمن ثماني فئات :عدوان إيجابي وسلبي وعدوان مباشر وغير المباشر، وعدوان بدني (مادي) ولفظي. أما الفئات الثمانية هي : البدني النشط المباشر (كضرب الضحية) والبدني النشط غير المباشر (المداعبة الجسمية السخيفة)، والبدني السلبي المباشر (الوقوف أو الجلوس لإعاقة المرور) ، والبدني السلبي غير المباشر (رفض أداء عمل مهم) واللفظي النشط المباشر (إهانة المجني عليه)، واللفظي النشط غير المباشر(النميمة الماكرة)، واللفظي السلبي المباشر (رفض الكلام) ، واللفظي السلبي غير المباشر (رفض الموافقة نطقاً أو كتابة) .

قد قدم زيلمان(1979م) Zilman في فائد (2001م: 15).تصنيفاً يشمل أربعة أبعاد للسلوك العدواني تتفاوت في مظاهرها التعبيرية هي :

1. العدوان البدني :ويسعى فيه الفرد المعتدي إلى إلحاق الأذى أو الضرر البدني أو المادي بالآخرين، الذين يميلون إلى تحاشى مثل تلك الأفعال العدوانية.

2. العدائية :وهى التي يرمي الفرد من خلالها إلى الإساءة للآخرين وخداعهم دون أن يلحق بهم أي ضرر أو آلاماً بدنية، وطبقاً لتعريف" هينس" "وكامبل(1979م) المذكورين في فائد (2001م: 15). فإنها السلوك الذي يتسم بالغضب والكراهية أو التدمير، كما إنه النشاط الذي يتسم بالعنف.
٣.التهديدات العدائية وينظر إليها كوسيلة أو إشارة تسبق العدوان أو العداوة المتعمدة، كما أنها تستخدم أحياناً كوسيلة مضادة لمواجهة العدوان أو العداوة.
4. السلوك التعبيري: ويتمثل في صورة الغضب أو الانزعاج، والتي من المحتمل أن تشبه في طبيعتها سلوك العدوان، ولكنها لا تصل في صورتها التعبيرية إلى المستويين الأول والثاني.

أسفر التحليل العاملي الذي أجراه " حسين " لمقياس العدوان عن وجود خمسة عوامل هي :العدوان العام ، والعدوان النشط الخارجي الصريح في مقابل العدوان السلبي الداخلي الضمني ، والعدوان المباشر في مقابل العدوان غير المباشر ، والتوتر العدائي ، والعدوان اللفظي في مقابل العدوان البدني (حسين،1987 : 97-127).

وفقاً لذلك التصنيف فقد عرف العدوان بأنه أي سلوك يصدره الفرد لفظياً كان هذا السلوك أو بدنياً أو مادياً، صريحاً أو ضمنياً، مباشراً أو غير المباشر، ناشطاً أو سلبياً، وسيطاً أو غير وسيطي .(وحدده" مؤديه "على أنه سلوك أملته عليه مواقف الغضب أو الإحباط، أو الإزعاج من قبل الآخرين، أو أملاه في المقام الأول مشاعر عدائية لديه)، وترتب على هذا السلوك إلحاق أذى بدني أو مادي أو نفسي للشخص نفسه صاحب السلوك أو للآخرين (فائد،2001 :16).

لذا فإن السلوكيات العدوانية لدى معظم الأطفال تتمثل في السلوكيات العدوانية اللفظية والبدنية، وثمة ملاحظة مهمة هي أن السلوك العدواني إذا تعذر تصريفه وتوجيهه إلى المصادر الخارجية المسببة له ارتد وتوجه لينصب على الذات الراغبة في العدوان، وفي هذا الصدد يأخذ العدوان أشكالا منها: التقدير السلبي للذات، وإدمان المخدرات، والانتحار، والذي هو يعتبر قمة العدوان على الذات(المغربي،1993 :27).

أهداف السلوك العدواني:

1.أهداف غير مؤذية:يعتقد عدد من الباحثين أنّ معظم الهجمات العدوانية تدفعها أكثر من رغبة لإلحاق الأذى بالغير، وأنّ المعتدين يتصرفون بطريقة عقلانية .كما أن المهاجمين لهم هدف أخر أو ترسيخ هوية محبّبة، وهذه بالطبع يمكن أن تعمل معاً في بعض الأحيان، يمكن أن يحاول المعتدون أن يؤكّدوا سلطتهم لبناء قيمهم الذاتية.

2.الإكراه "الإجبار":أن العدوان في الغالب محاولة إكراه، فالمهاجمون يلحقون الأذى بضحاياهم في محاولة للتأثر على سلوكهم لإجبارهم على أن يفعلوا ما يريدون.

3.السلطة والهيمنة: يهدف السلوك العدواني دائماً إلى المحافظ على سلطة المعتدين وتعزيزها والحفاظ على هيمنتهم وذلك قصد فرض طريقتهم ليؤكّدوا أوضاعهم المهيمنة في علاقتهم بضحاياهم.

4.إدارة الانطباع لتكوين انطباع جديد عن الآخرين: طبقاً لأراء المدرسة الفكرية فالعدوانيين يهتّمون أساساً فيما يظّنه الآخرون فيهم، فهم يسعون لتصوير انطباع جديد عن أنفسهم بأنّهم مرغوبون وكأنّ شجارهم مباريات استعراضية مصمّمة لتُؤثّر على الضحية والمشاهدين ويسعون إلى إظهار أنّهم من يجب أن يحترمهم الآخرين وكذلك محو الصورة السلبية لّلذات.

5.العدوان الأدآي "الوسيلي": يمكن أنّ يكون للعدوان أهدافاً أخرى في التفكير عند الاعتداء على الآخرين ما عدا الهدف الرئيسي وهو إلحاق الأذى والضّرر بهم مثل القاتل المحترف يتّم تأجيره من جانب مجموعة من المجرمين يحاول قتل شخصاً ما ولكنه يفعل ذلك للحصول على مبلغ كبير من المال وليس لإلحاق الأذى أو حتّى قتله.

6.العدوان الانفعالي: يؤكّد عدد كبير من علماء النفس على وجود نوعٍ من العدوان يسّمى العدوان الانفعالي الذي يتمثّل في إلحاق الأذى، يحدث عندما يثأر الناس بصورة غير سارة .ويكون هذا النوع من العدوان غير عقلاني إلى حدٍ كبير.

العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدوانـي:

إن السلوك العدواني لا ينبغي أن يفسر برؤية أحادية الجانب، أي تبني وجهة نظر معينة وترك الأخرى، بل يفترض الأخذ بتفاعل وتكامل وجهات النظر على اعتبار أن السلوك العدواني شأنه شان أي سلوك إنساني، فهو متعدد الأبعاد، ومتشابك المتغيرات،ويرجع فرويد السلوك العدواني إلى عجز الأنا عن تكييف النزعات الفطرية الغريزية مع مطالب المجتمع وقيمه ومثله ومعاييره، أو عجز هذه الأنا عن القيام بعملية التسامي، أي استبدال النزعات الفطرية بأنشطة مقبولة اجتماعياً. وعندما يكون الأنا الأعلى ضعيفاً فإن الميول الغريزية تنطلق إلى حيث تتلمس الإشباع(إبراهيم،1980: 43-45).

لقد ناقش كل من" مارتن سيلجمان وإرفن ستوب العلاقة بين الإحساس الزائد بقيمة الذات، والسلوك العدواني عند الأطفال وقد وجدا في تقريرهما عن السلوك العدواني عند الأطفال أن هؤلاء المتمردين ليس لديهم تقدير ذات منخفض، كما أكدا أن الأطفال العدوانيين يميلون للوم الآخرين بدلاً من لوم أنفسهم على سلوكهم السلبي. ويعلق" سيلجمان "على ذلك بأن سمة أطفال هذا العصر عندما يواجهون تجربة فاشلة في الحياة فهم يريدون بدلا من ذلك تقدير ذات مضمون يعتمد على المهارة في الأداء الجيد، وتحمل المسؤولية الشخصية، ومعاملة الآخرين معاملة جيدة، كما تقترح "ستوب "أن المسألة ليست درجات تقدير الذات، ولكن ما هو الأساس الذي يعتمد عليه تقدير

الذات؟ كما تؤكد" ستوب "على أن الأطفال إذا لم يكن لديهم الوسائل الاجتماعية القيمة لكسب الصورة الاجتماعية الجيدة وكسب الكفاءة والأداء الجيد في المدرسة والعلاقة الجيدة مع الأصدقاء سوف يتجهون إلى السلوك العدواني وقد كان هناك اعتقاداً سائد بأن تقدير الذات المنخفض هو السبب في السلوك العدواني، ومن هؤلاء العلماء" جون دولف(Gondolf)، ليفين وماكديفيت (ستوبStaub) إلا أن الدراسات الحديثة لم تؤكد هذا بعد، فعلى الرغم من أن الذين لديهم سلوك عدواني لديهم تقدير ذات مرتفع، إلا أنه يوجد كثيرون غير عدوانيين ولديهم تقدير ذات مرتفع (Staub, Ervin.1999:p1) لذا نجد أن ،" بومستير " (Baumeister) يؤكد على أن النرجسية، وتقدير الذات غير المستقر هما أكثر العوامل التي تساعد في توقع السلوك العدواني، ومن وجهة نظره أيضًا أن أكثر ما يصور العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني هو نظرية تهديد الأنا التي تعتبر السلوك العدواني وسيلة للدفاع عن نظرة الفرد المفضلة لذاته، عندما يحاول أي شخص أن يقلل من قدره أو يشوه صورته. تأييدًا لهذا الكلام وجد بومستير أن تقدير الذات مرتبط بالسلوك العدواني، فالقتلة والمغتصبون وشباب العصابات كلهم لديهم إحساس قوي بسيادتهم(Baumeister,2000:p26) ، لذا نجد أن ستوب إرفين Staub Ervin) (تؤكد على أن تقدير الذات المنخفض يتسبب في السلوك العدواني أو يعتبر من الرؤى التقليدية لتلك العلاقة (Staub, Ervin.1999:p1)

على ضوء ما سبق نجد أن نظرة" بومستير "تؤكد على أن تقدير الذات المرتفع هو الذي يؤدي إلى السّلوك العدواني، وليس تقدير الذات المنخفض، وتؤكد على أن الأدلة التجريبية تعارض هذا الاعتقاد، والأحرى أن نقول أن تقدير الذات المرتفع، وبالأخص عندما يقابل أي فرد لديه تقدير ذات مرتفع، ونظرة راضية عن نفسه ضد أي تهديد خارجي يقلل من قيمته بنفسه ويتحول سلوكه إلى سلوك عدواني كما أكدت معظم الدراسات أن التأثير السّلبي كالإحباط، وخيبة الأمل يؤدي إلى السّلوك العدواني ومن هذه الدراسات دراسة (دولارDollard و ودوود Dood وميلر Miller و مورر Mowrer و وسيرس Sears1939).

قد أوضح" هيثرتون وبوليفي(1991م) Heatherton & Polivy أن التعبير عن تقدير الذات مرتبط بالحالة النفسية والعاطفية للفرد.(Baumeister 2000,P27).

مجمل القول ما اقترحته" ستوب المذكور في الضيدان (2003 :61) في أن المسألة ليست درجات تقدير الذات بمعنى تقدير الذات المرتفع أو المنخفض، ولكن الأهم هو الأساس الذي نعتمد عليه في تقدير الذات. فالأطفال والشباب يحاربون لكسب صورة إيجابية عن أنفسهم، وأنهم إذا لم يكن لديهم الوسائل الاجتماعية القيمة لكسب هذه الصورة الاجتماعية وكسب الكفاءة والأداء الجيد في المدرسة والعلاقة الجيدة مع الأصدقاء، فسوف يميلون إلى السلوك العدواني لفعل ذلك.

لقد انشغل الآباء بتقدير الذات عند الأبناء ويسألون: ما هو شعور طفلي بذاته/بذاتها؟(Woods, 1999) وتسأل" ليليان كاتز(Lilian Katz, 1993) في كتاباتها عن تقدير الذات إذا ما كنا نتمنى تقدير ذات أطفالنا أو النرجسية، والتي عرفتها بأنها انشغال زائد بالذات فهل من الممكن أن يكون لدينا تقدير ذات زائد جدًا، أو أن طريقنا في تنمية تقدير ذات أطفالنا مضلل؟ وهل هناك سلوكيات أخرى للطفل يجب أن يركز عليها الآباء لتحسين تقدير الذات؟ لذا تؤكد"كارول وود " Carol Wood " أن الناس هم كائنات اجتماعية، ويجب أن يكون بينهم ثقة متبادلة، وأن تقدير الذات له أهمية، فهو أحد العناصر الحيوية في تطوير الإنسان، وأنه لا يعتمد فقط على احترام الذات، بل على الاحترام المتبادل وهذا يؤكد على أهمية الاحترام المتبادل بين الأب وابنه في تنمية تقدير الذات.

ولقد وجد" سولومون" Solomon 1999 " دراسة عن تأثير سلوك الآباء العدواني اللفظي على تقدير ذات الأبناء المدرسي والتحصيل الدراسي أن أهم الأسباب والنتائج النفسية لسوء معاملة الأطفال يرجع لاستخدام الآباء الصراخ، والتهديد في المنزل، والأماكن العامة كوسيلة للتحكم في سلوك الأطفال، وأن معظم الآباء يهددون أطفالهم بالعدوان البدني لكي يطيعوهم. كما أن العدوان النفسي له تأثير أكثر من العدوان البدني بالنسبة للأطفال، ويؤكد ذلك" فيسنج" Vissing " " ستروس Strus " ،" جيليس" Gelles "، و"هاروبHarrop " لذا من الضروري أن نعزل تأثيرات العدوان اللفظي على الأطفال من تأثيرات سوء المعاملة البدنية ولقياس التأثيرات المختلفة لسوء المعاملة البدنية اعتمد الباحث على معلومات شخصية (تقدير الطفل لذاته)، ومعلومات عامة "الإنجازات الدراسية"، ولقد اختار الباحث مقياس تقدير الذات؛ لأن معظم الدراسات تؤكد على أن الأطفال الذين يتعرضون لسوء المعاملة البدنية لديهم تقدير ذات منخفض عن الأطفال الآخرين. وقد ذهبت" فيلكر "إلى أن أعظم العوامل تأثيرًا في نمو تقدير الذات هو نوعية علاقات الطفل مع الأشخاص من ذوي الأهمية السيكولوجية لديه وهم الأشخاص الذين يحتك بهم الطفل باستمرار، ويكبرونه أو الذين يدركهم باعتبارهم أفرادًا حائزين على القوة والنفوذ، أو الذين يملكون تقديم الثواب له أو توقيع العقاب عليه أو كل ذلك، ومن خلال تفاعل الطفل مع هؤلاء الأفراد يحصل على تغذية راجعة أو عائدي دعم شعوره بالانتماء والجدارة والكفاءة والتقدير، لذا يمثل الآباء الأفراد ذوي الأهمية السيكولوجية لديه، وعندما ينمو ويدخل في مراحل النمو التالية، يشارك الآباء أفراداً آخرين في هذه الأهمية كالأصدقاء والزملاء والمعلمين، ومع ذلك يظل الآباء مركزاً مميزاً بين هؤلاء المهمين، وعلى ذلك يبقى الآباء أصحاب الإسهام الأكبر في نمو تقدير الذات عند أبنائهم وقد أوضحت" إرفين ستوب Ervin Staub أن هناك عدة طرق قد تؤدي بالأطفال أن يصبحوا عدوانيين وخاصة الأولاد، فمن الممكن أن يكونوا عدوانيين بسبب سماح الوالدين باتخاذ السلوك العدواني، وخاصة تشجيع الآباء لأبنائهم ليكونوا قاسين، وعدوانيين (Solomon 1999 : 339-351). غيرهم (مرسي 1995م : 45-46).

المبحث الثالث

قلق المستقبل Future Anxiety

تمهيد

يعيش الإنسان في عصر كثير التّغيرات والتّفاعلات، المصحوبة بالعديد من التّعقيدات في مختلف المجالات التي أثرت في كافة مظاهر الحياة، وما رافقها من اضطرابات نفسية وسلوكية نتيجة لضغوط هذه الحياة، فمع تقدم الحياة الحديثة وتطورها السريع أصبح الإنسان يواجه العديد من المواقف التي قد تهدد حياته ومستقبله، وتزيد من قلقه تجاه ما يكتنف مستقبل حياته، وما يتوقعه من أحداث قد لا يقوى على مواجهتها .إن قلق المستقبل يشكل خطراً على صحة الأفراد وسلوكهم، فقد يكون هذا القلق ذا درجة عالية فيؤدي إلى اختلال في توازن حياة الفرد، مما يكون له الأثر الكبير سواءً من الناحية النفسية أو الجسمية، وما يتبع ذلك من تأثيرات في مختلف جوانب حياة الفرد.كما أنه يعيش في عالم متغير وتعقد الحياة التي يعيشها الإنسان لم تجعل الإنسان قادراً على تحقيق هدفه ولم تعد الأهداف قادرة على أن تجلب الطمأنينة والأمن النفسي، فالقلق من المستقبل وما يحمله من مفاجآت وتغيرات تتخطى قدرة الكائن على التكيف معها وهذا ما يجعل التوتر النفسي شديداً ومن ثم تكون استجابته متطرفة في محاولة منه للتقوقع بعيداً عن هذه التغيرات المتلاحقة ومن هنا يشكل المستقبل والاهتمام به الأولوية في حياة الشاب وهذا ما أكدته العديد من النظريات والدراسات، الأمر الذي يدعو إلى ضرورة القيام بدراسة علمية من أجل تعرفنا على أهمية هذا المتغير لدى شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم الطلاب.

يرى كثير من المفكرين أنّ القلق سمة العصر الحديث بأزماته ومنافساته وطموحاته المختلفة، فتعقيد الحضارة و صعوبة تحقيق الرغبات الذاتية وعدم الجدية في التعامل مع المشاكل الاقتصادية أو التغيرات الاجتماعية والتقنية والفكرية المتنوعة وتسارع الأحداث في الحياة العامة وقد أزداد الحراك السياسي المتصارع في العديد من الدول العربية من حجم القلق الذي تعانيه هذه الشعوب والإنسان المعاصر بدوره عليه أن يتكيف مع جملة من المتغيرات وأن يلحق بها، ولذا نجد أغلب ما كتب في مراكز الدراسات أو التحليلات الصحفية والتلفزيونية أو على مواقع الانترنت يدور حول هل هذا حقيقة هو عصر القلق.

حيث أصبح من الواضح أن عصرنا الحاضر يتميز بالقلق وذلك نظراً لما نشهده من أحداث متزايدة وظروف متغيرة بحيث يمكن القول بأن هذا العصر أصبح متغيراً في حد ذاته والقلق بوجه عام أصبح نتيجة من النتائج الواضحة لهذه المتغيرات، بل تحول من مجرد نتيجة إلى سبب يؤدي إلى ظهور الكثير من المظاهر العصابية حتى أن البعض يعتبره جوهر العصاب ومصدر الأعراض العصابية عند الفرد (عكاشة: 1990: 238).

القلق المستقبل من المتغيرات التي وجد أن لها تأثيراً كبيراً على تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الفرد فقد أوضحت العديد من الدراسات أن الفرد السوي الذي لا يعانى من القلق يتمتع بدرجه عالية من تقدير الذات وقد أكد روجرز على أن تهديد الذات أو سوء التوافق يحدث عندما يتعرض الإنسان للقلق، ويضيف روجرز أن القلق هو استجابة انفعاليه للتهديد تنذر بان بنيان الذات المنظم قد أصبح في خطر، فالقلق يؤدى إلى إحداث تغيير خطير في صوره الفرد عن ذاته، أما إذا كان الفرد سوياً لا يعانى من أي قلق زائد فإن هذا يؤدى إلى إحداث التوافق الشخصي ويؤدى إلى تقدير ذات مرتفع لدى الفرد، يمكن القول بأن الفرد ذو التقدير المرتفع للذات يكون بعيدا عن القلق حتى أعتبر البعض أن التقدير المرتفع للذات هو أكثر الأدوات التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على حاله التوافق فيستطيع مواجهه الفشل واقتحام المواقف الجديدة دون أن يشعر بالحزن والانهيار، أما ذو التقدير المنخفض للذات فانه يشعر بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة لأنه يتوقع الفشل مسبقاً (سلامة ، 1987 : 19).

مفهوم القلق

يعد مفهوم القلق(Anxiety) من المفاهيم التي نالت حظاً وفيراً في الدراسات النفسية، ومن هنا فقد تعددت تعريفات هذا المفهوم، إلا أنه يمكننا تلخيص هذه التعريفات بتعريف واحد وهو أن القلق " خبرة انفعالية غير سارة، يشعر بها الفرد عندما يتعرض لمثير مهدد أو مخيف، أو عندما يقف في موقف صراعي أو إحباطي حاد، وكثيراً ما يصاحب هذه الحالة الانفعالية بعض المظاهر الفسيولوجية، مثل ازدياد ضربات القلب وزيادة التنفس وارتفاع ضغط الدم وفقدان الشهية وزيادة إفراز العرق والارتعاش في الأيدي والأرجل، كما يتأثر أيضاً إدراك الفرد للموضوعات المحيطة به في موقف القلق" (الشبؤون، 2012 :761).

إن ظاهرة القلق تصاحب الإنسان منذ مولده، فالرضيع يعيش القلق في صورة انغمار"صدمة الميلاد" ليتعلم بعد ذلك أن يستأنس جزءاً من هذا القلق يستخدمه إشارة إنذار لتحريك مبدأ اللذة والألم لاستنهاض الدفاعات (مخيمر، 1979 : 99).

يعرف "سيرجون إنجلش S. English وجيرالد بيرسون G. Pearson "القلق بأنه وجدان، وتعنى بالوجدان بطانة انفعاليه أو شعورية كالسعادة، أو الابتهاج، أو الاكتئاب، وهو حاله وجدانيه خاصة تنتج عن صراع الحاجات الغريزية بالمجتمع الذي لا يود إشباع هذه الحاجات أو يعجز دونها. (إنجلش و بيرسون، 1958: 23).

يرى الباحث انطلاقاً مما سبق يمكن القول بأن هذه التعاريف تعكس نظرة المنظرين حيث ركزت تعريفاتهم على طبيعة نمو وتطور هذا الاضطراب .هذا بطبيعة الحال يستوجب تقديم تفاصيل أكبر وهو ما سوف يستعرض باختصار في نظريات القلق كما يتضح مما سبق، أن هناك

صله وثيقة بين القلق وأدراك تهديد الذات، وأن هذا الإدراك يأتي في المرتبة الأولى ثم يليه الانفعال الشديد المتمثل في حاله القلق بحسب ما مر به الطفل من خبرات مؤلمه، وتشير الدراسات إلى اختلاف الأشخاص في إدراك تهديد تقدير الذات بحسب مستوى القلق فالأشخاص ذوى مستوى القلق المرتفع يدركون التهديد في مواقف كثيرة قد تبدو عادية ليس فيها تهديدا لغيرهم، وفسر سيبلبرجر هذا بافتراض أن القلق المرتفع يعكس أيضاً استعداد الشخص لأدراك تهديد الذات في المواقف مما يعنى أن استعداد الأشخاص ذوى القلق المرتفع لأدراك التهديد أعلى من الأشخاص ذوى مستوى القلق المنخفض.

قلق المستقبل Future Anxiety

يعتبر قلق المستقبل أحد الهواجس التي تؤرق المجتمعات نظراً للتغيرات التي عصفت بالأفراد وجعلت المستقبل مبهماً، فأكثر ما يخشاه الناس هو المجهول وغالباً ما نجد النظرة العامة للمستقبل سلبية في ظل اضطراب الحياة، وازدياد حدة المشاكل الحياتية، و تسارع الأحداث السياسية، والضغوط الاقتصادية، إضافة إلى الإحباطات التي نمر بها في أوجه الحياة المختلفة.

يرى Barlo ,2000" أن أحد مصادر القلق هو توقع تهديد ما، سواء كان هذا التهديد معلوماً أو غامضاً. فمن البديهي أن التوقع يرتبط بالأحداث المستقبلية. ولا ينشأ القلق من ماضي الفرد وإنما هو خوف من المستقبل وما يحمله من أحداث تهدّد وجود الفرد أو سلامته وراحته. فالقلق ينجم من الخوف بشأن أمور يتوقع الفرد حدوثها في المستقبل. والتفكير بشأن الأحداث المستقبلية لا تشكل مشكلة إلاّ إذا كان يصاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه ويكون عندئذ القلق حالة مزمنة يصعب التعامل معها(Barlow, 2000,PP1247-1263) .

إن أهم المشكلات النفسية للطلبة سواء في الكليات العلمية والإنسانية و الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسياً و طلبة السنة الأولى والنهائية ولكلا الجنسين ذكوراً إناثاً هي الخوف والقلق من الامتحانات يليها الخوف من المستقبل ثم الشعور بالذنب . أما المشكلات الخاصة بالمستقبل بعد التخرج فكانت لكل المجموعات هي ارتفاع نفقات الزواج وصعوبة الحصول على عمل (الصبوة وآخرون، 1991: 171). في هذا الصدد تشير دراسة " راكوسكى، وليام 1984م " إلى أن الشباب يرون أن كبار السن أو القدامى لهم مستقبلهم الخاص وان المستقبل يجب أن يكون للراشدين وأنه يجب أن يهتم الشباب بعملية الاتصال العائلي أو الأسرى والاجتماعي مع المسنين مثلا. وهذا يعتبر مصدراً آخر من مصادر قلق المستقبل لدى الشباب من كبار السن وعدم التواصل معهم (Rakowski, William , 1984 : p p 302 , 308).

إن دراسة المشكلات المتعلقة بالمستقبل الشخصي تعكس مؤشرات غاية في الأهمية، كصورة الذات والتوتر النفسي والدافعية العامة بصفة مجملة، والدافعية للدراسة بصفة خاصة. ونظراً لما يشهده

المجتمع الخليجي مثلا من تغيرات متلاحقة، تؤثر على الأفراد والجماعات، ثمة حاجة إلى استكشاف مشكلات الشباب المتعلقة بالمستقبل الزواجي والأكاديمي (عبد الحميد، 2002 : 39 – 96).

إن أكثر الأفراد قدرة على التكيف هم أولئك الذين يستجيبوا لزمانهم ويعيشونه حقاً ويحسون شوقاً وحنيناً للمستقبل ليس قبولاً واستسلاماً لكل أهوال الغد ولا أيماناً أعمى بالتغير من اجل التغيير بحد ذاته وإنما فضولاً قوياً واندفاعاً نحو معرفة ماذا سيحدث في المستقبل فكلما كان التفكير في المستقبل بموضوعية أكثر كان الواقع أكثر راحة و تأكيداً لمشاعر الاطمئنان والتوازن ويتخذ قلق المستقبل صورة انخفاض مستوى الشعور بالأمن والطمأنينة وهذه الصورة واضحة جداً في عصرنا هذا (توفلر، 1990 : 449).

إن قلق المستقبل وما يحمله من مفاجآت وتغيرات تتخطى قدرة الكائن على التكيف معها وهذا ما يجعل التوتر النفسي شديداً ومن ثم تكون استجابته متطرفة في محاولة منه للتقوقع بعيداً عن هذه التغيرات المتلاحقة (الطيب، 1993: 2– 4)، قلق المستقبل ليس ناتجاً من التغييرات المتلاحقة والتي من الصعب التنبؤ بها بل ينتج من رؤية الحاضر وظروفه المعقدة مثل سيطرة الماديات على القيم بين الناس. فضلاً عن العمل والدراسة ومتطلباتها الكثيرة والتهديد من جراء فقدانهما و الظروف السياسية وانعكاساتها على الشارع والفرد وخاصة الشباب بكل ما تحمله من مفاجآت وصعوبات ونوعية التعليم ومخرجاته ومدى إسهامه بإمداد المجتمع بأفراد قلقين على مستقبلهم وأفراد واثقين ومطمئنين (النابلسي، 1999: 43).

مفهوم قلق المستقبل:

من الصعب القول أن مفهوم القلق مفهوم حديث فنحن نجده في الكتابات الهيروغليفية المصرية القديمة ونجد ابن حزم الأندلسي يتحدث عنه في كتابه في العصر الوسيط وكلها تؤكد على شمولية القلق بوصفه حالة أساسية للوجود الإنساني (بيك، 2000: 180).

يرى أصحاب " المنحى الوجودي أن القلق خبرة وجودية كامنة وملازمة لوجود الإنسان وان الإنسان يخبر القلق على إنحاء شتى فمنبع القلق هو العالم من حيث هو كذلك أما موضوع القلق فهو إمكانية أن نكون موجودين في العالم (عيد، 2002: 79).

يرى " سبيلبرجر" أن القلق شقان: سمة القلق وحالة القلق. وسمة القلق : هي الحالة التي تشير إلى فروق ثابتة في النزوع والميل للقلق وتعكس فروقاً فردية في تكرار وشدة ظهور حالات القلق في الماضي واحتمالية أن هذه الحالات سيعاني منها الشخص مستقبلاً ولا تظهر سمة القلق مباشرة في السلوك بل تستنتج من تكرار حالة القلق وشدتها لدى الفرد على امتداد الزمن. أما حالة القلق: فتشير إلى أن القلق حالة طارئة انفعالية أو وقتية في الإنسان تتنوع وتختلف في شدتها

وتكرارها عبر الزمن وتتميز بإدراك ذاتي شعوري لمشاعر التوتر ويرتفع مستوى حالة القلق عندما يدرك الفرد إنه يوجد مواقف تهدده (Spielberger, 1976, p.7-8) .

هو عدم الارتياح النفسي ويتميز بالخوف والشعور بعدم الأمن وتوقع حدوث كارثة ويمكن إن يتصاعد القلق إلى حد الذعر كما يصاحب هذا الشعور في بعض الأحيان بعض الأعراض النفسجسمية فهو اتجاه انفعالي أو شعور ينصب فقط على المستقبل بتناوب مشاعر الرعب والأمل (الطيب، 1993م : 331).

تؤكد" ما كنمارا" أن الفرد الذي يراقب الأحداث بشكل مبالغ فيه فأن هذه الأحداث ستتحول إلى مصادر للضغط وأن أدراك المثير على انه سلبي يرجع إلى عدم قدرة الفرد على التحكم فيه ومن ثم ارتفاع الإحساس بالقلق(Mcnamara, 2000, p.4-5).

هو شعور بالخوف من المستقبل و المخاطر التي يمكن أن تواجهه فيه، وينشأ هذا القلق عندما يكون الواقع الذي يعيش فيه غير مشبع لرغباته ومحبط له، كما ينشأ عندما تكون الظروف المحيطة به ليست في جانبه، لذلك يكون القلق إنذاراً بخطر محتمل (محمد، د:ت:327).

يتصف الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل بأنه لا يثق بأحد مما يؤدي للاصطدام بالآخرين وهذا ما يخلق الخلافات معهم كما أنه سيستخدم آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة، والكبت والإسقاط من اجل التقليل من حالاته السلبية، كما أن عقدة النقص تجعل الخوف يتحكم بالإنسان القلق، الخوف من السلطة ومن قوى الطبيعة ومن فقدان القدرة على المواجهة ومن شرور الآخرين وهذا ما يجعله يتجنب كل جديد فهو يخشى التجريب ويتشبث بالقديم والتقليدي والمألوف ويذكر عبد التواب (2009: 12).

إن قلق المستقبل يظهر كسمة نفسية بارزة من خلال تعرض العنصر البشري لمجموعة من المتغيرات تعبر عن شعور سائد بعدم الوثوق بالمستقبل.

1- أن قلق المستقبل" هو أحد أنواع القلق المرتبط بتوقع الفرد للأحداث المستقبلية خلال فترة زمنية أكبر وعندما يفترض الإنسان مستقبله فإنه يحتمل حاضره، ويتخيل ماضيه، فالماضي والحاضر يتداخلان في التنبؤ بالأحداث والأعمال المستقبلية (عبد التواب،2009: 12).
2- إنه خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات (خليفة وآخرون،1990: 57).
3- جزء من القلق العام المعمم على المستقبل، يمتلك جذوره في الواقع الراهن ويتمثل في التشاؤم أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف المهمة وفقدان السيطرة علي الحاضر وعدم التأكد من المستقبل ولا يتضح إلا ضمن إطار فهمنا للقلق العام (سعود،2005: 63).

أسباب قلق المستقبل:

يكون القلق من المستقبل عند الشباب نتاجاً لغياب الأمن النفسي في مجتمع لا يتيح له فرصة الوفاء بالتزاماته فيشعر بأنه في وسط عالم عدائي ملئ بالتناقضات لكونه يقف حائلاً أمام تحقيق ذاته من خلال دور اجتماعي يعطيه الإحساس بالتفرد لأن فقدان الإنسان لذاته المتفردة يجعله لا يشعر بالأمان وينتابه القلق ويغيب المعنى من حياته وإذا كنا نعد أن تحديد الشاب من هو؟ ومن يكون بقدرته على الانجاز والتخطيط لأهداف مستقبلية فإن الشباب الذين يعيشون في ظل أزمة البحث عن الهوية يفتقرون إلى هذا البعد المستقبلي (محمد ،د ت:327).

يجمل بن علي(2009: 56). أهم الأسباب التي تؤدي إلى قلق المستقبل لدي طلاب كلية التربية مروي في نقاط التالية هي:

1- تعد ضغوط الحياة أهم أحد العوامل المسببة لقلق المستقبل خاصة في ظل الظروف الضاغطة في الوقت الراهن "الأزمة الاقتصادية العالمية " التي تمر بتغيرات سياسية واجتماعية واقتصادية.

2-الشعور بالتوتر والتشاؤم وتوقع السوء والضيق من المستقبل بعد النظر إلى حالة العطالة وعدم وجود فرص عمل للخريجين

يفترض "زاليسكي 1989 " أن توقع الأهداف ونتائجها يعطي السلوك قوة، فتحديد الأهداف يؤدي إلى تحسين الأداء وقد وجد ارتباطاً موجباً بين توقع النجاح وبين الأداء الايجابي الذي يوصل إلى النجاح، أما توقع الفشل فيرافقه استجابات انفعالية سالبة وهذا يؤثر سلباً على إنجاز الأهداف المطلوبة في المستقبل(Zaleski, 1989 ,P. 563).

3- يظهر قلق المستقبل نتيجة التوتر الناشئ عن مسؤولية اتخاذ القرار، والأفكار التلقائية العابرة، والتفسيرات الخاطئة للأحداث باعتباره نوعاً من الصراع العقلي بين الواقع والذات المثالية .

4- عدم قدرة الطالب على التكيف مع المشاكل التي يتعرض إليها.

5- الشعور بعدم الأمان والخوف من المجهول في ظل الاضطرابات السياسية والشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع. حيث أصبح الإنسان بائساً لا يشعر بالانتماء، مجرد متفرج و هارب من نفسه، يشعر بالاغتراب، ممثلاً في اللاانتماء واليأس والعزلة الاجتماعية وفقدان الهوية واللامعنى (خليفة،2002: 81).

التأثير السلبي لقلق المستقبل:

1. أهم الآثار السلبية لقلق المستقبل كما أوردها بن علي(2009: 56). ما يأتي:
2. الهروب من الماضي والتشاؤم وعدم الثقة في أحد، واستخدام آليات الدفاع، وصلابة الرأي والتعنت.

3. الشعور بالتوتر والانزعاج لأتفه الأسباب، والأحلام المزعجة، واضطرابات النوم،وإضرابات التفكير، وعدم التركيز، وسوء الإدراك الاجتماعي والانطواء والشعور بالوحدة.
4. الشعور بالوحدة، وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة، وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل، والجمود وقلة المرونة، والاعتماد على الآخرين في تأهيل للمستقبل.
5. يفقد الإنسان تماسكه المعنوي ويصبح عرضة للانهيار العقلي والبدني.
6. التقوقع داخل إطار الروتين، واختيار أساليب للتعامل مع المواقف التي فيها مواجهة مع الحياة.
7. استخدام ميكانيزمات الدفاع مثل النكوص والإسقاط والتبرير والكبت.
8. تدمير نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته أو يبدع وإنما يضطرب وينعكس ذلك في صورة الإضرابات متعددة الأشكال والخرافات والانحراف واختلال الثقة بالنفس.
9. التوقع والانتظار السلبي لما قد يحدث.
10. الالتزام بالنشاطات الوقائية، وذلك ليحمي الفرد نفسه، أكثر من اهتمامه بالانخراط في مهام حرة مفتوحة غير مضمونة النتائج.
11. يعيش الإنسان في حالة انعدام للطمأنينة على صحته ورزقه.
12. الاعتمادية والعجز واللاعقلانية .

الأسباب الشخصية وقلق المستقبل:

ينشأ قلق المستقبل من أفكار خاطئة لا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله، وكذلك المواقف والأحداث بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية والواقعية، ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي (الشقير،2005: 4).

مواقف الحياة الضاغطة وقلق المستقبل:

إن زيادة الأعباء أو الصّعوبات التي يواجهها الفرد في الحياة ستجعله أكثر تشاؤماً كما أن زيادة أعباء الفرد في الحياة ستجعله يغير من نظرته للّحياة، (حسين، 1999: 70).

إن التغيرات الحياتية السريعة تقترن بمختلف المشاعر التي تكون أغلبها سلبية، كالقلق والشعور بعدم الاطمئنان وعدم الاستقرار الذي يكون عاملا من عوامل دفع الأفراد للوقوع في ساحة الاضطراب النفسي، فالتناقضات الهائلة بين ما هو حسي، و ما هو معنوي وبين ما يتمنون ويحلمون به، وبين الواقع المتأزم المرير ذلك كله يضعهم في منعطف خطير من الصراعات النفسية وظهور الاضطرابات الانفعالية والشخصية المتعلقة بالمستقبل التشاؤمي ,والنظرة التشاؤمية

للحياة ستزيد من خوفه وتوجسه من المستقبل الذي قد يحمل الكثير من الآلام استناداً إلى خبرة الحاضر المؤلمة(العاطفي،2010: 209).

الأسباب الاقتصادية وقلق المستقبل:

يشكل التدهور الاقتصادي وظهور الأزمات كالبطالة والسكن والغلاء وغيرها من المشكلات عاملاً سلبياً أضعف القدرة على تنمية وترشيد وتوظيف طاقات الشّباب الذين هم عماد القوة في أي مجتمع باعتبارهم المستقبل والأمل في رجاء الأمة، وقد يسهم هذا في التوجس والخوف من المستقبل(عشري،2004: 141)

إن الطلبة الجامعيين يتعرضون لضغوط ترتبط بالتخطيط للمستقبل في مرحلة يقتربون فيها من تحقيق أهدافهم وطموحاتهم في الحياة إلا أنهم في ذات الوقت يجدون أنفسهم في واقع تقل فيه فرص تحقيق هذه الطموحات، وأوضاعه الاقتصادية (بن الطاهر، 2010: 266).

يرى الباحث أنه يمكن إجمال أهم الأسباب التي تؤدي إلى قلق المستقبل في النقاط التالية:

1. قلق المستقبل هو نتاج للتفكير غير العقلاني الذي يتبناه الإنسان، والمبالغة والتهويل في النظر إلى قضايا الحياة؛ مما يخلق شعوراً لدى الفرد بأنه عاجز وضعيف ولا يفهم نفسه ولا يستطيع تحديد أهدافه.

2.قلق المستقبل قد يكون بفعل عوامل اجتماعية ثقافية، والبيئة القلقة المشبعة بعوامل الخوف والهم ومواقف الضغط، والأفكار والمعتقدات والاتجاهات التي يستقيها الفرد من أسرته ومحيط عمله، هذا معناه أن هناك أموراً داخل المجتمع تستثير التوجس والخوف من الأيام المقبلة التي ستعتمد على تغيير أهداف الفرد الحياتية.

3. أسباب مترسبة كعدم قدرة الفرد على تحقيق الأهداف على المستوى القريب والفشل المتكرر؛ مما يولد لدى الفرد إحباطاً مستمراً ويخلق نوعاً من الإرباك و فقدان الأمل في تحقيق الأهداف، وفي نظرته للمستقبل عموماً.

4.مواقف الحياة الضاغطة و الأخطار الموجودة في الحياة الواقعية، والتغيرات السريعة التي تلحق بالواقع والضغوط الحضارية والبيئية الحديثة ومطالب ومطامح المدنية المتغيرة" عصر القلق "وعدم تقبل الواقع والنظرة التشاؤمية للمستقبل.

التعامل مع قلق المستقبل: من الطبيعي أن قلق المستقبل له أثر كبير على صحة الفرد وإنتاجيته، لما لها من أضرار على الصعيد النفسي والجسمي، وهذا الأمر يستدعي المواجهة والمعالجة معاً. لذلك لا بد من إيجاد أساليب تهدف إلي التخلص من القلق والحد منه. فقد أشار الأقصري إلى أن هناك طريقة لمواجهة الخوف والقلق من المستقبل باستخدام فنيات العلاج السلوكي والتي يمكن عرضها كما يلي:

طريقة إعادة التنظيم المعرفي: هذه الطريقة العلمية تمت متابعتها وحققت نجاحات كثيرة، بعد أن لوحظ أن الذين يعانون من القلق والخوف من المستقبل يشغلون أنفسهم دائماً بالتفكير السلبي وهو ما يؤدي إلي حالة القلق والخوف. على هذا الأساس فإن هذه الطريقة قائمة على استبدال الأفكار السلبية، وعند التفكير السلبي بالأشياء التي تثير القلق والمخاوف، فلماذا لا يتم التفكير بعد ذلك مباشرة بعكس ذلك في توقع الإيجابيات بدل السلبيات، وهذه القاعدة في تنظيم التفكير واستبدال النتائج الإيجابية المتوقعة لتحل محل النتائج السلبية المقلقة، وهي التنظيم المعرفي للإنسان السوي الذي لا بد له أن يتوقع النجاح كما يتوقع الفشل.فالهدف الأساسي في طريقة إعادة التنظيم المعرفي هو تعديل أنماط التفكير السلبي والأفكار غير الايجابية في التخلص من القلق والخوف من المستقبل وذلك باستخدام العلاج السلوكي، فلا بد أن نعلم أن هذه العميلة بطيئة إلى حد ما وتحتاج إلي فترة زمنية قد تطول إلى أن ينتهي الإنسان من التغلب على مخاوفه تماماً. ولعل أفضل هذه الطرق الثلاثة السابقة الإشارة إليها والتي يستجيب الكثيرون لها طريقة التدرج البطيء التي يصاحبها الاسترخاء لأن التدريب على الاسترخاء يساعد في زيادة اكتساب الإنسان الشعور بالسيطرة على ذاته وبالهدوء في مواجهة الإخطار، لو كانت مجرد خيال، فالفائدة من هذا العلاج السلوكي هي إزالة المخاوف من العقول بالتدرج. أما بالنسبة للإنسان الشجاع صاحب الإرادة القوية فإن المواجهة المباشرة هي أسرع سبيل للقضاء على القلق والخوف من المستقبل (بن علي، 2009: 57).

يرى عبد الحميد (2002: 39 – 96).أن الإيمان بالله والرضا بالقضاء والقدر، والقدرة على التحكم في الانفعالات عن وعي، والتفكير بطريقة واضحة ومطمئنة وهادئة في مواجهة الأحداث والضغوطات، كلها وسائل كفيلة إذا أحسن الفرد استخدامها، يمكن أن تقضي على الخوف والقلق من المستقبل، وكذلك وضع أهداف واقعية لحياته وتحديد الإمكانيات ومعرفة حدود قدراته ومواجهة الأفكار والمعتقدات الخاطئة، واستخدام المنطق، والوقوف على حقيقة المخاوف وأسبابها، فجميعها تساهم في الحد من الخوف وقلق المستقبل. لذا فإن دراسة المشكلات المتعلقة بالمستقبل الشخصي تعكس مؤشرات غاية في الأهمية، كصورة الذات والتوتر النفسي والدافعية العامة بصفة عامة، والدافعية للدراسة بصفة خاصة. ونظراً لما يشهده المجتمع من تغيرات متلاحقة، تؤثر على الأفراد والجماعات، لذا ثمة حاجة إلى استكشاف مشكلات الشباب المتعلقة بالمستقبل الزواجي والأكاديمي و قد أوضحت "دراسة هاوينج يانج ، وآخرون(2001) ,Hwang, Young, et al. أن هناك عوامل دافعية ممكنة مرتبطة بغرض اختيار الكلية بالنسبة للطلبة الجدد وأن هناك أشياء مرتبطة باتخاذ قراراتهم المهنية وأن لديهم أهدافاً نحو المستقبل وأن هؤلاء الطلبة يوجهون أنفسهم بالنسبة لاختيار مهنة المستقبل وأنه يجب أن تكون ذات عامل جذب بالنسبة لهم وأن توفر لهم المكانة الاجتماعية وهذا هو الموجه نحو المستقبل(Future

Orientation) (Hwang, Young, et al. 2001). في هذا الصدد تشير دراسة "جيمس ماير (1981م) Mayer James إلى أن المؤسسات التربوية تقترح مناقشة مشاكل المستقبل من خلال برامج الدراسات العليا بالجامعات وذلك من خلال الجوانب الاقتصادية والتكنولوجية ومناقشة أسلوب حياة الطلاب (Mayer James 1981:pp45-46).

قد أشارت دراسة(Schonwetter, Dieter J.; et al (1995 إلى أن الطلبة ذوي القلق المرتفع غير قادرين على إتباع التعليمات التدريسية والتي تنظم العمل داخل الجامعة ويقل تأثير بيئة التعلم بالنسبة لهم وقد أشارت الدراسة إلى ضرورة الاهتمام بدراسة القلق من المستقبل سواء في المدارس أو الجامعات(Schonwetter, Dieter J.; et al.,1995). في هذا الصّدد أكد " رضوان" على أهمية دراسة البعد المستقبلي وأثرة في حياة الشباب وما يترتب عليه من فقدانهم للأمل في المستقبل من معاناتهم من بعض الأزمات والاضطرابات (رضوان،1997).

في حين أشارت دراسة " شمال " وموضوعها " قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين في الجامعات" أنه لابد من التسليم بأن قلق المستقبل يكون بفعل عوامل اجتماعية ثقافية، وهذا معناه أن هناك أمور داخل المجتمع تستثير التوجس والخوف من الأيام المقبلة التي ستعمد على تغيير أهداف الفرد الحياتية، فضلا عن ذلك يذكر الباحث أننا يمكن أن نسلط الضوء على طبيعة المناخ الاجتماعي المهيئ لحالة القلق من المستقبل فيما يلي (ضغوط الحياة – أزمة السكن – ارتفاع الأسعار – غياب العدالة التوزيعية – قلة فرص العمل لخريجي الجامعات والمعاهد)(حسن،1999: 70–85).

في ذخيرة علوم النفس أن القلق حالة انفعالية مزمنة ومعقدة مع توجس أو رهبة يتميز باضطرابات عصبية وعقلية عديدة، يتميز بإحساسه بمزيج من الرهبة والإخفاق من المستقبل بدون داع معين للخوف، مع خوف مزمن بدرجة خفيفة، وخوف قوي ساحق، وباعث ثانوي ينطوي على استجابة تجنب مكتسبة. (شقير، 2005: 4).

يؤكد عبد السلام (1996: 676–643)،على أهمية المستقبل فيقول إن المستقبل مكون رئيسي لسلوك الشخص، والقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى، والعمل على تحقيقها هي صفة هامة للكائنات الإنسانية. كما أن عدم القدرة من الناحية النفسية لبعض الناس على إنجاز الخطط المستقبلية بعيدة المدى يرتبط بالافتقار إلى منظور زمن المستقبل، كما أنه عرف منظور زمن المستقبل(future time perspective) على أنه " نزعة الفرد لإعطائه أهمية كبيرة للأهداف بعيدة المدى، والاعتقاد في أن العمل الجاد هو الوسيلة لإنجاز تلك الأهداف.

قد تبنى الباحث وجهة النظر التي ترى أن منظور زمن المستقبل تتكون من (الجانب المعرفي – الجانب الدافعي) وقد اختبر الباحث في دراسته علاقة هذين الجانبين بكل من جنس التلميذ والتخصص الدراسي والتحصيل الأكاديمي والتفاعل بينها وقد أسفرت النتائج عن وجود

فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل الأكاديمي في جميع الجوانب لصالح مرتفعي التحصيل، فيما عدا تكافؤ الهدف القريب، حيث لم توجد فروق دالة إحصائياً بينهم.

إذا كان التطلع نحو المستقبل في حالته القصوى هو تطلع الفرد الدائم نحو المستقبل كسبيل لبلوغ الأهداف وتحقيق الإشباع(أبو الهدي،2003: 25).

إنه من هذه المقارنة البسيطة يمكن اعتبار أن التوجه نحو المستقبل مفهوما إيجابياً بينما قلق المستقبل مفهوما سلبياً، فقد أشارت كثير من الدراسات إلى أهمية دراسة المستقبل والاتجاه نحوه ومن بينها دراسة " ستانلي وول، التي أكدت على أن قدرة طلاب الجامعة على الاستدلال حول بعض الموضوعات وثيقة الصلة بهم وضرورة الاهتمام باستجابات الطلاب وآرائهم وبحث الاتجاه نحو المستقبل يتمثل في الاهتمام بالاستدلال والتفكير ومجادلاتهم حول المستقبل وضرورة الاهتمام بتنمية قدرتهم على استخدام الحجج لحل مشكلاتهم المستقبلية(Woll, Stanley B, 1998 : 14-18).

يرى الباحث أن التفكير والخوف من المستقبل من الأمور التي أصبحت لا تشغل بال أو فكر الشباب فقط بل أصبح التفكير في المستقبل والتنبؤ به من الأمور التي تهم المجتمعات والشعوب المتحضرة والتي تحاول أن تجد لنفسها موضعاً على الخريطة العالمية والدولية. والشباب اليوم – ونعني طلبة الجامعة – هم المستقبل وهم رجال ونساء الغد الذين سيتحملون مسئولية تقدم وازدهار بلادهم، ويفكرون بشكل كبير في المستقبل ويتخوفون منه وما يخبئه لهم، فقد تبين للباحثين أن غالبية الطلبة لديهم ترقب وخوف من المستقبل من أشياء محددة فعلى سبيل المثال يكون قلق الطلاب من المستقبل نابعاً من (عدم وجود صديق، القلق العاطفي والخوف من عدم الارتباط بالشخص المناسب و عدم تحقيق الطموحات المادية والمعنوية، الخوف من الموت ومن العقاب في الآخرة – عدم تكوين أسرة بل والفشل في تربية الأبناء أو عدم توفير جو صحي وتربوي لهم وغيرها من الأمور التي تتعلق بقلق الشباب من المستقبل.

سمات ذوي قلق المستقبل

على الرغم من أن الخوف والقلق من المستقبل شيء طبيعي جداً ؛ عندما يكون في الحدود المعقولة؛ إلا أن الزيادة فيهما تكون عائقاً نفسيا بلا جدال، وأثبتت العديد من الدراسات أن القلق الدائم يعمل على تغذية المشاعر السلبية؛ مما يؤثر على سلوك الإنسان ويؤثر على ردود أفعاله تجاه الآخرين وفى علاقته بهم، والقلق لا يؤثر فقط على الحالة المزاجية ، ولكنه يؤثر على إنتاجية الفرد وعلى موارده الاقتصادية، فالقلق يعوق الفرد ويقلل من قدراته الحيوية على العطاء والإنتاج(عبد الباقي،1993: 102). ويتسم الأشخاص ذوي قلق المستقبل بالآتي(داينز،2006: 49).

1. استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية.

2. الانسحاب من الأنشطة البناءة وتجنب المخاطرة.
3. الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.
4. التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق فيها.
5. الشعور بضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات وفقدان القدرة على التركيز.
6. الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع الشعور بفقدان الأمن والطمأنينة تجاه المستقبل.
7. الخائف من المستقبل لا يثق بأحد، وكثيراً ما يؤدى به هذا الأمر للاصطدام بالآخرين، وكثيراً ما يوحي لهم هو نفسه بالشك فيه.
8. الانطواء وظهور علامات الحزن والشك، ويصل الأمر به للبكاء لأسباب تافهة.
9. شعور الفرد بالعجز، وانخفاض الدافعية، وتدهور صحته النفسية (عشيري،2010: 148).

بمراجعة الأدب النفسي والدراسات السابقة التي تناولت القلق و قلق المستقبل يرى الباحث أن ذوي قلق المستقبل يتسمون بالنظرة التشاؤمية الغالبة عليهم في كافة تصرفاتهم، فهم دائماً منشغلون بأفكار سلبية، كما أنهم يتسمون بضعف الإنتاجية في كافة مجالات الحياة، يشعرون بعدم الرضا عن أنفسهم، كما أن لديهم إرباك في تحديد أولوياتهم ووضع خطط مستقبلية خوفاً من أن يأتي المستقبل بما هو غير متوقع، وهذا يؤدى بالفرد في النهاية إلى اتخاذ قرارات خاطئة والفشل في حل المشكلات.

الآثار السلبية لقلق المستقبل:

يمثل قلق المستقبل أحد الأنواع التي تشكل خطورة في حياة الفرد، والتي تمثل خوفاً من مجهول ينجم من خبرات ماضية وحاضرة أيضاً يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار، وتسبب له هذه الحالة شيئاً من التشاؤم واليأس (شقير، 2005: 4).

إن للرعب من المستقبل أضواء كثيفة على كل أنشطة الفرد، دائماً ما يكون الشخص القلق غير مستقر، ويخشى أن يرتكب أخطاء، ويجد صعوبة في الوصول إلى قرار معين، لذلك فهو يفضل عدم اتخاذ قرار خاطئ يندم عليه (العيسوي"1" ،2002: 15).

قد أشارت العديد من الدراسات العلمية إلى تأثير القلق على صحة الفرد، ومعاناته اليومية، وتخوفه من المستقبل، وارتباطه بضعف الكفاءة، والاعتقاد بالأفكار السلبية، والانهيار العصبي، والإصابة بالأمراض الجسمية ذات المنشأ النفسي (صالح و شامخ، 2010: 155).

يمكن أن نوجز الآثار السلبية لقلق المستقبل في النقاط التالية:

1. التفكير في المستقبل المجهول له أكبر الأثر على صحة الفرد سواء من الناحية العقلية أم الجسمية أم النفسية أو السلوكية، بسبب التفكير السلبي والتشاؤمي نحو الذات ونحو المستقبل(عسلية و البناء،2011: 25).
2. قد يدفع قلق المستقبل الفرد إلى العزلة الاجتماعية والتشاؤم المبالغ فيه وعدم الثقة التي تصل إلى درجة الشك والسخرية من دوافع الآخرين، وإدراك المجتمع على أنه مليء بالناس غير الموثوق فيهم.
3. قلق المستقبل يؤثر على قرارات الأفراد المستقبلية، فينجم عنه السلوك المضطرب كالشعور بالعجز و الانسحاب والسلبية وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقعة.
4. عدم ثقة الفرد في قدراته و إرجاع ما يحدث له من مواقف غير سارة إلى عوامل خارجية، وقد يلجأ إلى المعتقدات الخرافية في خفض التوتر وإحساس الفرد بالأمان والاطمئنان.
5. عدم وجود معنى وهدف للشخص القلق، وفقدان الثقة في المستقبل، لوجود ما يخشى عليه مستقبلاً.
6. النظرة التشاؤمية نحو الغد في صورة ضعف الإحساس بالأمن والطمأنينة، وتوقع حدوث الكوارث، وتحول الحياة نحو الأسوأ، والقلق في مواجهة تقلبات الدهر وظروفه القادمة، وأزمات و مشاكلها.
7. الخوف من المستقبل يمكن أن يحاصر الإنسان بالتوجس والانفعال والهم حتى يخنقه إذا فشل في المقاومة وفك الحصار(عشيري،2004: 161).

يرى الباحث أن قلق المستقبل من أهم السمات الدالة على هذا العصر بصفة خاصة كما أنه عرف بعصر الضغوط، نعيش في عصر تفوق فيه الإنسان على نفسه محققاً أعز أمانيه من تقدم حضاري وتكنولوجي ولكنه في المقابل لم يحقق ماهيته من خلال ذلك التقدم وانعكس ذلك التقدم سلبياً على شخصيته وسلوكه، أن الإجابة واضحة وضوحاً جلياً، بينما خلقنا أشياء رائعة أخفقنا في أن نجعل أنفسنا جديرين بهذا الجهد الخارق، وحياتنا حياة تسودها الفوضى الروحية والضياع الذي يقترب اقتراباً خطيراً من حالة الجنون، وهو جنون لا يشبه الجنون الهستيري الذي وجد في العصر الوسيط بل جنون شبيه بانفصام الشخصية (الشيزوفرانيا) فينعدم فيها الاتصال بالواقع الباطني وينشق فيها الفكر على الوجدان. معنى هذا أن التغير الاجتماعي والاقتصادي السريع الذي طرأ على المجتمع كان تأثيره خطيراً على الأفراد والمجتمعات، فمن ناحية كان هذا التغير يفوق الإمكانيات النفسية للأفراد مما انعكس أثره على تقليل قدرة الفرد والمجتمع على التعامل مع تلك التغيرات، ومن ثم زادت المشكلات النفسية وزادت الاضطرابات النفسية والعقلية

والجريمة والعنف كما زادت الأمراض الجسمية بالرغم من تقدم الطب والدواء وأساليب التمريض، وكان لابد لعلم النفس أن يواكب تلك التغيرات السريعة المتلاحقة في محاولة لإيجاد حلول لتلك المشاكل وأن يسهم في تشخيص وعلاج تلك الاضطرابات النفسية والعقلية فنشأت العديد من فروع علم النفس وجميعها يستهدف هذا الغرض السامي :

أساليب العلاج النفسي للحد من قلق المستقبل

إن مآل القلق بصفة عامة حسن جداً وخاصة كلما كانت الشخصية قبل المرض متوازنة والأنا قوية، وكلما كانت ظروف حياة المريض أقل قوة كانت مكاسبه الأولية والثانوية من المرض أقل، وقلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق النفسي، وبوجه عام فإنه يمكن خفض قلق المستقبل من خلال الآليات المتعددة للعلاج النفسي التي يمكن من خلالها تحويل القلق السلبي إلى قلق إيجابي محرك للأداء(الصحان 2010: 73).

يشير (الأقصري ،2002)، إلى بعض هذه الآليات:

الطريقة الأولى :إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منتظمة (الخطوه خطوة): وهي أحد أنواع العلاج السلوكي وأهم عنصر في هذا النوع هو الاسترخاء، وطريقة العلاج فيه تتطلب إكساب المصاب مهارة التنفس الصحيح والاسترخاء، فلو أن إنساناً يخاف من شيء ما، ويقول إنه سيحدث، ولو حدث هذا الشيء فإنه يترك آثاراً سلبية عليه، وآلية العلاج في هذه الحالة تتطلب من المصاب أو المسترشد أن يتخيل وقوع الشيء الذي كان يخاف من وقوعه، بعدها نجعله يتنفس بعمق شديد، ثم يقوم باسترخاء جميع عضلاته. بعدها يطلب منه استحضار صورة بصرية حية لمخاوفه التي تقلقه من المستقبل والاحتفاظ بهذه الصورة لمدة (15) ثانية فقط، وبتكرار ما سبق أكثر من مرة مؤكداً على مواجهة تلك المخاوف حتى لو حدثت، إلى أن يتمكن المسترشد من تخيل الأشياء التي كانت تثير قلقه دون أن يشعر بالقلق بل يتخيلها أثناء الشعور، وهكذا يمكن لهذه الطريقة إزالة الحساسية المنظمة في التخلص من المخاوف والقلق، وهي وسيلة تركز على المواجهة التدريجية لتلك المخاوف يصاحبها استرخاء وتنفس عميق، وتكون المواجهة أولا في الخيال، حتى إذا تم أزلت تلك المخاوف تماماً من الخيال فإنه يمكن بعد ذلك مواجهة المخاوف إذا حدثت مرة أخرى.

الطريقة الثانية :الإغراق:هو أسلوب علاجي لمواجهة فعلية للمخاوف في الخيال دون الاستعانة بالتنفس والاسترخاء، فالمسترشد المصاب بالقلق من المستقبل يتخيل الحد الأقصى من المخاوف أمامه، ويتخيل فيه المخاوف لفترات طويلة حتى يتكيف معها تماماً، ويستمر هذا التصور إلى أن يشعر بأن تكرارات مشاهدة الحد الأقصى من المخاوف أمام عينه أصبح لا يثيره ولا يقلقه؛ لأنه

اعتاد على تصوره، وهكذا نجد أن ذلك الشخص بهذه الطريقة العلاجية قد تعلم ذهنيا كيف يواجه أسوأ تقديرات الخوف والقلق ويتعامل معها في خياله ويكون مؤهلا لمواجهتها لو حدثت في الواقع.

الطريقة الثالثة :تسمى طريقة إعادة التنظيم المعرفي:أن الذين يعانون من القلق والخوف من المستقبل دائمو التفكير بالأفكار السلبية، وهذا ما يؤدي بهم إلى القلق من المستقبل، فعلى هذا الأساس فإن هذا النوع من العلاج قائم على استبدال الأفكار السلبية بأخرى إيجابية، وإذا لم يتم التفكير بهذه السلبية فلماذا لا يتم التفكير بطريقة أخرى تكون أكثر إيجابية؟ وبدل توقع السلبيات فلنتوقع وقوع الإيجابيات، وهذه الإعادة في التنظيم والاستبدال الإيجابي عوضا عن السلبي المقلق، فهذه هي طريقة التفكير والتنظيم المعرفي السوي الذي لا بد أن يتوقع النجاح تماماً كما يتوقع الفشل، فالهدف الأساسي من طريقة إعادة التنظيم المعرفي هو تعديل أنماط التفكير السلبي وإحلال الأفكار الإيجابية المتفائلة بدلا عنها.

ومن الأساليب الحديثة في علاج الاضطرابات النفسية" أسلوب البرمجة اللغوية العصبية. حيث أثبت هذا الأسلوب كفاءته في خفض قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعات في دراسة أجراها" محمد العسلية وأنور البنا،2011 " حيث ساهم البرنامج الذي استخدمه الباحثان على تحسين حصيلتهم الفكرية وكيفية اكتشاف الأهداف، وضرورة أن يكون الفرد أكثر مرونة، ويستخدم طاقاته وإمكانياته وموارده استخداما فعالا موجبا كذلك، وبمساعدة البرمجة اللغوية العصبية تعلم المشاركون الطريق إلى النجاح وتقوية المشاعر الإيجابية من خلال إرسال رسائل إيجابية للذات، والتخلص من الاعتقادات السلبية، وتقوية الاعتقادات الإيجابية قدر الإمكان، كما أن لتمارين الاسترخاء الذهني والجسدي دوراً هاماً في تفريغ ما يعانيه هؤلاء الطلاب من مشاعر قلق المستقبل(العسلية و البناء،2011: 26).

المبحث الرابع

الدراسـات السابقـة

تمهيد:

أدى التزايد المستمر في إعداد الشخصية في كل الجوانب النفسية والاجتماعية والروحية إلى ظهور الكثير من الدراسات والبحوث التي أجريت في مجال التعرف على كيفية تقدير الذات من قبل الآخرين ومشكلات المصاحبة لها، وبالتالي أصبح هناك تراث علمي يمكن الاستفادة منه بمعطياته في أي موضوع يركز على تقدير الذات ونظراً لضيق المقام فلن يتسنى للباحث سوى عرض بعض الدراسات والتي لها علاقة مباشرة بموضوع الدراسة الحالية حتى يتمكن من الاستفادة منها في تفسير وتحليل النتائج الخاصة بموضوع الدراسة. سوف وفيما يلي يستعرض الباحث بعض الدراسات التي يمكن أن يستفيد منها في مجاله وعليها قام الباحث بعرض الدراسات السابقة على حسب المتغيرات و المكان (عربية ، أجنبية) مع ترتيبها ترتيباً زمنياً.

أولاً: دراسات ذات الصلة بتقدير الذات

(1) دراسة جبريل (1993) هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في تقدير الذات لدى المتفوقين وغير المتفوقين دراسياً، وأيضاً تعرف على الفروق في تقدير الذات بين الذكور والإناث في المرحلة الثانوية، تكونت عينة الدراسة من(600) طالب وطالبة نصفهم من ذوى التحصيل المرتفع والنصف الآخر من ذوى التحصيل المتدني وبالتساوي ذكوراً وإناثاً، وقد استخدم الباحث مقياس تقدير الذات للباحث نفسه، وفى معالجته الإحصائية طبق الباحث تحليل التباين الثنائي والمتوسط الحسابي، وتبع المنهج الوصفي التحليلي، حيث أظهرت النتائج، وجود فروق في تقدير الذات بين الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين وأيضاً عدم وجود فروق في الدرجة الكلية لتقدير الذات يُعزى لمتغير الجنس.

(2) دراسـة منـي أدم أبكـر (1997) المـذكور فـي عبـد القـادر 2005م: هـدفت دراسـة لمعرفـة الاختلافات بين المتفوقين والمتأخرين دراسياً في كل من تقدير الذات والمستوي الاجتماعي والاقتصادي لتلاميذ مرحلة الأساس بمحافظة شيكان بولاية شمال كردفان – كما يبحث عن مدى الارتباط بين كل من تقدير الذات والمستوى الاجتماعي والاقتصادي وأثر هذه العوامل على التحصيل الدراسي لتلاميذ مرحلـة الأسـاس المـنهج المـستخدم فـي الدراسـة هـو المـنهج الوصـفي واسـتخدم الباحثـة الأدوات التاليـة اختبـار تقدير الـذات ومقياس المستوى الاجتمـاعي والاقتصادي والتحصيل الدراسـي، اختـارت الباحثـة العينة الدراسة بالطريقة العشوائية، بلغ أفراد العينة (400) طالباً وطالبة منهم (200) طالباً و (200) طالبة ومن الأساليب الإحصائية اختبار (ت) وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية لا توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات، وجد ارتباط بين المستوى الاجتماعي الاقتصادي وتقدير الذات.

(3) دراسة عبد العزيز(1999)هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق الذاتي للأبناء وقد أستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وشملت عينة الدراسة (180) مفحوصاً من الذكور والإناث ،واستخدم الباحث مقياس المعاملة الوالدية ومقياس التوافق الذاتي ومن الأساليب الإحصائية استخدم الانحراف المعياري ومعادلة (سبيرمان) واختبار (ت) ومعامل ارتباط بيرسون ، فمن ضمن ما أسفرت عنه الدراسة: هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين معاملة الأب ومعاملة الأم للأبناء وكانت هذه الفروق لصالح الأمهات في كل من التقبل والحماية الذائدة بينما في صالح الأبناء في بعد المساواة. أما بعد التسلط فلا توجد دلالة إحصائية على وجود فروق بين معاملة الآباء والأمهات وأيضاً من نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه بين بعض الأساليب المعاملة الوالدية والتوافق الذاتي للأبناء.

(4) دراسة شعبان و هريدي (2001):هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة وتكونت عينة الدراسة من العاملين المصريين والسعوديين المغتربين بالمملكة العربية السعودية، استخدام الباحث مقياس المساندة الاجتماعية و قائمة بك للاكتئاب و مقياس تقدير الذات اتبع الباحث المنهج الوصفي وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية وتقدير الذات.

(5) دراسة أبو جهل(2003): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين القلق وتقدير الذات وبعض المتغيرات الأخرى.وتكونت عينة الدراسة من (120) طالباً و طالبة واستخدم الباحث اختبار حالة وسمة القلق من تأليف سبيلبيرجر و آخرون اختبار تقدير الذات لدى طلبة الجامعة، من الأساليب التي استخدمها الباحث اختبار(ت) ومعادلة (الفاكر ونباخ) ومعامل ارتباط (بيرسون) والمتوسطات وتبع المنهج الوصفي التحليلي ومن ثم توصلت الدراسة إلى النتائج التالية وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين مقياس القلق كحالة، ومقياس تقدير الذات، ومع الدرجة الكلية للقلق، عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية في مقياس تقدير الذات يعزى لمتغير الجنس.

(6) دراسة الضيدان(2003): هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة المتوسطة تكونت عينة الدراسة من (798) طالب وطالبة من المرحلة المتوسطة، استخدم الباحث مقياس تقدير الذات إعداد بروس آهير (R Hare, Pruce 1985) ومقياس السلوك العدواني وعليه قد أسفرت هذه الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دال إحصائياً عند مستوى (0.01) بين مستويات تقدير الذات(العائلي- المدرسي- الرّفاق) والسلوك العدواني، وأنّ تقدير الذات العائلي والمدرسي منبئان بالسلوك العدواني وتقدير الذات العائلي أكثر إسهاماً في التنبؤ بالسلوك العدواني من تقدير الذات المدرسي، كما بينت أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني باختلاف التقدير الدراسي، وعدم وجود فروق ذات

دلالة إحصائية بين تقدير الذات ووظيفة ولي الأمر من جهة، والسلوك العدواني من جهة أخرى، كما بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمستوى التعليمي لولي الأمر من جهة والسلوك العدواني من جهة أخرى.

(7) دراسة مجلي(2013) هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والسّلوك العدواني لدى طلاب الصّف الثامن من مرحلة التّعليم الأساسي بمدينة صعدة وذلك من خلال تحديد العلاقة بين أنواع تقدير الذات وأبعاد السلوك العدواني ومعرفة إي أنواع تقدير الذّات أكثر تنبؤاً بالسلوك العدواني، تكونت عينة الدراسة من (240) طالب وطالبة، استخدمت الدراسة مقياس تقدير الذات ومقياس السّلوك العدواني وبعد الإجراء المعالجات الإحصائية توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة(0.01) بين مستويات تقدير الذات (العائلي، المدرسي، الرّفاقي) والسلوك العدواني. وأن تقدير الذات العائلي والمدرسي منبئان للسلوك العدواني، وتقدير الذات العائلي أكثر إسهاماً في التنبؤ بالسّلوك العدواني من تقدير الذات المدرسي.

(8) دراسة بلاك كلانك كونستانس (Black, Kalanek – Constance:1996) هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين تقدير الذات، ومتغيرات النوع والحالة الاجتماعية الاقتصادية، الأصل العرقي، وخصائص أو مميزات العائلة والتحصيل الدراسي. تم اختيار (90) طالب من طلاب مدرسة متوسطة أغلبيتهم من اللون الأبيض (54%)، (18.2%) ذوي اللون الأسود، وآخرين بنسبة(15.%).استخدمت الدراسة استبيان تقدير الذات الذي طوره كل من دبواDuboi فلنر، Fegner فيلبس، Phillips، وليز ،Lease (1995) استخدمت الدراسة المنهج الوصفي واختبار (ت) والمتوسطات وتوصلت إلى: أن تقدير الذات عادة ما يكون له اتجاهات متعددة، تمثل العائلة القوة الدافعة لتنمية تقدير الذات الأكاديمي، لا يوجد فرق بين تقدير الذات عند الإناث والذكور يعزى للحالة الاجتماعية والاقتصادية .أما الطلاب الذين يعيشون بمفردهم في المنزل بعد المدرسة لفترة طويلة من الوقت لديهم انحراف في تقديرهم لذاتهم .وتقدير الذات للشكل الخارجي هام جدًا للطلاب الذين يكون أمهاتهم متعلمات تعليم جامعي أو عالٍ.

(9) دراسة كرستين وكلنج وآخرون : (Kristen & Kling , et al :1999): عنوانها (الفروق بين الجنسين في تقدير الذات) واعتمدت الدراسة على تحليل مضمون الدراسات السابقة في الكشف عن الفروق بين الجنسين في تقدير الذات وأشارت النتائج إلى أن هناك اتجاهين للتحليل: تحليل مضمون الأبحاث التي تناولت الذات، وبلغت (6) استجابة، تدل على أن الفروق لصالح الذكور. وتشير الدلائل إلى ارتفاع تقدير الذات لدى عينة الذكور، وهذه النتيجة تعتبر مقياسا عالياً لتقدير الذات للمقارنة بالإناث . وتفسر الدراسة أن الإناث أقل في تقدير الذات عن

الذكور ، حيث يرجع ذلك إلي الدور الذي يؤديه الذكور في المجتمع، والذكورة تؤدي دوراً بالغاً في الفرق بين الجنسين.

ثانياً: **الدراسات ذات الصلة بالسلوك العدواني**:

(1) دراسة محمد و سليمان(1990): هدفت الدراسة إلى كشف عن العلاقة بين السلوك العدواني، وبين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية كما يدركها الأبناء. وتكونت العينة من (299) طالب وطالبة من جامعة السلطان قابوس بمسقط (140) ذكور و(159) إناث أعمارهم ما بين (17–35)، استخدمت الدراسة الأدوات التالية، قائمة بورج للعدوانية و قياس الاتجاهات الوالدية في التنشئة، محمد عماد الدين، رشدي قام استخدمت الدراسة المنهج الوصفي وتوصلت إلى: إمكانية التنبؤ بوجود السلوك العدواني المتمثل في عامل الاستثارة من خلال معرفة الاتجاه الوالدي نحو التسلط في تنشئة الأبناء. و أمكن التنبؤ بالسلوك العدواني المتمثل في عامل العدوان الذاتي، والعدوان الدفاعي، والعدوان التلقائي من خلال معرفة اتجاه الآباء نحو التسلط، والإهمال في تنشئة أبنائهم. وأمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للعدوان من خلال معرفة اتجاه الآباء نحو التسلط، والإهمال في تنشئتهم لأبنائهم، و إمكانية التنبؤ بالاتجاهات التي يميل إليها الآباء في تنشئة أبنائهم من خلال معرفتنا للأساليب العدوانية التي يقوم بها الأبناء، كما بينت لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين البنين والبنات في بعد الدرجة الكلية للعدوانية.

(2) دراسة معمر و الماحي (2000): هدفت الدراسة إلى معرفة حول أبعاد السلوك العدواني وعلاقته بأزمة الهوية لدى الشباب الجامعي تكونت عينة الدراسة من(220) طالب وطالبة من كليات جامعة باتنة – الجزائر منهم (115) ذكور و(105) إناث تراوحت أعمارهم بين(17–22 سنة)، استخدم الباحثان استبيان السلوك العدواني واستبيان مراحل النمو النفسي الاجتماعي من عدادهما، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي ومن الأساليب الإحصائية المتوسطات والنسب المئوية واختبار (ت) وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود اختلاف بسيط في ترتيب أبعاد السلوك العدواني الأربعة لدى العينات الثلاثة فجاءت على نفس الترتيب لدى الطلاب والعينة الكلية، الغضب ،العدوان اللفظي، العدوان البدني، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين عند مستوى الدلالة(0.01) في العدوان البدني واللفظي والدرجة الكلية لصالح الذكور وغير دالة في بعدي الغضب والعداوة. كما وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائياً بين كل من الهوية والغضب والعداوة والدرجة الكلية لدى الطالبات عند مستوى الدلالة (0.01) مع عدم وجود ارتباط دال إحصائياً بين الهوية والأبعاد الأخرى للسلوك العدواني والدرجة الكّلية.

(3) دراسة خليفة و الهولي (2003) هدفت الدراسة إلى الكشف عن أهم مظاهر السلوك العدواني ومعدلات انتشاره وعلاقته ببعض المتغيّرات لدى طلاب جامعة الكويت، وشملت عينة

الدراسة على (900) طالب وطالبة . استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: زيادة ملحوظة في معدلات انتشار السلوك العدواني بين الطلاب من الجنسين وكانت أهم مظاهر السلوك العدواني على الترتيب الغضب : والرد بالمثل على من يعتدي علي لفظياً أو بدنياً أو الغش في الامتحان أو السخرية والاستهزاء من الجنس الآخر والتحرش الجنسي بالآخرين، وبينت الدراسة وجود فروق في مظاهر السلوك العدواني لصالح الذكور، وبينت نتائج الدراسة كذلك وجود علاقة سلبية بين كل من السلوك العدواني و الصلاة بانتظام، الالتزام الديني، وكذلك بيّنت في الأخير عدم وجود علاقة جوهرية بين السلوك العدواني وبعض المتغيرات مثل العمر والاختصاص الدراسي والمعدل الجامعي، ومستوى تعليم الوالدين.

ثالثاً: **الدراسات تناولت العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني**:

(1) دراسة إبراهيم و عبد الحميد (1994): هدفت الدراسة إلى تناول: العدوانية في علاقتها بمتغيرين هامين من متغيرات الشخصية وهما موضع الضبط وتقدير الذات. تكونت عينة الدراسة من(٢٠8) طالب اختيروا بطريقة عشوائية من أقسام مختلفة بكلية اللغة العربية والعلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالجنوب المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي التحليلي استخدمت الأدوات الثلاث التالية استخبار العدوانية :إعداد الباحثين، وقد وضع لغرض قياس متغير العدوانية و مقياس موضع الضبط و مقياس تقدير الذات كحالة و توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية حقيقية موجبة بين موضع الضبط الخارجي والعدوانية لدى طلاب جامعة الإمام بالجنوب، كما بينت توجد علاقة ارتباطية حقيقية سالبة بين تقدير الذات الإيجابي والعدوانية لدى طلاب جامعة الإمام بالجنوب.

(2) دراسة روبرتس وباتس ليفون (1997: Roberts, Patsy Lavonne):

موضوعها(التهديدات المتعلقة بتقدير الذات وأثرها كمتغير وسطي في عنف الطلاب) هدفت الدراسة إلى الإجابة على الأسئلة التالية:

1. هل يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع ومنخفض بطريقة مختلفة لتهديد تقدير الذات، الخصوصية، الأمان عند مستويات الإجابة،" ما يحبوا أن يفعلوا"،" وما يفعلوه حقًا"؟
2. هل يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع ومنخفض بأسلوب مختلف لمستويات العنف عند متغيري الإجابة" ما يحبون أن يفعلوا، وما يفعلونه حقًا"؟
3. هل يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع ومنخفض مع مستويات العنف المختلفة لتهديدات تقدير الذات، والخصوصية، والأمان؟
4. هل يستجيب الطلاب مع مستويات العنف المختلفة لمستويات الإجابة" ما يحبون أن يفعلوا، وما يفعلونه حقًا "كمتغير مستقل لتهديد تقدير الذات والخصوصية والأمان؟

5. هل مستويات تقدير الذات(مرتفع، منخفض) تؤثر في مستويات العنف عند الطلاب؟
6. هل يستجيب الطلاب بأسلوب مختلف لمتغيري الإجابة" ما يحبون أن يفعلوا، وما يفعلونه حقًا
7. هل يستجيب الطلاب لتهديد تقدير الذات ضد تهديد الخصوصية بمستويات مرتفعة من العدوان؟
8. هل يستجيب الطلاب لتهديد تقدير الذات ضد تهديد الأمان بمستويات مرتفعة من العدوان؟

عينة الدراسة :تم استخدام طلاب ذوي تعليم بديل بين سني (12 و19 سنة) للمشاركة في هذه الدراسة والتعليم البديل منظور تعليمي مشابهة للذي تمده خدمات التعليم الخاصة .فهو يعطي معالجة اجتماعية وسلوكية في مركز مراقب بعناية، وقد تم تسجيل الطلاب في المراكز الداخلية التي تعتمد على المستشفى، أو دار الإصلاح بواسطة الآباء، المجتمع، الوكالات، أو المحاكم، ويشتمل البرنامج على خطة دراسية وخطة علاجية. أساس الخطة العلاجية هو التركيز على التعامل مع الغضب، وبرامج لمقاومة السلوك العدواني، وقد شملت نسبة الذكور إلى الإناث (30:68) بحيث تتراوح مدة المشاركين في علاج اليوم الواحد من (3–6) شهور وقد تم جمع البيانات الخاصة بهذه الدراسة في 9 شهور :تم استخدام اختبار مقياس" بيرز وهارس Harris & Piers" لمفهوم الذات عند الأطفال" والقائمة المتعلقة بالعنف "وقد تم تطوير هذه القائمة لتتناسب مع تقييم مستويات العنف كرد فعل لتهديدات تقدير الذات، الخصوصية والأمان وقد تم استخدام6 بنود من مقياس" ليكرت" "Likert" يتعلق بندان بكل نوع من التهديد (تقدير الذات، الخصوصية، الأمان) المستخدم في هذه الدراسة استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وتوصلت إلى النتائج التالية:

1. يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع، ومنخفض بطريقة مختلفة لتهديد تقدير الذات، الخصوصية، الأمان عند مستويات الإجابة" ما يحبون أن يفعلوه، وما يفعلونه حقًا"
2. يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع، ومنخفض بأسلوب مختلف مع مستويات العنف عند متغيري الإجابة" ما يحبون أن يفعلونه، وما يفعلوه حقًا" التي تم قياسها بالقائمة المرتبطة بالعنف.
3. لا يستجيب الطلاب ذوي تقدير الذات المرتفع بأسلوب مختلف عن الطلاب ذوي تقدير الذات المنخفض لتهديدات تقدير الذات، والخصوصية، والأمان التي تم قياسها باستخدام القائمة المرتبطة بالعنف

4. يستجيب الطلاب مع مستويات العنف المختلفة تحت مستويات الإجابة" أحب أن أفعل " "وأفعل حقًا "لتهديدات تقدير الذات، والخصوصية، والأمان التي تم قياسها بالقائمة المرتبطة بالعنف.
5. الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع أكثر عنفًا من الطلاب الذين لديهم تقدير ذات منخفض، والتي تم قياسها بالقائمة المرتبطة بالعنف
6. يستجيب الطلاب بدرجة عالية من العنف للاستجابة الطارئة" أحب أن أفعل" عكس" أفعل حقًا "والتي تم قياسها بالقائمة المرتبطة بالعنف.
7. الطلاب أكثر عنفًا في الاستجابة لتهديدات تقدير الذات عكس تهديد الخصوصية والتي تم قياسها بالقائمة المرتبطة بالعنف.
8. الطلاب أكثر عنفًا في الاستجابة لتهديدات تقدير الذات عكس تهديد الأمان، والتيتم قياسها بالقائمة المرتبطة بالعنف.

رابعاً: الدراسات ذات الصلة بقلق المستقبل

(1) دراسة معوض(1996) هدفت الدراسة إلى معرفة مدى فاعلية العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة كلية التربية – جامعة المنيا، وتكونت عينة الدراسة من ثلاث مجموعات وهي مجموعة العلاج المعرفي(10 طلاب، 10 طالبات) ومجموعة العلاج النفسي الديني(10 طلاب، 10 طالبات) والمجموعة الضابطة (10 طلاب، 10طالبات) واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل وبرنامج العلاج المعرفي وبرنامج العلاج الديني من إعداده، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : فاعلية البرنامجين في تخفيف مستوى قلق المستقبل لدى الذكور والإناث، عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في استجابتهما للبرنامجين العلاجيين.

(2) دراسة حسن(1999) هدفت الدراسة إلى الكشف عن قلق المستقبل بين الشباب المتخرجين في الجامعات العراقية.وتألفت العينة من (250) طالباً وطالبة في السنة الأخيرة من المرحلة الجامعية، واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل من إعداده،استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي ومجموعة من الأساليب الإحصائية مثل اختبار (ت) ومعامل ارتباط (بيرسون) وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى(0.5) بالنسبة لمتغيري الجنس والمستوى الاجتماعي والاقتصادي في قلق المستقبل.

(3) دراسة الأنصاري(2003) هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين طلاب وطالبات جامعة الكويت من الجنسين في معدلات انتشار القلق والاكتئاب وكذلك تحديد أكثر الأعراض انتشاراً لديهم. تكونت عينة الدراسة الكلية من(1103) طالباً وطالبة بواقع(361) طالباً و(742)

طالبة. استخدم الباحث في الدراسة مقياس جامعة الكويت للقلق وقائمة "بيك" الثانية للاكتئاب ثم اتبعت المنهج الوصفي التحليلي واستخدمت معامل الارتباط والاختلاف والمتوسطات واختبار (ت) وكشفت نتائج الدراسة بأن الطالبات أكثر قلقاً واكتئاباً من الطلاب. كما كشفت إن من بين أكثر عشرة أعراض للقلق لدى الطلاب والطالبات هو قلق المستقبل.

(4) دراسة إسماعيل(2003) هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة المعتقدات الخرافية بكل من قلق المستقبل والدافعية ومدى اختلاف هذه المتغيرات باختلاف النوع، وشملت العينة(150) فرداً (75) طالباً و(75) طالبة، واستخدمت الباحثة مقياس الاتجاه نحو بعض المعتقدات الخرافية ومقياس قلق اتبع الباحث المنهج الوصفي وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً بين المعتقدات الخرافية لدى المراهقين والمراهقات وكل من قلق المستقبل والدافعية للإنجاز، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مقياس قلق المستقبل لصالح الذكور، مما يعني أن الذكور أكثر قلقاً على مستقبلهم من الإناث.

(5) دراسة السفاسفة والمحاميد(2007) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق لدى طلاب الجامعات الأردنية الرسمية، وأثر كل من متغيري الجنس والكلية في مستوى قلق المستقبل المهني، استخدم الباحث مقياس قلق المستقبل المهني من تطوير الباحثين، تكونت عينة الدراسة من(408) طالب وطالبة من جامعة اليرموك، الهاشمية ومؤته.أظهرت نتائج الدراسة أن أفراد العينة لديهم مستوى عالٍ من قلق المستقبل المهني، وبينت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل المهني بين طلاب الكليات العلمية والإنسانية لصالح الكليات العلمية، في حين لم تظهر النتائج فروقاً دالة إحصائياً تُعزى لاختلاف متغير الجنس، وفيما يتعلق بالتفاعل بين متغيري الكلية والجنس على قلق المستقبل، أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً لصالح الذكور في الكليات العلمية.

(6) بن علي(2009) هدفت الدراسة إلى التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح وفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة، معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين مرتفعي ومنخفضي فاعلية الذات ومستوى الطموح في قلق المستقبل، معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب في قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح تبعا للتخصص والسنة الدراسية، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، وتم إجراء الدراسة على عينة مكونة من (720) طالباً منهم (400) طالباً من طلاب كلية العلوم و (320) طالباً من طلاب كلية الآداب بجامعة الطائف، واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل إعداد الباحث، مقياس فاعلية الذات إعداد عادل العدل (2001)، مقياس مستوى الطموح إعداد معوض وعبد العظيم (2005) وكان من نتائج الدراسة :وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل

ودرجاتهم في فاعلية الذات وفي مستوى الطموح، توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في فاعلية الذات ودرجاتهم في مستوى الطموح ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي فاعلية الذات ومتوسطات درجات الطلاب منخفضي فاعلية الذات على مقياس قلق المستقبل لصالح الطلاب منخفضي فاعلية الذات، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي مستوى الطموح ومتوسطات درجات الطلاب منخفضي مستوى الطموح على مقياس قلق المستقبل لصالح الطلاب منخفضي مستوى الطموح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس قلق المستقبل تبعاً للتخصص والسنة الدراسية وذلك لصالح طلاب كلية الآداب، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كليتي العلوم والآداب على مقياس فاعلية الذات تبعاً للتخصص والسنة الدراسية وذلك لصالح طلاب كلية العلوم، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس مستوى الطموح تبعاً للتخصص والسنة الدراسية وذلك لصالح طلاب كلية العلوم.

(7) دراسة عبد الحليم(2010) هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين قلق المستقبل ومعنى الحياة من جهة وقلق المستقبل والضغوط النفسية من جهة أخرى، والتعرف على طبيعة الفروق في متغيرات الدراسة وذلك على عينة من الشباب الجامعي، تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة عين شمس، استخدم الباحث في دراسته مقياس قلق المستقبل ومقياس الضغوط النفسية إعداد نجلاء عبد المعبود (2005)، كشفت نتائج الدراسة عدم وجود ارتباط دال بين شعور الشباب بقلق المستقبل وشعورهم بالضغوط النفسية، كما بينت وجود ارتباط سالب بين قلق المستقبل ومعنى الحياة، و عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الشعور بقلق المستقبل.

(8) دراسة الإمامي(2010) دراسة في الدنمارك هدفت إلى الكشف عن مستوى التفاؤل والتشاؤم وقلق نحو المستقبل وعن طبيعة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وقلق المستقبل وهل يختلف مستوى التفاؤل والتشاؤم ومستوى قلق المستقبل باختلاف الجنس لدى الجالية العربية في الدنمارك، تكونت عينة الدراسة من(110) شاب وشابة تراوحت أعمارهم من (18–35) سنة أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين سمة التفاؤل وسمة التشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة، كما أشارت نتائج الدراسة إلى تمتع أفراد عينة الدراسة من كلا الجنسين بحالة من الاستقرار النسبي نحو المستقبل وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث بالنسبة لسمة التفاؤل والتشاؤم ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من سمة التفاؤل لكلا الجنسين وقلق المستقبل.

(9) دراسة المومني ونعيم (2013) هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل، تم إعداد استبانة للكشف عن قلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة البالغة (439) طالبة وطالب منهم(206) طلاب، و(232) طالبة، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان مرتفعاً، حيث جاء المجال الاقتصادي في المرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة، في حين جاء المجال الأسري في المرتبة الأخيرة وبدرجة مرتفعة أيضاً .وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي تُعزى إلى اختلاف متغيرات التخصص، أو المستوى الدراسي، ووجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى لاختلاف الجنس لصالح الذكور، وأكدت النتائج أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً في المجالين الاجتماعي والاقتصادي تُعزى للجنس، ووجود فروق في مجال العمل تُعزى للتخصص، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي تُعزى للتفاعلات الثّنائية والثلاثية بين المتغيرات.

خامساً:التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة اتضح للباحث أن هناك علاقة هامة بين تقدير الذات و السلوك العدواني وقلق المستقبل حيث أوضحت الدراسات أن تقدير الذات يتأثر بالسلوك العدواني من جهة وقلق المستقبل من جهة أخرى.

إن تقدير الذات (العالي، المتوسط ، المنخفض) يتأثر بأساليب التنشئة الاجتماعية و أن أساليب المعاملة المتمثلة في (الإهمال، اللامبالاة، العدوان، القسوة، الرفض) من قبل الأب أو الأم تؤثر في تقدير الذات تأثيراً سلبياً فشعوره بأنه شخص منبوذ وغير مرغوب فيه يشعره بالتهديد الذات وعدم الأمن النفسي والقلق والخوف واليأس والاكتئاب فيكون عرضة للمشكلات والاضطرابات النفسية، وأن أساليب المعاملة المتمثل في (الحب، العطف، الدفء، الرعاية، الحماية، الاهتمام) من قبل الأب والأم تؤثر على شخصيته تأثيراً ايجابياً فشعوره بأنه شخص محبوب ومرغوب فيه يزيد من إحساسه بتقديره بذاته وشعوره بالأمن النفسي والثقة ويجنبه المشكلات والاضطرابات النفسية وتؤكد هذا الجانب دراسة (عبد العزيز1999 و الضيدان2003 وغيرها من الدراسات)

سادساً: **عرض ناقد للدراسات السابقة**:

1. معظم الدراسات السابقة أجريت على المراحل الابتدائية والقليل منها علي المرحلة الثانوية ونادرة جداً على المراحل الجامعية كما في دراسة {علي2009، المومني ونعيم 2013}
2. هناك ندرة واضحة في الدراسات التي تناولت تقدير الذات وعلاقتها بالسلوك العدواني و قلق المستقبل على المستوي المحلي والعربي إذ تكاد تكون معدومة في حدود علم الباحث.

3. اختلفت الدراسات السابقة في المتغيرات التي تبحثها فنجد بعضها قد تناول تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية، مثل دراسة بلاك كلانك كونستانس1996، أبو جهل2003).
4. هناك تفاوت واضح في حجم العينة من دراسة لأخرى مثل دراسة{ المومني ونعيم 2013، دراسة الإمامي2010}
5. لم ترد دراسة واحدة تشمل المواضيع الثلاثة التي حوتها الدراسة الحالية .
6. اختلفت الدراسات السابقة في المقاييس المستخدمة في قياس تقدير الذات والسلوك العدواني وقلق المستقبل.
7. بعيداً عما ورد من الدراسات السابقة فإن استعراض معظم ما دار في الأبحاث المتعلقة بتقدير الذات و السلوك العدواني يجعل الباحث يدرك بان قضية تقدير الذات والسلوك العدواني وقلق المستقبل كانت هماً عظيماً وقاسماً مشتركاً لجميع الدراسات فلا تكاد دراسة واحدة تخلو من الإشارة إلي لفت النظر إلى هذه المشكلات النفسية و الاجتماعية والتربوية والمطالبة بالمزيد من الرعاية والخدمات .
8. استخدمت في الدراسات السابقة طرق إحصائية مختلفة تختلف من دراسة إلى أخرى ويعزى ذلك لطبيعة الدراسة فمنها ما استخدم معامل الارتباط واختبار(ت)، وتحليل التباين والمتوسطات كما في دراسة(الأنصاري2003)
9. إما نتائج الدراسات التي استعرضت والمتعلقة بالبحث الحالي لمعرفة العلاقة بين تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات فقط أمكن استخلاص الحقائق التالية والتي تعتبر محور اتفاق بين معظم الدراسات:

أ.أن الأسرة المضطربة والمتصارعة والتي تضطرب فيها العلاقة بين الآباء والأبناء تؤدي إلى الشعور بتقدير الذات المنخفض وعدم الأمن النفسي، وعدم القيمة، وعدم الكفاية، واليأس، وزيادة الأفكار والمحاولات الانتحارية، والاتجاه السلبي نحو الذات، والتقليل من قدرة الأبناء على التنظيم الانفعالي، كما تجعل النماذج التصورية للأسرة سلبية، وتزيد من أعراض القلق الاكتئاب، والمشكلات السلوكية.

ب.إن الأسرة المتماسكة والتي تكون فيها العلاقة جيدة بين الآباء والأبناء تؤدي إلى الشعور بتقدير الذات المرتفع والأمن النفسي والثقة، والتوافق الشخصي والاجتماعي، والقدرة على مواجهة المشكلات، كما تؤدي إلى تكوين نماذج تصورية داخلية ايجابية للفرد عن ذاته.

سابعاً: أوجه الالتقاء بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية

1. هدفت الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة دنقلا، بينما تناولت الدراسات السابقة تقدير الذات وعلاقته بمتغيرات أخرى كالتوافق والأمن النفسي والتحصيل الدراسي وغيرها من المتغيرات.

2. أن معظم الدراسات السابقة أجريت على مرحلة الابتدائية والثانوية فقط وهو ما يختلف مع الدراسة الحالية التي أجريت على مرحلة الجامعية.
3. بعض الدراسات تناولت تقدير الذات وعلاقتها بالسلوك العدواني وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية كما في دراسة{ إبراهيم و عبد الحميد}
4. معظم الدراسات السابقة اقتصرت في حدودها على واحدة من متغيرات الدراسة الحالية.

ثامناً: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة في الدراسة الحالية :

لا شك أن اطلاع الباحث على معظم الدراسات السابقة قد أكسبه الفوائد الكثيرة في المجال الذي بحث به المتغيرات المختلفة وقد كانت أوجه الاستفادة في الأتي :

1. أن الدراسات السابقة إتاحة للباحث اختيار المناهج الأكثر ملائمة لدراسته الحالية وهو المنهج الوصفي التحليلي.
2. ساعدت على إثراء الجانب النظري للدراسة الحالية.
3. أتاحت للباحث فرصة اختيار المقاييس المناسبة.
4. أفادت الدراسات السابقة في اختيار أجدي القوانين والأساليب الإحصائية اللازمة في الدراسة الحالية.
5. الاستفادة من النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات في تحليل النتائج الحالية.
6. إن الدراسات السابقة ساعدت الباحث في صياغة الفروض الحالية للدراسة الراهنة.

تاسعاً: موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

لا شك أن الدراسات السابقة من خلال اطلاع الباحث عليها شكل قاعدة الانطلاق للدراسة الحالية وقد كانت بمثابة المرشد والموجه وتتصف معظم الدراسات السابقة التي أوردها الباحث بأنها ذات صلة مباشرة بالموضوع، حيث أن الباحث سوف يتبع في دراسته الحالية منهج البحث وأساليب القياس وجمع المعلومات وبعض طرق الأساليب الإحصائية والأدوات التي أتبعتها الدراسات السابقة استرشاداً بنتائجها التي توصلت إليها مقارنةً وتحليلاً سعياً وراء الوصول إلى استنتاجات وتوصيات من شأنها الإسهام في حل المشكلة الاجتماعية التي تناولتها الدراسة وكيفية تزويد المختصين في هذا الشأن .

يوضح الباحث عدم حصوله على دراسة بالسودان والدول العربية تناولت متغيرات الدراسة مما يشير إلى ندرة الدراسات التي تتناول موضوع الدراسة الحالية بأبعاده المتعددة في حدود علم الباحث. بما أن موضوع الدراسة لم يحظ بدراسة واحدة في السودان والوطن العربي فإن ذلك يؤكد أهمية إجراءات الدراسة الحالية وموقعها المتميز بين الدراسات

الفصل الثالث

منهج و إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

يتناول هذا الفصل من الدراسة وصفاً لمنهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة ومتغيراتها، وإجراءاتها، كما يتناول وصفاً لأداة الدراسة ودلالات الثبات والصدق المستخدمة في هذه الدراسة، بالإضافة إلى التحليلات الإحصائية المستخدمة فيها فهي على النحو التالي:

أولاً: منهج الدراسة:

يقصد بالمنهج تلك الطرق والأساليب التي تستعين بها فروع العلم المختلفة في عملية جمع البيانات واكتساب المعرفة من الميدان ولكل ظاهرة أو مشكلة بعض الخصائص التي تفرض على الباحث منهجاً معيناً لدراستها، ويمكن للباحث أن يستخدم عينة تعِينهُ في تحقيق هدفه العلمي.

لقد عمد الباحث في هذه الدراسة على إتباع المنهج الوصفي التحليلي في وصف العلاقة بين المتغيرات الثلاثة (تقدير الذات، قلق المستقبل، السلوك العدواني) وهو رصد ظاهرة أو حدث أو مشكلة معينة وجمع المعلومات والحقائق منها ووصف الظروف الخاصة بها بهدف معرفة أسبابها والصول إلى حلول لها(حامد، 2009: 22).

ثانياً: مجتمع الدراسة:

يشمل جميع طلاب جامعة دنقلا – بكل كلياتها وقد بلغ حجم عينة الدراسة 2747 طالب وطالبة للعام الدراسي 2011.

ثالثاً:عينة الدراسة :

1. **العينة الاستطلاعية** قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (42) طالباً وطالبة من طلاب جامعة دنقلا على المقاييس الثلاثة عادا مقياس تقدير الذات الذي تلفت فيه عدد (2) استمارة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة.

2.العينة الفعلية: تم اختيار عينة الدراسة عن طريق العينة العشوائية الطبقية من كليات جامعة دنقلا حيث اختار الباحث خمس كليات بطريقة عشوائية من مجموع عشر كليات حيث بلغ حجم عينة الدراسة (277) طالباً من مجتمع الدراسة الكلي الذي يبلغ حوالي (2747) من جامعة دنقلا للعام الدراسي 2011– 2012، منها(138) ذكر و(139) أنثى حيث تم اختيار عينة الدراسة بنسبة 10% من المجموع الكلي للمجتمع الدراسة وتتمثل في المستوى (الأول، الثاني، الثالث، الرابع) والجدول(1) يوضح توزيعات عينة الدراسة على حسب المتغيرات الدراسة.

جدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الدراسة

نسبة اختيار عينة الدراسة من الكليات			التوزيع وفقاً للتقدير (المعدل)		
الكلية	عدد الطلاب	بنسبة 10%	التقدير	التكرار	النسبة
التربية أدبي مروي	750	%75	ممتاز	26	%9.4
التربية دنقلا	603	%61	جيد جداً	46	%16.6
الآداب كريمة	791	%80	جيد	135	%48.7
الشريعة والقانون	176	%18	مقبول	70	%25.3
الطب دنقلا	427	%43	المجموع	277	%100.0
المجموع	2747	%277			
المستوى التعليمي لولي الأمر			وظيفة لولي الأمر		
المستوى التعليمي	التكرار	النسبة	الوظيفة	التكرار	النسبة
أمي	15	5.4	تجارية	164	59.21
يقرأ ويكتب	106	38.3	إدارية	86	31.05
ثانوي وما فوق	112	40.4	عسكرية	27	9.74
جامعي وما فوق	44	15.9	-		
المجموع الكلي	277	%100.0	المجموع	277	%100

رابعاً: أدوات الدراسة:

أعتمد الباحث في هذه الدراسة على ثلاثة أدوات رئيسية هي:

1. مقياس تقدير الذات.
2. مقياس السلوك العدواني.
3. مقياس قلق المستقبل.

فيما يلي بيان لكل أداة :

1. مقياس تقدير الذات: Self-Esteem

إعداد بروس آهير (R Hare, Pruce 1985): طوره الباحث حيث إجراء عليه الباحث بعد التعديلات حتى يتماشى مع طبيعة البيئة السودانية يتكون المقياس من ثلاثين عبارة لقياس ثلاثة وهي تقدير الذات العائلي، وتقدير الذات الجامعي، وتقدير الذات الرفاقي "جماعة الأصدقاء" لتصحيح المقياس يتم تقدير كل عبارة من عبارات المقياس وتأخذ هذه العبارات ثلاثة استجابات هي : أوافق 3 ،أوافق لحد ما 2، لا أوافق 1. في العبارات الموجبة والعكس بالنسبة للعبارات السالبة، والجدول رقم(2) يوضح توزيع عبارات المقياس على الأبعاد الثلاثة

جدول(2) أبعاد وفقرات مقياس تقدير الذات في صورتها الأصلية

تقدير الذات العائلي	1، 2، 3 ، 4 ، 5، 6، 7، 8، 9 ، 10
تقدير الذات الجامعي	11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20
تقدير الذات الرفاقي	21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30

صدق مقياس تقدير الذات Self Esteem Validity

استخدم الباحث أربعة مؤشرات للدلالة على صدق المقياس:

أولاً: الصدق الظاهري Face Validity : يرى إيبل (Ebel, 1972:P,55) أن أفضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري للمقياس هو من خلال ملاءمة المقياس لما وضع من أجله ومدى وضوح التعليمات وصلاحية الفقرات ويتحقق ذلك من خلال عرضه على خبراء أو محكمين، وبخاصة إذا كان هؤلاء المحكمون من ذوي الخبرة. عليه قام الباحث بعرضه على عدد(7) من الأساتذة والخبراء في علم النفس والتربية في كليات جامعة دنقلا المختلفة وبعض بعض الجامعات السودانية، لفحص عبارات المقاييس وابدوا آراءهم على كل عبارة، وقد أتفق المحكمون على إجراء بعض التعديلات على عبارات هذا المقياس والجدول(3) يوضح ذلك.

جدول (3) يوضح تعديلات المحكمين على مقياس تقدير الذات

البعد	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
العائلي	10. أتمنى لو كنت ولدت في أسرة أخرى.	أتمنى لو أنني ولدت في أسرة أخرى
الجامعي	11.المعلمون يتوقعون مني الكثير	أساتذتي يتوقعون مني الكثير
الرفاقي	22. لست محبوباً مثل الآخرين الذين هم في نفس عمري .	أنا لست محبوباً مثل الآخرين الذين هم في نفس عمري .
الرفاقي	30.عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة.	عندما تكون هناك مشكلة فأنا لست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة.

ثانياً: صدق البناء : Construct Validity: يقول كرونباخ: (Kronbach Alpha) في العيسوي (2005) صدق البناء هو عبارة عن تحليل معاني ودرجات الاختبار. ويتم حسابه بعدة طرق منها التحليل العاملي والتناسق الداخلي لمعرفة الفقرات المتسقة مع بعضها البعض، وتحقق منه الباحث إحصائياً بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول(4) ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس

تقدير الذات العائلي		تقدير الذات الجامعي		تقدير الذات الرّفاقي	
الفقرة	**الارتباط**	**الفقرة**	**الارتباط**	**الفقرة**	**الارتباط**
1	.773**	11	.580**	21	.694**
2	.609**	12	.687**	22	.674**
3	.451**	13	.692**	23	.493**
4	.846**	14	.664**	24	.573**
5	.540**	15	.490**	25	.358*
6	.755**	16	.429**	26	.425**
7	.664**	17	.554**	27	.420**
8	.846**	18	.576**	28	.245
9	.763**	19	.555**	29	.769**
10	.817**	20	.629**	30	.571**

(**) تعنى عند مستوى الدلالة(0.01) و(*) عند مستوى الدلالة(0.05) وعدم وجودها غير دالة.128.

يلاحظ الباحث من الجدول(4) أن جميع القيم كانت دالة عند مستوى الدلالة(0.01 و0.05) في حين أن الفقرة (28) لم تكن دالة إحصائياً (اصغر من 0.30) حيث كانت دلالتها الإحصائية (128.) وهي أكبر من مستوى الدلالة لذا قرر الباحث حذفها فيكون تقدير الذات العائلي (10) فقرات و تقدير الذات الجامعي(10) فقرات وتقدير الذّات الرّفاقي(9) فقرات، ويكون المقياس في صدق البناء مكون من (29) عبارة، وفيما يلي الجدول(5) يوضح مصفوفات الارتباط للمقاييس الفرعية مع الدرجة الكلية(ن = 40).

جدول(5) ارتباط المقاييس الفرعية (العائلي، الجامعي، الرّفاقي) مع الدرجة الكلية

أبعاد مقياس تقدير الذات	تقدير الذات العائلي	تقدير الذات الجامعي	تقدير الذات الرّفاقي	الدرجة الكلية للأداة ككل
تقدير الذات العائلي	-	.832**	.673**	.932**
تقدير الذات الجامعي	.832**	-	.623**	.920**
تقدير الذات الرّفاقي	.673**	.623**	-	.841**
الدرجة الكلية للأداة ككل	.932**	.920**	.841**	-

دالة عند مستوى الدلالة(0.01)

يلاحظ الباحث من الجدول(5) أن جميع المقاييس الفرعية ارتبطت ارتباط موجب ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على قوة صدق المقياس لقياس ما وضع لقياسه حيث تراوحت ما بين(0.62–0.93) وهي مؤشرات عالية الدلالة.

ثالثاً: صدق المقارنة الطرفية:(الصدق التمييزي) : يرى أبو حطب (1991: 366): "يتم حسابه عن طريق الفروق الإحصائية بين أعلى درجات وبين أدنى درجات من المقياس"، عليه قام الباحث بحساب أعلى 20 درجة من الدرجة الكلية للأداة ككل و20 درجة من أدنى درجات للأداة ككل وذلك بحساب اختبار(ت) (T–test) بين مجموعتين مستقلتين والجدول (6) يوضح ذلك

جدول(6) يوضح معاملات الصدق التميزي بين أعلى درجات وأدناها.(ن=40)

الفئة	العينة	الوسط	الانحراف	قيمة (ت)	الدلالة	الاستنتاج
العليا	20	82.6000	2.66359	4.794	.006	دالة
الدنيا	20	69.7500	11.68839			

القيمة التائية دالة عند مستوى الدلالة(0.05) بدرجة حرية (38-20.968)

يبين الجدول (6) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.05 بين منخفضي ومرتفعي الدرجات على مقياس تقدير الذات مما يدل على صلاحية المقياس للتمييز بين مستويات تقدير الذات لدى أفراد العينة الدراسة.

رابعاً: الصدق الذاتي: Intrinsic Validity: وهو من أنواع الصدق الإحصائي، ويقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات المحسوب بأي طريقة من طرق حساب الثبات، واعتمد الباحث على طريقة كرونباخ ألفا فكانت الدرجة الكلية لصدق المقياس حوالي (0.93). والجدول (7) يوضح معاملات الصدق الذّاتي بين المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للأداة ككل.

جدول(7) معاملات الصّدق الذاتي بين المقاييس الفرعية والأداة ككل

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معاملات الصدق الذاتي
تقدير الذات العائلي	10	0.87
تقدير الذات الجامعي	10	0.90
تقدير الذات الرّفاقي	9	0.95
الأداة ككل	29	0.93

يلاحظ الباحث من الجدول(7) أن معاملات الصدق الذّاتي على مقياس تقدير الذات جيدة جداً مما يسمح له بالتطبيق على عينة الدراسة.

ثبات مقياس تقدير الذات Reliability of Self-esteem

استخدم الباحث في هذه الدراسة مؤشران لدلالة على ثبات المقياس وهي على النحو التالي:

أولاً: التجزئة النصفية: Split-Half يرى خيري(1970: 332) يتم حساب الثبات بهذه الطريقة عن طريق حساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية باستخدام قانون الارتباط الخام لبيرسون، قام الباحث بحساب الأعداد الفردية والأعداد الزوجية فبلغ معامل الارتباط (**801.)عند مستوى الدلالة (0.01) وتمت معالجته بمعادلة سبيرمان براون(Spearman-Brown) فأصبح (0.89) فهو معامل ثبات أكثر من (0.60) ويمكن الاعتماد عليه.

ثانياً: طريقة الاتساق الداخلي Internal Consistency: فتم حساب مقياس بطريقة كرونباخ ألفا (Kronbach Alpha) وصل معامل ثبات الدرجة الكلية (880.).وفيما يلي الجدول(8) يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية و كرونباخ ألفا.

جدول(8) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية و كرونباخ ألفا للمقاييس الفرعية والأداة ككل.

أبعاد مقياس تقدير الذات	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية	معالجة سبيرمان-براون
تقدير الذات العائلي	10	.762	.744**	.853
تقدير الذات الجامعي	10	.804	.638**	.779
تقدير الذات الرّفاقي	9	.907	.618**	.764
الأداة ككل	29	.880	.801**	0.89

يلاحظ الباحث من الجدول(8) أن معاملات الثبات في طريقة ألفا والتجزئة ومعالجة سبيرمان- برون أكبر من(60) وهي معاملات ثبات عالية جداً يمكن الاعتماد عليها، ومن الإجراءات السابقة تميز مقياس تقدير الذات بدرجة صدق وثبات عالية تسمح بتطبيقه على البيئة السودانية بصفة عامة وجامعة دنقلا بصفة خاصة.

2.**مقياس السلوك العدواني**:**Aggressive Behavior** هو من إعداد الباحث بعد الاطلاع على المقاييس النفسية المتعلقة بالسلوك العدواني وتعريف السلوك العدواني تم تكوين مقياس السلوك العدواني المكون من (34) عبارة موزعة على أربعة أبعاد تقيس السلوك العدواني هي العدوان نحو الذات والعدوان نحو الآخرين والعدوان نحو الأشياء و ضبط السلوك العدواني، وتأخذ هذه العبارات ثلاثة استجابات هي : أوافق 3 ،أوافق لحد ما 2، لا أوافق 1. في العبارات الموجبة والعكس بالنسبة للعبارات السالبة. والجدول (9) يوضح عبارات المقياس.

جدول(9) يوضح أبعاد وبنود مقياس السلوك العدواني

أبعاد مقياس السلوك العدواني	عدد الفقرات	فقرات أبعاد مقياس السلوك العدواني
العدوان نحو الأشياء	7	3، 4، 12، 16، 25، 31، 34
العدوان نحو الآخرين	10	1، 5، 7، 9، 11، 21، 23، 26، 27، 28
العدوان نحو الذات	9	8، 10، 13، 14، 15، 18، 19، 24، 30
ضبط السلوك العدواني	7	2، 6، 17، 22، 29، 32، 33

صدق مقياس السلوك العدواني:

استخدم الباحث أربعة مؤشرات للدلالة على صدق المقياس:

أولاً: الصدق الظاهري Face Validity : قام الباحث بعرضه على عدد(7) من الأساتذة والخبراء في علم النفس والتربية فهم نفس الأساتذة الذين حكموا المقياس السابق، وقد أتفق المحكمون على إجراء بعض التعديلات على عبارات هذا المقياس والجدول(10) يوضح ذلك.

جدول (10) العبارات التي تم تعديلها في مقياس السلوك العدواني

البعد	رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
العدوان الموجه نحو الآخرين	2	أشعر في العادة بالتوتر عندما يسيء الآخرين الظن بي .	أشعر بالتوتر عندما يسيء الآخرين الظن بي.
	3	في الغالب أقوم بمشاجرات كثيرة مع زملائي	أقوم بمشاجرات كثيرة مع زملائي.
	4	4.لدى رغبة شديدة في الحط من قيمة الآخرين	لدى رغبة في الحط من قيمة الآخرين.
العدوان الموجه نحو الأشياء	13	أحب في الغالب مشاهدة أفلام العنف.	أحب مشاهدة أفلام العنف.

ثانياً: صدق البناء : تم التحقق من صدق البناء من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية وكل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد بواسطة برنامج (SPSS) والجدول(11) يوضح ذلك(ن=42).

جدول(11) معامل الارتباط كل فقرة من فقرات مقياس السلوك العدواني مع الدرجة الكلية للمقياس

العدوان الآخرين		العدوان الذات		العدوان الأشياء		ضبط السلوك العدواني	
الفقرة	**الارتباط**	**الفقرة**	**الارتباط**	**الفقرة**	**الارتباط**	**الفقرة**	**الارتباط**
1	.742**	8	.776**	3	.854**	2	.794**
5	.889**	10	.437**	4	.881**	6	.800**
7	.726**	13	.770**	12	.779**	17	.744**
9	.812**	14	.654**	16	.809**	22	.353*
11	.567**	15	.823**	25	.461**	29	.506**
20	.506**	18	.868**	31	.645**	32	.620**
21	.562**	19	.376*	34	.378*	33	.690**
23	.631**	24	.431**				
26	.422**	30	.416**				
27	.408**						
28	.460**						

دالة عند مستوى الدلالة(0.01 و 0.05).

من الجدول (11) يلاحظ أن جميع معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية موجبة الإشارة و دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة(0.01 و0.05) لذا قرر الباحث عدم حذف أي عبارة فيكون المقياس في الصدق التكويني البنائي مكون من (34) عبارة وفيما يلي جدول(12) يوضح ارتباط المقاييس الفرعية مع الدرجة الكلية للمقياس.

جدول(12) مصفوفة ارتباط المقاييس الفرعية(العدوان الآخرين و نحو الذات ونحو الأشياء وضبط السلوك العدواني) مع الدرجة الكلية للمقياس(ن =42)

	الدرجة الكلية	عدوان الآخرين	عدوان الأشياء	عدوان الذات	ضبط السلوك العدواني
الدرجة الكلية	–	.978**	.964**	.957**	.953**
عدوان الآخرين	.978**	–	.914**	.905**	.931**
عدوان الذات	.964**	.914**	–	.922**	.873**
عدوان الأشياء	.957**	.905**	.922**	–	.876**
ضبط السلوك	.953**	.931**	.873**	.876**	–

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة(0.01)

يلاحظ من الجدول(12) أن ارتباط المقاييس الفرعية بالدرجة الكلية للمقياس موجبة الإشارة وارتباطات قوية جداً مما يدل على اتساق الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس السلوك العدواني.

ثالثاً: صدق المقارنة الطرفية:(الصدق التمييزي) قام الباحث بحساب أعلى 21 درجة من الدرجة الكلية للأداة ككل و 21 درجة من أدنى درجات للأداة ككل وذلك بحساب اختبار(ت) (T-test) بين مجموعتين مستقلتين والجدول (13) يوضح ذلك

جدول(13) يوضح معاملات الصدق التميزي بين أعلى درجات وأدناها.(ن=42)

الفئة	العينة	الوسط	الانحراف	قيمة (ت)	الدلالة	الاستنتاج
العليا	21	95.2857	8.39728	7.226	.017	دالة
الدنيا	21	64.8571	17.37321			

القيمة التائية دالة عند مستوى الدلالة أقل من (0.05) بدرجة حرية (40-28.861)

يبين الجدول (13) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.05 بين منخفضي ومرتفعي الدرجات على مقياس السلوك العدواني مما يدل على صلاحية المقياس للتمييز لقياس السلوك العدواني لدى أفراد العينة الدراسة.

رابعاً: الصدق الذاتي: Intrinsic Validity: اعتمد الباحث على طريقة كرونباخ ألفا في حساب الدرجة الكلية لصدق الذاتي فبلغت حوالي (0.98). والجدول (14) يوضح معاملات الصدق الذّاتي بين المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للأداة ككل.

جدول(14) معاملات الصّدق الذاتي بين المقاييس الفرعية والأداة ككل

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معاملات الصدق الذاتي
العدوان الموجه نحو الآخرين	11	0.98
العدوان الموجه نحو الذات	9	0.97
العدوان الموجه نحو الأشياء	7	0.98
ضبط السلوك العدواني	7	0.98
الأداة ككل	34	0.98

يلاحظ الباحث من الجدول(14) أن معاملات الصدق الذّاتي على مقياس السّلوك العدواني جيدة جداً مما يسمح له بالتطبيق على عينة الدراسة.

ثبات مقياس السلوك العدواني:

استخدم الباحث مؤثران لتأكد من ثبات المقياس هما:

أولاً: التجزئة النصفية: Split-Half ، قام الباحث بحساب الأعداد الفردية والأعداد الزوجية فبلغ معامل الارتباط (**.946)عند مستوى الدلالة (0.01) وتمت معالجته بمعادلة سبيرمان

بـراون(Spearman-Brown) فأصـبح (.972) فهـو معامـل ثبـات أكثـر مـن (0.60) ويمكـن الاعتماد عليه.

ثانياً: طريقة الاتساق الداخلي Internal Consistency: فتم حساب مقياس بطريقة (كرونباخ ألفا) وصل معامل ثبات الدرجة الكلية (.964).وفيما يلي الجدول(15) يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية و كرونباخ ألفا.

جدول(15) معاملات الثبات بطريقة التجزئة والاتساق الداخلي للمقاييس الفرعية والأداة ككل.

أبعـــاد مقيـــاس الـــسلوك العدواني	كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية	معالجة سبيرمان–براون
العدوان نحو الآخرين	.955	.922**	.959
العدوان نحو الذات	.946	.807**	.893
العدوان نحدو الأشياء	.954	.897**	.946
ضبط السلوك العدواني	.955	.767**	.868
الأداة ككل	.964	.946**	.972

من الجدول(15) نجد أن معاملات الثبات تراوحت ما بين (0.96 و0.94 و 0.97) وهي معاملات ثبات قوية جداً ويمكن الوثوق فيها مما يسمح للمقياس بالتطبيق على عينة الدراسة.

مقياس قلق المستقبل: Future anxiety

هو من إعداد(محمد عبد التواب و سيد عبد العظيم2005) طوره الباحث يتكون المقياس من38 عبارة لقياس أربعة أبعاد أفترض محمد عبد الوهاب أنها تمثل مجالات القلق لدى الطلاب وهي التشاؤم من المستقبل الخوف من المشكلات المستقبلية وقلق التفكير في المستقبل وقلق الموت، لتصحيح مقياس قلق المستقبل يتم تقدير كل عبارة من عبارات المقياس و تأخذ هذه العبارات استجابات ثلاثة هي : أوافق 3 ،أوافق لحد ما 2، لا أوافق 1. في العبارات الموجبة والعكس بالنسبة للعبارات السالبة. وقد اختار الباحث هذا المقياس بعد الاطلاع على عدد من المقاييس وجد أن هذا المقياس هو الأنسب لهذه الدراسة لقرب مفرداته من الثقافة السودانية.وقد تم استخدام هذا المقياس على نطاق وأسع في البيئات العربية وتمتع بخصائص سيكومترية جيد جداً.

صدق مقياس قلق المستقبل:

استخدم الباحث أربعة مؤشرات للدلالة على صدق المقياس:

أولاً: الصدق الظاهري Face Validity : قام الباحث بعرضه على عدد(7) من الأساتذة والخبراء في علم النفس والتربية فهم نفس الأساتذة اللذين حكموا المقياسين السابقين، وقد أتفق

المحكمون على إجراء بعض التعديلات و حذف بعض العبارات كما هو موضح في والجدولين (16) و (17).

جدول (16) تعديلات المحكمين على مقياس قلق المستقبل

البعد	م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
الخوف من المشكلات المستقبلية	11	تقلقني التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل	أنا قلق من التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل
	12	يشغلني التفكير في الكوارث الطبيعية المتوقعة	يشغلني كثيراً التفكير في الكوارث الطبيعية المتوقعة

جدول (17) العبارات التي تم حذفها من مقياس قلق المستقبل

البعد	م	العبارة المحذوفة
التشاؤم من المستقبل	1	يجعلني التفكير في المستقبل متشائماً
قلق الموت	9	تراودني فكرة موت شخص عزيز على
	19	أعتقد أن معدل الوفيات ستزداد مستقبلاً
قلق التفكير في المستقبل	26	أشعر بأنني سكون مستقراً في حياتي القادمة
	23	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في تحقيق السعادة مستقبلاً
الخوف من المشكلات المستقبلية	14	أشعر بان المستقبل سيمثل لي مشكلة
	16	أشعر بقلق شديد بمستقبل أولادي في المستقبل
	38	أخشى على صحتي من تلوث البيئة

بتنفيذ الباحث بما أوصى به المحكمون يصبح المقياس في صورته بعد التحكيم مكوناً من (30) عبارة متضمنة الإبعاد المختلفة .

ثانياً: صدق البناء : تم التحقق من صدق البناء من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية وكل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد بواسطة برنامج (SPSS) والجدول(18) يوضح ذلك(**ن=42**)

جدول(18) معامل الارتباط كل فقرة من فقرات مقياس قلق المستقبل مع الدرجة الكلية للمقياس

التشاؤم من المستقبل		الخوف من المشكلات المستقبلية		قلق التفكير في المستقبل		الخوف من الموت	
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	.787**	11	.406**	19	.671**	26	.628**
2	.696**	12	.678**	20	.709**	27	.704**
3	.706**	13	.436**	21	.630**	28	.695**
4	.689**	14	.618**	22	.768**	29	.695**
5	.746**	15	.786**	23	.647**	30	.731**
6	.668**	16	.761**	24	.631**		
7	.699**	17	.634**	25	.648**		
8	.696**	18	.724**				
9	.790**						
10	.811**						

دالة عند مستوى الدلالة(0.01)

من الجدول(18) يلاحظ أن جميع معاملات الارتباط موجبة الإشارة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة(0.01) مع الدرجة الكلية الأمر الذي دفع الباحث إلى اعتماد المقياس كما هو مكون من (30) عبارة.

ثالثاً: صدق المقارنة الطرفية:(الصدق التمييزي) قام الباحث بحساب أعلى 21 درجة من الدرجة الكلية للأداة ككل و 21 درجة من أدنى درجات للأداة ككل وذلك بحساب اختبار(ت) (T-test) بين مجموعتين مستقلتين والجدول (19) يوضح ذلك

جدول(19) يوضح معاملات الصدق التميزي بين أعلى درجات وأدناها.(ن=42)

الفئة	العينة	الوسط	الانحراف	قيمة (ت)	الدلالة	الاستنتاج
العليا	21	85.6190	4.58777	7.094	.009	دالة
الدنيا	21	62.8095	14.00221			

القيمة التائية دالة عند مستوى الدلالة أقل من (0.05) بدرجة حرية (40-24.245)

يبين الجدول (19) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.05 بين منخفضي ومرتفعي الدرجات على مقياس قلق المستقبل مما يدل على صلاحية المقياس للتمييز لقياس قلق المستقبل لدى أفراد العينة الدراسة.

رابعاً: الصدق الذاتي: Intrinsic Validity: اعتمد الباحث على طريقة كرونباخ ألفا في حساب الدرجة الكلية لصدق الذاتي فبلغت حوالي (0.98). والجدول (20) يوضح معاملات الصدق الذّاتي بين المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للأداة ككل.

جدول(20) معاملات الصّدق الذاتي بين المقاييس الفرعية والأداة ككل

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معاملات الصدق الذاتي
التشاؤم من المستقبل	10	0.94
الخوف من المشكلات المستقبلية	8	0.89
قلق التفكير في المستقبل	7	0.93
الخوف من الموت	5	0.94
الدرجة الكلية	30	0.94

يلاحظ الباحث من الجدول(20) أن معاملات الصدق الذّاتي على مقياس السّلوك العدواني جيدة جداً مما يسمح له بالتطبيق على عينة الدراسة.

ثبات مقياس قلق المستقبل: استخدم الباحث مؤثران لتأكد من ثبات المقياس هما:

أولاً: التجزئة النصفية: Split-Half ، قام الباحث بحساب الأعداد الفردية والأعداد الزوجية فبلغ معامل الارتباط (**.842) عند مستوى الدلالة (0.01) وتمت معالجته بمعادلة سبيرمان براون(Spearman-Brown) فأصبح (.914) فهو معامل ثبات أكثر من (0.60) ويمكن الاعتماد عليه.

ثانياً: طريقة الاتساق الداخلي Internal Consistency: فتم حساب مقياس بطريقة (كرونباخ ألفا) وصل معامل ثبات الدرجة الكلية (.890).وفيما يلي الجدول(21) يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية و كرونباخ ألفا.

جدول(21) معاملات الثبات بطريقة التجزئة و كرونباخ ألفا للمقاييس الفرعية والأداة ككل.

أبعاد مقياس قلق المستقبل	كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية	معالجة سبيرمان– براون
التشاؤم من المستقبل	.884	.752**	.858
الخوف من المشكلات المستقبلية	.785	.687**	.815
قلق التفكير في المستقبل	.870	.764**	.866
الخوف من الموت	.884	.719**	.836
الدرجة الكلية	.890	.842**	.914

يلاحظ الباحث من الجدول(21) أن جميع معاملات الثبات اكبر من (0.60) لجميع الأبعاد والدرجة الكلية وهذا يشير إلى تمتع الأبعاد بدرجات جيدة جداً من الثبات في مجتمع الدراسة الحالي. من خلال الإجراءات السابقة يظهر أن مقاييس الدراسة تمتعت بدرجة عالية من الصدق والثبات مما يسمح لها بتطبيق على عينة الدراسة

خامساً: الأساليب الإحصائية:

استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية لتحقيق أهداف الدراسة:

1. معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation coefficient
2. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين(T-Test Two Independent sample) .
3. معادلة كرونباخ ألفا(Cronbach – Alpha formula).
4. تحليل التباين الأحادي والثنائي(One Way ANOVA).
5. معاملات الارتباط المتعدد والانحدار المتعدد.
6. استعمال الحزم الإحصائية للعلوم النفسية و الاجتماعية (spss) لمعالجة البيانات التي وردت في هذه الدراسة.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل من الدراسة عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة، وتفسيرها على ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري وهي على النحو التالي:

أولاً: عرض نتيجة الفرض الأول:

نص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة طردية موجبة بين تقدير الذات المنخفض والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا" . وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث معامل الارتباط البسيط لبيرسون والجدول التالي(22) يوضح ذلك:

جدول (22) قيمة معامل الارتباط البسيط بين أبعاد تقدير الذات وأبعاد السلوك العدواني

العدواني / تقدير الذات	العدوان الآخرين	العدوان الذات	العدوان الأشياء	ضبط العدواني	الاستنتاج
تقدير الذات العائلي	.115	.101	.099	.102	غير دالة
تقدير الذات الجامعي	.157**	.172**	.228**	.138*	دالة
تقدير الذات الرفاقي	.122*	.123*	.174**	.164**	دالة

دالة عند مستوى الدلالة(0.01 و0.05).

يتضح من الجدول (22) وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائياً بين تقدير الذات الرفاقي والجامعي وأبعاد السلوك العدواني عند مستوى الدلالة(0.01) عدا تقدير الذات العائلي.

مناقشة و تفسير نتيجة الفرض الأول:

تشير هذه النتيجة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين جميع أبعاد تقدير الذات وأبعاد السلوك العدواني ما عدا تقدير الذات العائلي، أي أن السلوك العدواني يرتبط بتقدير الذات الرفاقي و الجامعي أكثر من ارتباطه بتقدير الذات العائلي.ويفسر ذلك على أن الأسرة هي البيئة الأولى التي يتودد إليها الفرد بالعطف والحنان مما أدى إلى غياب هذه العلاقة العدوانية، وأن العدوان لا يرتبط كثيراً بها أكثر من ارتباطه بجماعة الرفاق والجامعة التي يحاول الفرد من خلالها(الجامعة – جماعة الرفاق) إثبات ذاته مستخدماً الجانب الإيجابي من شخصيته، وعندما يتعرض إلى الإحباط من قبل الرفاق وجماعة الجامعة تصدر منه سلوكيات عدوانية تحقيقاً لذاته. اختلفت هذه الدراسة مع عبد العزيز(1999)، التي أشارات إلى وجود علاقة ارتباطيه بين بعض أساليب المعاملة الوالدية والتوافق الذاتي للأبناء، و دراسة الضيدان (2003)، التي بينت وجود علاقة ارتباطية حقيقية سالبة بين تقدير الذات والسلوك العدواني. دراسة مجلي(2013) التي وجدت علاقة سالبة بين تقدير الذات والسّلوك العدواني

ثانياً:عرض نتيجة الفرض الثاني:

نص الفرض الثاني على "أن تقدير الذات العائلي أكثر أنواع تقدير الذات تنبؤاً بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا" نظراً لوجود ثلاثة متغيرات لتقدير الذات هي "تقدير الذات العائلي والجامعي و الرّفاقي" إضافة إلى وجود معاملات الارتباطات الموجبة بينهما وبين أبعاد السلوك العدواني يتطلب ذلك استخدام معاملات الارتباط المتعدد والانحدار المتعدد فيما يلي الجداول (23، 24، 25) يوضحان ذلك.

جدول (23) معاملات الانحدار المتعدد لبيان أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بالسلوك العدواني

النموذج	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	نسبة الفائية	مستوى الدلالة	الاستنتاج
الانحدار	1237.38	3	412.46	4.52	.004a	دالة
الباقي	24804.67	272	91.19			
المجموع	26042.04	275				

يتضح من الجدول (23) أن كل أنواع تقدير الذات منبئان بالسلوك العدواني ولمعرفة إسهام هذه المتغيرات في السلوك العدواني استخرجت معاملات الارتباط المتعدد ثم تربيعه والجدول(24) يوضح ذلك

جدول(24) يوضح معاملات الارتباط المتعدد والخطأ المعياري لمعرفة درجة إسهام تقدير الذات في ظهور السلوك العدواني.

الارتباط بين جميع الأبعاد	تربيع الارتباط	نسبة الإسهام	الخطأ المعياري للتّقديرات
.218a	.048	.037	9.55

من الجدول(24) يلاحظ أن عوامل تقدير الذات تسهم بنسبة (0.037%) من تفسير السلوك العدواني ولمعرفة إسهام كل متغير على حدة استخرجت معاملات الانحدار والدرجة الكلية للثابت والجدول(25) يوضح ذلك.

جدول (25) يوضح معاملات الانحدار لمعرفة مدى إسهام كل بعد من أبعاد تقدير الذات في التنبؤ بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.

	المعاملات غير الممعيرة		المعاملات الممعيرة	قيمة(ت)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
	B	الخطأ	B			
الثابت	53.71	7.55		7.11	.000	منبئ
العائلي	.568	.278	.137	2.05	.042	منبئ
الجامعي	.258	.213	.086	1.21	.227	غير منبئ
الرّفاق	.177	.259	.048	.684	.495	غير منبئ

يتضح من الجداول(25) أن تقدير الذات العائلي يعتبر أكثر إسهاماً في التنبؤ بالسلوك العدواني من تقدير الذات الجامعي و الرّفاقي، حيث بلغت قيمة الانحدار المعياري(بيتا) لتقدير الذات العائلي(568.) بخطأ معياري قدره(278.) عند مستوى الدلالة (042.) بينما كان تقدير الذات الجامعي و الرّفاقي عند مستوى الدلالة في قيمة أكبر من (0.05). يمكن تفسير هذه النتيجة على أنها جاءت متطابقة مع النظريات النفسية المختلفة التي أوضحت أن أساليب المعاملة الوالدية وخاصةً غير سوية تلعب دوراً كبيراً في التنبؤ بالسلوك العدواني حيث أشارت دراسة محمد و سليمان (1990م) إلى أنه أمكن التنبؤ بالسلوك العدواني المتمثل في عامل العدوان الذاتي، والعدوان الدفاعي، والعدوان التلقائي من خلال معرفة اتجاه الآباء نحو التسلط. وأن هذه الأساليب قد تترك أثار سالبة في شخصية الفرد وسماته مما تجعله أكثر عدواناً، ومن جهة أخرى أن شخصية الفرد تتشكل خلال السنوات الأولى من حياته لذا يلعب الوالدان دوراً كبيراً في تطبيع شخصيته، ومن هنا يمكن التنبؤ بالسلوك العدواني من وجوده أو عدمه، اتفقت نتائج هذه الدّراسة مع نتائج الدّراسات الآتية: ضيدان(2003)، و دراسة مجلي(2013)، التي أشارت جميعاً على أن تقدير الذات العائلي منبئاً بالسلوك العدواني.

ثالثاً: عرض نتيجة الفرض الثالث:

نص الفرض على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a=0.05) في تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا تُعزى لمتغير النوع الاجتماعي ذكر- أنثى)". ولقياس هذا الهدف قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة التائية لدلالة الفروق بين عينتين مستقلتين والجدول (26) يوضح ذلك.

جدول (26) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمة (ت) لمعرفة دلالة الفروق بين الجنسين في تقدير الذات

الأبعاد	النوع	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
العائلي	ذكر	138	28.46	2.280	275	.903	.431
	أنثى	139	28.20	2.418	274.28		
الجامعي	ذكر	138	26.28	2.889	275	-.180-	.739
	أنثى	139	26.35	3.528	265.45		
الرّفاقي	ذكر	138	24.08	2.550	275	-.180-	.732
	أنثى	139	24.14	2.704	274.28		
الأداة ككل	ذكر	138	78.83	5.959	275	.164	.124
	أنثى	139	78.70	7.014	268.59		

من الجدول (26) يلاحظ أن قيم (ت) على التوالي (.903، -.180-، -.180، 164.) غير دالة إحصائياً مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة0.05) بين الذكور والإناث في أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية لدى طلاب جامعة دنقلا.

تفسير نتيجة الفرض الثالث:

من خلال التحليل الإحصائي يتبين صحة الفرض الذي أشار إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية لدى طلاب جامعة دنقلا، فاتفقت هذه الدراسة مع نتائج دراسة جبريل(1993م)، ومني أدم أبكر (1997م)، و أبو جهل(2003م)، التي بينت أسفرت عن عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية في مقياس تقدير الذات تُعزى لمتغير الجنس، يمكن تعليل ذلك بأن البيئة أصبحت تعطى فرصاً متكافئة للجنسين في جميع المجالات وخاصة مع تطور المجتمع وتقدمة أصبح كل من المنزل والجامعة تعطى نفس الدور لكل من الذكر والأنثى سواء على مستوى المنزل أو الجامعة، وربما ظهرت فروق ولكن بصورة ضئيلة لم يظهرها الجانب الإحصائي في هذه الدراسة، واختلفت دراسة كرستين وكلنج وآخرون : (Kristen & Kling , et al :1999) و دراسة ماكوبي وجاكلين(1980) التي أوضحت أن تقدير الذات لدى عينة الذكور أعلى من الإناث.

رابعاً: عرض نتيجة الفرض الرابع:

نص الفرض الرّابع على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائياً في السلوك العدواني وتقدير الطالب في العام الماضي" . للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب مصدر التباين ومجموع المربعات والمتوسط والجدول (27) يوضح ذلك:

جدول (27) التباين الأحادي لمعرفة الفروق بين تقدير الذات وتقدير الطالب

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة	الاستنتاج
بين المجموعات	318.497	3	106.17	2.56	.056	لا توجد فروق
داخل المجموعات	11336.72	273	41.53			
المجموع الكلي	11655.21	276				

تشير بيانات الجدول (27) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(a=0.05) في تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا تُعزى لمتغير تقدير الطالب في العام الماضي.

تفسير نتيجة الفرض الرابع

اختلفت هذه الدراسة مع دراسة جبريل 1993م: التي بينت وجود فروق في تقدير الذات بين الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين، لم يظهر أثر للتحصيل الدراسي على تقدير الذات، كما يرى الباحث أن تقدير الذات سواء كان المنخفض أو المرتفع كانت له تباينات تدل على عدم وجود أي علاقة دالة إحصائياً بينه وبين تقدير الطالب في العام الماضي(التحصيل الدراسي) كما يوضح الباحث عدم تمكنه من الحصول على دراسات محلية أو عربية أو أجنبية في هذا الصدد مما جعل تفسير هذه النتيجة يواجه مجموعة من الصعوبات في تحديد مدى اتفاق أو اختلاف الدراسات السابقة في هذا الفرض عليه يعزي الباحث هذه النتيجة إلى أن تقدير الذات لا يرتبط في الكثير من الأحيان بالتحصيل الدراسي، فهناك نموذج من الطلاب منخفضي التحصيل الدراسي، فلديهم تقدير ذات جيد في مواجهة الكثير من المشكلات التي يتعرضون لها فهم أكثر استقراراً وثباتاً في مواجهتها وذلك من خلال ملاحظة الباحث لهم.

خامساً: عرض نتيجة الفرض الخامس

نص الفرض الخامس على أنه: "لا يوجد التفاعل دال إحصائياً بين تقدير الذات و السلوك العدواني ومتغيرات وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي". للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب التباين الثنائي لمعرفة التفاعل بين تقدير الذات ومتغيرات وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي، وجدولين (28) و (29) يوضحان ذلك.

جدول (28) تحليل التباين الثّنائي لبيان التفاعل بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا

المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	نسبة الفائية	الدلالة	الاستنتاج
النموذج المصحح	864.546[a]	5	172.909	4.342	.001	يوجد تفاعل
التفاعل	988450.6	1	988450.6	2.482	.000	
المستوى التعليمي لولي الأمر	185.01	3	61.676	1.549	.202	
وظيفة ولي الأمر	255.89	2	127.943	3.213	.042	
الوظيفة × المستوى	.000	0				
الخطأ	10790.67	271	39.818			
المجموع	1730315.00					
المجموع المصحح	11655.21					

يلاحظ الباحث من الجدول(28) أنه يوجد تفاعل دال إحصائياً بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على مقياس تقدير الذات لدى طلاب جامعة دنقلا، بمعنى أن المستوى التعليمي ووظيفة ولي الأمر لها أثر على تقدير الذات.

جدول (29) تحليل التباين الثّنائي يبن التفاعل بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على السّلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا

المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	نسبة الفائية	الدلالة	الاستنتاج
النموذج المصحح	698.251[a]	5	139.650	1.493	.192	يوجد تفاعل
التفاعل	1058386.58	1	1058386.6	1.131E4	.000	
المستوى التعليمي لولي الأمر	119.607	3	39.869	.426	.734	
وظيفة ولي الأمر	459.09	2	229.548	2.454	.088	
الوظيفة × المستوى	.000	0				
الخطأ	25353.58	271	93.556			
المجموع	1837945.00	277				
المجموع المصحح	26051.83	276				

يلاحظ الباحث من الجدول(29) أن هناك تفاعل دال إحصائياً بين وظيفية ولي الأمر ومستواه التعليمي على مقياس السلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا، بمعنى أن وظيفة ولي الأمر و مستواه التعليمي له أثر على ظهور السلوك العدواني.

تفسير نتيجة الفرض الخامس:

فيما يتعلق بالعلاقة التفاعلية بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على مقياس تقدير الذات، تشير هذه النتائج إلى أنه يوجد التفاعل دال إحصائياً بين تقدير الذات ومتغيرات ووظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي. اتفقت هذه الدراسة مع شعبان وهريدي(2001) التي بينت وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية وتقدير الذات كما ومع مني أدم أبكر يوسف (1997) التي بينت وجود ارتباط بين المستوى الاجتماعي الاقتصادي وتقدير الذات. يمكن تفسير هذه النتيجة إلى عملية التنشئة الاجتماعية أو ما يعرف بالتطبع الاجتماعي، حيث أشارت الكثير من الدراسات والنظريات النفسية أن الذات الإنسانية تتأثر بالعديد من العوامل النفسية والاجتماعية ويأتي في مقدمتها الجامعة الأولية التي ينتمي إليها الفرد(الأسرة) فهي التي تزويد الفرد بالكثير من المفاهيم والرموز التي تعطيه طبيعته الإنسانية وتشكيله وفقاً للعادات والتقاليد والنظم اجتماعية للبيئة التي ينتمي إليها، ويتوقف ذلك على مدى ثقافة الأسرة ومستواها التعليمي، والوظيفة التي يمتهنها ولي

الأمر، ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من الدراسات النفسية جاءت نتائجها متباينة في ذلك الأمر الذي قد يرجعه الباحث إلى ثقافة البيئات واختلافها.

أما فيما يتعلق بالتفاعل الدال إحصائياً بين وظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي على مقياس السلوك العدواني، فيرى الباحث أن الكثير من الدّراسات النفسية قد بينت أن السلوك العدواني يرتبط ارتباط وثيق بالأسرة العدوانية، فإذا كانت الأسرة هي الجماعة الإنسانية الأولى التي تعمل على تشكيل شخصية الفرد فما بال إذا تحولت إلى ساحة للممارسة العنف والعدوان ضد أطفالها فإنها حينئذ أشبه ما تكون بالسلاح المنشط لظهور ما يسمى بالاضطرابات السلوكية ومن أخطرها السلوك العدواني، اتفقت الدراسة مع دراسة عبد العزيز1999: التي أوضحت وجود علاقة ارتباطيه بين بعض الأساليب المعاملة الوالدية والتوافق الذاتي للأبناء.ومع دراسة الكامل و سليمان(1999)، التي بينت إمكانية التنبؤ بالاتجاهات التي يميل إليها الآباء في تنشئة أبنائهم من خلال معرفتنا للأساليب العدوانية التي يقوم بها الأبناء، ومع دراسة الضيدان(2003) التي أسفرت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمستوى التعليمي لولي الأمر من جهة والسلوك العدواني من جهة أخرى، اختلفت مع دراسة خليفة و الهولي (2003) التي بيّنت عدم وجود علاقة جوهرية بين السلوك العدواني وبعض المتغيرات مثل العمر والاختصاص الدراسي والمعدل الجامعي،و مستوى تعليمي الوالدين.

سادساً: عرض نتيجة الفرض السادس:

نص الفرض السّادس على أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في قلق المستقبل لصالح الإناث للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب اختبار (ت) بين مجموعتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين الجنسين على مقياس قلق المستقبل والجدول (30).

جدول (30) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين في قلق المستقبل

النوع	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى المعنوية	الاستنتاج
ذكر	138	61.64	9.013	1.817	275	.018	توجد علاقة
أنثى	139	59.32	12.038				

من الجدول(30) يلاحظ أن المتوسط الحسابي لذكور=(61.64) و المتوسط الحسابي للإناث (59.32) وقيمة التائية (1.817) عند درجة حرية(275 و255.717) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (.018) مما يشير إلى وجود فروق بين الجنسين ونجد أن متوسط الذكور أعلى من متوسط الإناث مما يشير إلى أن الفروق لصالح الذكور.

تفسير نتيجة الفرض السادس:

يمكن تفسير هذه النتيجة التي أشارت إلى أن الطلاب أكثر قلقاً نحو المستقبل إلى أن طبيعة الذكر في البيئات العربية بصفة عامة والسّودانية بصفة خاصة، تختلف عن طبيعة الأنثى في شتى المجالات الاجتماعية، فالذكر تفرض عليه العادات والتقاليد والبيئة الاجتماعية المسئولية في تكوين الأسرة وإعالتها من مأكل ومسكن مما جعلهم أكثر قلقاً نحو مستقبلهم في ظل الظروف الاجتماعية الضاغطة، اتفقت هذه الدراسة مع إسماعيل(2003م) و المومني ونعيم (2013م) ، ومحمد وسليمان(1990)، و عبد الحليم (2010)، التي أشارت إلى وجود فروق في قلق المستقبل بين الذكور والإناث ولصالح الذكور، وتتعارض مع معوض(1996م) و حسن(1999م)، و السفاسفة و المحاميد(2007) و الإمام(2010) التي أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في قلق، و مع الأنصاري(2003م) التي كشفت بأن الطالبات أكثر قلقاً واكتئاباً من الطلاب.

سابعاً: عرض نتيجة الفرض السابع:

نص الفرض السّابع على: "أنّ تقدير الذات العائلي أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا". قام الباحث بحساب معامل الانحدار و المتعدد والجدول (31) يوضح ذلك.

جدول (31) معاملات الانحدار المتعدد لبيان أكثر أنوع تقدير الذات تنبؤاً بقلق المستقبل

النموذج	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	نسبة الفائية	مستوى الدلالة	الاستنتاج
الانحدار	493.099	3	164.366	1.447	.229[a]	غير منبئ
الباقي	31008.041	273	113.583			
المجموع	31501.141	276				

من الجدولين(32) يتضح أن تقدير الذات غير قادر على تنبؤاً بالقلق المستقبل حسب التحليل الإحصائي.

تفسير نتيجة الفرض السابع:

يرى الباحث أن تقدير الذات في هذه الدراسة لم يكن له أثر على التنبؤ بقلق المستقبل، وهذا يشير إلى تمتع أفراد عينة الدراسة بمستوى جيد من الصحة النفسية والأيمان بالله، فعندما يشعر الفرد بقلق حيال مستقبله غالباً ما ينتابه نوع من الاضطراب السلوكي الذي يجعله غير راض عن الواقع والمستقبل وساخطاً له وهذا بدوره يولد الأمراض النفسية المختلفة لم يحظى الباحث بدراسة علمية في هذا الصدد في حد علمه.

ثامناً: عرض نتيجة الفرض الثامن:

نص الفرض الثامن على أنه: "توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا" وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب معامل الارتباط (بيرسون) والجدول(33) يوضح ذلك

جدول (33)معامل الارتباط لمعرفة العلاقة بين قلق المستقبل والسلوك العدواني

ن	س	ص	الارتباط	مستوى المعنوية	الاستنتاج
277	قلق المستقبل	سلوك عدواني	.421**	000	توجد علاقة

دالة عند مستوى الدلالة(0.01)

يتبين من خلال الجدول (33) أنه توجد علاقة طردية موجبة بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا حيث كان معامل الارتباط يتراوح ما بين (**421) وهذا يعني أن المتغيرين يسيران في اتجاه واحد (موجب جزئي).

تفسير نتيجة الفرض الثامن:

من خلال التفسير الإحصائي تبين وجود علاقة طردية موجبة بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا

يرى الباحث أن القلق يُعد جزءاً طبيعياً من حياة الإنسان يؤثر في سلوكه، وهو علامة على إنسانيته، وحقيقة من حقائق الوجود، وجانب دينامي في بناء الشخصية ومتغير من متغيرات السلوك . وينشأ القلق عند جميع الأفراد في مختلف مواقف التحدي التي تواجههم، لقد أخذت ظاهرة القلق تتزايد في العقود الأخيرة وتبرز كقوة مؤثرة في حياة الفرد نتيجة لما يتعرض له من ضغوط ومتطلبات تفرضها طبيعة الحياة التي يعيشها في مختلف مراحل حياته، وخاصة مرحلة الشباب وما تحمله من طموحات وآمال، وما يواجهها من صعوبات، وما يخبئه الغد والمستقبل خلف ستاره من المجهول والغموض .كما أن الانشغال بالمستقبل ليس عرضياً بل هو ثمرة حتمية لما يفكر فيه الأفراد لتنظيم حياتهم استناداً إلى أهدافهم المستمدة من فهمهم لمستقبلهم وتخطيطهم له.عليه عندما ينشغل الطلاب بالتفكير في المستقبل ينتابه نوعا ما من الخوف في ظل الظروف الضاغطة مما يجعله أكثر سخطاً وعدوانية على الآخرين.

لم يتثنى للباحث الحصول على دراسة تناولت هذه العلاقة في حد علمه.

الفصل الخامس

خاتمة الدراسة

تمهيد:

في هذا الجزء من الدراسة سوف يعرض الباحث النتائج التي توصل إليها من خلال التّحليل الإحصائي وعلى ضوءها يقدم بعض التوصيات والمقترحات وأخيراً يثبت المراجع التي استعان بها في هذه الدراسة وهي على النحو التالي:

أولاً: النتائج:

1. وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائياً بين تقدير الذات الرفاقي والجامعي وأبعاد السلوك العدواني عدا تقدير الذات العائلي لدى طلاب جامعة دنقلا.
2. تقدير الذات العائلي أكثر تنبؤاً بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات.
4. لا توجد فروق دلالة إحصائياً في السلوك العدواني وتقدير الطالب في العام الماضي.
5. يوجد التفاعل دال إحصائياً بين تقدير الذات و السلوك العدواني ومتغيرات ووظيفة ولي الأمر ومستواه التعليمي.
6. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في قلق المستقبل.
7. تقدير الذات غير منبئ بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا.
8. توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والسلوك العدواني لدى طلاب جامعة دنقلا .

ثانيا التوصيات:

1. على الأسرة الابتعاد عن أساليب المعاملة غير السوية، نظراً لما تلعبه الأسرة من دور فعال في تنمية تقدير الذات الإيجابي وتشكيل شخصية الفرد خلال الستة سنوات الأولى من حياته.
2. يجب على الوالدين أن يعملا على تنمية اتجاهات إيجابية لدى أطفالهما، حتى يستطيعا أن يتقبلا أنفسهما ويقدراها ويثقا بها.
3. ضرورة وضع برامج إرشادية أسرية من خلال وسائل الإعلام التي تساعد على تنمية ذات إيجابية، وتبعدهما عن السلوك العدواني ومظاهره السيئة المؤثرة على الصحة النفسية لدى الأبناء.

4. أن تعمل الأسرة على زيادة فرص التفاعل بينها وبين أطفالها، مما يتيح لهما الإفصاح عن مشاعر التقبل لأطفالهم وتشجيعهم على حرية التعبير عن الرأي والاعتماد على النفس والثقة بها، حيث يسهم ذلك إلى حد كبير في تنمية تقدير الذات، وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للأبناء.
5. يجب أن يهتم القائمون على العملية التعليمية بالكشف عن مستويات تقدير الذات لدى الطلبة في المراحل الجامعية بهدف عمل البرامج الإرشادية والتوجيهية للطلبة منخفضي تقدير الذات، لمساعدتهم في تكوين صورة إيجابية عن أنفسهم وتقبلهم لها ومن ثم تقديرهم لها، ويتطلب ذلك وجود هيئة متخصصة في الإرشاد والتوجيه النفسي الطلابي داخل فروع جامعة دنقلا.
6. تنظم برامج تربوية وإرشادية عن تنمية تقدير الذات والحد من السلوك العدواني من خلال تقديم الورش العلمية من قبل جامعة دنقلا انطلاقاً من الطالب من ثم إلى المجتمع الكبير.
7. ضرورة استخدام مقاييس لتقدير الذات والسلوك العدواني لكشف الطلاب منخفضي تقدير الذات وذوي السلوك العدواني لإخضاعهم لبرامج إرشادية.
8. العمل على الحد من قلق المستقبل الذي يؤثر في سلوك الفرد والذي بدوره يؤدي إلى السلوك العدواني من خلال البرامج الإرشادية المختلفة.

ثالثاً:المقترحات

يقترح الباحث بعض الموضوعات لتكون دراسات مستقبلية لباحثين آخرين.

1- تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة دنقلا .
2- قلق المستقبل وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة دنقلا.
3- تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الاجتماعية لدى طلاب جامعة دنقلا.
4- تقدير الذات وعلاقته بالقلق والاكتئاب النفسي لدى طلاب جامعة دنقلا.
5- قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب جامعة دنقلا.

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً:المصادر:

1. القران الكريم.
2. ابن منظور، جمال الدين (1990م) : لسان العرب،ج6 ، بيروت:ط1: دار الصادرة.
3. موسى ،حسين محمد (1964م) : الإفصاح في الفقه اللغة، الجزء الأول،القاهرة : دار الفكر العربي.

ثانياً: المراجع العربية

4. أبو جادو، صالح محمد (2004م): سيكولوجية التنشئة الاجتماعي، عمان: دار المسيرة.
5. أبو حطب، فؤاد؛ صادق، أمال(1991): مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلومالنفسية والتربوية والاجتماعية، القاهرة :مكتبة الأنجلو المصرية.
6. إبراهيم، أحمد أبو زيد (1987) : سيكولوجية الذات والتوافق ، الإسكندرية: دار المعرفة.
7. _____ (1980م) : العلاج النفسي الحديث، الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
8. إبراهيم، عبد الستار (1994م) : العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث ، القاهرة : ط1 دار الفجر للنشر والتوزيع.
9. إبراهيم، محمد ريكان (1987م) : النفس والعدوان ، بغداد : أفاق عربية.
10. إسماعيل ،أحمد السيد (1996م) : مشكلات الطفل النفسية وأساليب المعاملة الوالدين،الإسكندرية : ط2 : دار الفكر الجامعي.
11. أحمد ،أحمد الزعبي (1994م) : الإرشاد النفسي ،بيروت : دار الحكمة، دار الحرف العربي.
12. الأنصاري، بدر محمد (2006م): المرجع في اضطرابات الشخصية، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
13. أسعد، ميخائيل إبراهيم (1991م) : مشكلات الطفولة والمراهقة، القاهرة: دار الآفاق.
14. أسعد، وجيه (1987م) : الانتصارات المذهلة لعلم النفس الحديث ، دمشق :الشركة المتحدة للتوزيع
15. الأقصري، يوسف (2002م): كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل، القاهرة: دار اللطائف للنشر والتوزيع.
16. الأشول ،عادل عز الدين (1978) : سيكولوجية الشخصية ، القاهرة، لأنجلو المصرية.
17. باظة ،آمال عبد السميع (ب– ت): مقياس السلوك العدواني للأطفال ،القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
18. الجوهري، عبد الهادي (1997م) : أصول علم الاجتماع ، القاهرة : دار الثقافة والنشر والتوزيع.
19. دويدار، عبد الفتاح محمد (1999 م) : العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات ، القاهرة : دار الفكر العربي.

20. الدسوقي، كمال محمد (1979م) : النمو التربوي والمراهق ، القاهرة: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

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

22. _____ (1977م) : علم نفس النمو " الطفولة والمراهقة" ، القاهرة.

23. حامد، السر محمد (2009م) : قواعد البحث القانوني والمنطق القضائي ،السودان مطبوعات مركز شرح القاضي للدراسات القانونية

24. حسين، محيي الدين أحمد (1987م) : التنشئة الأسرية والأبناء الصغار .القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

25. الحفني، عبد المنعم (1995م): موسوعة الطب النفسي، القاهرة : ، ط . ٢ ،مكتبة مدبولي.

26. الطحان، محمد خالد (1986م) : مبادئ الصحة النفسية ، الإمارات : ط1: دار القلم للنشر والتوزيع .

27. _____ (2005م): الصحة النفسية، عمان: ط3 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع

28. كامل، عبد الوهاب (1993م) : المكونات العاملية لتقدير الذات .بحوث في علم النفس، القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

29. الكفاني، علاء الدين (1990م) : الصحة النفسية ،القاهرة :الهجر للطباعة.

30. _____ (1999م): الإرشاد والعلاج النفسي،القاهرة: دار الفكر العربي، ط1.

31. لعويدة، عمر (2002م) : التدين والتكيف النفسي، الجزائر: دار الهوى.

32. مجموعة من الباحثين(2000م): موسوعة علم النفس والتربية –الجزء الثاني– دار النش كريس.

33. الماضي ، وفاء محمد (2000م) : عدوان الأطفال ،الرياض : ط2: مكتبة العبيكان.

34. موسى، رشاد عبد العزيز (1991م) : سيكولوجية الفروق بين الجنسين ،القاهرة: مؤسسة مختار، ودار عالم المعرفة .

35. منصور، عبد المجيد و الشربيني، زكريا (٢٠٠١) :السلوك الإنساني بين الجبرية والإرادية القاهرة : دار الفكر العربي ط .١.

36. معمر، بشير و الماحي، إبراهيم ((2007م) :بحوث والدراسات متخصصة في علم النفس ، الإسكندرية : ط2:دار المعرفة الجامعية.

37. منصور، محمد جميل (1984م) : قراءات في مشكلات الطفولة ، المملكة العربية السعودية ، جدة: الكتاب الجامعي.

38. مخيم، محمد صلاح (1981م) : المفاهيم–المفاتيح في علم النفس ، القاهرة : ط1: مكتبة مدبولي.

39. مخيمر، صلاح (1979م) : المدخل إلى الصحة النفسية ، القاهرة : ، ط3 : الأنجلو المصرية. مختار، حمزة (1976م) : سيكولوجية المرضى وذوي العاهات، مصر: دار المعارف.

40. المغربي، سعد (١٩٩٣ م): الإنسان وقضاياه النفسية والاجتماعية، القاهرة، الهيئة المصرية للكتاب

41. النابلسي، محمد أحمد (1999م) : سيكولوجية السياسة العربية ، العرب والمستقبليات، بروت : دار النهضة العربية.

42. النمر، أسعد (1995م): سيكولوجية العدوان" دراسة نظرية "القاهرة: ،الهيئة المصرية العامة للكتاب.

43. السيد، فواد البهي (1980م): علم النفس الاجتماعي، الطبعة الثانية، ملتزم الطبع والنشر، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

44. _____ (1981م) : علم النفس الاجتماعي، القاهرة: ط3:دار الفكر العربي.

45. سليم، مريم (2003م): تقدير الذات والثقة بالنفس ،بيروت :دار النهضة العربية.

46. سليمان، سناء محمد (2008م) :مشكلة العنف والعدوان لدى الأطفال والشباب ، القاهرة ، ط1:علم الكتاب للنشر والتوزيع .

47. عبد الحافظ، ليلى عبد الحميد (1982 م) : مقياس تقدير الذات للصغار والكبار، القاهرة : دار النهضة.

48. عبد الله، نبوية لطفي (2002م) : مفهوم الذات لدى الأطفال المحرومين من الأم ، "دراسة مقارنة"، جامعة عين شمس، مصر.

49. عبد المنعم، محمد (2000م) : مشكلات الطفل النفسية ، الإسكندرية : دار الفكر الجامعي.

50. عبد الفتاح، مصطفى كامل (1993) : موسوعة علم النفس والتحليلي النفسي ، بيروت، دار سعاد الصباح.

51. عبد الرحيم، عبد الرحيم بخيت (1985) : مقياس كوبر سميث لتقدير الذات ، المنيا،دار حراء.

52. عيد، محمد إبراهيم (2002م) : الهوية والقلق والإبداع ، القاهرة : دار القاهرة.
53. العيسوي، عبد الرحمن محمد (2002م) : موسوعة علم النفس الحديث ، التربية النفسية للطفل والمراهق ، بيروت :الطبعة الأولى : دار الراتب الجامعية.
54. _____ (2002م): سيكولوجية الشخصية،الإسكندرية: منشأة المعارف.
55. _____ (2007م): دراسات في علم النفس الاجتماعي ،بيروت : دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر.
56. _____ (1984) :أمراض العصر ،الأمراض النفسية والعقلية والسيكوسوماتية ،القاهرة : دار المعرفة الجامعية .
57. عكاشة ،أحمد (1998م) : الطب النفسي المعاصر، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
58. العسكر، عبد الله (1988م) : الاكتئاب النفسي بين النظرية والتشخيص ، القاهرة :مكتبة الانجلو المصرية.
59. العناني، حنان عبد الحميد (2000م) : الصحة النفسية ، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر.
60. العقاد، عصام عبد اللطيف (2001م):سيكولوجية العدوانية وترويضها "منحنى علاجي معرفي جديد ، القاهرة ، دار غريب للطباعة والنشر.
61. فايد، حسين على (2003م) : الاضطرابات السلوكية تشخيصها أسبابها علاجها، القاهرة : دار طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة.
62. _____(2001م): العدوان والاكتئاب، نظرة تكاملية، الإسكندرية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.
63. فهمي، مصطفى (1967م) : علم النفس الاكلينيكي ، القاهرة : مكتبة مصر.
64. _____ (1976م) : الصحة النفسية، القاهرة : ط2: مكتب الخانجي.
65. _____ (1960م) : الدوافع النفسية،القاهرة:دار مصر للطباعة.
66. _____ (1997م) : الصحة النفسية :دراسات قي سيكولوجية التكيف.،القاهرة: ط 4، مكتبة الخانجي
67. _____ و القطان، محمد على (1979) : التوافق الشخصي والاجتماعي ، القاهرة، مكتبة الخانجى.
68. صالح، مهدي و شامخ، بسمة (2010م): التحدث مع الذات وبعض الاضطرابات النفسية والسلوكية، ط1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع.

69. الصيخان، إبراهيم (2010م): الاضطرابات النفسية والعقلية (الأسباب والعلاج)، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
70. قناوى، هدي محمد (1983م) : الطفل والتنشئة الاجتماعية ، مصر : الطبعة الثالثة .
71. القوصي، عبد العزيز (1975م) : أسس الصحة النفسية ،القاهرة: الطبعة الخامسة ،مكتبة النهضة المصرية.
72. القطان، سامية (1980م) : كيف تقوم بالدراسة الكلينيكية ، ج1 ، القاهرة: الأنجلو المصرية
73. رمضان، رشيدة عبد الرؤوف (2000 م) : آفاق معاصرة في الصحة النفسية للأبناء، القاهرة، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع.
74. رشتي، جيهان (1993م): الأسس العلمية لنظرية الإعلام ،القاهرة ،دار النهضة العربية.
75. رضوان، نادية (1997م) : الشباب المصري وأزمة القيم ، القاهرة : الهيئة العامة للكتاب.
76. الشماع، نعيمه (1977 م) : الشخصية، القاهرة :معهد البحوث والدراسات العربية.
77. شفيق، محمد (1998م) : البحث العلمي – الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية ، الإسكندرية : المكتب الجامعي الحديث، ص55 .
78. شقير، زينب محمود (2005م) : مقياس قلق المستقبل ، القاهرة : الانجلو المصرية.
79. الشربيني، زكريا أحمد (1994م) : المشكلات النفسية عند الأطفال ، القاهرة : دار الفكر العربي.
80. الخطيب وآخرون، إبراهيم (2003م) : التنشئة الاجتماعية للطفل، عمان:الدار العلمية للنشر والتوزيع.
81. الخطيب، جمال (1988م): السلوك العدائي والتخريبي، في برامج تعديل السلوك، المطابع التعاونية، عمان، الأردن.
82. خيري، السيد(1970م): الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية، القاهر ة : دار النهضة.
83. غنيم، سيد محمد (1976م) : سيكولوجية الشخصية ، محدداتها، قياسها، نظريتها "،القاهرة : دار النهضة العربية.

ثالثاً : الكتب المترجمة:

84. أنجلر، باربرا .(1411) مدخل إلى نظريات الشخصية، ترجمة فهد الدليم .الطائف: مطبوعات نادي الطائف الأدبي.

85. انجلش، سيرجون و بيرسون، جيرالد (1958م) : مشكلات الحياة الانفعالية ، ج1، ترجمة فاروق عبد القادر وآخرون، القاهرة: ط1 : مكتبة دار الثقافة الإنسانية للنشر.

86. باترسون (1990م) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي .ترجمة، حامد الفقي .الكويت، دار القلم.

87. بيك، ارون (2000م) : العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية ، ترجمة عادل مصطفى، ط1، دار الأفاق العربية، القاهرة.

88. داينز، روبين (2006م): إدارة القلق، ترجمة دار الفاروق، القاهرة.

89. دافيد، شيهان (1988م) : مرض القلق ، ترجمة عزت شعلان. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.

90. دافيدوف، ليندا (2000م) : الشخصية الدافعية والانفعالات، ترجمة سيد الطواب ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، مصر.

91. هوك، طوني غوويل (1998م): سيكولوجيا التقييم الذاتي، ترجمة سمير شيخاني ، بيروت : دار الجيل.

92. وليندزي، هول (1978م) : نظريات الشخصية ، ترجمة فرج أحمد وقدري حفني ، القاهرة : الهيئة المصرية العامة للنشر و التوزيع.

93. كاشمان، جرج (1996م) : لماذا تنشب الحروب ،ترجمة أحمد حمدي محمود ،ج .1، قاهرة :الهيئة المصرية العامة للكتاب.

94. موكيالي، أليكس (1996م) : علم النفس الجديد ، ترجمة حسين حيدر. بيروت: منشورات عويدات.

95. موراي، إدوارد ج (1988م): الدافعية والانفعال، ترجمة، أحمد العزيز سلامة ، دار الشروق، طبعة أولى.

96. مسن وآخرون(1986 م) : أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، ترجمة ، أحمد سلامة ، الكويت ، مكتبة الفلاح.

97. فولدز و هوب (1984): استبانة العدائية واتجاهها ، كراسة التعليمات، ترجمة و إعداد أحمد الظاهر الطيب ، القاهرة : دار المعارف.

98. توفلر، الفن (1990م) : صدمة المستقل، ترجمة محمد علي ناصف واحمد كمال المجد، دار نهضة مصر للطباعة والنشر، القاهر.

99. توماس ، بلاس (1990م) : العنف والإنسان". دراسات حول العنف"،ترجمة عبد الهادي عبد الرحمن بيروت : ،دار الطليعة للطباعة.

رابعاً : الرسائل الجامعية:

100. أبو جهل، روبين فواز (2003م) : القلق لدى طلبة كلية التربية الحكومية بغزة وعلاقته بتقدير الذات وبعض المتغيرات الأخرى ،"رسالة ماجستير غير منشورة" ، مودعة بجامعة القدس المفتوحة : غزة.

101. بدر، فائقة محمد (2004) : أسلوب المعاملة الوالدية ومفهوم الذات وعلاقة كلّ منهما بالسلوك العدواني لدى عينة من تلميذات المرحلة الابتدائية بجدة، أطروحة دكتوراه غير منشورة،جامعة الملك خالد، المملكة العربية السعودية

102. بن علي، غالب بن محمد (2009م) : قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف ،"رسالة دكتوراه غير منشورة" ،كلية التربية ، جامعة أم القرى.

103. بنيس، نجوى السيد (1995) : الكفاية الشخصية وتقدير الذات وعلاقتهما بأمراض الاكتئاب لدى المراهقين ، "رسالة دكتوراه غير منشورة" ، جامعة الزقازيق.

104. وهيبي، أحمد عاطف (1999) : مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات ذات الصلة، "رسالة ماجستير غير منشورة" ، الجامعة الأردنية.

105. الطيب، إحسان آدم (2003م): دراسة مشكلات طالبات المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم وموجهات للتوجيه والإرشاد النفسي، بحث مقدم لنيل درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي ،جامعة الخرطوم –كلية التربية.

106. كامل، وحيد مصطفى (2003م): علاقة تقدير الذات بالقلق الأجتماعى لدى الأطفال ضعاف السمع، رسالة دكتوراه منشورة ، قسم علم النفس ، كلية التربية النوعية ببنها – جامعة الزقازيق

107. كرميان، صلاح حسين (2008م): سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في استراليا ،"رسالة ماجستير غير منشورة" ،الأكاديمية العربية المفتوحة الدنمارك ،كلية الآداب ،قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية.

108. مجلي، شايع عبد الله(2013): تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف الثامن من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة صعدة، رسالة دكتوراه منشورة في مجلة جامعة دمشق– المجلد 29– العدد الأول،59–104.

109. محمود، عصام (1998م) : بناء برنامج إرشادي وقائي لبعض أنماط السلوك المنحرف (غش ، سرقة ، عدوان) كلية التربية ،جامعة المستنصرية ،أطروحة دكتوراه غير منشورة.

110. معوض، محمد عبد التواب (1996م) : أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة ، "رسالة دكتوراه غير منشورة " ،كلية التربية ،جامعة طنطا.

111. نصر، سميحة محمد (1986م) :السمات الشخصية المميزة للعدوانيين وأنساقهم القيمية ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ،جامعة عين شمس،القاهرة،مصر.

112. سلامة، ممدوحة محمد (1984م) : أساليب التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بالمشكلات النفسية في مرحلة الطفولة الوسطى ،"رسالة دكتوراه غير منشورة " ،جامعة عين شمس.

113. سعود، ناهد شريف (2005م) : قلق المستقبل وعلاقته بسمة التفاؤل والتشاؤم، "رسالة دكتوراه غير منشورة"، جامعة دمشق، سوريا.

114. عبد الرحمن، حنان أحمد (1421هـ): فعالية التدريب على الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني لدى عينة من تلميذات الصفين الخامس والسادس الابتدائي ،"رسالة ماجستير غير منشورة ،الرياض" ،كلية التربية ، جامعة الملك سعود ،قسم علم النفس.

115. عبد العزيز، أيمن محمد طه (1999م) : المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالتوافق الذاتي دراسة ميدانية علي طلاب الجامعات بولاية الخرطوم "رسالة الماجستير غير منشورة" الآداب في علم النفس –جامعة الخرطوم.

116. عبد القادر، عاطف عثمان (2005م) علاقة مركز التحكم بمفهوم الذات لدى طلاب مركز الحاسوب ونظم المعلومات بالخرطوم ،بحث مقدم لنيل درجة الماجستير جامعة النيلين.

117. فريد، عصام (1986م) : التغيرات النفسية المرتبطة بسلوك المراهقين العدوانيين، وأثر الإرشاد النفسي في تعديله،رسالة دكتوراه، كلية التربية بسوهاج ، جامعة أسيوط ،القاهرة ،مصر.

118. صوان، نجوى (1987م) : دراسة عاملية للسلوك العدواني في مرحلة الطفولة المتأخرة، "رسالة دكتوراه غير منشورة" ،كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

119. ضيدان، الحميدي محمد (2003م) : تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض ،"رسالة ماجستير منشورة" ،أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية ،الرياض.

خامساً: الدوريات

120. أبو الهدي، إبراهيم محمود (2003م) : مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 38 ، المجلد الثالث عشر.

121. أبو ناهية، صلاح (1993م) : بناء قائمة المشكلات السلوكية لدى الأطفال في البيئة الفلسطينية بقطاع غزة ،مجلة التقويم والقياس التربوي،العدد الأول ،غزة،فلسطين.

122. أبو عباة، صالح عبد الله و عبد الله، معتز سيد (1995م) أبعاد السلوك العدواني: دراسة عاملية مقارنة، مجلة دراسات نفسية، القاهرة، العدد الثالث، يوليو.

123. إبراهيم، عبد الله سليمان و عبد الحميد، محمد نبيل (1994م): العدوانية وعلاقتها بموضوع الضبط وتقدير الذات ، مجلة علم النفس ، العدد 30 ، السنة الثامنة.

124. إسماعيل، إيمان محمد صبري (2003م): بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للانجاز .المجلة المصرية للدراسات النفسية ,تصدرها الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، المجلد ,(13) العدد 38) القاهرة .

125. الإمامي، عباس(2010): علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل لشباب الجالية العربية –الدنمارك –مدينة

126. الأنصاري، بدر محمد (2003م) : الفروق بين طلبة وطالبات جامعة الكويت في القلق والاكتئاب ، جامعة عين شمس: مجلد المؤتمر الدولي العاشر لمركز الإرشاد النفسي.

127. بن الطاهر، التيجاني (2010م): مصادر الضغوط النفسية كما يدركها الطلبة الجامعين وعلاقتها بقلق المستقبل ،دراسة مقارنة على عينة من طلبة جامعة الأغواط ،مجلة العلوم الإنسانة والاجتماعية ،العدد (1).

128. جبريل، عبد الخالق موسى (1993): تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين و غير المتفوقين دراسيا ، مجلة دراسات، السلسلة ، العلوم الإنسانية ، تصدر عن عمادة البحث العلمي ، الجامعة الأردنية ، عمان.

129. داود، نسيمه و، حمدي، نزيه (1997م) : العلاقة بين مصادر الضغط التي يعاني منها الطلبة ومفهوم الذات لديهم، مجلة دراسات، العلوم التربوية، عمان.

130. الحميدي، مبارك حمد (2004م): السلوك العدواني وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية، مجلة مركز البحوث التربوية جامعة .

131. حسن، محمد شمال (1999م): قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات ،مجلة دراسات الخليج للجزيرة العربية،العدد 249،لبنان.

132. محمد، حسنين محمد ، و سليمان، على السيد(1990م): السلوك العدواني وإدراك الأبناء للمعاملة الوالدية في التنشئة الاجتماعية، دراسة تنبؤية ،الجمعية المصرية للدراسات النفسية ،بحوث المؤتمر السادس الجزء الثاني.القاهرة.

133. الطيب، محمد عبد الظاهر (1993م) : شبابنا وظاهرة التطرف ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد6.

134. كفافي، علاء الدين (1989): تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي . دراسة في عملية تقدير الذات . جامعة الكويت ،مجلس النشر العلمي، مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد التاسع ، العدد الخامس والثلاثون.

135. المومني، محمد أحمد ونعيم، مازن محمود(2013): قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات،المجلة الأردنية في العلوم التربوية،مجلد9،عدد2،173-185.

136. محمد، هبة موید (ب:ت): قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات مجلة البحوث النفسية والتربوية ،العدد السادس والعشرون والسابع والعشرون .

137. مصطفى، طلال عبد المعطي (2008م) : دور التنشئة الاجتماعية في تكوين السلوك الديمقراطي : جامعة دمشق – قسم علم الاجتماع .

138. مرسي، كمال إبراهيم (1995م) سيكولوجية العدوان، مجلة العلوم الاجتماعية ، جامعة الكويت العدد (2).

139. مختار، جمال (2005م) : قلق المستقبل لدى أبناء العاملين بالخارج، مجلة العلوم التربوية، العدد1 ، القاهرة.

140. المغربي، سعد (1987م) : في سيكولوجية العدوان والعنف " مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب،العدد .1،القاهرة، مصر.

141. نبيل، حافظ و قاسم، نادر (١٩٩٣): برنامج إرشادي مقترح لخفض السلوك العدواني لدى الأطفال في ضوء بعض المتغيرات،مجلة الإرشاد النفسي،كلية التربية ،مركز الإرشاد النفسي،العدد الأول،ص ١٧٧،١٤٣. القاهرة،مصر.

142. سلامة، ممدوحة محمد (1991م) : المعاناة الاقتصادية في تقدير الذات الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، ك1،ج3، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، القاهرة .

143. سلامة، فاروق عبد الفتاح (1987م) : مقارنة نحو الذكاء ونحو تقدير الذات في الطفولة والمراهقة ، دراسة ميدانية ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، المجلد الثاني ، العدد الثالث ، يناير.

144. سليمان، عبد الرحمن (1992): بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية في دولة قطر ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد الرابع والعشرين ، القاهرة.

145. السفاسفة، محمد والمحاميد، شاكر.(2007) قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات الأردنية وعرقته ببعض المتغيرات ، مجلة العلوم التربوية والنفسية،8 (3)، 127-142.

146. عبد الباقي، سلوى (1993م): مسببات القلق، خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل، مجلة دراسات التربوية، تصدر عن ربطة التربية الحديثة، المجلد (8) ، العدد (85).

147. عبد الحليم، أشرف محمد (2010م) : قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة والضغوط النفسية لدى عينة من الشباب ،المؤتمر السنوي الخامس عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس 3-4أكتوبر.

148. عبد العزيز، أنور المغيصب (1991م م) : بناء مقياس المعاملة الوالدية لطلبة المدارس الثانوية والجامعات كما يدركها الأبناء في المجتمع القطري، حولية كلية التربية، جامعة قطر، العدد 8.

149. عبد الحميد، إبراهيم شوقي (2002م) : مشكلات طلبة جامعة الأمارات العربية المتحدة – مشكلات المستقبل الزواجي والأكاديمي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، أبريل 2002، مجلد 18، عدد 1.

150. عبد السلام، السيد عبد الدايم (1996م) : منظور زمن المستقبل كمفهوم دافعي معرفي وعلاقته بكل من الجنس والتخصص ، والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة الزقازيق ، مجلة دراسات نفسية، العدد الرابع ،المجلد الخامس.

151. عبد التواب، مصطفي عبد المحسن (2009م): القلق وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية ، جامعة أسيوط.

152. العطافي، حسن محمد (2010م): قلق المستقبل لدى النساء، الكتاب السنوي لمركز أبحاث الطفولة والأمومة، جامعة ديالى، المجلد(5) ، الجزء (2) .

153. عكاشة، محمود فتحي (1990 م) : تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال مدينة صنعاء، الكويت: الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية.

154. علي، أحمد كنعان و عبد الله ، عبد المجيد (1999م) الشباب والمستقبل، صورة المستقبل كما يراها طلبة جامعة دمشق، دراسة ميدانية، مجلة المستقبل العربي، العدد241 : ، مركز دراسات الوحدة العربية، دمشق.

155. عسلية، محمد و البناء، أنور (2011م):فاعلية برنامج في البرمجة اللغة العصبية في خفض قلق المستقل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات بمحافظة غزة مجلة جامعة النجاح للأبحاث "العلوم الإنسانية" ، مجلد (25)، العدد(5) .

156. عشري، محمود محي الدين (2004م):قلق المستقبل وعلاقته ببعض المغيرات الثقافية، دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان، المؤتمر السنوي الحادي 25-27 ديسمبر، جامعة عين شمس، المجلد(1)

157. صالح، أحمد محمد (1979م): تقدير الذات وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من المراهقين، القاهرة :الكتاب السنوي في علم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد السادس.

158. الصبوة وآخرون، محمد نجيب (1991م) : مشكلات طلبة الكليات العلمية والإنسانية ،مركز البحوث والدراسات النفسية ، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

159. القطان، سامية (1986) : مقياس القلق السوي ، المؤتمر الثاني لعلم النفس ، القاهرة.

160. الشبؤون، دانيا (2012م): القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين ،مجلة جامعة دمشق – المجلد 27،العدد الثالث.

161. شوكت، محمد (1993م) : تقدير المراهق لذاته وعلاقته بالاتجاهات الوالدية والعلاقات مع الأقران، مركز البحوث التربوية، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

162. شعبان، رضوان و هريدي، عادل (2001م): العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة علم النفس ، العدد 58 ، القاهرة.

163. خليفة وآخرون، عبد اللطيف (1990م) : علاقة المستوى الاجتماعي والاقتصادي للوالدين قبل من حب الاستطلاع والإبداع لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة علم النفس ، العدد 15 .

164. خليفة، عبد اللطيف محمد (2002م) : الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة ، مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد العدد1.

165. خليفة، عبد اللطيف محمد و الهولي،أحمد يوسف(2003) مظاهر السلوك العدواني وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الكويت، دراسات عربية في علم النفس، المجلد الثاني، العدد الثالث، يوليو، 49-94.

166. غريب، أيمن محمد (1994م) : حالة تقدير الذات وعلاقتها بمركز الضبط المدرك ، مجلة علم النفس، السنة التاسعة ، العدد الحادي والثلاثون.

المراجع والدوريات والرسائل الجامعية باللغة الانجليزية

167. Banadura and et al, (1986), ***Social Foundations of Thoughts and Actions, A social Cognitive Theory***, Englewood Cliffs, EJ 1
168. Barlow, D. H. (2000). ***Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory***. American Psychologist*, 55*.
169. Baumeister, Roy Fand Boden Joseph M. (2000): "***Aggression and the Self: High Self-esteem, Low self-control***, and Ego thereat" Journal of Personality and Social.
170. Bender,R.LWells, M,G and Peterson ,S,R (1993***):Self-Esteem Paradoxes and innovation in clinical theory and Practice***. Washington D.C.
171. Black, Kalanek Constance (1996): "***Self-esteem In Relation to Gender Socioeconomic Status***, Ethnic, Cultural Origin, Family Characteristics, and academic Achievement in Middle School Students, PHD. The University of North Dakota (1056)
172. Deman (1982): Autonomy ***control Variation and self –esteem*** " Journal of Psychology(111).
173. Eliss, Sonjaj (1999), ***Adolescence, perceptions of Self-esteem :A Newzaland Study International Journal*** of Adolescence and Youth .Voume7.
174. Ebel, R.l. (1972). ***Essentials of educational measurement, Englewood cliffs, New Jersey***, Prentice-Hall-2nd.
175. English ,H. & English , A. (1958) : ***A comprehensive Dictionary of Psychology Terms*** . New York . David Mokay Company . Inc.
176. Guindon, Mary (2002) ***Toward accountability in the use of the self-esteem construct***, Journal of Counseling & Development. 80, No. 2.
177. Hansford, C. Hattie, A. (1982) ***The relationship between self and achievement / performance measures. Review of Educational Research***. 52.
178. Hinshow , S. P.(1994) : ***Attention Deficits and hyperactivity in children. Thousand Oaks*** ,C A : Sage. pp100 – 110 .
179. Hwang, Young Suk; Echols, Celina; Wood, Ralph; Vrongistinos, Konstantinos (2001) . ***" African American College Students' Motivation in Education"*** Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research. Association (Seattle, WA, April 10-14, 2001 .
180. Iaacs , A.F. (1982) ***: Self Esteem Giftedness Talent Creativity and suicide*** . the Creative Child and adult quartory Vol. II, p 5 .
181. Kristen, C.K,et.al,(1999): ***Gender Differences in Self- Esteem,Ameta Analysis***, Psychological Bulletin,125(4.
182. Mach, J.E,: (1983)"***Self – Esteem and its development: (Eds) the development and sustemenceof self esteem in childhood***, International universities press, New York.

183. Maccoby. E.E. and Jacklin, C.N(1980):***C.N. sex Difference in aggression*** :Rejoinder and Reprise Child Development" Vol51.
184. McNamara , S. (2000) : ***Stress in Young people what new and what new and what can we do*** ? London .
185. Meyer, James (1981) , ***" Higher Education and Future National Needs Journal of National Forum***: Vol.61 No(2).
186. Mobya, M. (1993), ***Parental Behavior and African Adolescents self-concept,*** School Psychology international, 14(1).
187. Rakowski, William (1984) " ***Future Orientation and perceptions of old age and older persons "***. Journal of Education , v48 n6 p302-08 Jun 1984.
188. Roberts , Patsy Lavonne .(1997):" **Thereat to self –esteem A mediating Variable in student aggression** " U M I "Company United States Code .
189. Robins, Richard W., Tracy, Jessica L., Trzesniewski, Kali, Potter, Jeff, and Gosling, Samuel D. (2001). Personality Correlates of Self-Esteem, Journal of Research in Personality, 35.
190. Robson.P.J(1988***):Self- Esteem A psychiatric view***, British Journal of psychology, 153 .
191. Rogers, C.R.(1969) : ***Toward Ascience of the Person*** . In . Sutich , A.J.& Vich
192. Rosenberg, M(1979***):Conceiving the self,*** New York Basic Book inc.
193. Schonwetter, Dieter J.; And Others (1995). ***"An Empirical Investigation of Effective College Teaching Behaviors and Student Differences***: Lecture Organization and Test Anxiety" Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association (San Francisco, CA, April 18-22, 1995) .
194. Shavelson, R.; Hubner, J. & Stanton, G. (1976) ***Self-concept*** : Validation of construct interpretations. Review of Educational Research. 46, No. 3.
195. Smith, Heather & Betz, Nancy (2002) ***An examination of efficacy and esteem pathways to depression in young adulthood***. Journal of Counseling Psychology. 49, No. 4.
196. Solomon,C. Ruth and serres Francoise (1999):" ***Effects of parental Verbal Aggression Child Drens. Self –esteem and school*** March "child Abuse and Neglect , vol23, No4 .
197. Spielberger , D . (1976) : ***The nature and measurement of anxiety London***
198. Staub, Ervin. (1999) "Aggression and Self-esteem", University of Massachusetts ant Amherst. http://www.apa.org/monitor/jangg/point/html
199. Wise, K.L, and bandy K..A (1991) Social skills training for Young adolescents. Adolescence 26(101).
200. Woll, Stanley B.; Navarrete, Juan B.; Sussmann, Lauren J.; Marcoux, Sara (1998) ." ***College Students' Ability To Reason about Personally Relevant Issues"*** Paper presented at the American Psychological Association Annual Convention (106th, San Francisco, CA, August.

201. Zahn-Waxer, C. and Others, (1984): ***"Altruism, Aggression, and Social Interactions*** in Young Children with a Monic-Depressive Parent". Child Development. vol. , pp, **112-122**

202. Zaleski , Z. (1989) ***: Attributions and emotion related to future goal attainment*** , Journal of Educational psychology , Vol. (80) , N.(4)

الملاحق

الملاحق (1)

يوضح أسماء الأساتذة المحكمين للأدوات جمع البيانات

م	الاسم	الدرجة العلمية	مكان العمل
1	د.الرشيد إسماعيل	أستاذ مشارك	جامعة النيلين– قسم علم النفس
2	د.محجوب الصديق محمد	أستاذ مساعد.	جامعة دنقلا– علم النفس
3	د.حسين عبد الله	أستاذ مساعد.	جامعة ام درمان الإسلامية–قسم علم النفس
4	د.عثمان عبد الله	أستاذ مساعد.	جامعة دنقلا – قسم العلوم النفسية والتربوية
5	د.سماح مصطفى محمد	أستاذ مساعد.	جامعة النيلين–قسم علم نفس أستاذ مساعد
6	د.أم كلثوم أحمد	أستاذ مساعد.	جامعة النيلين –قسم علم نفس
7	د.أشرف محمد أحمد	أستاذ مساعد.	جامعة النيلين – قسم علم نفس

ملحق (2)

مقياس تقدير الذات الصورة الأصلية

المحور الأول :تقدير الذات العائلي:

م	العبارة	أوافـــق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافـــق بشدة
1.	والدي فخوران بي.				
2.	أجد إهمال من الأسرة في المنزل.				
3.	لدى الوالدين إحساس بأنه يمكن الاعتماد علي.				
4.	والداي يتخليان عني.				
5.	يحاول والداي فهم وجهة نظري في الأعمال التي أقوم بها.				
6.	يتوقع والداي مني الكثير.				
7.	أنا شخص مهم في أسرتي.				
8.	أحس بأنني شخص غير مرغوب فيه في المنزل.				
9.	والداي يعتقدان بأنني سأكون شخصًا ناجحًا في المستقبل.				
10.	أتمنى لو كنت ولدت في أسرة أخرى.				
	المحور الثاني :تقدير الذات المدرسي:				
11.	المعلمون يتوقعون مني الكثير.				
12.	أنا جيد في فعل الأشياء مثلي مثل الآخرين.				
13.	أشعر بأنني عديم الفائدة في المدرسة.				
14.	أنا فخور بدرجاتي.				
15.	المدرسة أكثر صعوبة لي مما هي عليه بالنسبة للطلاب الآخرين.				
16.	المعلمون عادة ما يكون سعداء من الواجبات التي أقوم بأدائها.				
17.	معظم المدرسين لا يفهمونني.				
18.	أنا شخص مهم في الفصل.				
19.	يبدو أنني مهما بذلت من الجهد فأني لا أحصل على الدرجات التي أستحقها.				

20.	أشعر أنني محظوظ بنوعية المعلمين الذين درسوني منذ التحاقي بالمدرسة حتى الآن.				
المحور الثالث :تقدير الذات الرفاقي(جماعة الأصدقاء)					
21.	لدي أصدقاء كثيرون في نفس عمري.				
22.	لست محبوبًا مثل الآخرين الذين هم في نفس عمري.				
23.	ليست لدي علاقات كثيرة مثل الآخرين الذين ممن هم في نفس عمري.				
24.	الأشخاص من نفس عمري غالبًا ما يضايقوني.				
25.	بعض الأصحاب يعتقدون أنني مرح كثيرًا وأنه من الممتع أن أكون معهم.				
26.	عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم.				
27.	أشخاص آخرون يتمنون لو كانوا مثلي.				
28.	أتمنى لو كنت شخصًا مختلفًا حتى يكون عندي أصدقاء كثيرين.				
29.	لو أن أصدقائي قرروا التصويت على قادة للمجموعة فسوف ينتخبونني ضمن المراكز القيادية العليا.				
30.	عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة.				

ملحق (3)

مقياس تقدير الذات الصورة المبدئية

م	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
1.	والدي فخور بي.			
2.	أجد إهمال من الأسرة في المنزل.			
3.	لدى الوالدين إحساس بأنه يمكن الاعتماد علي.			
4.	والداي يتخليان عني.			
5.	يحاول والداي فهم وجهة نظري في الأعمال التي أُقوم بها.			
6.	يتوقع والداي مني الكثير.			
7.	أنا شخص مهم في أسرتي.			
8.	أحس بأنني شخص غير مرغوب فيه في المنزل.			
9.	والداي يعتقدان بأنني سأكون شخصًا ناجحًا في المستقبل.			
10.	أتمنى لو أنني ولدت في أسرة أخرى.			
11.	أساتذتي يتوقعون مني الكثير.			
12.	أنا جيد في فعل الأشياء مثلي مثل الآخرين.			
13.	أشعر بأنني عديم الفائدة في الجامعة.			
14.	أنا فخور بدرجاتي.			
15.	الدراسة بالجامعة أكثر صعوبة لي مما هي عليه بالنسبة للطلاب الآخرين.			
16.	الأساتذة عادة ما يكون سعداء من الواجبات التي أقوم بأدائها.			
17.	معظم أساتذتي لا يفهمونني.			
18.	أنا شخص مهم في قاعة الدراسة.			
19.	مهما بذلت من الجهد فأني لا أحصل على الدرجات التي أستحقها.			
20.	أشعر أنني محظوظ بنوعية المعلمين الذين درسوني منذ التحاقي بالجامعة حتى الآن.			
21.	لدي أصدقاء كثيرون في نفس عمري.			
22.	لست محبوباً مثل الآخرين الذين هم في نفس عمري.			

23.	ليست لدي علاقات كثيرة مثل الآخرين الذين ممن هم في نفس عمري.			
24.	الأشخاص من نفس عمري غالباً ما يضايقوني.			
25.	بعض الأصحاب يعتقدون أنني مرح كثيرًا وأنه من الممتع أن أكون معهم.			
26.	عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم.			
27.	أشخاص آخرون يتمنون لو كانوا مثلي.			
28.	لو أن أصدقائي قرروا التصويت على قادة للمجموعة فسوف ينتخبونني ضمن المراكز القيادية العليا.			
29.	عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة.			

ملحق (4)

مقياس تقدير الذات الصورة النهائية

م	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
1.	والدي فخور بي.			
2.	أجد إهمال من الأسرة في المنزل.			
3.	لدى الوالدين إحساس بأنه يمكن الاعتماد علي.			
4.	والداي يتخليان عني.			
5.	يحاول والداي فهم وجهة نظري في الأعمال التي أُقوم بها.			
6.	يتوقع والداي مني الكثير.			
7.	أنا شخص مهم في أسرتي.			
8.	أحس بأنني شخص غير مرغوب فيه في المنزل.			
9.	والداي يعتقدان بأنني سأكون شخصًا ناجحًا في المستقبل.			
10.	أتمنى لو أنني ولدت في أسرة أخرى.			
11.	أساتذتي يتوقعون مني الكثير.			
12.	أنا جيد في فعل الأشياء مثلي مثل الآخرين.			
13.	أشعر بأنني عديم الفائدة في الجامعة.			
14.	أنا فخور بدرجاتي.			
15.	الدراسة بالجامعة أكثر صعوبة لي مما هي عليه بالنسبة للطلاب الآخرين.			
16.	الأساتذة عادة ما يكون سعداء من الواجبات التي أقوم بأدائها.			
17.	معظم أساتذتي لا يفهمونني.			
18.	أنا شخص مهم في قاعة الدراسة.			
19.	مهما بذلت من الجهد فأني لا أحصل على الدرجات التي أستحقها.			
20.	أشعر أنني محظوظ بنوعية المعلمين الذين درسوني منذ التحاقي بالجامعة حتى الآن.			
21.	لدي أصدقاء كثيرون في نفس عمري.			

22.	لست محبوباً مثل الآخرين الذين هم في نفس عمري.			
23.	ليست لدي علاقات كثيرة مثل الآخرين الذين ممن هم في نفس عمري.			
24.	الأشخاص من نفس عمري غالباً ما يضايقوني.			
25.	بعض الأصحاب يعتقدون أنني مرح كثيرًا وأنه من الممتع أن أكون معهم.			
26.	عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم.			
27.	أشخاص آخرون يتمنون لو كانوا مثلي.			
28.	لو أن أصدقائي قرروا التصويت على قادة للمجموعة فسوف ينتخبونني ضمن المراكز القيادية العليا.			
29.	عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة.			

ملحق (5)

مقياس قلق المستقبل الصورة الأصلية

م	العبارة	موافق	موافق تماما	غير موافق	غير موافق تماما	لا أستطيع تحديد رأيي
1	يجعلني التفكير في المستقبل متشائماً					
2	يخيفني التغير الذي يمكن أن يطرأ على العالم					
3	تقلقني التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل					
4	أشعر بعدم الأمان بالنسبة لحياتي في المستقبل					
5	يصيبني القلق على ما يحدث لي في المستقبل					
6	يشغل التفكير حياتي بخصوص المستقبل					
7	يقلقني التفكير في المستقبل					
8	يجعلني التفكير في حياتي المستقبلية مضطرباً					
9	تراودني فكرة موت شخص عزيز على					
10	تنتابني وساوس بأنني سأموت قريباً					
11	تشغلني مشكلة غلاء الأسعار باستمرار					
12	يقلقني ما يطرأ على القيم من تغيرات					
13	أخشى دائما من زيادة موجة العنف والعنف المضاد					
14	أشعر بأن المستقبل سيمثل لي مشكلة					
15	أشعر بالطمأنينة والهدوء بالنسبة لحياتي المستقبلية					
16	أشعر بقلق شديد بمستقبل ولأدي في المستقبل					
17	أعتقد أن التفكير في المستقبل هو المصدر الأساسي لقلقي					
18	يشغلني التفكير في الكوارث الطبيعية المتوقعة					
19	أعتقد أن معدل الوفيات ستزداد مستقبلاً					
20	يضايقني كثيراً الحديث عن الموت					
21	أخشى من انتشار الأمراض الخطيرة (الوبائية)					

22	أخشى من انتشار الحروب واستخدام الأسلحة الفتاكة					
23	أخشى من نقص المياه في المستقبل					
24	تشغلني نسبة الزيادة المستمرة في السكان					
25	أشك في أنني حققت طموحي الدراسي					
26	أشعر بأنني سكون مستقراً في حياتي القادمة					
27	أشعر بأنني سكون من المتفوقين في مجال تخصصي					
28	أشعر بأنني لن أحقق السعادة في حياتي القادمة					
29	أخشى من صعوبة الحصول على عمل في المستقبل					
30	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في حياتي الأسرية					
31	أعتقد أن حياتي المستقبلية ستكون سعيدة					
32	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في تحقيق السعادة مستقبلاً					
33	تراودني كثيراً فكرة إصابتي بمرض خطير					
34	أخاف من الموت					
35	أشعر بأن المستقبل غامض					
36	يقلقني تأخر سن الزواج بين الشباب					
37	أخشى من زيادة الآثار السلبية لتقنيات الحديثة مثل (الفضائيات و الانترنت ،الهواتف المحمولة)					
38	أخشى على صحتي من تلوث البئية					

ملحق (6)

مقياس قلق المستقبل الصورة المبدئية

م	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
1.	أشعر بغموض مستقبلي ومستقبل أسرتي.			
2.	أشعر بالتشاؤم عندما أفكر في المستقبل			
3.	أشعر بعدم الأمان لحياتي المستقبلية.			
4.	أخشى دائما من زيادة موجة العنف والعنف المضاد			
5.	أشعر بأن مشكلتي في مستقبلي			
6.	أخشى من انتشار الأمراض الخطيرة (الوبائية)			
7.	أخشى من انتشار الحروب واستخدام الأسلحة الفتاكة			
8.	أخشى من صعوبة الحصول على فرصة عمل تناسبني في المستقبل			
9.	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في حياتي الأسرية			
10.	تخيفني التغير السلبية التي يمكن أن يطرأ على حياتي			
11.	أنا قلق من التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل			
12.	تشغلني مشكلة غلاء الأسعار باستمرار			
13.	يشغلني كثيرا التفكير في الكوارث الطبيعية المتوقعة			
14.	تشغلني كثيراً مشكلة الزيادة المستمرة في السكان			
15.	شك في تحقيق طموحاتي المستقبلية			
16.	يقلقني تأخر سن الزواج بين الشباب			
17.	أخشى من زيادة الآثار السلبية للتقنيات الحديثة مثل (الفضائيات و الانترنت ،الهواتف المحمولة).			
18.	ينتابني القلق لما سيحدث لي مستقبلاً			
19.	يشغل التفكير حياتي بخصوص المستقبل			
20.	يجعلني التفكير في حياتي المستقبلية مضطرباً			
21.	يقلقني ما يطرأ على القيم من تغيرات			

22.	أعتقد أن التفكير في المستقبل هو المصدر الأساسي لقلقي			
23.	أشعر بأنني سأكون من المتفوقين في مجال عملي			
24.	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في تحقيق السعادة مستقبلاً			
25.	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في حياتي الأسرية			
26.	أخاف من موت أشخاص مقربين لي			
27.	تنتابني وساوس بالموت القريب			
28.	أعتقد أن معدل الوفيات ستزداد مستقبلاً			
29.	يضايقني كثيراً الحديث عن الموت			
30.	أخاف من الموت			

ملحق (7)

مقياس قلق المستقبل الصورة النهائية

م	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
1.	أشعر بغموض مستقبلي ومستقبل أسرتي.			
2.	أشعر بالتشاؤم عندما أفكر في المستقبل			
3.	أشعر بعدم الأمان لحياتي المستقبلية.			
4.	أخشى دائما من زيادة موجة العنف والعنف المضاد			
5.	أشعر بأن مشكلتي في مستقبلي			
6.	أخشى من انتشار الأمراض الخطيرة (الوبائية)			
7.	أخشى من انتشار الحروب واستخدام الأسلحة الفتاكة			
8.	أخشى من صعوبة الحصول على فرصة عمل تناسبني في المستقبل			
9.	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في حياتي الأسرية			
10.	تخيفني التغير السلبية التي يمكن أن يطرأ على حياتي			
11.	أنا قلق من التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل			
12.	تشغلني مشكلة غلاء الأسعار باستمرار			
13.	يشغلني كثيرا التفكير في الكوارث الطبيعية المتوقعة			
14.	تشغلني كثيراً مشكلة الزيادة المستمرة في السكان			
15.	شك في تحقيق طموحاتي المستقبلية			
16.	يقلقني تأخر سن الزواج بين الشباب			
17.	أخشى من زيادة الآثار السلبية للتقنيات الحديثة مثل (الفضائيات و الانترنت ،الهواتف المحمولة).			
18.	ينتابني القلق لما سيحدث لي مستقبلاً			
19.	يشغل التفكير حياتي بخصوص المستقبل			
20.	يجعلني التفكير في حياتي المستقبلية مضطرباً			
21.	يقلقني ما يطرأ على القيم من تغيرات			

22.	أعتقد أن التفكير في المستقبل هو المصدر الأساسي لقلقي			
23.	أشعر بأنني سأكون من المتفوقين في مجال عملي			
24.	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في تحقيق السعادة مستقبلاً			
25.	يشغلني التفكير في احتمال فشلي في حياتي الأسرية			
26.	أخاف من موت أشخاص مقربين لي			
27.	تنتابني وساوس بالموت القريب			
28.	أعتقد أن معدل الوفيات ستزداد مستقبلاً			
29.	يضايقني كثيراً الحديث عن الموت			
30.	أخاف من الموت			

ملحق (8)

مقياس السلوك العدواني الصورة الأصلية

الرقم	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
.1	أشعر بالتوتر عندما يسيء الآخرين الظن بي			
.2	أنا شخص يحترم ويقدر الآخرين			
.3	لدى رغبة في الحط من قيمة الأشياء .			
.4	عندما أكون متضايقاً أشعر بالرغبة في تحطيم كل شيء تقع عليه عيناي .			
.5	أشعر بالرغبة في تحدي ومواجهة أي شخص لا يتفق مع آرائي وتصرفاتي .			
.6	أتجنب الوقوع في المواقف المحبطة بهدف الابتعاد عن الصراعات مع الآخرين			
.7	أقوم بمشاجرات كثيرة مع زملائي .			
.8	أثور وأغضب عندما أشعر أنني مظلوم .			
.9	أشعر بالسخط على الآخرين الذين يحصلون على امتيازات أكثر مني .			
.10	أشعر بالتوتر عندما يحاول شخص ما تشتيت انتباهي عما أقوم به من أعمال .			
.11	أشعر بالرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين .			
.12	أحب مشاهدة أفلام العنف .			
.13	يتهمني أصحابي بأني شخص مشاكس			
.14	أشعر بالاستياء من كل شيء .			
.15	أغضب من نفسي في بعض الحالات التي لا ترضيني .			
.16	أسب وشتم الآخرين			
.17	أغير طريقي لكي أتجنب مقابلة شخص ما .			
.18	أستسلم بسهولة عندما تواجهني مشكلة صعبة .			
.19	أشعر بفقدان الثقة بنفسي .			
.20	أواجه إساءة الآخرين لي بالإساءة .			
.21	أشعر بأنني سريع الغضب .			
.22	أستطيع التحكم بانفعالاتي .			

23.	أسيء فهم ظن الآخرين بي .			
24.	أنا شخص حساس جدا .			
25.	أشعر بالرغبة في إلحاق الأذى بنفسي			
26.	أكره الآخرين .			
27.	لدى الرغبة في استغلال الآخرين .			
28.	أتضايق عندما يبدى الآخرون اقتراحات بشأن ما أفعله .			
29.	أشعر بالسكينة الداخلية والرضي معظم الوقت .			
30.	أثور وأغضب عندما أحس أن الآخرين يستغلوني.			
31.	أسعى نحو الانتقام من نفسي في حالة تأمر الآخرين ضدي.			
32.	أشغل نفسي بعمل آخر عندما يتشاجر آخرين أمامي.			
33.	أداوم على قراءة القصص الذات المغامرات العنيفة.			
34.	أتمتع بتلف الأشياء.			

ملحق (9)

مقياس السلوك العدواني الصورة المبدئية

الرقم	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
.1	أشعر بالتوتر عندما يسيء الآخرين الظن بي			
.2	أنا شخص يحترم ويقدر الآخرين			
.3	لدى رغبة في الحط من قيمة الأشياء .			
.4	**عندما أكون متضايقاً أشعر بالرغبة في تحطيم كل شيء تقع عليه عيناي .**			
.5	أشعر بالرغبة في تحدي ومواجهة أي شخص لا يتفق مع آرائي وتصرفاتي .			
.6	أتجنب الوقوع في المواقف المحبطة بهدف الابتعاد عن الصراعات مع الآخرين			
.7	أقوم بمشاجرات كثيرة مع زملائي .			
.8	أثور وأغضب عندما أشعر بأنني مظلوم .			
.9	أشعر بالسخط على الآخرين الذين يحصلون على امتيازات أكثر مني .			
.10	أشعر بالتوتر عندما يحاول شخص ما تشتيت انتباهي عما أقوم به من أعمال .			
.11	أشعر بالرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين .			
.12	أتمتع بتلف الأشياء			
.13	يتهمني أصحابي بأني شخص مشاكس			
.14	أشعر بالاستياء من كل شيء.			
.15	أغضب من نفسي في بعض الحالات التي لا ترضيني .			
.16	أسب وشتم الآخرين			
.17	أغير طريقي لكي أتجنب مقابلة شخص ما .			
.18	أستسلم بسهولة عندما تواجهني مشكلة صعبة .			
.19	أشعر بفقدان الثقة بنفسي .			
.20	أواجه إساءة الآخرين لي بالإساءة .			

21.	أشعر بأنني سريع الغضب مع الآخرين.			
22.	أستطيع التحكم بانفعالاتي .			
23.	أسيء فهم ظن الآخرين بي .			
24.	أنا شخص حساس جدا .			
25.	أشعر بالرغبة في إلحاق الأذى بالأشياء من حولي			
26.	أكره الآخرين الذين لا اتفق معهم			
27.	لدى الرغبة في استغلال الآخرين .			
28.	أتضايق عندما يبدى الآخرون اقتراحات بشأن ما أفعله .			
29.	أشعر بالسكينة الداخلية والرضا معظم الوقت .			
30.	أثور وأغضب عندما أحس أن الآخرين يستغلوني.			
31.	أسعى نحو الانتقام من كل شيء حولي في حالة تأمر الآخرين ضدي.			
32.	أشغل نفسي بعمل آخر عندما يتشاجر آخرين أمامي.			
33.	أضبط نفسي عندما أغضب			
34.	أتمتع بتلف الأشياء.			

ملحق (10)

مقياس السلوك العدواني الصورة النهائية

الرقم	العبارة	أوافق	أوافق لحد ما	لا أوافق
1.	أشعر بالتوتر عندما يسيء الآخرين الظن بي			
2.	أنا شخص يحترم ويقدر الآخرين			
3.	لدى رغبة في الحط من قيمة الأشياء .			
4.	عندما أكون متضايقاً أشعر بالرغبة في تحطيم كل شيء تقع عليه عيناي .			
5.	أشعر بالرغبة في تحدي ومواجهة أي شخص لا يتفق مع آرائي وتصرفاتي .			
6.	أتجنب الوقوع في المواقف المحبطة بهدف الابتعاد عن الصراعات مع الآخرين			
7.	أقوم بمشاجرات كثيرة مع زملائي .			
8.	أثور وأغضب عندما أشعر بأنني مظلوم .			
9.	أشعر بالسخط على الآخرين الذين يحصلون على امتيازات أكثر مني .			
10.	أشعر بالتوتر عندما يحاول شخص ما تشتيت انتباهي عما أقوم به من أعمال .			
11.	أشعر بالرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين .			
12.	أتمتع بتلف الأشياء			
13.	يتهمني أصحابي بأني شخص مشاكس			
14.	أشعر بالاستياء من كل شيء.			
15.	أغضب من نفسي في بعض الحالات التي لا ترضيني .			
16.	أسب وشتم الآخرين			
17.	أغير طريقي لكي أتجنب مقابلة شخص ما .			
18.	أستسلم بسهولة عندما تواجهني مشكلة صعبة .			
19.	أشعر بفقدان الثقة بنفسي .			
20.	أواجه إساءة الآخرين لي بالإساءة .			

21.	أشعر بأنني سريع الغضب مع الآخرين.			
22.	أستطيع التحكم بانفعالاتي .			
23.	أسيء فهم ظن الآخرين بي .			
24.	أنا شخص حساس جدا .			
25.	أشعر بالرغبة في إلحاق الأذى بالأشياء من حولي			
26.	أكره الآخرين الذين لا اتفق معهم			
27.	لدى الرغبة في استغلال الآخرين .			
28.	أتضايق عندما يبدى الآخرون اقتراحات بشأن ما أفعله .			
29.	أشعر بالسكينة الداخلية والرضا معظم الوقت .			
30.	أثور وأغضب عندما أحس أن الآخرين يستغلوني.			
31.	أسعى نحو الانتقام من كل شيء حولي في حالة تأمر الآخرين ضدي.			
32.	أشغل نفسي بعمل آخر عندما يتشاجر آخرين أمامي.			
33.	أضبط نفسي عندما أغضب			
34.	أتمتع بتلف الأشياء.			