

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -
كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

الميدان: علوم إجتماعية

الشعبة: علوم التربية

التخصص: علم النفس التربوي

إعداد الطالبتين :

- زقيعط سمية

- حساسة زينب

بعنوان:

تقدير الذات الأكاديمية وعلاقتها بالتوافق النفسي

دراسة ميدانية لدى تلاميذ الثالثة ثانوي ببعض ثانويات بمدينة ورقلة

نوقشت بتاريخ 07 / 06 / 2022

أمام اللجنة المكونة من السادة:

د. خميس محمد سليم	جامعة قاصدي مرباح ورقلة	رئيسا اللجنة
د. صالح طارق	جامعة قاصدي مرباح ورقلة	مناقشا
د. لعجال ياسين	جامعة قاصدي مرباح ورقلة	مشرفا

الموسم الجامعي: 2021-2022

شكر وعرفان

قال تعالى: { وَلَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ }

أولا وقبل كل شيء أشكر الله عز وجل على
توفيقه لنا في إتمام هذا البحث كما أتقدم بالشكر
الجزيل إلى من أكرمني الله بإشرافه على هذا
البحث فكانو نعم الأخوة قبل المعلم ونعم المرشد
قبل المشرف الأستاذ **لعجال ياسين** و الأستاذة
خلادي يمينة وجميع أساتذة علوم التربية فنقول لهم
كنتم ينبوع المساعدة والنصائح والتوجيهات التي

إهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى من قال فيهما الرحمن

{وأخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب إرحمهما كما ربياني صغيرا أمي وإبي }

إلى من تعجز الأسطر والكلمات عن الامتنان له إلى الذي ألهمني روح القوة وعلمني معنى التحدي أمام الصعاب وقهر الظروف
والحنن إلى أبي ربّي يتغمده برحمته

إلى التي حملتني وهنا على وهن وربّني على الصفات والأخلاق الحميدة إلى

أعز الناس أمي

إلى زوجي الغالي وبناتي

إلى من رسمتهن كالحوريات يطفن حولي ويمسحن دمعتي إلى الشموع أخواتي

إلى قرة عيني وبهجة سروري ابني محمد طه

إلى كل عائلة زعيعط بولاية غارداية وعائلة الأخضري

إلى كل أساتذتي الكرام بجامعة قاصدي مرباح بورقلة

وإلى كل صديقاتي في مشواري الدراسي

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا

كلمة شكر وتقدير

الشكر والحمد لله في علاه ،فإليه ينسب الفضل كله على توفيقنا ...ليبلىح
الجهد مبتغاه.

فلا يسعنا في هذه اللحظة أن نقدم كل الشكر والامتنان وخالص العرفان
والتقدير إلى أستاذنا الفاضل المشرف على هذا العمل الأستاذ الدكتور
"لعمال ياسين" على دعمه وتوجيهاته القيمة فجزاها الله ألف خير
كما نوجه أسمى الشكر و التقدير إلى جميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم
التربية على تعاونهم معنا لإتمام هذا العمل القيم.

والى كل من قدم لنا يد العون استاذي الفاضل لقوقي الهاشمي

وشكر خاص للطاقم التربوي و الإداري بثانويات مدينة ورقلة الذي كان
سندا في تطبيق هذه الدراسة.

• سمية وزينب

إهداء

ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة الحالية الى التعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات الاكاديمية والتوافق النفسي لدى عينة من تلاميذ الثالثة ثانوي، وكذا معرفة إذا ما كانت توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التوافق النفسي واستبيان تقدير الذات الاكاديمية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص.

حيث تمت صياغة فرضيات الدراسة على النحو التالي:

- *هناك علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الاكاديمي و التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- *توجد فروق دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- *توجد فروق ذات دلالة إحصائية ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص.
- *توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- *توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص.

وبغية الاجابة على التساؤلات واختبار صحة الفرضيات تم تحديد مجتمع الدراسة الذي تكون من (380) تلميذا وتلميذة موزعين على ثانويتين، أما عينة الدراسة فتألفت من (134) تلميذا وتلميذة منهم (81) تلميذة (إناث)، و(53) تلميذ (ذكور)، وبالنسبة للتخصص العلمي بلغ عدد التلاميذ (74) تلميذا و تلميذة، في حين قدر عدد التلاميذ التخصص الأدبي (60) تلميذا وتلميذة، وبما ان الدراسة تدرج ضمن الدراسات الوصفية فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي.

أما الادوات التي تم الاعتماد عليها في جمع المعلومات والبيانات فتمثلت في اداتين هما: استبيان تقدير الذات الاكاديمية، ومقياس التوافق النفسي من اعداد سرى إجلال محمد، وبالنسبة لأساليب الاحصائية فقد تم استخدام معامل بيرسون لاختبار فرضية العلاقة، و اختبار t.test. لاختبار دلالة الفروق وجل هذا بالاعتماد على برنامج الاحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية Spss.

حيث اسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- *هناك علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات الاكاديمية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- *توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات بين أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.
- *لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الاكاديمية بين أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص.
- *توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في توافقهم النفسي.
- *لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في توافقهم النفسي تبعاً لمتغير التخصص.

Résumé

La présente étude vise à identifier la nature de la relation entre l'estime de soi académique et la compatibilité psychologique dans un échantillon d'élèves de troisième année, ainsi qu'à déterminer s'il existe des différences statistiquement significatives dans les scores moyens d'un échantillon sur l'échelle de compatibilité psychologique et le questionnaire sur l'estime de soi académique selon le sexe et les variables de spécialisation.

Les hypothèses de l'étude ont été formulées comme suit:

- Il existe une corrélation entre l'estime de soi scolaire et la compatibilité psychologique chez les élèves de troisième année du secondaire.
- Il existe des différences statistiquement significatives dans l'estime de soi scolaire chez les élèves de troisième année du secondaire attribuables à la variante de genre.
- Il existe des différences statistiquement significatives dans l'estime de soi scolaire chez les élèves de troisième année du secondaire attribuables à la variable de spécialisation.
- Il existe des différences significatives dans le degré de compatibilité psychologique chez les élèves de troisième année du secondaire attribuables à la variante de genre.
- Il existe des différences significatives dans le degré de compatibilité psychologique entre les étudiants de troisième année du secondaire en raison de la variable de spécialisation.

Afin de répondre aux questions et de tester la validité des hypothèses a été déterminée la communauté d'étude, qui se compose de (380) étudiants et étudiants répartis sur deux secondaires, l'échantillon de l'étude se composait de (134) étudiants et étudiants, dont (81) étudiants (femmes), et(53) étudiants (hommes), et pour la spécialisation scientifique atteint (74) étudiants et étudiants, tandis que le nombre d'étudiants associatif.

Les outils sur lesquels on s'est appuyé pour collecter des informations et des données ont été représentés dans deux outils: le questionnaire académique sur l'estime de soi et la mesure de la compatibilité psychologique préparée par Seri Ijlal Mohammed, et pour les méthodes statistiques, le coefficient de Pearson a été utilisé pour tester l'hypothèse de la relation et le test .pour tester la signification des différences et faire cela sur la base du programme de statistiques appliquées dans les sciences sociales..

L'étude a abouti aux résultats suivants:

- Il existe une corrélation positive entre l'estime de soi scolaire et la compatibilité psychologique chez les élèves de troisième année du secondaire.
- Il existe des différences significatives dans le degré d'estime de soi des membres de l'échantillon de l'étude en raison de la variante de genre.
- Il n'y a pas de différences significatives dans le degré d'estime de soi académique entre les membres de l'échantillon d'étude en fonction de la variable de spécialisation.
- Il existe des différences significatives entre les hommes et les femmes dans leur compatibilité psychologique.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives entre les membres de l'échantillon de l'étude dans leur compatibilité psychologique en fonction de la variable de spécialisation.

فهرس المحتويات

I	 شكر وعرفان
II	 إهداء
III	 كلمة شكر وتقدير
IV	 ملخص الدراسة:
VI	 فهرس المحتويات
ب	 مقدمة
1	 تقديم مشكلة الدراسة الفصل الأول:
2	 مشكلة الدراسة : 1-
7	 2-فرضيات الدراسة :
7	 3-أهداف الدراسة:
7	 4-أهمية الدراسة:
8	 5-حدود الدراسة:
8	 6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:
9	 تقدير الذات الأكاديمية الفصل الثاني :
10	 تمهيد:
10	 أولاً: الذات
13	 ثانياً: تقدير الذات
18	 ثالثاً: تقدير الذات الأكاديمي
22	 خلاصة الفصل
23	 التوافق النفسي الفصل الثالث:
24	 تمهيد:
24	 أولاً : التوافق
27	 ثانياً : التوافق النفسي
44	 خلاصة الفصل
45	 الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية
46	 تمهيد:
47	 1-منهج الدراسة:
47	 2-الدراسة الاستطلاعية:
48	 اسم المؤسسة

فهرس المحتويات

عدد التلاميذ	48
النسب المئوية	48
ثانوية مالك بن نبي * رويسات *	48
15	48
50	48
ثانوية محمد العيد* حي بوزيد *	48
15	48
50	48
المجموع	48
30	48
100	48
3-الدراسة الأساسية:	52
خلاصة	54
الفصل الخامس : عرض مناقشة نتائج الدراسة	55
تمهيد:	56
1. عرض وتفسير ومناقشة فرضيات الدراسة :	57
2-عرض وتفسير نتيجة الفرضية الثانية:	58
3-عرض وتفسير نتيجة الفرضية الثالثة:	59
الاستنتاج العام:	65
: التوصيات والمقترحات	66
الخاتمة	67
: الخاتمة	68
:قائمة المصادر و المراجع :	70
:الملاحق	78

48	الجدول رقم 1 يوضح المؤسسات التي اخترت منها عينة الدراسة الاستطلاعية:
49	الجدول رقم 2 يوضح الصدق التمييزي لاستبيان تقدير الذات الأكاديمية
52	الجدول رقم 3 يوضح الصدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي
53	الجدول رقم 4 يوضح حجم العينة المسحوبة من مجتمع الدراسة.
57	الجدول رقم 5
58	الجدول رقم 6 يوضح الفرق في تقدير الذات الأكاديمية بين افراد العينة باختلاف الجنس
60	الجدول رقم 7 يوضح الفرق في تقدير الذات الأكاديمية بين افراد العينة باختلاف التخصص.
62	الجدول رقم 8 يوضح الفرق في التوافق النفسي بين افراد العينة باختلاف الجنس.
63	الجدول رقم 9 يوضح الفرق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص

مقدمة

تشكل العملية التربوية محور اهتمام كثير من الباحثين والمختصين في مجال التربوي لكونها تمثل أساس تقدم المجتمعات وتطورها، ويعتبر التلميذ واحدا من المحركات الأساسية لهذه العملية، لذلك نجد زيادة اهتمام الباحثين في المجالات المختلفة للعلوم التربوية و النفسية بالتركيز عليه لمساعدته على استغلال كل إمكانياته من أجل تحقيق التعلم الأمثل، وهذت ما ذهبت إليه النظريات الحديثة في التعلم المدرسي، والتي ترى أن تبني المتعلم لمسؤولية تعلمه أمرا في غاية الأهمية لزيادة قدرته على تحسين أدائه الأكاديمي ، واهتمت على جانب هذا بالجوانب السيكولوجية للتلميذ المتعلم التي تؤثر على أدائه وإنجازه المدرسي.

وإذا كان الهدف الأحادي من العملية التعليمية قديما هو نجاح التلميذ في الامتحانات، فإن النظرة الحديثة تراوحت تلك التصورات فلم يعد الهدف من العملية التعليمية مقصورا على التعليم فقط، بل أصبحت تتطلع نحو بناء شخصية المتعلم وتنميتها من كافة الجوانب، بحيث يتجه المتعلم نحو الكمال الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، ومن جملة ما تلح عليه البحوث والدراسات العلمية في علم النفس و سيكولوجية الشخصية مبدأ التكامل الشخصي للمتعلم والاهتمام بتوافقه انطلاقا من اتجاهاته ورؤيته وتقييمه لذاته، لذا يعتبر كل من كارل روجرز و فروم أن الذات جوهر الشخصية ومفهوم الذات حجر الزاوية فيها هو الذي ينظم سلوك الفرد ويحقق صحته النفسية.

حيث يشكل مفهوم الذات بعدا هاما في دراسة الشخصية وعاملا أساسيا من عوامل التي تؤثر على سلوك الفرد وتوافقه، ويعتبره العديد من العلماء الأساس في وحدة الشخصية، إذ لا يمكن تحقيق فهما واضحا لها وللسلوك بوجه عام دون أن تتضمن متغيراتها مفهوم الذات، ونظرا لتشعب هذا المفهوم نجد أن تتدرج تحته عدة مفاهيم فرعية لعل أبرزها مفهوم تقدير الذات.

إذ يعد هذا الأخير متصلا اتصالا وثيقا بمفهوم الذات وهو جانب منه، لأن الحكام القيمة التي يصدرها الفرد عن ذاته متضمن متضمنة فيما يتعلمه من خلال تفتله مع مختلف المواقف والخبرات التي يمر بها أثناء محاولته التكيف مع البيئة، ولقد حظى موضوع تقدير الذات باهتمام لا يقل شأنًا عن مفهوم الذات ، خاصة إذا تحدثنا عن تقدير الذات لدى المتعلم فيما يتعلق بأدائه الأكاديمي، وهذا ما اصطلح عليه الباحثين بتقدير الذات الأكاديمية، على اعتبار أن العمل على جعل المتعلمين يرون أنفسهم بصورة إيجابية يساهم في استنهاض قدراته واستعداداته، وبات أمرا جليا أن تقدير الذات المرتفع يقود لمزيد من الكفاءة وتحسين أداء التلاميذ في المدرسة.

وتعتبر مختلف المواقف والخبرات المدرسية التي يعيشها التلميذ من المصادر المهمة المؤثرة في تقديره لذاته الأكاديمية، فالمعلم من خلال معاملته للتلاميذ واستخدامه لمختلف طرق و أساليب التقييم والتقييم، و المنهاج بما يتضمنه من محتويات، وجماعة الرفاق، والادارة المدرسية بما تقدمه من خدمات للتلاميذ كلها عوامل من شأنها أن تؤثر على تقدير التلميذ لذاته الأكاديمية بالإيجاب فترفع من مستوى تقديره لذاته، فيصبح أكثر مثابرة واجتهادا لتحقيق نتائج مدرسية جيدة ، أو بالسلب فتخفض من مستوى تقديره لذاته الأكاديمية الأمر الذي يؤدي الى ضعف أدائه المدرسي.

كما أن النجاح والفشل الدراسي يؤثران في الطريقة التي ينظر فيها التلاميذ الى انفسهم وقدراتهم، إذ تشير نتائج الدراسات الى أن التلاميذ ذوي التحصيل العالي من المحتمل أن يطوروا مشاعر إيجابية نحو ذواتهم وقدراتهم والعكس بالنسبة للتلاميذ ذوي التحصيل المتدني، لأن النتائج التي يتحصل عليها التلميذ لها أهمية بالغة عند الاهل والمعلمين، الامر الذي يشكل على التلميذ في كثير من الاحيان ضغطا، بالإضافة الى الضغوط المرتبطة بظروف المحيط وبما وضعه من أهداف و غايات.

فتقدير التلميذ لذاته الأكاديمية بشكل ايجابي احد المفاهيم الاساسية للتوافق في مجال حياته، حي أثبتت الدراسات أن تحقيق التلميذ للتوافق في مدرسته يتعلق حقيقة ببناء الشخصية، و يربط المشكلات الشخصية والاجتماعية و الأكاديمية بوجه عام بتقدير ذات ضعيف بشكل واضح، يبدأ مبكرا في المدرسة لا يؤثر فقط على أداء التلاميذ في المجال الأكاديمي، وإنما يمتد التأثير ليشمل عالمه الاجتماعي، ونحن نلاحظ في مواقف الحياة اليومية كيف ان التلميذ يصل الى تحقيق توافقا للموقف المدرسي بعد استطاعته تكوين علاقة طيبة مع مدرسيه، أي بعد ان يكون قد استطاع أن يحقق لذاته شعورا بالتقبل و تقديرا ايجابيا لها.

وعليه جاءت هذه الدراسة لتلقي الضوء على هذين المفهومين ألا وهما تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي، وبغية الوصول الى معرفة العلاقة طبيعة العلاقة بينهما جاءت هذه الدراسة في جانبين : جانب نظري والاخر تطبيقي.

حيث تكون الجانب النظري من ثلاث فصول.

الفصل الاول: خصص الإطار العام للدراسة تناول إشكالية الدراسة و تساؤلاتها، فرضيات الدراسة، أسباب اختيار موضوع

الدراسة، أهداف وأهمية الدراسة ، بالإضافة الى تحديد المفاهيم وعرض الدراسات السابقة ذات صلة بمتغيرات الدراسة وصولا الى التعقيب على هذه الدراسات و ابراز مكانة الدراسة الحالية بينها.

الفصل الثاني: تم تناول في هذا الفصل متغير الدراسة الأول ألا وهو تقدير الذات الأكاديمية ، حيث تم التطرق أولاً الى ماهية تقدير الذات، ثم ثانيا الى تقدير الذات الأكاديمية.

الفصل الثالث: تم التطرق في هذا الفصل الى متغير الدراسة الثاني وهو التوافق النفسي بدءا باستعراض مفهوم التوافق وعلاقته ببعض المفاهيم (المسايرة و المغايرة، التكيف، والصحة النفسية)، يليه مباشرة ماهية التوافق النفسي لبدي يضم كل من تعريف، النظريات المفسرة له، معايير، أبعاده، مجالاته، أساليب التوافق المباشر و غير المباشرة، معيقاته، بالإضافة الى التطرق الى سوء التوافق النفسي وكيفية علاجه.

أما الجانب التطبيقي فقسم الى فصلين:

الفصل الرابع: تم فيه استعراض الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية بدءا بالدراسة الاستطلاعية و إجراءاتها، يليها عرض للخصائص السيكومترية الادوات الدراسية، المنهج المتبع في الدراسة، مجتمع وعينة الدراسة وصولا الى الاساليب الإحصائية المستخدمة.

الفصل الخامس: تم تخصيص هذا الفصل لعرض النتائج التي أسفرت عليها الدراسة الحالية، بدءا بعرض النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة والتعليق عليها، ثم تفسير ومناقشة هذه النتائج مع الإشارة لنتائج بعض الدراسات التي اتفقت مع نتائج الدراسة الحالية ، وصولا الى الاستنتاج العام الذي لخصت في الدراسة الميدانية وما خلصت إليه من نتائج.

الفصل الأول:

تقديم مشكلة الدراسة

1. مشكلة الدراسة
2. تساؤلات الدراسة
3. فرضيات الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. أهداف الدراسة
6. حدود الدراسة
7. التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة

1- مشكلة الدراسة :

يعتبر التعليم الثانوي من ركائز النظام التعليمي والتربوي في العالم وخاصة المرحلة التعليمية الثانوية النهائية والمتواصلة في نفس الوقت، وهذا بامتحان شهادة البكالوريا والتي تعد الجسر لمزاولة الدراسات العليا، ضف الى ذلك مرحلة التعليم تقابل أهم وأحرج مرحلة عمرية في حياة الفرد حسب تقييم مراحل النمو الانساني إذ أنه يغطي مرحلة المراهقة. (بلحاج، 2011، ص 170)

كما تعد مرحلة هامة فيما يتعلق بنمو مفهوم الذات وهذا عبر عنه كل من كارول سيجلمان و ديفيد شافري قولهما: "ربما لا توجد فترة في حياة الفرد أكثر أهمية بالنسبة لنمو الذات في مرحلة المراهقة ، في مرحلة بناء الذات وتكوين شخصية ذات اتجاهات وقيم سلمية وهذا ما يعتبر عن الهدف العام للتعليم الثانوي فيما يتعلق في خلق شخصية السوية المتزنة من جميع أبعادها.(الكفافي، 2008، ص 313).

والمر الذي يحتاج الى تأكيد أن النمو مفهوم الذات في مرحلة المراهقة المتوسطة والمتأخرة ليس عملية إضافات، فالمرهقون لا يقومون ببساطة إضافة أفكار أكثر تعقيدا وتجريدا عن أنفسهم الى مفاهيمهم المادية السابقة التي كونها في مرحلة الطفولة ، الآن المراهق يرى نفسه مختلف فالأفكار السابقة تختفي أو تندمج بالصورة الأكثر تعقيدا.

فإن تقدير الذات الأكاديمية على حد تعبير محمد مصطفى ديب يشير الى ذلك التقييم أو الحكم على الذات في ارتباطها بالأداء المدرسي في القراءة والكتابة والحساب والمهارات الاجتماعية وكيفية مشاركة الطالب في الأنشطة الصيفية داخل حجرة الدراسة وخارجها ومعرفة مدى توافق الطالب مع زملائه ومدرسيه ، وذلك لمعرفة مكانته بينهم بقصد تسهيل تعليمه وتكيفه مع من يتعاملون معه.

ونظرا للأهمية البالغة لتقدير الذات في حياة الفرد بصفة عامة والمتعلم بصفة خاصة فيما يتعلق بادائه الأكاديمي ، نجد ان الكثير من النظريات تفسيره ، فقد ذهب أصحاب الانسانية أمثال ماسلو الى القول أن تقدير الشخص لذاته نابع من حاجات أساسية ، وقام ماسلو بتنظيم تلك الحاجات على شكل هرم للوصول الى تحقيق الذات الواقع في قمة الهرم ، فهو يعتبر أن إشباع الحاجات الأساسية الفسيولوجية كالشعور بالأمن والانتماء وشعور الفرد بتقدير ذاته هو الذي يضمن له الوصول إلى تحقيق الذات.(بطرس، 2008، ص 479).

ومن الدراسات التي أشارت الى هذا الموضوع نجد دراسة إبراهيم احمد أبو زيد(1977): قام الباحث بدراسة مقارنة لتقدير الذات لدى الجنسين وعلاقته بالانتران الانفعالي وتكونت عينة بحثه من (270) فردا بصفتهم ذكورا والنصف الاخر من الاناث من طلبة

الجامعة و المعاهد العليا لتربية الرياضية بالإسكندرية, وقد استخدم الباحث ثلاث أدوات لقياس تقدير الذات والاتزان الانفعالي هي اختبار تقدير الذات للكبار ومقياس جيلفورد للتقلبات الوجدانية وقائمة ليزنك للشخصية بصورتها (أ . ب) وقد افترض الباحث وجود الفروض التالية :

1. وجود ارتباط بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى الجنسين يعكس فروقا بينهما عالية وهي فرق جوهرية وفي صالح الذكور الذين بمعنى أكثر تقديرا للذات من الاناث.

2. وجود ارتباط بين تقدير الذات و الاتزان الانفعالي لدى الجنسين يعكس فروقا بينهما عالية وهي فروق جوهرية وفي صالح الذكور الذين يكونون أكثر اتزاناً من الناحية الانفعالية.

وقد جاءت نتائج الدراسة المؤكدة لكل من الفرضين فقد وجدت فروق جوهرية دالة إحصائيا عند 0.05 بين الجنسين في كل من تقدير الذات والاتزان الانفعالي وهي فروق في صالح الذكور كما وجد أن ارتباط دال بينهما (محمد يحيى, 2000: 60). **ودراسة محمود عطا حسين (1987):** كانت دراسته حول تقديرات الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية "الامن النفسي" وقد افترض الباحث أن هناك علاقة دالة احصائيا بين تقدير الذات والطمأنينة الانفعالية.

حيث اجريت الدراسة على (183) طالبا من طلاب المرحلة الثانية في بعض مدارس الرياض بالمملكة العربية السعودية , تم اختيارهم بطريقة عشوائية , اما بالنسبة لأدوات الدراسة فتمثلت في اختبار ماسلو للأمن الانفعالي واختيار تقدير الذات في المجال المدرسي من اعداد الباحث و وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة قوية بين تقدير الذات والطمأنينة الانفعالية وأن كلا منهما يعتمد على الآخر ويؤثر ويتأثر به. (محمد يحيى, المرجع السابق). ودراسة دانيال وهوس. Daniel House (2000): استهدفت الدراسة التعرف على "تأثير دراسة الطلبة على تكوين مفهوم الذات الأكاديمي وتكونت عينه الدراسة من (2134) طالبا من طلبة الجامعة المبتدئين في الجامعات الامريكية بواقع (882) طالبا و (1252) طالبا بمعدل (18.2) سنة.

أدوات الدراسة : تضمنت الدراسة على ساعات محددة في الاسبوع تخص خمس نشاطات محددة في السنة الاولى , حيث تقضي هذه الساعات مع المدرسين خارج الصف, دراسة , أداء الواجبات المدرسية, القراءة, اداء الاعمال التطوعية, والمشاركة في نوادي الطلاب والمجموعات الطلابية , هاذذا فيما يتعلق بالمقياس الاول, اما المقياس الثاني فهو لقياس مفهوم الذات الأكاديمية حيث يطلب من الطلبة تحديد انفسهم ضمن خمس جوانب أو مجالات هي : دافع الاداء , القدرة الحسائية (الرياضيات), قدرة الكتابة , والثقة في القدرات العقلية.

ليتم بعد ذلك استخدام معامل الارتباط الاستدلالي على العلاقات بين دراسة المشاركين في النشاطات المحددة ومفهوم الذات

الأكاديمي , وتم الحصول على نتائج عديدة مهمة من الناحية الإحصائية منها:

*ارتباط عدد الساعات الأسبوعية الخاصة بالقراءة خلال السنة الأولى بصورة أساسية بإدراك المشاركين لذاتهم فيما يتعلق بقدرتهم

على القراءة بالقدرة على الإبداع , وعلى العكس يميل الطلبة الذين يقضون معظم الساعات الأسبوعية في القراءة أثناء السنة الأولى

إلى تحقيق ما يسمى بالإدراك الواطئ للذات فيما يتعلق بالقدرة على الانجاز في مادة الرياضيات.

*وأشارت النتائج أيضاً أن أداء الطلاب في أنواع النشاطات المتعددة يقترن بصورة أساسية بالأوجه المتعددة لمفهوم الذات الأكاديمي,

وأن أداء الطالب في النشاطات المحددة لا يرتبط بصورة ملائمة مع كل جانب من جوانب مفهوم الذات الأكاديمي.(الجبراني,

2012 , ص150).

ودراسة همفري Humphray (2002) بعنوان : تقديرات الطلبة والمعلمين حول تقديرات الذات الأكاديمي لدى طلبة ذوي

صعوبات القراءة, وهدفت الدراسة إلى معرفة تقديرات المعلمين و الطلبة حول تقديرات الذات الأكاديمية لدى الأطفال ذوي

صعوبات القراءة من طلبة ذوي صعوبات التعلم, وقد أجريت هذه الدراسة على ثلاث مجموعات من الأطفال: المجموعة الأولى

وعندها (23) طفلاً وهم ممن يعانون من صعوبة القراءة موجودون في المدارس الحكومية , والمجموعة الثانية وعندها (28) طفلاً

وهم من الغرف الخاصة والمجهزة للطلبة ذوي صعوبات التعلم, والمجموعة الثالثة وعندها (29) طفلاً وهي المجموعة الضابطة وهم

الأطفال العاديين , استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس يتكون من عشر فقرات , وبينت نتائج الدراسة ما يلي:

*وجود فروق واضحة بين الطلبة الذين لديهم صعوبات في القراءة الموجودين في المدارس الحكومية, ولكهم غير ملتحقين بغرف

صعوبات التعلم , والطلبة الذين يستفيدون من البرامج المقدمة في غرف صعوبات التعلم في مفهوم تقدير الذات الأكاديمي, كان

لصالح الطلبة الملحقين بغرف صعوبات التعلم.

*أظهر طلاب المدارس الحكومية من ذوي صعوبات القراءة تدنياً في مفهوم الذات الأكاديمي من ناحية بعد الأهمية لهم في الوسط

الذي يعيشون فيه , وبعد القدرة على تكوين الصداقات (الشعبية) بالنسبة لطلبة المجموعة الضابطة من العاديين.(راشد الريموني,

2008, ص53).

وأن ما يميز تقدير الذات الأكاديمية أنها لا تنمو إلا في المواقف التعليمية المختلفة إذ تعد الخبرات المدرسية المصادر الرئيسية التي

تشكل تقدير الذات الأكاديمية, وهذا لا يعني أنها لن تتأثر ببقية العوامل التي يتأثر بها تقدير الذات العام, وإن مجال التعليم أكثر

المجالات التي يمكن أن يواجه فيها الفرد العقبات ومشكلات مختلفة وإذا لم يتمكن من حلها يلجأ إلى تعديل أو تغيير سلوكه بما

يتلاءم لكي يحصل على حالة إرضاء أو اشباع دوافعه حتى يتمكن من تحقيق أهدافه , ويستعيد حالة من الاتزان والانسجام وهذا ما يصطلح عليه بالتوافق الذي يعتبر مؤشر هاماً للصحة النفسية المحققة للحياة الناجحة .

فالتوافق عملية ديناميكية مستمرة يحاول بها الإنسان عن طريق تغيير سلوكه أن يحقق التوافق بينه وبين نفسه , وبينه وبين البيئة التي تشمل كل ما يحيط بالفرد من مؤثرات وإمكانات للوصول الى حالة من الاستقرار النفسي والبدني , إضافة الى ذلا يشير "كارل روجرز" الى أن التوافق هو قدرة الشخص على تقبل الامور التي يدركها بما فيها ذاته ثم العمل من بعد ذلك على تبنيها في تنظيم شخصيته (محمد شادلي, 2001, ص 78).

ويتعلق التوافق النفسي بقدرة التلميذ إحداث الاتزان بين دوافعه و الضبط النفسي فالشخص السوي المتوافق يصدر عنه سلوك أدائي فعال ويواجه به مختلف المشاكل والضغوطات بإيجاد أساليب إيجابية , حيث يرى أنصار النظرية الانسانية أن التوافق النفسي يرتبط بتحقيق المرء لذاته, وإن استطاع الفرد ان يشبع الحاجات الاولى الفسيولوجية, يفسح المجال له للوصول للمستوى الذي يليه حتى يصل الى أعلى المستويات ألا وهي تحقيق الذات ويؤكد "ماسلو" أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية , وتقبل الذات ز الآخرين و الادراك الدقيق للواقع , وأن الشخصية المتوافقة هي التي تتمتع بالتوازن بين الفرد وذاته من جهة , وبينه وبين مجتمعه من جهة أخرى.(عايش مقبل, 2010, ص 17).

فالشخصية المتوافقة تكون سوية بقدر ما تنطوي عليه من حرية ومرونة تجاه متطلبات الفرد البيولوجية من جهة , ومتطلبات العالم الخارجي الاجتماعية والاخلاقية من جهة أخرى, إلا أن هذه المرونة تفتقدها الشخصية سيئة التوافق غير المتزنة, الامر الذي يجعل صاحبها يتصرف بصورة عشوائية وغير عقلانية من أجل الوصول الى أهدافه وغاياته , فسوء التوافق النفسي حالة تكرر لدى الفرد وتتميز بأنماط سلوكية لا تتوافق مع المواقف التي يوجد فيها وغالبا ما تنشأ من ظروف الحياة اليومية.(جنان سعيد, ص 374).

هناك دراسات تناولت موضوع التوافق النفسي منها دراسة صالح مرجان 1984, حيث اهتمت الدراسة التوافق النفسي وعلاقته بمستوى طموح من عينة مكونة من 432 طالب وطالبة منصف بين الجنسين بالمؤسسات التعليمية بولاية الرباط وتتراوح أعمارهم (14 - 21) ويهدف الباحث من دراسة على الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق الشخصي مستوى الطموح لدى المراهقين المغاربة المراهقين المغاربة من كلا الجنسين والفروق بين من لهم طموح مرتفع ومن لهم طموح منخفض من حيث التوافق النفسي العام, وقد استخدم الباحث اختبار التوافق " ليهومبل " واستبيان تمسوتو بالطموح " لكاميليا عبد الفتاح ", وأوضحت نتائج الدراسة أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائية بين التوافق النفسي العام ومستوى الطموح لدى المراهقين والمراهقات بالمغرب, كما أوضحت وجود علاقة موجبة بين جميعاً بعد التوافق المنزلي, الصحي, الاجتماعي, الانفعالي ومستوى الطموح, وتوصلت أيضاً إلى وجود فروق ذات دلالة

إحصائية بين مستوى الطموح العالي والطموح المنخفض فيما يتعلق بمستوى التوافق العام لدى المجموعتين (ذكور، إناث) . (جماح ، 2016 ، ص12)

بينما دراسة القحطاني (2009) هدفت للتعرف على مستوى للتوافق النفسي وسلوك التوكيدي لدى مسجونين في السجن الحائر بمدينة الرياض، وتعرف عن العلاقة بين التوافق النفسي ونوع الجريمة، التوافق النفسي وعلاقته بمستوى التعليمي، والتوافق النفسي وعلاقته بالعمر، ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة (طردية) بين التوافق النفسي وسلوك التوكيدي، ووجود أثر في مستوى التوافق النفسي تبعاً لمتغير العمر، بينما لا يوجد تأثير للمستوى التعليمي ونوع الجريمة والتوافق النفسي لدى المسجونين.

(جبرين الجندي و أنوفار، 2016 ، ص269)

ونظرا الاهمية الكبيرة لتقدير الذات الأكاديمية في المسار الدراسي للمتعلم، والتوافق النفسي الذي شغل حيزا كبيرا وشكل بؤرة اهتمام العديد من العلماء والباحثين ، اجريت العديد من البحوث والدراسات العلمية التي أضفت نظرة جديدة وتفسيرات علمية تؤكد على أهمية كل من تقدير الذات بصفة عامة والتوافق النفسي في حياة الفرد.

وفي الاخير هناك دراسات تناولت كل من تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي معا وقد جاءت دراسة جابر عام 1978م التي استهدفت البحث عن العلاقة بين تقبل الذات والتوافق النفسي لدى كلية الآداب بجامعة القاهرة وكلية الآداب والتربية وجامعة عين الشمس ، وأشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة موجبة بين تقبل الذات و التوافق النفسي وكذلك وجود علاقة موجبة بين تقبل الطالب لذاته وتقبل الآخرين.(الجبراني , 2012، ص139).

كما نجد دراسة صالح مرحاب عام 1984م التي هدفت الى معرفة العلاقة بين مظاهر التوافق النفسي ومستوى الطموح لدى المراهقين و المراهقات بالمغرب، وخلصت نتائجها الى وجود علاقة بين مختلف أبعاد التوافق المنزلي الصحي ، الاجتماعي والانفعالي ومستوى الطموح . (فروجة بلحاج، ص5).

نستنتج من خلال الدراسات السابقة والتوافق النفسي لدى التلاميذ السنة الثالثة ثانوي ان الاهتمام بالجوانب النفسية في العملية التعليمية بات بشكل جزوا مهما عند وضع المناهج التربوية ، خاصة اذا تحدثنا عن تقدير الذات من الناحية الأكاديمية لكونه يلعب دورا رئيسيا و مؤثرات في رفع مستوى أداء التلميذ ونتاجيته في مختلف الانشطة المدرسية ، ولكونه يسهم في تحديد سلوك المتعلمين ، كما يحدد مستوى الجهد المبذول ودرجة المثابرة التي يبذلها عند تكليفهم بإنجاز مهمة معينة، ضف الى ذلك ان اظهار المتعلم لقدراته وطاقته يتطلب منه ان يكون مستقرا من الناحية النفسية ويتمتع بمستوى من التوافق النفسي ، ومن هنا نطرح التساؤلات الآتية:

1. هل توجد علاقة بين تقدير الذات الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس ؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص؟

4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس ؟

5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لمتغير التخصص؟

2-فرضيات الدراسة :

بعد عرضنا لمشكلة البحث والتساؤلات التي تلتها، وللتحقق الإحصائي منها وللتحكم أكثر في متغيرات الدراسة، ارتأينا صياغة

فرضيات البحث التي تحاول الدراسة الإجابة عنها، وهي كالتالي:

1. توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
2. توجد فروق دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الاولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الاولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص.

3-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية:

1. الكشف عن طبيعة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة.
2. معرفة إذ ما كانت هناك فروق دالة إحصائية بين تلاميذ السنة اولى ثانوي في درجة تقدير الذات الاكاديمية تعزى لمتغيري(الجنس و التخصص).
3. معرفة إذا ما كانت توجد فروق دالة إحصائية بين تلاميذ السنة أولى ثانوي في درجة التوافق النفسي تعزى لمتغيري (الجنس والتخصص).

4-أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة الحالية من خلال تناولها لأحد أهم الموضوعات التربوية ألا وهي تقدير الذات الأكاديمية و علاقتها بالتوافق النفسي الذي يعد هو الآخر من أبرز مؤشرات الصحة النفسية , والذي حظي باهتمامات الكثير والعديد من العلماء والباحثين ويمكن توضيح أهمية هذه الدراس في النقاط التالية:

تكمن أهمية هذه الدراسة في الفئة المستهدفة حيث أن عينة الدراسة تتكون من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والذين يتوافق سنهم مع مرحلة المراهقة و بالأخص المرحلة النهائية منها والتي تعتبر من اعقد المراحل التي تمر بها الإنسان في حياته.

2. لفت انتباه القائمين على العملية التعليمية حوا أهمية تقدير الذات الأكاديمية, وهذا بغية أن يولو الاهتمام بالعوامل التي من شأنها أن تساهم في رفعه وتنميته لدى التلاميذ حتى يتمكنوا من تحقيق مستويات عالية من الأداء الأكاديمي .

3. إثارة اهتمام الباحثين لإجراء دراسات أخرى حوا تقدير الذات الأكاديمية, وهذا ما سوف يساهم في معرفة العوامل التي ترتبط بها.

4. تقديم معلومات حول متغيرات الدراسة والتي من شأنها أن تساهم في إثارة الجانب النظري.

5. أهمية التوافق النفسي في حياة الفرد بصفة عامة , و المعلم بصفة خاصة .

5-حدود الدراسة:

تنحصر الدراسة في ما يلي:

-الحدود الزمنية: تم تطبيق هذه الدراسة في الموسم الجامعي 2021/2022 .

-الحدود المكانية: بعض ثانويات مدينة ورقلة .

-الحدود البشرية: تكونت عينة الدراسة من 134 تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة بالمرحلة الثانوية.

6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

تقدير الذات الأكاديمية: هو درجة التقييم التي يتحصل عليها تلميذ السنة الثالثة ثانوي من خلال إجابته على مجموعة العبارات الواردة في استبيان تقدير الذات الأكاديمية المستخدمة في هذه الدراسة.

التوافق النفسي : هو قدرة الفرد على إشباع حاجاته النفسية بطريقة واقعية تساعد على التوافق مع نفسه والبيئة التي يعيش فيها,

معبرا عنها من خلال الابعاد الشخصي و الانفعالي و الاجتماعي و الصحي و الاسري و التي تقاس من خلالها الدرجة التي

سوف يصل إليها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من الاجابة على بنود مقياس التوافق النفسي للباحثة إجلال محمد سري 1986.

الفصل الثاني :

تقدير الذات الأكاديمية

تمهيد

أولاً: الذات

1-تعريف الذات

2-تطور مفهوم الذات لدى الفرد

3-خصائص مفهوم الذات

4-أبعاد مفهوم الذات

5-العوامل المؤثرة في نمو الفرد

ثانياً: تقدير الذات

1-تعريف تقدير الذات

2-الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

3-أهمية تقدير الذات

4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات

5-مستويات تقدير الذات

6-نظريات تقدير الذات

ثالثاً: تقدير الذات الأكاديمي

1-تعريف تقدير الذات الأكاديمي

2-أهمية تقدير الذات الأكاديمي

3-بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي

4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد تقدير الذات أحد المفاهيم البارزة التي اهتم بها العلماء والباحثين، فمصطلح تقدير الذات هو عام وشامل ويتضمن الأشكال المختلفة للذات كتقدير الذات الاجتماعية تقدير الذات المهنية والعائلية والأكاديمية هذه الأخيرة التي تشكل محور هذه الدراسة والتي تنمو من خلال المواقف التعليمية التي يعيشها الطالب في الجامعة، إذ تعد الأنظمة التعليمية المختلفة بكل ما تحتويه من العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمية الإنجاز الأكاديمي والذي أثبتته دراسات علمية أكدت على وجود علاقة بينهما. وعليه تم تخصيص هذا الفصل للتحديث على مجموعة من العناصر أهمها: مفهوم الذات، أنواعه بالإضافة إلى أبعاده والعوامل المؤثرة فيه كما تطرقنا لمفهوم تقدير الذات وأهميته، مستوياته وأهم النظريات وايضا الى مفهوم تقدير الذات الأكاديمي والعوامل المؤثرة فيه وبعض المفاهيم المرتبطة به

أولا: الذات

1- تعريف الذات:

"ظهرت فكرة الذات بشكل جديد في مجال علم النفس على يد الباحث "وليام جيمس James William" حيث قال عن الذات أو كما سماها الأنا العملية "، أنه مجموعة ما يمتلكه الإنسان أو ما يستطيع أن يقول أن له: جسمه، سماته، قدراته، ممتلكاته المادية، أسرته وأصدقائه، أعدائه ومهنته.

بمعنى أن الذات تعني المجموع الكلي لكل ما يستطيع الفرد أن يعتبره لهكما يشير (يوسف قطامي عبد الرحمان) إلى مفهوم الذات بأنه: مجموعة من الشعور والعمليات التأملية التي يستدل عنها بواسطة سلوك ملحوظ أو ظاهرة، أو الوسيلة المثالية لفهم السلوك، يمكننا التعرف من خلال الإطار الداخلي للفرد نفسه يعرف (علي عسكر) مفهوم الذات أنه الصورة الكلية للأفكار والمشاعر التي يحملها الفرد عن نفسه وهذه الصورة تتكون من خلال تفاعل الفرد مع من يتواجد في محيطه الاجتماعي، بدءا بالجماعة الأولية المتمثلة في الأسرة مروراً بالمعارف والأصدقاء وانتهاء بالأشخاص المهمين في حياة الفرد.

إلى أن: "مفهوم الذات يتألف من مجموعة معتقدات تقويمية يملكها الفرد حول ذاته، بالإضافة لوصف الذات وتحدد هاتان المجموعتين في تقدير الذات وصورة الذات". (محمد العطا، 2014، ص120)

ويشير حامد عبد السلام زهران إلى مفهوم الذات بأنه "تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته (الحمودي، 2018، ص77)

ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة والمحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو (الذات المدركة)، والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين (الذات الاجتماعية)، المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون عليها (الذات المثالية). (أوشن، 2018، ص71)

من خلال التعاريف السابقة نستنتج أن مفهوم الذات هو مجموعة من الأفكار والاتجاهات والتصورات التي تتكون لدى الفرد من خلال تفاعله مع الآخرين، ويمثل متغيرا هاما في الشخصية لأننا نفهم الفرد من خلال الصورة التي يكونها عن ذاته.

2- تطور مفهوم الذات لدى الفرد:

"إن مفهوم الذات يبدأ بالتكوين لدى الفرد منذ اللحظة الأولى التي يستكشف الطفل فيها أجزاء جسمه، ويرى (إريكسون « ») Erikson أن هناك الكثير من العقبات التي يواجهها الفرد في طريقة تأكيد ذاته، فمثلا قد يتولد لدى الفرد في مرحلة طفولته الشعور بالثقة أو بعدها اتجاه الآخرين، ويرجع ذلك، لطبيعة اشباع حاجاته، هل كانت بشكل صحيح أو غير صحيح، فقد يكون لطبيعة تعامل أولياء الأمور دور في نجاحه أو فشله بالاعتماد على نفسه والاستقلال عن الآخرين، ولطبيعة تعامل الأهل مع الطفل في سن اللعب والدراسة أثر كبير في تطوير مفهوم الذات لديه، ويستمر مفهوم الذات لدى الفرد بالتطور والنمو خلال مراحل نموه المختلفة، مثل مرحلة المراهقة والتي تعتبر مرحلة "أزمة الهوية" والتي في نهايتها يحدث تعديل في مفهوم الذات وصورتها نتيجة النضج العقلي الذي يساعده على الموازنة بين استعداداته وقدراته و امكانياته، وكذلك في مرحلة الشباب وما يمر به الفرد من صراعات لتحقيق الذات أو عدمه وما ينتج عن ذلك من آثار وكذلك في سن الرشد وطبيعة علاقة الفرد مع مجتمعه فإما أن يكون شخصا منتجا ومستقلا، وعلاقته جيدة بالآخرين أو العكس، وبذلك قد يستطيع الفرد تنمية ثقته بنفسه، أو يركن للانحزام واليأس والفشل". (القطاني، 2011، ص56)

من خلال ما سبق نستنتج أن الأسرة والمجتمع والأفراد المحيطين بالفرد لديهم دور رئيسي في تطوير مفهوم الذات لديه وجعله قادرا على التعبير عن طاقاته وقدراته

3- خصائص مفهوم الذات:

"إن لمفهوم الذات خصائص منها:

أ/ مفهوم الذات منظم وتركيبى: إذ تشكل خبرات الفرد بكل تنوعها مجموعة المعلومات التي يؤسس عليها مفهومه عن ذاته، ومن أجل تسهيل استيعاب، هذه الخبرات يضعها في زمر ذاتي يصيغ أبسط إنه ينظم الذات التي يتبناها، حيث تكون إلى حد ما انعكاسا لثقافته الخاصة وعلسبيل المثال قد تدور خبرة الطفل في محور عائلته وأصدقائه ومدرسية وهذا ما يبرر وجود الفئاتي أحاديث الأطفال عن أنفسهم، لأن هذه الفئات تمثل طريقة لتنظيم الخبرات وجعلها ذات معنى.

ب/ مفهوم الذات متعدد الجوانب:

إن هذه الجوانب تعكس نظام التصنيف الذي يتبناه الفرد أو يشاركه فيه العديدون وأشار بعض الدراسات أن نظام التصنيف هذا قد يتشكل بمجالات كالمدرسة والتقبل الاجتماعي والقدرة والذكاء العام.

ج/ مفهوم الذات المعرفي:

إذ يمكن أن تشكل جوانب مفهوم الذات معرفة قاعدتها خبرات الفرد في مواقف خاصة وقمتها مفهوم الذات العام، وتقسم قمة الهرم إلى مكونين هما:

1- مفهوم الذات الأكاديمي: الذي يتفرع إلى مجالات من المواضيع الرئيسية علوم "رياضيات" ثم

إلى المجالات المحددة ضمن المواضيع الرئيسية.

1- مفهوم الذات غير الأكاديمي: الذي يتفرع إلى مفهوم اجتماعي ومفهوم عاطفي ومفهوم فزيائي.

د/ مفهوم الذات ثابت نسبيا: أي أن مفهوم الذات العام يتسم بالثبات النسبي وكلما كان الاتجاه في

مفهوم الذات نحو القاعدة كان هذا المفهوم أكثر ثباتا نسبيا ولكي يحدث تغيير في مفهوم الذات العام يتعين حدوث مواقف متعددة ومحددة فمثلا خبرات النجاح والفشل لأحد تلاميذ المرحلة الابتدائية في مادة التاريخ، ربما يؤثر على مفهوم الذات الأكاديمي لديه، لكن تأثيرها على المفهوم العام للذات يكون ضعيفا

هـ / مفهوم الذات غنائي ومتطور: حيث أن مفاهيم الذات لدى صغار الأطفال كلية أو شاملة، وغير متميزة ومع بداية بنائهم للمفاهيم واكتسابهم لها ومع عمليات النضج والتعلم يحدث تزايد للخبرات المختزنة وتبدأ عمليات تصنيف الأحداث والمواقف، ومع تزايد العمر الزمني والخبرة يصبح مفهوم الذات أكثر تمايزا، ومع إحداث قدر من التكامل بين مكونات مفهوم الذات يمكن أنتكامل مظاهر مفهوم الذات، كالبنية والتنظيم والتعدد.

و / مفهوم الذات متميز أو فارق: بمعنى أنه متميز أو مستقل عن الأبنية الأخرى التي ترتبط نظريا بها، فمثلا يمكن افتراض أن مفهوم الذات للقدرة العقلية يبدو أكثر ارتباطا بالتحصيل الأكاديمي من القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية وهكذا.

ز / مفهوم الذات التقويمي: إن مفهوم الذات ذو طبيعة تقويمية وليس وصفية وهذه التقويمات تحدث عن مواجهة المعايير المطلقة كالمثالية، كما تحدث في مواجهة المعايير النسبية (كالواقعية) مثل استقبال تقويمات الآخرين وبعد التقويم يمكن أن يتباين في الأهمية بالنسبة لمختلف الأفراد والمواقف وهذا التباين ربما يعتمد على خبرات الفرد الماضية وثقافته الخاصة ومركزه وأدواره في المجتمع (خيري، 2014، ص 32.33)

4 - أبعاد مفهوم الذات:

"هناك آراء متعددة ذكرت أبعاد مفهوم الذات ويعتبر "وليام جيمس" أول من ذكر أبعاده وهي:

أ / الذات كما يعتقد الفرد بوجودها في الواقع، وهو ما اصطلح عليه بعض علماء النفس بالذات المدركة.

ب / الذات كما يرونها الآخرون، وهي ما تقابل ما اصطلح عليه الذات الاجتماعية.

ج / الذات كما يتمنى الفرد أن يكون عليه وهي تقابل ما اصطلح عليه بالذات المثالية.

وأضاف جيمس بعدا آخر سماه بالذات الممتدة وتمثل في كل ما يمتلكه الفرد، وما يشتركه مع الآخرين مثل العائلة، الوطن، العمل.

أما (كولي) Cooley فذكر الذات المنعكسة وهو تصور الفرد لما هو عليه من خلال انعكاس ذلك من الآخرين، والذات الاجتماعية وهي الخبرات الناتجة من خلال انضمام الفرد مع المجموعة كأن يكون في نادي معين، طائفة دينية، حزب.....

أما (ميد) Mead. فيقول: أنه يمكن ان تنشأ للفرد عدة نوات تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات المستقلة بدرجة أو بأخرى، مكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية فقد تنمو لدى الفرد مثلا ذات عائلية تعكس الاتجاهات التي تعبر عنها أسرته وذات مدرسية تعكس اتجاهات تعليميه وزملائه

أما أبعاد (لندوه) landholem فتتسم بالبساطة والوضوح حيث ذكر الذات الذاتية وهي ما يعتقد الفرد عن ذاته وهي ليست ثابتة.

ويعتقد (سيموندس)symonds: أن الذات تتكون من الأبعاد الأتية: كيفية إدراك الفرد لنفسه.

معتقدات الفرد عن نفسه. تقييم الفرد لنفسه (قحطان ، 2010، ص 54.55).

5 -العوامل المؤثرة في نمو مفهوم الذات:

توجد عدة عوامل يمكنها أن تؤثر في نمو مفهوم الذات منها ما هو داخلي متعلق بالفرد نفسه، ومنها ما هو خارجي كالبيئة التي يتواجد فيها الطفل خاصة البيئة الأسرية، حيث تلعب الأسرة الدور الأهم في نمو هذا المفهوم وستتناول هذه العوامل بنوع من الشرح والتفصيل تحتعصرين كبيرين هما: العوامل الشخصية والعوامل الأسرية:

أ -العوامل الشخصية: هي العوامل المتعلقة بالفرد ويظهر تأثيرها في تكوين ونمو مفهوم الذات من خلال تفسير الأطفال لسلوك الآخرين نحوهم وفقا لمستويات ذكائهم لما يلعبه هذا الأخير من دور على مستوى الوعي الاجتماعي لدى الفرد وحسب مصطفى فهمي: 1976 فإن من أهم العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد هي فكرته عن نفسه ومدى إدراكه لها.

كما يرى وليام فيتس : 1985 أن مفهوم الفرد عن ذاته ذو تأثير كبير في كثير من جوانب سلوكه، كما أنه متعلق بشكل مباشر بحالته العقلية

ضف إلى ذلك أن مفهوم الذات يتأثر بالخبرات التي يمر بها الفرد أثناء محاولته التكيف مع البيئة المحيطة به، ويترب على ذلك نمو الأشكال السلوكية المختلفة بناء على عملية التعلم.

ورغم أهمية هذه العوامل إلا أن الباحثين يؤكدون دور وأهمية الآخرين في نمو فكرة الذات، وخاصة الخبرات الأسرية التي يتلقاها في نمو مفهوم الذات.

ب -العوامل الأسرية:

لا يختلف اثنان في أن الأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأولى المسؤولة عن التنشئة الاجتماعية، والضبط الاجتماعي للفرد ، ولها الدور الأساسي في تزويد الأفراد بالسلوكيات المختلفة التي تدور داخلها والتي تعتبر هي النماذج التي تؤثر سلبا أو إيجابا في تربية الأطفال، ورغم أن هناك مؤسسات أخرى للتنشئة الاجتماعية إلا أن الأسرة تعتبر أقوى هذه المؤسسات لكونها البيئة الأولى التي تتلقى الطفل ويعيش فيها طيلة حياته بصفة مباشرة أو غير مباشرة، فتؤثر فينموه النفسي وفي تكوين شخصيته وتحديد ملامحها، وفي نموه الجسمي والعقلي والاجتماعي، وذلك حسب نمط التنشئة الأسرية السائدة فيها، فالطفل يكتشف من هو (ذاته) داخل أسرته، وهي التي تساعد على تكوين مفهوم ذات إيجابي وسوي أو تؤدي به إلى تكوين مفهوم ذات سالب عن نفسه (بلقوميدي، 2011، ص 86.85).

ثانيا: تقدير الذات

1-تعريف تقدير الذات:

يعد من أحد أبعاد المهمة الشخصية ولقد تعددت وكثرت التعاريف في جانب الباحثين والمشتغلين بالدراسات النفسية ويمكن أن نشير إلى هذه التعريفات على النحو التالي:

تعريف " كوبر سميت " Smith Cooper "" 1976 في عكاشة: أن تقدير الذات على أنها 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 ،تقدير الذات مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستند عليها الفرد عندها يواجه العالم المحيط به،فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون هذا الحكم بالموافقة أو الرفض " .(مجنوب ، 2015، ص27).

ويعتبر تقدير الذات مصدرا فعالا مؤثرا في مواجهة الضغوط التي يتعرض لها الافراد، حيث أنالافراد الذين لديهم تقدير الذات عال يكونون أكثر مرونة في مواجهة الأحداث الضاغطة، لأنهم يكتفون أقل عرضة لمظاهر التهديد الذاتية المرتبطة بالأحداث الضاغطة." ويعرف روجرزRogers: تقدير الذات هو اتجاهات الفرد نحو ذاته والتي لها مكون سلوكيواخر انفعالي، وأوضح (عبده، 1991) أن التقبل غير المشروط للفرد ممن يحيطون به يساعد هذاالفرد على تكوين مفهوم إيجابي عن ذاته، أما برينجرزBriggs () فتصف تقدير الذات على أنهم مجموع مشاهد الفرد التي يكوئها عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها

(بنتراشد الحجري، 2011، ص12.11).

أما التعريف حسب الموسوعة النفسية: " تقدير الذات هو سمة شخصية تتعلق بالقيمة التييعطيها الفرد لشخصيته، فهو يتعدد كوظيفة للعلاقات بين الحاجات المشبعة ومجمل الحاجات التييشعر بها. كما أن تقدير الذات يحمل شقين: الشق الأول: احترام الذات ويحوي أشياء مثل الجدارة والكفاءة والثقة بالنفس وقوة الشخصيةوالإنجاز والاستقلالية. أما الشق الثاني: تقدير الذات الاخرين يتضمن المكانة والتقبل والانتباه والمركز والشهرة."

(بن دهنون ، ماحي ، 2014، ص75 .)

ويعرفه روزنبارخ في1978Rosenberg « اتجاهات الفرد الشاملة سالبة أو موجبة نحو نفسه وهذا يعني أن تقدير الذات المرتفع هو أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية، بينما يعني تقديرالذات المنخفض عدم رضا الفرد عن ذاته أو رفض الذات أو احتقار الذات، أي أن تقدير الفردلذاته يعني الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية وتقييم الآخرين له " .

(عبد العزيز ، 2012، ص27)

2 – الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

وهناك الكثير من يخلط بين مفهوم الذات وتقدير الذات وللتفرقة بينهما يوضح (كوير سميث) أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه بينهما تقدير الذات يتضمن التقييم الذيضمه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عناتجاه القبول أو الرفض ويشير إلى معتقدات الفرد اتجاه ذاته وباختصار يكون تقدير الذات هوالحكم على مدى صلاحيته معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته فهو خبرة ذاتية ينقلهاالآخرين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر.

كما وضح لميس أن مفهوم الذات يتعلق بالجانب الإدراكي من شخصية الفرد فهي الصورةالإدراكية التي يكوئها عن ذاته أما تقدير الذات فيتعلق بالجانب الوجداني منها حيث يتضمنالإحساس بالرضا عن الذات أو عدمه .

(أوشن، 2015، ص76.75)

وترى الطالبتين أن هناك فرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات بحيث الأول هو وصف الفردلذاته أما الثاني فيعكس التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه في مختلف جوانب الشخصية.

3- أهمية تقدير الذات:

"كلما ينمو الطفل تزداد حاجته الى التقدير ممن حوله في المدرسة، من أقرانه ومدرسية ليحضر بهذا التقدير فيعمل وينشط في مجالات كثيرة في الدراسة، وفي أوجه النشاط المدرسي، وفي النظام حيث يلفت إليه الأنظار ويحظون 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. فحصوله ما يصل إليه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي من تحدد شدة أو ضعف الحاجة إلى التقدير لدى هذا الفرد، فعندها يبدأ الفرد في إحداث التغييرات في البيئة المحيطة به فإن أصابه الفشل عاود المحاولة فيما هو أكثر تعقيدا أو مخاطرة فنتيجة ما يصل إليه الفرد من موازنة بين ما أصاب محاولته من نجاح وفشل في معالجة أمور البيئة والتحكم فيها فاي، يكتسب الإقدام أو الإحجام عن مثل هذه المحاولات.

ويرى بلمارد plumard أنه: "إذا كانت الحاجة النرجسية لم تشبع فإن تقدير الذات السوي هو الذي يسمح للفرد أن يتكيف وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقاته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة. إن الحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية، وهي في الواقع موجودة في أساس كل سلوك بشري". (أمزيان، 2007، ص34).

4 - العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

العوامل البيئية الاجتماعية:

يتكون مفهوم الذات لدى الفرد من اللحظات الأولى في حياته، حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه والآخرين المحيطين به لان الانسان لا يولد ولديه مفهوم الذات، ولكنه ينمو الفرد. وفي ذلك تذكر (بهادر، 1974) أنه من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به تتبلور صورة واضحة للفرد عن ذاته تدريجيا وتوضح ملاحظها للآخرين بارز ازدياد الخبرات اليومية لتظهر أمام الفرد كما لو كانت لوحة شفافة واضحة، يدرك من خلال النظر فيها والتطلع إليها بجميع المواقف والأحداث التي تترك تأثيرا إيجابيا أو سلبيا في أعماق نفسه للتصدي لبعضها لإعاقتها عن النفاد إلى داخل نفسه، والسماح لمرور البعض الآخر منها، والذي يتفق مع المحيطين به، وبالتالي يتكون مفهوم الفرد عن ذاته. ويرى (Robert and other، 2004) أن مستوى تقديرنا لشخصياتنا يتأثر بالكيفية التي نعامل بها الآخرين، فالأفراد الذين تمت معاملتهم باحترام من قبل أشخاص آخرين، كالمعلمين والزملاء وغالبا ما يكون لهم آراء ومعتقدات مختلفة عن العائلة، التي تعطي تقديرا أكبر، وأحيانا ينتج من هذه العلاقة مع الرفاق تقدير ذاتي منخفض إذ ما قورن مع تقدير العائلة. أما العوامل الاجتماعية فتتمثل في:

تعتبر الاسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي تزود الطفل بالقيم والمعايير الأخلاقية والدينية والاجتماعية والتي تبدأ فيها عملية التكوين الاجتماعي والتي بواسطته يتفاعل مع الآخرين ويتكيف معهم بشكل سليم

وفي ذلك يورى (عبد السلام زهران ، 1997) أن الأسرة تشرف على النمو النفسي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا، وديناميا وتوجه سلوكه منذ الطفولة المبكرة، دورا هاما في تكوين شخصيته وأسلوب حياته وتوافقه، فالعلاقات الفعالة السوية بينهما تساعد في أن ينمو طفل ذو شخصية سوية.

كما تلعب المدرسة أيضا دورا بارزا في إكمال ما بدأت به الأسرة، لما لها من أهمية تربوية كبيرة تساعد على التأثير على شخصية الطفل ولذلك يذهب بعض الباحثين إلى أن مصدر التكيف الاجتماعي في المدرسة هو المعلم، فهو باحترامه لتلاميذه وتقبلهم له يجعل من التعليم عملية إنسانية غنية تظفي على الحياة عمقا وقيمة، ويجدر بالمعلمين الوعي بحقيقة مؤداها أنه من الضروري بالنسبة لهم أن يستمعوا بالأذن الثالثة، وهذا يعني تقبلا حرا لما يقوم به التلاميذ وما يقولونه بلغتهم.

إن النجاح أو الفشل من الأمور التي يتعلق بالطالب وراء أهداف معينة، وكذلك بتوقعاتهم من نفسه وبمستوى طموحه، إن النجاح وتوقع النجاح يسهمان في تقدير إيجابي للذات، وفي أنيسلك الطالب طرقا تؤدي إلى مزيد من النجاح، أن الفشل فيؤدي إلى الإحباط الذي يؤدي أحيانا إلى تكييف سلبي، ولا سيما في حالة كون الدافع المحيط بالفرد هاما وقويا.

(عبد ربه علي ، 2010، ص74.76)

5 - مستويات تقدير الذات:

"أ- تقدير الذات المنخفض: يشكل تقدير الذات المنخفض إعاقة حقيقية بصاحبه، فيركز أصحاب هذا المستوى على عيوبهم، نقائصهم وصفاتهم غير الجيدة، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة والإنصات لآرائها وأحكامها كما يضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، كما يتميز الشخص من هذا النوع بفقدان الثقة في قدراته والاضطراب الانفعالي لعدم قدرته على إيجاد الحلول للمشاكله، واعتقاده أن معظم محاولاته ستكون فاشلة، ويعمل باستمرار على افتراض أنه لا يمكن أن يحقق النجاح، وبالتالي يشعر بأنه غير جدير بالاحترام، فإن هذا الفرد يميل إلى الشعور بالهزيمة لتوقعه الفشل مسبقا، لأنه ينسب هذا الفشل لعوامل داخلية ثابتة مما يؤدي به إلى لومذاته كما أنه يعمم فشله على المواقف المماثلة.

ب - تقدير الذات المرتفع:

لقد أظهرت الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات، أن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع يؤكدون دائما على قدراتهم وجوانب قوتهم وخصائصهم الطيبة وأنهم يتمتعون بثقة عالية ودائمة فيأنفسهم ويبادرون إلى التجارب الجيدة مع توقعهم النجاح غير حساسين في المواقف المختلفة واثقين من معلوماتهم " (لقوي ، 2016، ص56).

كما أوضح ("مورك" (murk): " أن الأفراد ذوي التقدير المرتفع للذات يكونون أقل عرضة للضغط النفسي وأكثر ثقة بالنفس، فهم يتمتعون بالكفاءة في العديد من المجالات مما يعزز قدراتهم وامكاناتهم، فهم يضعون أهدافا لأنفسهم وفقا يودو أن يفعلوا في حياتهم وما يرغبوا في انجاز ما يدعم نظرتهم الإيجابية عن ذاتهم وهذا بدوره تغذية راجعة صحيحة لتدعيم تقدير الذات لديهم (حمري، 2012، ص22)

6 - نظريات تقدير الذات:

هناك عدد من النظريات التي تناولت مفهوم تقدير الذات وأثره على سلوك الفرد بشكل عام، وتختلف هذه النظريات باختلاف اتجاهات صاحبها والمنهج المتبع في الدراسة، ومن هذه النظريات تذكر:

1 - نظرية روزنبرغ Rosenberg :

لقد حاول روزنبرغ دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، ذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بتقدير المراهقين لذاتهم، وأوضح أن تقدير الذات المرتفع يعني أن يحترم الفرد ذاته وقيمها بشكل مرتفع بينما تقدير الذات المنخفض يعني رفض الذات وعدم الرضا عنها.

قد وسع "روزنبرغ" دائرة اهتمامه فيما بعد لتشمل ديناميات تطور صور الذات الإيجابية في فترة المراهقة واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته، وسعى إلى إبراز العلاقات بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة والسلوك الاجتماعي للفرد مستقبلاً كما قام روزنبرغ بالاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك، واعتبر "روزنبرغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه، كما طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وتعد الذات هي إحدى هذه الموضوعات، فالفرد يكون اتجاهها نحوها لا يختلف عن الاتجاه الذي يكونه نحو الموضوعات الأخرى، لكنه تراجع فيما بعد ونفى هذه الفكرة معتبراً أن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاهه نحو الموضوعات الأخرى وبذلك أكد "روزنبرغ" أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه هو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض " (حمري، 2012، ص19).

2 - نظرية كوبر سميث:

"يعتبر تقدير الذات عند كوبر سميث ظاهرة تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات، كماتتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإن كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات، فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنه تصنعه على نحو دقيق، ويقسم تعبیر الفرد عن ذاته إلى قسمين:

التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

التعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات الأول: تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عند الأفراد الذين بالفعل أنهم ذو قيمة، والثاني تقدير الذات الدفاعي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم والآخرين وقد بين أن هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي تقبل الأطفال من جانب الآباء، وتدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء، واحترام مبادرة الأطفال وحريتهم في التعبير من جانب الآباء " (لقوفي، 2016، ص64).

3- نظريات روبرت زيلر Ropert Zeller:

"يعتبر "زيلر" تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات، كما يرى أن تقدير الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي ويصف "زيلر" تقدير الذات باعتقدير يقوم به الفرد لذاته ويؤدي دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي وعلى ذلك فعندما يحدث أية تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعي، فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك، ولقد افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات.

كما أن تأكد "زيلر" على العامل الاجتماعي جعله ينمي مفهومه ويوافق النقاد على ذلك بأنه "تقدير الذات الاجتماعي" وقد ادعى أن المنهج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعط العوامل الاجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات".

(ناجح سليمان محمد ، 2010 ، ص 60)

التعقيب على النظريات:

من خلال نظريات تقدير الذات يمكن استخلاص ما يلي:

تعدد مفاهيم تقدير الذات بين العلماء، فمنهم من عرفه أنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية كما أنها تعتبر تقييم الفرد لذاته على نهاية قطب موجب أو سالب بينهما، أو هو مجموعة من التقديرات الإيجابية والسلبية التي يحددها الفرد، أو مجموعة تقديرات الفرد لذاته الشخصية والاجتماعية والأكاديمية والأسرية.

للأسرة والعمر والمدرسة والأقران وغيرها تأثير كبير على تقدير الذات سواء كان بالإيجاب أو السلب.

هناك اختلاف بين مفهوم الذات وتقدير الذات فمفهوم الذات يشمل أراء الشخص عن نفسه

أما تقدير الذات فهو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه.

ثالثاً: تقدير الذات الأكاديمي

1- تعريف تقدير الذات الأكاديمي:

يعد مفهوم تقدير الذات من المفاهيم الأساسية التي تندرج تحت تقدير الذات العام وتعتبر إحدى أشكاله، غير أن غالباً ما ينصب أحدهما على دراسة تقدير الذات العام ، إذ نجد أن التعريفات التي تطرقت لهذا المصطلح محدودة على أحد أطراف الطالبين وفيما يلي استنتاج تعريف تقدير الذات الأكاديمي فهذا الأخير يمكن اعتباره تصور افتراضي يديه الطالب عن ذاته، ومن خلاله يقيم إمكاناته وقدراته، ومدى تكيفها مع الوسط الجامعي فهو لا يختلف عن تقدير الذات بمفهومه العام من حيث المعنى، والاختلاف يمكن فقط في أن تقدير الذات الأكاديمي يخصص أكثر في القيمة التي يعطيها الطالب لذاته من منظور الأداء الأكاديمي عن ذلك.

فالطالب الجامعي يكتسب تقديره لذاته أكاديمياً من خلال المواقف والخبرات المختلفة التي

يتلقاها. (من إعداد الطالبتين)

2- أهمية تقدير الذات الأكاديمي في التحصيل الأكاديمي:

إن مفهوم تقدير الذات وتقدير الذات الأكاديمي يلعبان دورا هاما في حياة الطلبة لارتباطهما بأمر أخرى كثيرة منها على سبيل المثال: القدرة على المنافسة، التوافق الشخصي، الاجتماعي، التقدم الدراسي.

لمعرفة خبرة فشل أو نجاح الطلبة لا بد أن نأخذ بعين الاعتبار مفهوم الذات لديهم وخاصة تقدير الذات الأكاديمي الذي يرتبط بتوقعات الفشل أو النجاح، فتحقيق هذا الأخير يؤدي إلى انخفاض تقدير الشخص لذاته.

يعتبر تقدير الذات الأكاديمي حيز الزاوية بالنسبة للأداء الدراسي للطلاب حيث يبقى تأثيره، مستمر طوال مساره الدراسي.

يركز الكثير من الباحثين في مجال التربية على كيفية وضع برامج وأنظمة تعمل على الرفع من تقدير الذات الأكاديمي وذلك لدى أهميتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي للطلاب. (من إعداد الطالبتين)

"وهناك بعض الدراسات استهدفت معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي، فقد أكدت هذه الدراسات على وجود علاقة قوية إيجابية بينهما ففي دراسة جيري والتي هدفت إلى معرفة العوامل المؤثرة في تنمية تقدير الذات بينت أن التحصيل لدى التلاميذ يتحسن نتيجة ارتفاع مستوى تقدير الذات لديهم". (بطرس ، 2008 ، ص408).

3- بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي:

إن المتصفح للتراث السيكولوجي في موضوع تقدير الذات بصفة عامة وتقدير الذات الأكاديمي بصفة خاصة يجد نفسه أمام مصطلحات عديدة يخلط بينهما الكثيرون نظرا للتداخل الكبير بينهما، ومن هذه المفاهيم: مفهوم الذات الأكاديمي، فعالية الذات الأكاديمي والنجاح الأكاديمي وفيما يلي شرح موجز لهذه المصطلحات.

1- académiqueself concept : مفهوم الذات الأكاديمي

عرفه (2005) tiu a Wang : (بأنه مدركات الطلاب لكفاءتهم الأكاديمية والالتزام والمشاركة والاهتمام بالعمل المدرسي والذي يعبر عنه الطلاب من خلال استجاباتهم على مقاييس الثقة والجهد الأكاديمي واللذان يمثلان أبعاد هذا المفهوم.

ويذكر الريموني (2008) : بأنه الرؤية التي ينظر فيها المتعلم إلى نفسه من حيث قدرته على التحصيل وأداء الواجبات الأكاديمية والرؤية المستقبلية وإدراكه لأبعاد القوة لديه وقدرته على تحمل مسؤولياته الصفية بالمقارنة مع الآخرين من طلاب صفه الذين لديهم القدرة على أداء المهمات نفسها". (حسين محمود ، 2017 ، ص208).

2- acadimecseffficacy: فعاليت الذات الأكاديمي

يرى JAKSON 2011 أنها مجموعة من المعتقدات بشأن الكفاءة الشخصية في صياغة وتنفيذ مسار عمل معين.

ويعرفها (carr, 2004) على أنها معتقدات الفرد في قدرته على تنظيم وأداء المهام ضمن مجال محدد لكي يؤدي بفعالية أهداف محددة.

ويعرفها (maddux, 2009) : على أنها معتقدات الأفراد حول قدراتهم على تحقيق نواحي مرغوبة من خلال سلوكياتهم، أو في أن يبدوا بتكليف ويتحكموا في مواقف التحدي ("صلاح تعب، 2017 ، ص275)

2- النجاح الأكاديمي: ويرى (bady 2002) : أن النجاح الأكاديمي يكون في بداية الطريق عبر الحصول على نقاط في كل مادة للمرور إلى مستوى أعلى، كما يكون في نهاية المرحلة بالحصول على شهادة نهاية الدراسة الثانوية، وحسب "بادي" كلما عرف التلميذ فشلا في بداية الطريق كلما كبرت لديه فكرة ترك المدرسة، وبالتالي عدم النجاح في نهاية الامر.

بينما يعرف لوندجر (legendere) النجاح المدرسي أو الأكاديمي بقوله: أنه الكفاءة والاتجاهات والقيم والمعارف المكتسبة من طرف التلميذ.

ويذهب بوشارد (1996) إلى أن مفهوم النجاح الدراسي يشير إلى وضعية الوصول بالأهداف المدرسية المرتبطة بالتحكم في المعارف المحددة، كما هو اكتساب التلميذ لبعض المعارف والقيم والاتجاهات والسلوكيات التي تسمح له بالاندماج الاجتماعي والمشاركة الكاملة في التحولات الاجتماعية.

يلاحظ أن هذا التعريف لا يحصر النجاح الدراسي فيما يتحصل عليه التلميذ من نقاط في مادة دراسية ما، وإنما يتعداه إلى المكتسبات المتعلقة بالقيم والسلوكيات والاتجاهات باعتبارها مكونات أساسية لبناء الشخصية الإيجابية القادرة على الاندماج في المجتمع " (زقاوة، 2014، ص45.45)

4 - العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي:

دور المعلم:

أن من يكتب على المعلم يجد نفسه أمام مهمة صعبة للغاية فالمعلم هو طاقة الابداع في العملية التربوية التعليمية تصلح بصلاحيه وتضعف بضعفه، وإذا أردنا الوقوف على مدى نجاح حوداته أي نظام تربوي علينا أن نبدأ بالمعلم فهو العامل الأول في إيصال واقع هذا النظام بالنجاح والحدائق وكذلك فالمعلم هنا الرجل الذي يركز عليه البناء الخيري للطلبة وبه يشمخ هذا البناء أو يتهاون، فقد يكون المنهج الدراسي في غاية الجودة، إلا أن هذه الجودة تدروها الرياح إذا قام على تنفيذها معلم جيد .

(عزت عطوي، 2004، ص117.)

فلم يعد المعلم هو الناقل للمعرفة والمصدر الوحيد له بل الموجه المشارك لطلبه في رحلة تعلمهم واكتشافهم المستمر، لقد أصبحت مهنة المعلم مزيجاً من مهام القائد، ومدير المشروع البحثي والناقد والموجه.

هذا بالإضافة إلى الدور الذي يلعبه المعلم، فهو رائد اجتماعي يسهم في تطوير المجتمع وتقدمه عن طريق تربية الأطفال تربية صحيحة وتسليح تلاميذه بطرق العمل الذاتي التي تمكنهم من متابعة اكتساب المعارف، تكوين القدرات والمهارات.

(جهد جمال، فتح الله الراميين، 2006، ص350)

ومن خلال ما تم ذكره يمكن القول أن للمعلم تأثير سواء بالإيجاب أو السلب على شخصية الطالب، فالمعلم الذي يكون لديه تقدير مدني للذات يجعل الطلبة منغمسون في سلوكيات دافعية وبدل أن يبين هؤلاء المعلمون الاستقلالية لدى الطلبة فإنهم يميلون إلى تعزيز شعورهم والتبعية والسلبية.

أما المعلمون الذين لديهم تقدير عالي لذواتهم يمكنون طلباتهم من تنمية ثقتهم بذاتهم وتكون لديهم استقلالية كما يمتلكون القدرة على حل مشاكلهم وبالتالي ينمو تقديرهم لذاتهم الأكاديمي بشكل إيجابي.

المنهاج:

تعتبر المناهج التربوية أحد المؤشرات التي يعتمد عليها الباحثون والخبراء في قياس مدى النجاح الأكاديمي للتلميذ والمنظومة التربوية، ويؤكد المختصون في هذا المجال على ضرورة أنبنى المناهج التربوية على أسس علمية ومنهجية ترعى فيها خصائص المتعلمين وقدراتهم الاستيعابية العقلية، وتأخذ بعين الاعتبار حاجاتهم النفسية والاجتماعية. (أحمد، 2014، ص53)

إن المنهج بمفهومه الحديث لا يقتصر على ما يدور في غرفة الفصل الدراسي بل أنها تشمل من ذلك.

كما ذكر "سعادة إبراهيم" " بأنه مخطط تربوي يتضمن عناصر مكونة من أهداف ومحتوى

وخبرات تعليمية مشتقة من أسس فلسفية واجتماعية ونفسية ومعرفية مرتبطة بالمتعلم ومجتمعهم مطبقة في مواقف تعليمية داخل المدرسة وخارجها "(ماندة مردان ، خلف جبر ، 2017، ص04).

تعتبر المناهج المدرسية وطرق التدريس من اهم العوامل المساعدة أو المعيقة لنمو تقدير الذات الأكاديمي، إذ تفصل هذه المناهج على خلق روح المنافسة، والتعلم التعاوني وتنمية قدراتهم خلال التعاون مع بعضهم.

كما يؤثر أيضا المنهج في مدى ملائمتها للقدرات العقلية للطلبة ومدى استجابته لحاجاتهم وموحياتهم التي يسعون الى تحقيقها في تقديرهم لدايمهم الأكاديمي كما يؤثر أيضا المنهج ومدى كفايته على كل من الأستاذ، الطالب، يخلق لديهم شعور بالضغط وعدم القدرة، بالإضافة للعوامل السابقة في ثقة الطلبة بأنفسهم وامكانياتهم التحصيلية وبالتالي تقديرهم لدايمهم.

الإدارة المدرسية:

"تغيرت وظيفة المدرسة واتسع مجالها في الوقت الحاضر فلم تعد مجرد عملية روتينية تهدف الى تسيير المدرسة سيراً روتينياً وفق قواعد وتقليصات معينة كالحفاظ على نظام المدرسة وحصر غياب الطلبة وحضورهم وحفظهم للمقررات الدراسية وصيانة الأبدية وتجهيزاتها، بل أصبح محور العمل في هذه الإدارة يدور حول الطالب وحول توفير كل الظروف والإمكانيات التي تساعد على توجيه نموه العقلي والبدني والروحي واعداده لتولي مسؤولياته في حياته الحاضرة والمستقبلية بالإضافة على رفع مستوى أداء المعلمين في تنفيذ المناهج الموضوعه من اجل تحسين العملية التربوية، ووجدت الغدارة المدرسية نفسها امام مفهوم جديد للمدرسة والمجتمع، فكيفت اساليبها وعدلت من طرق العمل بما لتحقيق للمدرسة هذا التقارب وتلك المشاركة " . (عزت عطوي، 2004، ص19)

للإدارة المدرسية تأثير واضح لتقدير الذات الأكاديمي لدى الطلبة فالنمو الإداري الذي تتبعه في التعامل مع طلبتها.

خلاصة الفصل:

يعتبر تقدير الذات مفهوم الأكثر مركزية في علم النفس، كما يتأثر تقدير الذات بمجموعة لا محدودة من العوامل كما يتضمن عدة أبعاد، إذ يقدر الفرد لذاته الاسرية الاجتماعية المهنية والأكاديمية التي تعد من أهم العناصر التي تدخل ضمن تقدير الذات العام التي تنمو في مختلف المواقف التعليمية المختلفة، من مناهج التدريس وأساليب ووسائل تعليمية

الفصل الثالث:

التوافق النفسي

-تمهيد

1- مفهوم التوافق .

2- مفهوم التوافق النفسي.

3- أهمية التوافق النفسي.

4- أبعاد التوافق النفسي.

5- معايير ومؤشرات التوافق النفسي.

6- نظريات المفسرة لتوافق النفسي.

7- خصائص التوافق النفسي.

8- العوامل التي تؤثر على التوافق النفسي.

9- قياس التوافق النفسي.

10- عوائق التوافق النفسي.

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد التوافق من المواضيع الهامة في علم النفس، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية، ويعتبر التوافق النفسي صورة ملحة خاصة في مرحلة المراهقة، لما يمر به المراهق من تغيرات، في مراحل نموه، فيؤكد الباحثين وعلماء النفس أن شخصية الفرد وسلوكه يتأثر في مرحلة الرشد بالتجارب الأولى وبأسلوب التربية والظروف البيئية المحيطة. فإذا توافق معها فإنه يستطيع التوافق في أي مجتمع وفي أي مرحلة من مراحل النمو، حيث يشار للتوافق النفسي بأنه الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته، وهو نجاح الفرد في التوفيق بين دوافعه والتحكم فيها وحسم صراعاتها.

أولاً : التوافق

1. تعريف التوافق

أ. لغة:

ورد في لسان العرب لابن منظور أنّ "وَفَّقَ الشيء ما لاءمه، وقد وافقه موافقة وفاقاً واتفق معه وتوافقاً."

(ابن منظور ، ص346)

ب. اصطلاحاً:

ويرى مصطفى فهمي "أن التوافق لغوياً كلمة تعني التآلف والتقارب واجتماع الكلمة نقيض التخالف والتنافر، والتصادم، وهو غير

الاتفاق، الذي يعني المطابقة التامة". (فهمي، 1970 ، ص11)

المعجم الشامل للمصطلحات السيكولوجية والتحليل النفسي .(أنجلش، 1958 ، ص56)

يعرف التوافق "بأنه حالة من العلاقة المتآلفة مع البيئة حيث يكون الشخص قادراً على الحصول على إشباع أكبر قدر من

حاجاته وعلى أن يواجه كافة المتطلبات الجسمية والاجتماعية التي تفر نفسها عليه (محمد شاذلي، 2001، ص 92)

ويتفق هذا التعريف مع تعريف معجم العلوم السلوكية " لولمان " 1973 والذي يرى أن التوافق : هو علاقة متسقة مع البيئة

تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد، ومواجهة معظم متطلبات الجسمية والاجتماعية التي تفر نفسها عليه، وهو

التغيرات التي تحدث في السلوك والتي تقتضي إشباع الحاجات ومواجهة المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة متسقة مع البيئة . (عبد الحميد محمد شاذلي، 2001 ، ص 97)

تعريف لا زاروس: "التوافق هو مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على متطلبات والضغط المتعددة . (القدافي، 1998 ، ص 109)

يشير هذا التعريف إلى أن التوافق هو عبارة عن العمليات النفسية التي يمكن أن يستعين بها الفرد من أجل مواجهة مختلف المواقف التي يمكن أن يتعرض لها. (بن سبيتي، 29017 ، ص 10)

وتعرفه دائرة المعارف النفسية ايزنك وآخرون 1975 على انه: "هو حالة يتم فيها إشباع حاجات الفرد من جانب، ومطالب البيئة من جانب آخر وهي تعني الاتساق بين الفرد والبيئة الاجتماعية."

ويعرفه عزت راجح 1973 على النحو التالي: "التوافق حالة التواءم والانسجام بين الفرد وبيئته، ويظهر ذلك في قدرته على إشباع أغلب حاجاته، وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفاً جديداً أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعاً نفسياً، تغيراً يتناسب مع هذه الظروف الجديدة."

ويعرفه مصطفى فهمي 1979 : "العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى تغيير سلوكه، ويحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى، والبيئة هنا تشمل المؤثرات والإمكانات للحصول على الاستقرار النفسي والبدني في معيشتة وهذه البيئة ثلاث جوانب : البيئة الطبيعية والمادية، البيئة الاجتماعية ثم الفرد ومكوناته واستعداداته وميوله وفكرته عن نفسه. (بن سبيتي ، 2017، ص 81)

التوافق هو الطريقة التي بواسطتها يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته. (محمد علي، 2004 ، ص 124).

عملية التوافق ليست عملية جامدة ثابتة تحدث في موقف معين أو فترة معينة بل أنها عملية مستمرة دائمة، فعلى الفرد أن يواجه سلسلة لا تنتهي من المشاكل والحاجات والمواقف التي تحتاج إلى سلوك مناسب يؤدي إلى خفض التوتر وإعادة الاتزان والاحتفاظ بالعلاقة مع البيئة، هذه العلاقة أي مثير داخلي أو خارجي وهو ما تعنيه عندما نقول أن عملية التوافق عملية ديناميكية وظيفية.

(محمد علي، 2004 ، ص 125/126)

نستخلص من خلال التعاريف أن مفهوم التوافق هو عملية ديناميكية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة في محاولاته لتحقيق التوافق بينه وبين نفسه أولاً، ثم بينه وبين بيئته التي يعيش فيها، ويتحقق هذا التوافق بأن يقوم الفرد بتغيير سلوكه للمؤثرات المختلفة للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي، والتكيف الاجتماعي مع بيئته.

2. بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق

ترجع الأصول المبكرة لمفهوم التوافق إلى علم الحيوان البيولوجي وهو يستخدم دائماً في علم الحيوان باسم التكيف

Adaptation Adjustment، وقد استعار علماء النفس مفهوم التكيف وأعادوا تسميته بالتوافق .

(السيد وآخرون، 1990، ص 674)

فهذا المفهوم في الأصل هو مفهوم بيولوجي، يعني قدرة الكائن الحي على التأقلم مع ظروف البيئة وما يطرأ عليها من تغيرات بحيث تتحقق المحافظة على الحياة. (مخيمر، 1984 ، ص 11) هذا وقد اختلف موقف المتخصصين في علم النفس من مصطلح التوافق والتكيف فمنهم من يساوي بين التوافق والتكيف: "هو عبارة عن تلك العمليات الدينامية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى أن يغير من سلوكه ليحدث توافقاً أكثر بينه وبين البيئة". (فهيمي ، 1979 ، ص 23)

ومنهم من يفرق بين التكيف والتوافق فيرى كاتل Cattel أن مصطلح التكيف يستخدم عادة بمعنى اجتماعي، بينما التوافق يعني العمليات النفسية البنائية)

ومنهم من يرى أن التوافق أعم من التكيف: "التوافق أعم من التكيف ويكاد معناه يكون قاصراً على النواحي النفسية والاجتماعية، بينما التكيف يختص بالنواحي الفسيولوجية وبذلك تصبح عملية تغيير الفرد لسلوكه ليتسق مع غيره، وذلك بإتباعه للعادات والتقاليد وخضوعه للالتزامات الاجتماعية لعملية التوافق، وتصبح عملية تغيير حدقة العين وذلك باتساعها في الظلام وضيقها في الضوء الشديد عملية تكيف

(السيد، 1975 ، ص 16)

ومنهم من يربط مفهوم التوافق بالصحة النفسية، حيث يرى عبد المنعم حنفي أنّ الصحة النفسية هي حالة من التوافق مع الظروف التي يعيشها الفرد مع العالم الذي يحيط به ويشعر فيه بأنه راضي وسعيد بأحواله، ومتصالح مع الواقع، ويسيطر على انفعالاته وبما يستطيع أن يستغل قدراته الاستغلال الأمثل لصالح نفسه وصالح الناس من حول. (حنفي، 1999، ص 09)

وينظر للصحة النفسية على أنّها حالة فردية من الإحساس بالعافية، ويكون فيها الفرد قادرا على تحقيق التوافق بطريقة مناسبة بين المتطلبات الجسدية الداخلية والمتطلبات الخارجية للبيئة.

(رضوان، 2002، ص 23)

رغم الخلط الواضح بين مصطلحات (التوافق والتكيف والصحة النفسية) إلا أنّ هذه المصطلحات مترابطة ببعضها، لكن الصحة النفسية أكثر عمومية من التوافق والتكيف وهما بدورهما مظهران يدلان عليها. وبناء عليه فإن الشخص المتمتع بقدر من الصحة النفسية إذا تعرض لصعوبة ما سيتكيف مع وضعه الطارئ، دون أن يجعل هذا الظرف معوقا، وسوف يتخذ أساليب توافقية تحقق له الإشباع لحاجاته وتدعمه نفسيا ليصبح قانعا ومستقرا رغم معاناته.

ثانيا : التوافق النفسي

1. مفهوم التوافق النفسي

.يعرف هو تلك العلاقة التي يحقق بها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، كما يحقق بها أيضا حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي، ويظهر هذا الاتزان من خلال تقبله للآخرين من أفراد أسرته ومدرسته بوجه عام. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 55)

.التوافق النفسي عملية مستمر، كلما تعرض الفرد لمواقف خطيرة كلما يسعى إلى التخفيض من التوتر الذي قد ينتجه ذلك الموقف، هذا ما عبر عنه الصفيطي في قوله: " التوافق النفسي لا يتم مرة واحدة وبصفة نهائية بل انه عملية مستمرة باستمرار الحياة وذلك لان الحياة سلسلة من الحاجات يحاول الفرد إشباعها فكلما توترت تهدد اتزان الكائن بالضيق والفرد يسعى جاهدا لإزالة هذه

التوترات لإعادة الاتزان من جديد (فهمي، 1979، ص 23)

الفرد المتوافق نفسياً نجده " راضياً عن نفسه غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثق منها كما تتسم حياته النفسية

بالخلو من التوتر والصراعات النفسية التي يقترن بمشاعر الذنب والقل

(الصفطي، بدون سنة ، ص5)

• جابلن: Ghaplin علاقة انسجام الشخص مع البيئة المادية والاجتماعية.

• يعرفه داود هو سعي الإنسان لتنظيم حياته وحل صراعات ومواجهة مشكلاته من إشباعها وإحباطا وصولاً إلى الصحة النفسية .

(الداهري، 2008 ، ص15)

• التوافق النفسي هو حصيلة الجهود الإنسان تتضمن خبراته الماضية والحاضرة للانطلاق نحو المستقبل(الداهري ، 2008 ،

ص16).

• معجم العلوم السلوكية ولما عرف التوافق النفسي على أنه " التغيرات في السلوك التي يقتضيها إشباع الحاجات ومواجهته

المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة منسقة مع البيئة، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد ومواجهة معظم

متطلباته الجسمية والاجتماعية التي تفرض نفسها عليه .

(حسن أبكر، 2018 ، ص17)

• يعرف مصطفى فهمي التوافق النفسي هو " تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف لها الفرد إلى أن يغير من سلوكه، لبحث

عن علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى. (فهمي، 1979

، ص21 . 22)

• يعرف حامد عبد السلام زهران " التوافق النفسي عملي ودينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير

والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته

(عبد الرحمن ، أبوبكر، 2018 ، ص131)

• وينظر البعض إلى الصحة النفسية باعتبارها عملية التوافق النفسي، ويتحدد ما إذا كان التوافق سليماً أو غير سليم تبعاً لمدى نجاح الأساليب التي يتبعها الفرد للوصول إلى حالة التوازن النفسي مع بيئته، ونجاح عملية التوافق النفسي يؤدي إلى حالة التوافق النفسي التي تعتبر قلب الصحة النفسية .

(زهران، حامد، 2005 ، ص28)

نستنتج من خلال التعاريف أن التوافق النفسي عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد تحقيق قدر من الاتزان والرضا والتواءم والانسجام مع ذاته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات الحياة.

2. أهمية دراسة التوافق النفسي

لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة تبدو في الميادين الآتية:

1. ميدان التربية :يمثل التوافق الجيد مؤشراً إيجابياً أو دافعاً قوياً يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل يجعل العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح، فالتلاميذ سيئو التوافق يعانون من التوتر النفسي ويعبرون عن توتراتهم النفسية بطرق متعددة كاستجابات التردد والقلق أو بمسالك العنف في اللعب والأنانية والتمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس واستخدام الألفاظ النابية في التعامل مع الآخرين وكراهية المدرسة والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل اللجلجة والتلعثم وقضم الأظافر والميول الانسحابية والحجل وتنعكس كل تلك المشكلات بالطبع في انخفاض التحصيل الذي هو جوهر عملية التعليم.

(محمد علي . 2004 ، ص128)

2. ميدان الصناعة : أن التوافق الجيد للعمال أمر ضروري لزيادة الإنتاج كما لا يمكن التقليل من شأن العلاقة الإيجابية ومشاعر الحب والود مع الزملاء والرؤساء والمشرفين.

وتأثير ذلك كله في كمية نوعية الإنتاج وبالتالي فإن سوء التوافق الناتج عن سيادة الروح العدائية أو الكراهية تجاه الرؤساء نتيجة لأساليب الإدارة الدكتاتورية والشعور بالظلم أو هضم الحقوق أو محاباة البعض على حساب البعض الآخر أو العجز عن إقامة

علاقات طيبة مع الزملاء أو العمل في ظل ظروف طبيعية غير مناسبة . (محمد علي، 2004 ، ص128)

3. ميدان الصحة النفسية: أن سوء التوافق يمثل واحداً من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة وهي مجموعة الأسباب التي تطلق عليها الأسباب المرسبة، ومن هناك فأن دراسة الشخصية قبل المرض، ومدى توافق الفرد مع أسرته وزملائه ومجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية، وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيؤ التوافق أكثر من غيرهم عرضة للتوتر والقلق والاضطراب النفسي (محمد علي، 2004، ص 129)

3. أبعاد التوافق النفسي

• التوافق الشخصي :

يتمثل في إشباع الفرد لحاجاته النفسية، وفهمه لذاته فهماً واقعياً، وتقبله لذاته واحترامها، ثقته بنفسه، تحمله المسؤولية، قدرته على اتخاذ القرار، حل لمشكلاته، وتحقيق أهدافه.

(دوسة، أبكر، 2018، ص 10) .

ويقصد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزنًا، كما يجدر الإشارة إلى أنه غالباً ما يسوء التوافق الاجتماعي للفرد إذا ساء توافقه الذاتي. (عوض، 1989، ص 28-29)

ويتضمن التوافق الشخصي الاعتماد على النفس، الإحساس بالقيمة الذاتية، الشعور بالحرية والقدرة على توجيه السلوك دون تدخل أو سيطرة من الآخرين، الشعور بالانتماء التحرر من الميل للعزلة، والانطواء والخلو من الأعراض العصبية. (حسيب، 2006، ص 2)

-التوافق الانفعالي:

يعرف بقدرة السيطرة على الانفعالات واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية . (حسيب، 2006، ص 10).

ويتمثل في الذكاء الانفعالي، والهدوء، والاستقرار، والثبات، والضبط الانفعالي والسلوك الانفعالي الناضج، والتعبير الانفعالي المناسب لمثيرات الانفعال، والتماسك في مواجهة الصدمات الانفعالية وحل المشكلات الانفعالية. (سري، 2000، ص 37)

- **التوافق الاجتماعي :** ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع، مسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى تحقيق التوافق الاجتماعي.

(دوسة، أبكر، 2018، ص11)

إن الحياة سلسلة من عمليات التوافق التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للموقف المركب الذي ينتج عن حاجاته وقدرته على إشباع هذه الحاجات، ولكي يكون الإنسان سويا ينبغي أن يكون توافقه مرنا وينبغي أن تكون لديه القدرة على استجابات متنوعة تلائم المواقف وتنجح في تحقيق دوافعه .

(الدهري، 2008، ص 69)

4. معايير ومؤشرات التوافق النفسي

لقد حدد " لا زاروس lazarus" : وشافر معايير التوافق النفسي كالآتي

- **الراحة النفسية :** يقصد بها أن الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه وبقراها المجتمع.
- **الكفاية في العمل :** تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهارته، من أهم دلائل الصحة النفسية. فالفرد الذي يزاول مهنة أو عملا فنيا، تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته، وتحقيق أهدافه الحيوية وكل ذلك يحق له الرضا والسعادة النفسية.
- **مدى استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية:** إن بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية، وعلى الاحتفاظ بالصدقات والروابط.
- **الشعور بالسعادة:** الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، وهي شخصية خالية من الصراع أو المشاكل.

- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية : إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته، أو يكون قادراً على إشباع بع حاجاته، ولديه القدرة على ضبط ذاته وعلى إدراك عواقب الأمور.
- ثبات اتجاه الفرد: إن ثبات اتجاهات الفرد تعتمد على التكامل في الشخصية وكذلك على الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير.
- الأعراض الجسمية : في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق دوماً يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية، فالمطلب السيكوموماتي (النفس جسمي) يؤكد لنا كثيراً من الاضطرابات الفيزيولوجية تكون ناتجة أساساً من الاضطراب في الوظائف النفسية.
- اتخاذ أهداف واقعية : الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهداف ومستويات لطموح، ويسعى للوصول إليها حتى ولو كانت تبدو له في أغلب الأحيان بعيدة المنال. فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل بذل الجهد والعمل المستمر في، سبيل تحقيق الأهداف.

(بلحاج، 2011، ص 117 - 118)

يمكن أن نحدد بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق، وكالآتي:

- أن تكون نظرة الإنسان إلى الحياة نظرة واقعية.
- أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته.
- الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص.
- أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها : الثبات الانفعالي واتساق الأفق والتفكير العلمي والمسؤولية الاجتماعية والمرونة، وأن يكون مفهومه عن ذاته متطابقاً مع واقعه أو كما يدركه الآخرون عنه.
- أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية التي تبني المجتمع كاحترام العلم وأداء الواجب واحترام الزمن وتقديرات التراث.....إلخ.

(الداهري، 2008، ص 16/17)

5. مجالات التوافق النفسي:

ذكر اشرف عبد الغني شريت أن هنالك دروب مختلفة للتوافق تبدو في قدرة الفرد على أن توافق توافقاً سليماً وان يتواءم مع بيئته الاجتماعية أو المهنية وتمثل مجالات التوافق في الآتي:

• التوافق العقلي

عناصر التوافق العقلي هي الإدراك الحسي والتعليم والتذكر والتفكير والذكاء والاستعدادات ويتحقق التوافق العقلي كل هذه الأبعاد بدوره كاملاً ومتعاوناً مع بقية العناصر (صبره، شريت، 2004، ص 129)

• التوافق الديني

فهو جزء من التركيب النفسي للفرد وكثيراً ما يكون مسرحاً للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة مثال ذلك ما نجده عند كثير من الشباب أصحاب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية، ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة ويعمل على تنظيم المعاملات بين الناس وذو اثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن أما إذا فشل الإنسان في التمسك به ساءت وافق هو اضطراب نفسه وأصبح مهياً للقلق. (صبره، شريت، 2004، ص 129 - 130)

• التوافق السياسي:

يتحقق التوافق السياسي عندما يعتنق الفرد المبادئ الأساسية التي تتمشى مع تلك التي يعتنقها المجتمع أو يوافق عليها اي عندما يساير معايير الجماعة التي يعيش فيها وإذا ما خالف تلك المعايير تعرض لكثير من الضغوط المادية والنفسية أوقد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر والقلق وعليه أن يساير الجماعة أو يغير مبادئه السياسية أو ان يوفق بينها وبين تلك التي تسود مجتمعه أو أن يقمع هذا المبادئ والأفكار أو أن ينقل إلى المجتمع آخر يرحب بمبادئه حتى يتحقق له التوافق بينه وبين مجتمع (صبره، شريت، 2004، ص 130)

• التوافق الجنسي:

يلعب الجنس دوراً بالغ الأهمية في حياة الفرد لماله من اثر على سلوك هو على صحته النفسية وان النشاط الجنسي يشبع كلاً من الحاجات البيولوجية والسلوكية وكثيراً من الحاجات الشخصية والاجتماعية مصدراً للتوتر الشديد ينو تختلف الطريقة التي

تشبع بها إلا حاجات الجنسية ودرجة هذا الإشباع اختلافاً واسعاً باختلاف ظروف الحياة وخبرات تعلم الفرد ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلاً على سوء التوافق العام للفرد. (صبره، شريت، 2004 ، ص130)

• التوافق الزوجي:

كما يتضمن السعادة الزوجية والرضا الزوجي ويتمثل في اختيار المناسب للزواج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي.

(محمد علي، شريت، 2004 ، ص130)

وهو قدرة كل من الزوجين على العيش معاً، في سلام ووثام وحبّ وتعاطف وتكاتف في مواجهة صعوبات الحياة الزوجية، وحسن قيام كل منهما بدوره كأبّ أو كأمّ. (شحاتة، 2005 ، ص73)

• التوافق الأسري:

يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات مع الوالدين حيث تسود المحبة والاحترام المتبادل بين أفراد الأسرة جميعهم ويمتد التوافق الأسري ليشمل كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية.

(محمد علي، شريت، 2004 ، ص131)

• التوافق الاقتصادي:

أن التغير الاقتصادي المفاجئ بالارتفاع والانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يحدث اضطراباً عميق في أساليب توافق الفرد ويلعب حد الإشباع دوراً بالغ الأهمية في تحديد شعور الفرد الرضي أو الإحباط فيتغلب على الفرد طابع بالحرمان والإحباط إذا كان حد الإشباع عنده منخفضاً ويغلب عليه الشعور بالرضاء إذا كان حد الإشباع عنده مرتفعاً.

(صبره، شريت، 2004 ، ص131)

• التوافق التربوي:

يقوم في حقيقته على إمكانية التخلص مؤقتاً من أعباء العمل ومسؤولياته أو التفكير فيه خارج مكان العمل، والتصرف في الوقت بحرية، وممارسة السلوك الحر التلقائي، الذي يحقق فيه الفرد فرديته ويمارس فيه هواياته رياضية كانت أم عقلية، أو ترويحية، ويتحقق بذلك الاستجمام. (صبره، شريت، 2004، ص 132)

• التوافق المدرسي:

حالة تبدو في العملية المستمر التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد دراسية والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينها وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية، فالتوافق الدراسي تبعاً لهذا المفهوم قدرة مركبة، تتوقف على بعدين أساسيين، بعد عقلي وبعد اجتماعي، هي آذن يتوقف لي كفاية إنتاجية وعلاقات إنسانية، أما المكونات الأساسية للبيئة الدراسية فهي الأساتذة والزملاء وأوجه النشاط الاجتماعي ومواد الدراسة والوقت الدراسة ووقت الفراغ ووقت المذاكرة وطرق الاستدكار. (صبره، شريت، 2004، ص 132)

• التوافق المهني:

يتضمن الرضاء عن العمل ارضاء الآخر ينفي هو يتمثل في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة وإقناع شخصي والاستعداد لها علمياً وتدريباً والدخول فيها والصلاحيه المهنية والكفاءة والإنتاج والشعور بالنجاح والعلاقات الحسنة مع الرؤساء والرؤساء، والتغلب على المشكلات ولا ينبغي أن نتصور أن التوافق يعني هو توافق الفرد لواجبات عمله المحدودة، وذلك أن التوافق المهني يعني أيضاً توافق الفرد لبيئة العمل.

(صبره، شريت، 2004، ص 133)

6. نظريات المفصرة لعملية التوافق النفسي:

أدرك الباحثون مدى أهمية التوافق النفسي في حياة الفرد وذلك من خلال تفاعله وتكيفه في المجتمع ومع مختلف الظروف التي تواجهه، لذا تم وضع نظريات فسرت مدى أهمية التوافق النفسي ومدى تأثيره في حياة الفرد، ومن هذه النظريات نجد.

• النظرية البيولوجية الطبية :

من مؤسسيها الباحثين " داروين، مندل، كالمان، جالتون، تركز هذه النظرية على النواحي البيولوجية للتوافق حيث ترى أن كل أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة بالمخ، وتحدث هذه الأمراض في أشكال منها الموروثة

ومنها المكتسبة خلال مراحل الحياة الفرد من إصابات واضطرابات جسمية ناتجة عن مؤثرات من المحيط، أو يعود إلى اضطرابات نفسية التي تؤثر على التوازن الهرموني للفرد نتيجة تعرضه للضغوطات.

يرى أصحاب هذه النظرية أن عملية التوافق تعتمد على الصحة النفسية وبالتالي التوافق التام للفرد (التوافق الجسدي) أي سلامة وظائف الجسم المختلفة ويقصد بالتوافق في ظل هذه النظرية انسجام نشاط وظائف الجسم فيما بينها، أما سوء التوافق فهو اختلال التوازن الهرموني أو نشاط أو وظيفة من وظائف الجسم. (دوسة، أبكر، 2018، ص9)

• نظرية التحليل النفسي:

هذه المدرسة تؤكد على وجود حياة نفسية لا شعورية غير الحياة الشعورية التي يعيشها الفرد، كما تؤكد أن الفرد يولد مزودا بغرائز ودوافع معينة، وأصحاب مدرسة التحليل النفسي يرون أن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات تعقبها إشباعات أو إحباطات كما تفترض هذه المدرسة أن الشخصية تتكون من ثلاثة نظم أساسية: أهو، الأنا، والأنا الأعلى، وعلى الرغم من أن كل جزء من هذه الأجزاء للشخصية الكلية له دينامياته وخصائصه وميكانيزماته ومبادئه التي يعمل وفقها، فإنها جميعا تتفاعل معا تفاعلا وثيقا بحيث يصعب فصل تأثير كل منها، وأن السلوك في الغالب محصلة تفاعل بين هذه النظم الثلاث، ونادرا ما يعمل أحدها بمفرده دون النظامين الآخرين. (هول، لندسي، تر.ج: فرج وآخرون، 1971، ص53)

وتحتل الأنا مكانة حيوية، ففي كلمات فرويد S.Freud يقول: "على الذات المسكينة أن تخدم الثلاثة من السادة أهو، الأنا، الأنا الأعلى والواقع، كما أن عليها أن تفعل كل ما في وسعها لكي توفق بين طلبات الثلاثة"، وكلما كانت الصراعات شديدة كانت الطاقة النفسانية المطلوبة لحل هذه الصراعات أكثر، وتبقى الطاقة النفسانية الأقل للعمليات العقلية العليا، مثل التفكير المنطقي والابتكار. ولأن الأنا تعرف خطر التعبير عن الدوافع البدائية، فهي تعاني من قلق عندما يضغط أهو عليها بهذه الدوافع البدائية، ولتخفيف حدة القلق يمكن للأنا أن تبعد هذه الدوافع عن الوعي، وتوجهها إلى أساليب مقبولة أو تعبر عنها مباشرة، وعندما يستسلم الأنا للهو، فإن الأنا العليا تعاقب الذات عن طريق الإحساس بالذنب والدونية. وفي محاولة التوفيق بين أهو والأنا الأعلى والدوافع فإن الأنا تنمي الحيل الدفاعية التي هي أنماط السلوك التي تخفف التوتر، أما الأعراض الشاذة يمكن أن تنتج من عدم التوفيق بين رغبات أهو والواقع والأنا العليا. (دافيدوف، تر.ج: الطواب وآخرون، 1992، ص585)

إنّ خفض التوتر هو محور تصور مدرسة التحليل النفسي لمفهوم التوافق، وهي ترى بأنّ الشخصية السوية، هي القادرة على الحب والعمل وكذلك القدرة على التعامل مع مبدأ الواقع .

• النظرية السلوكية:

يرى أصحاب المدرسة السلوكية أنّ التوافق نمط من المسيرة الاجتماعية، لأنّ المسيرة الاجتماعية من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة، أي خضوع الفرد لتلك الضغوط الصريحة والضمنية، فيحكم الفرد ويعتقد ويتصرف متّفقا مع أحكام وعقائد وتصرفات الجماعة.

فالشخص الذي استطاع أن يكون عادات سويّة أتاحت من خلال ارتباطات بين مثيرات حسية واستجابات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية، ودعّمت بالإثابة والتكرار فتكونت عادة، والشخصية ليست إلا جهاز العادات التي اكتسبها الفرد، والسلوك الإنساني بهذا الشكل تحدده الأهداف التي يضعها الأفراد أو المجتمع لنشاطهم، وتنمو دوافع الإنسان السلوكية من خلال الخبرة، بالتدرج ينشئ الفرد لنفسه شبكة من الدوافع أو الحاجات تهدي سلوكه وتتراوح من الخصوصية الدقيقة كالحاجة إلى حبّ الأمومة، والعمومية الشاملة كالحاجة إلى العلاقات الإنسانية الطيبة، وبما أنّ الشخصية هي نتاج للتعلّم فإنّ أنواع السلوك الشاذ أو غير المتكيف يتم تعلمها، فشخصية الفرد تتكون من العادات الإيجابية والسلبية. فالعادات السلبية يتم تعلمها بنفس الطريقة التي تعلم بها العادات الإيجابية أو عن طريق تعزيزها، والشخصية السويّة عند السلوكيين رهن بتعلّم عادات صحيحة سليمة، (الجماعي، 2007، ص 101-102)

يرى أصحاب هذه المدرسة السلوكية أنّ التوافق هو نمط من المسيرة الاجتماعية، لأنّ المسيرة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة، وبهذا تحقيق التوافق عند السلوكيين مرهون بالقبول الاجتماعي، فالفرد الذي يسلك سلوكا يتفق مع المعايير الاجتماعية يكون سوي التوافق، كما تركز على المكتسبات البيئية التي يتعلمها الفرد من خلال تعزيز السلوك وملاحظته.

• النظرية الإنسانية :

ظهر هذا الاتجاه كردّ فعل للنظريتين الأساسيتين في علم النفس: "التحليل النفسي" و"السلوكية"، ويقوم هذا الاتجاه على رفض المسلمات التي تقوم عليها نظرية التحليل النفسي أو السلوكية، أي أن هذا المذهب يرفض تصور الإنسان كجهاز طاقة يبحث عن

حالة التوازن من حيث توزيع الطاقة على أجزائه المختلفة وأيّ ازدياد في مستوى الطاقة، يؤدي إلى خلل هذا الاتزان، كما يرفض تصور الإنسان جهازاً آلياً إذا أثر أيّ جزء منه تحتمّ عليه أن يقوم بسلوك معين ويمكن التنبؤ بهذا السلوك .

(مرسي ، 1970 ، ص143)

وحسب هذا المذهب فإن الإنسان يتميز عن الحيوان بالحرية أو المسؤولية والإبداع فهذا المذهب يقدم نظرة متفائلة عن الإنسان وحياته ومستقبله، ويرى أن الإنسان كائن خير بطبعه وإن أتى بشرّ يكون نتيجة رد فعل لما يواجهه من صعوبات وتحديات وإحباطات فالفرد حرّ يختار من الحياة الأسلوب الذي يتناسب معه والذي يتفرد به عن غيره وحرية الإنسان هنا محدودة، فهناك مواقف لا يستطيع فيها الاختيار، والإنسان دائماً في نمو وتطور يدفعه إلى نشاطه الدافع إلى تحقيق الذات أو أنّ مفهوم الذات يبدأ في التكوين منذ اللحظة الأولى التي يبدأ فيها الطفل باستكشاف أجزاء جسمه، إنّما تبنى من خلال أفكاره وشعوره وأعماله وخبراته. (عدس، توق، 1997، ص 420)

ومن أنصار هذا الاتجاه روجرز C.Rojers الذي يشير إلى أنّ الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق، يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المتسقة مع مفهومهم عن ذاتهم، ويقرّر أن معايير التوافق تكمن في ثلاثة نقاط هي: الإحساس بالحرية، الانفتاح على الخبرة، الثقة بالمشاعر الذاتية. (عبد اللطيف، عوض، 1990 ، ص89)

فالبشر كأفراد لديهم إمكانية أن يعيشوا ويخبروا عن وعي تلك العوامل التي تسهم في عدم توافقهم، كما أنّ لديهم إمكانية والميل إلى الابتعاد عن حالة عدم التوافق والاقتراب من حالة التوافق النفسي. (الشناوي، 1994 ، ص271)

وهكذا يرى أصحاب النظرية الإنسانية أنّ التوافق يقوم على تحقيق الفرد لذاته وأنّ من أهم العوامل المرتبطة بالتوتر وسوء التوافق، هو بحث الإنسان عن هدف أو مغزى لحياته يحقق به ذاته، فإن لم يهتد إلى ذلك فإنه سيكون عرضة للتوتر والقلق وسوء التوافق.

ومنه يمكن القول أنّ التفسيرات التي أوردتها كل نظرية من النظريات السابقة الذكر تعين في تقديم فهم جزئي لمشاكل التوافق النفسي بشكل عام، إلا أنّ الاعتماد على إحداها لا يعدّ كافياً لمعرفة الأسباب المؤثرة على مستوى التوافق النفسي لدى الفرد، لأنه من غير الممكن فصل جوانب حياة الإنسان عن بعضها البعض، فتأثير النواحي البيولوجية لا يستقل عن التأثير الاجتماعي أو النفسي، وبالتالي فإنه من الضروري عند محاولة معرفة أسباب سوء التوافق النفسي أو العوامل المؤدية إليه، الاهتمام بكل جهات النظر للحصول على فهم متجانس يساعد في تقديم خدمات أفضل.

• النظرية المعرفية:

يرى أصحاب النظرية المعرفية أن التوافق يأتي عبر معرفة الإنسان لذاته وقدراته والتوافق معهما . حسب الإمكانية المتاحة وأن كل فرد يمتلك القدرة على التوافق الذاتي . وعلى هذا الأساس فقد أكد "ألبرت أليس " على أهمية تعليم المرضى النفسيين كيف يغيرون من تفكيرهم في حل المشكلات، وأن يوضح للمريض أن حديثه مع ذاته يعتبر مصدرا لاضطرابه الانفعالي، وأن يساعده على أن يستقيم تفكيره حتى يصبح الحديث الذاتي لديه أكثر منطقة وأكثر فعالية (بن ستي، 2013، ص 17)

حيث: المعرفيون استبعدوا تفسير توافق الفرد أنه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة البشرية، واعتبروا أن كثيرا من الوظائف البشرية تتموا الفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك للأفكار والمفاهيم الأساسية.

ومن خلال هذه النظريات التي طرحها علماء النفس، نجد أن كل واحد منهم له تفسير وتحديد لمفهوم التوافق في ضوء منحي معين، رغم أنها تتفق بأن التوافق النفسي مفهوم أساسي مرتبط بمقومات الصحة النفسية للفرد .

7. خصائص التوافق النفسي:

نرى أن التوافق عملية كلية ديناميكية وظيفية، تستند إلى مهمتها إلى وجهات النظر النشوية والزوايا الفوتوغرافية والاقتصادية على النحو التالي:

1. التوافق عملية كلية: ينبغي النظر إلى هذه العملية في وحدتها الكلية، مما ينطوي على الدينامية والوظيفية معا، فالتوافق يشير إلى الدلالة الوظيفية لعلاقة الإنسان من حيث هو كائن مع بيئته، معنى هذا

أن للتوافق خاصية لهذه العلاقة الكلية، فليس لها أن تصدق على مجال جزئي من المجالات المختلفة لحياة الفرد وليس هذا أيضا أن تقتصر على المسالك الخارجية للفرد في إغفال تجاربه الشعورية، ومدى

ما استشعره من مرض تجاه ذاته وعالمه.

2. التوافق عملية وظيفية: بمعنى أن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة وهناك مستويات متباينة من الاتزان، ويفرق البعض بين التلاؤم الذي هو مجرد تكيف فيزيائي، وبين التوافق بمعنى الكلمة في شموليته وكيه.

3. التوافق عملية تستند إلى الزواياالنشئية: يقصد به أن التوافق يكون دائما بالرجوع الى مرحلة يعيشها من مراحل النشأة فالتوافق بالنسبة إلى ال ا رشد يعني أن يعيد الاتزان مع الهيئة على مستوى الرشد فهو يتخطى في سلوكه كل المراحل السابقة من النمو، من هنا تكون اللاسوية تعبير عن توقف النمو، أو عن النكوص إلى م رحلة سابقة من م ا رحل النمو، فالسلوك المتوافق في مرحلة الطفولة يكون هو نفسه السلوك المرضي إذا ظهر عند مرحلة الرشد.

التوافق عملية تستند إلى الزواياالاقتصادية: إن نتيجة الص ا رع تتوقف على كمية الطاقة المستثمرة في كل من القوتينالمتصارعتين فإذا نأت إلى الحفر الغريزية، تزيدكمية طاقتها على كمية الطاقة المستثمرة في الدفاع فستكون النهاية افتقارا لهذه الحفر الغريزية، هذا وكمية الطاقة عند فرد ما تعتبر ثابتة، وبالتالي إذا كانت كمية الطاقة الضائعة في المكونات والدفاعات عظيمة الكبر، تكون كمية الطاقة

المتبقية تحت تصرف الجانب الشعوري شديدة. ومن هنا تكون الأنا عاجزة عن أن تواجه متطلبات السهر والأنا العليا في مواجهتها لمواقف الحالة الخارجية، وذلك هو المعنى العلمي للشخصيةالضعيفة .

(حشمت، 2006 ، ص 68-69)

8.العوامل التي تؤثر على التوافق النفسي:

يعمل الفرد دائما على تحقيق التوافق النفسي، ويلجأ في ذلك إلى أساليب مباشرة وغير مباشرة:

أولاً: التوافق النفسي ومطالب النمو: من أهم عوامل إحداث التوافق المباشرة، وتحقيق مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحلها وبكافة مظاهره (جسميا، وعقليا، وانفعاليا، واجتماعيا .

ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد والتي يجب أن يتعلمها حتى يصبح سعيدا وناجحا في حياته، أي أنها عبارة عن المستويات الضرورية التي تحدد خطوات النمو السوي للفرد .

(زهران، 2012 ، ص 42)

ويؤدي تحقيق مطالب النمو إلى سعادة الفرد، ويسهل تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة وفي المراحل التالية، ويؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله، وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة وفي المرحلة التي تليها.

ثانيا : التوافق النفسي ودوافع السلوك : من أهم الشروط التي تحقق التوافق النفسي، إشباع دوافع السلوك وحاجات الفرد، وهذه من أهم العوامل المباشرة لإحداث التوافق النفسي حيث يعتبر موضوع الدوافع أو القوى الدافعة للسلوك بصفة عامة من الموضوعات الهامة في علم النفس، لأن الدوافع بطبيعتها الحال هي التي تفسر السلوك .

(زهران، 2012 ، ص 43)

ويعتبر السلوك نتاج عملية تتفاعل فيها العوامل الحيوية، وأمثلتها الحاجات الحيوية، واشباعها ضروري لحياة الفرد، والعوامل النفسية الاجتماعية مثل : الحاجات النفسية (الأمن، والاجتماع وتأكيد الذات) واشباعها ضروري لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي .

ثالثا : التوافق وحيل الدفاع النفسي : أساليب غير مباشرة تحاول إحداث التوافق النفسي وهي وسائل توافقيه لا شعورية من جانب الفرد، من وظيفتها تشويه ومسح الحقيقة حتى يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباط والصراعات التي لم تحل والتي تهدد أمنه النفسي، وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي.

(زهران، 2012 ، ص 44)

9. قياس التوافق النفسي

يمكن استخدام الأساليب التالية لقياس التوافق النفسي:

1. الملاحظة: وهي تأتي من مصدرين أساسيين هما :

- الدراسات الميدانية: وهي تشمل ملاحظة الأفراد أثناء توافقيهم مع المواقف الطبيعية والطائرة والمثال الحي على هذه الملاحظات، ما قام به عالم النفس والتوجيه التحليلي برينون برون (ptlhem Brion) 1960 حيث قدم حسابات وتحليلات سيكولوجية للفروق السيكولوجية والفيزيائية غير العادلة التي تعرض لها المسجونون وأشكال التوافق التي قاموا بها وقد كان هو نفسه سجيناً عايش الخبرة بنفسه.

- الدراسات التجريبية: وهي تختلف عن الدراسات الميدانية في أن المحرر يصطنع المواقف، فتأتي أبسط من مثيلاتها في الحياة الطبيعية وتكون معتدلة الشدة، لكن المنحنى التجريبي له ميزتين عن المنحنى الميداني وهما: إمكانية إجراء قياسات دقيقة ومضبوطة .

• إمكانية عزل العوامل السلبية الهامة. (محمد علي، محمد عبد الغني، 2004، ص 193)

الاختبارات والمقاييس والاستخبارات والاستشارات التي تقيس التوافق والصحة النفسية:

وفيما يلي أمثلة لبعض تلك الاختبارات والمقاييس: قائمة بل (Ball) للتوافق من وضع هيوبل (Hairball) عام 1934 وترجمة للعربية عام 1960 بعنوان اختبار التوافق للطلبة ويتكون من (160) بنداً في النسخة الأمريكية والنسخة العربية يكون من (140) بنداً أعدها محمد عثمان نجاني.

□ مقياس الصحة النفسية: اقتباس وإعداد عماد الدين إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسى .

□ مقياس الإرشاد النفسي: وضع من طرف بودي ليتون (Leighton) و (Body) إعداد عماد الدين إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسى .

□ مقياس حدد مشكلتك بنفسك (مستوى إعدادي): تأليف موني (Money) وإعداد مصطفى فهمي وصموئيل مغاريوس .

□ استفتاء مشاكل الشباب :إعداد أحمد زكي صالح.

□ مقياس التوافق النفسي : من إعداد زبيب شقير 2003

□ اختبار التوافق الشخصي والاجتماعي: إعداد عطية محمد هنا .

(محمد علي، محمد عبد الغني، 2004 ، ص 17)

10.عوائق التوافق النفسي:

عوائق التوافق كثيرة، تمنع الإنسان من إشباع حاجاته وتحتبه عن تحقيق أهدافه بعضها داخلي يرجع إلى الإنسان نفسه، وبعضها الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها. من أهم هذه العوائق نذكر ما يلي:

1-9العوائق الجسمية:

يقصد بها بعض العاهات والتشوهات ونقص الحواس، التي تحُول بين الفرد وأهدافه فضعف القلب أو البنية قد يعوق الطالب عن مشاركة زملائه في النشاطات الرياضية أو الترفيهية ممّا يجعله يشعر بالنقص، وقد يؤدي به ذلك إلى الانسحاب والانطواء.

2-9 العوائق النفسية:

ويقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس - حركية أو أيّ خلل في نمو الشخصية والتي قد تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه.

3-9 العوائق الاقتصادية:

يعتبر عدم توفر الإمكانيات المادية عائقاً يمنع كثيراً من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، خاصة في مرحلة الشباب حيث يكون التفكير في التعليم والعمل والاستقرار في المستقبل.

4-9 العوائق الاجتماعية:

يقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات، والتي قد تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه فتخلق لديه نوعاً من الصراع النفسي، بين هذه الضوابط وبين رغباته ودوافعه، وقد تؤدي إلى إحباطه وشعوره بالعجز والضعف .

(محمد علي، شريت 2004، ص138)

خلاصة الفصل:

وفي الأخير يمكن القول أن التوافق النفسي و تلك عملية المستمرة التي يهدف الفرد إلى أن يغير من سلوكه ,ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين نفسه من جهة و بين البيئة من جهة أخرى , وذلك يعتبر من المواضيع الهامة التي أعطاها الباحثون و العاملون في ميدان علم النفس قدرا كبيرا من البحث و الدراسة باعتبار عنصرا أساسيا في التعرف على الطبيعة الإنسانية وفي مختلف المجالات كمجال العمل الذي يحقق فيه الفرد طموحه و بذلك يحقق له قدرا من التوافق النفسي.

الفصل الرابع :الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- تمهيد

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية:

2-1 الهدف من الدراسة الاستطلاعية

2-2 عينة الدراسة الاستطلاعية (المكان-الزمان -الطريقة)

2-3 الخصائص السكومترية لأدوات الدراسة

3- الدراسة الأساسية

3-1 وصف عينة الدراسة

3-2 وصف أدوات الدراسة الأساسية

3-3 الاساليب الإحصائية المستخدمة

خلاصة

تمهيد:

يتناول هذا الفصل الإجراءات التي تم إتباعها لتنفيذ هذه الدراسة، حيث نبدأ الحديث عن الأسس التي تم في ضوءها تنفيذ الدراسة، وهي بداية من المنهج المستخدم في الدراسة ثم مجتمع الدراسة وعينة الدراسة وتوظيفها، ثم نعرض أدوات الدراسة المستخدمة ووصفها، وأيضاً التحقق من الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة، ثم نتطرق لإجراءات الدراسة وأخيراً الأساليب الإحصائية المطبقة في الدراسة.

1- منهج الدراسة:

يقصد بمنهج البحث الطريقة التي يتبعها العالم في دراسة الظاهرة وتفسيرها ووصفها والتنبؤ بها، ويعرف المنهج كذلك على أنه مجموعة الإجراءات المتبعة في دراسة الظاهرة أو مشكلة البحث باستكشاف الحقائق المرتبطة بها، وللإجابة عن الأسئلة التي أثارها الأساليب المتبعة في تحقيق أو نفي فرضيات. (العيسوي، 2012، ص 19)

ونظرا لطبيعة دراستنا إرتأينا استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن لأنه الأنسب لهذه الدراسة، ويعرف المنهج الوصفي الإرتباطي على أنه يقوم على وصف ما هو كائن ويهتم بالكشف عن مدى تجمع بيانات الظاهرة أو مدى تشتتها والعلاقات التي تربط بين كل ظاهرة وأخرى والقيمة العددية لهذا الإرتباط.

أما المنهج الوصفي المقارن فهو المنهج الذي يبحث في الاختلافات والفروقات بين المتغيرات بغرض وصفها وتحليلها.

(عباس ، 2007، ص 79).

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة لا بد منها في انجاز أي بحث علمي، لما تكتسي من أهمية بالغة وما تحققه من أهداف إذ يرى "محي الدين مختار" أن "الدراسة الاستطلاعية أساسا جوهريا لبناء البحث كله وإهمال الكتابة عن الدراسة الاستطلاعية في البحث ينقص البحث أحد عناصره الأساسية، ويسقط الباحث جهدا كبيرا كان قد بذله فعلا في المرحلة التمهيديّة للبحث"

(محي الدين ، 1995، ص 45).

2-1 الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

قبلا لبدء في الدراسة الميدانية وجب علينا القيام بالدراسة الاستطلاعية من

أجلا لوصولنا لتصوّر شامل لما يستوجب القيام به في الدراسة النهائية، وتهدف

الدراسة الاستطلاعية إلى:

✓ التعرف على مجتمع الدراسة وكيفية انتقائه على ضوء ملائمتهم لموضوع الدراسة.

✓ جمع المعلومات الضرورية للدراسة

✓ التحقق من مدى وضوح العبارات ومدى إمكانية التلاميذ من فهمها .

✓ الكشف عن الصعوبات التي يمكن أن تصادفها الدراسة الاستطلاعية وبالتالي محاولة ضبطها وتجاوزها أثناء تطبيق الدراسة الأساسية.

✓ تحديد الوقت اللازم للإجراء اتأساسية .

✓ اختيار أدوات الدراسة ومعرفة ثباتها وصحتها والتأكد من شموليتها لنبود

الأدوات لتغطية أهداف الدراسة وموضوعيتها.

2-2 وصف عينة الدراسة الاستطلاعية:

لقد تمثلت عينة الدراسة الاستطلاعية في 30 تلميذ وتلميذة ببعض ثانويات مدينة ورقلة تم اختيارهم بطريقة عشوائية موزعون على

حسب المتغيرات التصنيفية التالية:

• الجنس: (ذكر - أنثى)

• الشعبة: (علوم - أداب)

الجدول رقم 1 يوضح المؤسسات التي اخترت منها عينة الدراسة الاستطلاعية:

النسب المئوية	عدد التلاميذ	اسم المؤسسة
50	15	ثانوية مالك بن نبي * رويسات *
50	15	ثانوية محمد العيد * حي بوزيد *
100	30	المجموع

-وصف أدوات الدراسة:

1-استبيان تقدير الذات الأكاديمية:

استبيان ل : الباحثة عيساوي مريم (2015) و هو استبيان مناسب لتلاميذ الطور الثانوي و تم التحقق من صدقه في البيئة الجزائرية حسب صدقه باعتماد الصدق العاملي و ثباته بألفا كرونباخ

الاستبيان مشكل من 38 عبارة منها (29) عبارة موجبة وهي: 1-2-3-4-6-7-9-10-12-14-15-17-18-20-21-22-23-24-25-26-28-30-32-33-34-35-36-37-38.

أما العبارات السالبة في الاستبيان عددها (9) عبارات و هي : 5-8-11-13-16-19-27-29-31.

وتم تحديد بدائل الاستبيان الثلاث: (أوافق) ، (محايد) ، (لا أوافق) حيث تعطى للعبارات الموجبة الدرجات الآتية :

& موافق 03 درجات .

& محايد 02 درجات .

& لا أوافق درجة واحدة .

أما العبارات السالبة على النحو التالي :

& موافق درجة واحدة.

& محايد 02 درجة.

& لا أوافق 03 درجات.

❖ أ- **الصدق** الصدق هو قدرة الاختبار على قياس شيء . ما وضع لقياسه ، بمعنى أن يكون الاختبار ذا صلة وثيقة بقدرة التي يقيسها (سعد عبد الرحمن، 1998:183).

وقد اعتمدنا في الدراسة الحالية على طريقة لتأكد من صدق الأداة ويتضح ذلك من خلال :

أ. **الصدق التمييزي بالمقارنة الطرفية:**

بعد الصدق التمييزي شكلا من أشكال الصدق المعتمد عليها في دراستنا للتأكد من صلاحية اداة الدراسة ثم ترتيب هذه

درجات افراد العينة الاستطلاعية تنازليا وأخذت نسبة 27 % من درجات الافراد في الفئة العليا و 27 % من درجات

الافراد في الفئة الدنيا للاستبيان المكون من 38 فقرة وبتطبيق اختبار (ت) لعينتين متجانستين متساويتين ثم الحصول على

النتائج الموضحة في الجدول.

الجدول رقم 2 يوضح الصدق التمييزي لاستبيان تقدير الذات الأكاديمية

التقنية الإحصائية	ن	المتوسط	الانحراف	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
الدرجات						
الدرجات الدنيا	8	78,25	5,54	8,54	14	دال عند 0,05
الدرجات العليا	8	99,75	4,33			

نلاحظ من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي لمجموعة أفراد الفئة العليا والمقدرة (99.75) أكبر من المتوسط الحسابي لمجموعة أفراد الفئة الدنيا الذي بلغت قيمته (78.25) بمعنى أن هناك فرق بين الدرجات المتحصل عليها، حيث أن القيمة (ت) المحسوبة (8.54) أكبر من القيمة (ت) الجدولة المقدرة (2.14) وهي دالة إحصائية عند درجة حرية 14 ومستوى دلالة 0.05 ومنه نستنتج أن الأداة على درجة من الصدق.

*النتائج:

يعتبر الثبات أحد أهم الشروط التي ينبغي أن تتوفر في أدوات الدراسة بغية تحقيق أهداف البحث، ويعرف الثبات على أنه : "استقرار النتائج التي يحصل عليها الباحث إذا قام بتطبيق أداة دراسة على عينة البحث في فترتين زمنيتين مختلفتين"، ومن أشهر الطرق التي تستند في حساب معامل الثبات التجزئة النصفية لبنود الاداة (بنود فردية وبنود زوجية) او بتقسيم البنود الى نصفين متساويين (النصف الاول والنصف الثاني).

ولحساب ثبات استبيان تقدير الذات الأكاديمية المستخدم في هذه الدراسة اعتمدنا على طريقة التجزئة

النصفية (بنود فردية وبنود زوجية)، حيث تم اختيار عينة استطلاعية قدر عددها ب: 30 تلميذا وتلميذة من تلاميذ الثالثة ثانوي، وتم توزيع استبيان تقدير الذات الأكاديمية على أفراد العينة بتاريخ 14 أبريل 2015.

وبعد تفريغ النتائج تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين مجموع البنود الفردية ومجموع البنود الزوجية حيث قدرت قيمته (0.72) وباستخدام معادلة سبيرمان أصبح معامل الثبات يساوي 0.84 و هذا يدل على أن الاستبيان ثابت بدرجة عالية.

*وصف المقياس:

تم إعداد هذا المقياس من طرف الدكتورة إجلال محمد سرى عام 1986م في دراستها التي تناولت فيها "التوافق مع الاسم وعلاقاته بالتوافق النفسي لدى الجنسين", وهو مكون من 40 عبارة تقيس التوافق النفسي في أربعة أبعاد وهي:

1. التوافق الشخصي : ويضم العبارات من 1 إلى 9.

2. التوافق الاجتماعي : ويضم العبارات من 10 إلى 20.

3. التوافق الاسري : ويضم العبارات من 12 إلى 30.

4. التوافق الانفعالي : ويضم العبارات من 31 إلى 40.

*طريقة التصحيح:

تكون طريقة تصحيح المقياس من خلال العبارات حيث يحتوي المقياس على عبارات موجبة وعددها 20 عبارة إذا اجاب عليها المفحوص بنعم تعطى له درجة (1) أما إذا أجاب عليها (لا) فتعطى له درجة (0) , والعبارة السالبة وهي 20 عبارة إذا أجاب عليها المفحوص (لا) تعطى له درجة (1) وإذا اجاب (نعم) تعطى له درجة (0).

ونظرا ان كل إجابة يمكن أن تقاس من (0) الى (1) فإن الحد الأدنى للدرجة الكلية هو (0) والحد العلى هو (40).

*الثبت :

لحساب معامل الثبات اعتمدنا على طريقة التجزئة النصفية لبنود المقياس حيث يقسم المقياس الى نصفين نصف يضم البنود الزوجية ونصف الثاني يضم البنود الفردية, حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين مجموع البنود الفردية ومجموع البنود الزوجية بك: (0.80) وتطبيق معادلة سبيرمان براون قدر معامل ثبات المقياس ب: (0.89) وهذا ما يدل على ان المقياس على درجة عالية من الثبات.

*الصدق التمييزي:

للتأكد من صدق مقياس التوافق النفسي وزعناه على عينة استطلاعية قوامها (30) تلميذ وتلميذة، وبعد تفريغ الدرجات وترتيبها ترتيباً تنازلياً، لتؤخذ نسبة 27 % من درجات الفئة العليا و 27 % من درجات الفئة الدنيا، للاستبيان المكون 40 فقرة، ثم حساب الفرق بين متوسطي المجموعتين باستخدام اختبار "ت"

والجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها:

الجدول رقم 3 يوضح الصدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي

الدلالة الاحصائية	قيمة (ت)	مجموعة الفئة الدنيا (ن=8)		مجموعة الفئة العليا (ن=8)	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
0.05 دال عند	18.16	1.31	22.50	1.77	36.63

يتضح من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد الفئة العليا المقدرة بـ (36.63) بانحراف معياري قدره (1.77) أكبر من المتوسط الحسابي لدرجات أفراد الفئة الدنيا الذي قدر بـ (22.50) بانحراف معيار قدره (1.31) وبالنظر الى قيمة (ت) الحسوبة والمقدرة بـ (18.16) يتضح انها أكبر قيمة (ت) الجدول التي تقدر قيمتها بـ (2.14) وهي دالة عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05) وعليه فإن المقياس صادق.

3- الدراسة الأساسية:

3-1 وصف عينة الدراسة الأساسية:

طبقت هذه الدراسة على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، تم توزيع 140 استمارة منتلاميذ السنة الثالثة ثانوي فقد تم إسترجاع 134 استمارة، واختيرت بطريقة غير العشوائية (اعتراضية) من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ببعض ثانويات مدينة ورقلة على المؤسسات التالية:

- ثانوية مالك بن نبي .

الجدول رقم 4 يوضح حجم العينة المسحوبة من مجتمع الدراسة.

	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
64	09	18	19	18	ثانوية مالك بن نبي
70	12	26	16	16	ثانوية محمد العيد
134	21	44	35	34	المجموع

يتضح من خلال الجدول (03) عدد المجتمع الأصلي الذي بلغ عدده (380) تلميذ وتلميذة وعليه بلغ عدد أفراد الدراسة الحالية 134 تلميذ يتوزعون على متغيرين (الجنس، الشعبة)، حيث تمثل عينة الدراسة 10 % من المجتمع الأصلي، وقد أجريت هذه الدراسة في شهر أفريل 2022م.

3-3 الأساليب الإحصائية:

استخدمت الدراسة أساليب إحصائية متنوعة في معالجة البيانات، توزعت على مسارين وهما: أساليب إحصائية في حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وأساليب إحصائية استخدمت في التحقق من فروض الدراسة، وقد تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وتم تطبيق الأساليب الإحصائية التالية:

1- المتوسط الحسابي:

وقد استخدم لحساب متوسطات درجات التلاميذ السنة الثالثة ثانوي في تقدير الذات الأكاديمي والتوافق النفسي .

2- الانحراف المعياري.

يقيس انحرافات الدرجات عن المتوسطات , وهو ضروري لحساب صدق ادوات القياس وفي مقارنة المجموعات.

3- معامل الارتباط بيرسون:

وقد استخدم معامل الارتباط بيرسون للبحث عن العلاقة الارتباطية بين متغيرين كميّين. (السيد, 2016 ، ص240)

4-اختبار (ت) T test:

تم في هذا الفصل عرض كل مايتعلق بالإجراءات الميدانية للدراسة، وتتمثل في المنهج المستخدم تم مجتمع وعينة الدراسة، بعدها تم عرض أدوات الدراسة وخصائصها السيكمومترية، والتي أثبتت نتائجها إمكانية الاعتماد عليها ومن خلالها حصلنا على نتائج الدراسة التي سنعرضها حسب تسلسل الفرضيات في الفصل الموالي.

خلاصة

تم التطرق في هذا الفصل الى الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية التي تعد أهم مراحل البحث العلمي التي من خلالها يمكن التنبؤ بقيمة مصداقية النتائج التي ستسفر عليها الدراسة باعتبار ان تحديد الاطار المنهجي يعد اهم اسس الدراسة العلمية كما سبقت الاشارة وفيه تم التطرق إلى اهداف الدراسة الاستطلاعية و إجراءاتها والخصائص السيكمومترية الادوات الدراسية , وكذا التعريف بالمنهج المتبع ومجتمع وعينة الدراسة , بالإضافة الى الاساليب الإحصائية المعتمد عليها في تحليل النتائج .

الفصل الخامس : عرض مناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى

2. عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية

3. عرض و مناقشة نتيجة الفرضية الثالثة

4. عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة

5. عرض ومناقشة الفرضية الخامسة

- خلاصة الدراسة

-التوصيات والمقترحات

تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرض نتائج الدراسة الميدانية و تحليلها و تفسيرها، حيث سنذكرها مرتبة حسب ترتيب الفرضيات كم وردت في الفصل الأول، و يتم ذكر نص الفرضيات ثم تحليلها و مقارنتها بالدراسات السابقة.

1. عرض وتفسير ومناقشة فرضيات الدراسة :

1-1 عرض وتفسير نتيجة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه :

هناك علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

وفي سبيل اختبار وفحص هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها.

الجدول رقم 5

متغيرات الدراسة	العينة	قيمة معامل الارتباط r_p	مستوى الدلالة
تقدير الذات الأكاديمية	134	0.46	0.01
التوافق النفسي			

من خلال الجدول يتضح ان هناك علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي , حيث قدرت قيمة معامل الارتباط ب: (0.46) عند مستوى دلالة (0.01) وعليه نقبل الفرضية الاولى والتي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي .

—أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى أفراد العينة , حيث قدرت قيمة المعامل الارتباط بينهما ب(0.46) وهي دالة عند مستوى (0.01), وهذا يعني أنه كلما زاد تقدير الذات الأكاديمية زاد التوافق النفسي , وبذلك يمكن القول أن التلميذ الذي يقدر ذاته من الناحية الأكاديمية تقديرا إيجابيا يكون متوافق نفسيا , ويمكن إرجاع هذه العلاقة بين متغيري الدراسة إلى ما أثبتته الدراسات والبحوث العلمية الى أن انخفاض تقدير الذات يعرض الفرد لكثير من المشكلات النفسية والسلوكية, الآن احساس الفرد بأنه ذو قيمة ومحل اهتمام من طرف الآخرين يؤثر على أفكاره واتجاهاته ومن ثم على تقييمه لذاته, وعادة ما تقاس قيمة الذات بالأداء في الدراسة وفي طبيعة العلاقات الاجتماعية التي يكونها التلميذ مع زملائه ومعلميه وإدارة المدرسة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة **محمود عطا حسين (1987)** حول تقدير الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية "Emotional Security" التي توصلت الى وجود علاقة قوية بين تقدير الذات و الطمأنينة الانفعالية (الأمّن النفسي) وان كل منها يؤثر في الآخر ويعززه .

كما تتفق هذه النتيجة مع أيضا مع دراسة **كابلان (1962)** التي سعت الى إيجاد الطبيعة العلاقة بين تقدير الذات و التوافق النفسي الاجتماعي التي اسفرت عن وجود علاقة سلبية بين عدم التوافق وتقدير الذات المنخفض أيضا , و العكس كلما ارتفع تقدير الذات ارتفع التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفرد.

بالضافة الى دراسة الكافي (1989) التي خلصت نتائجها الى وجود علاقة موجبة بين الشعور بالأمن وتقدير الذات لدى الطالبات المرحلة الثانوية وغيرها من الجنسيات العربية الاخرى.

2- عرض وتفسير نتيجة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه: يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

وبغية الفحص هذه الفرضية تم استخدام كل من المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية وكذا اختبار ت وتم التوصل غلى نتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم 6 يوضح الفرق في تقدير الذات الأكاديمية بين افراد العينة باختلاف الجنس

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية(df)	الدلالة الاحصائية
ذكور	53	80.92	12.41	-3.79	132	دال إحصائيا عند 0.05
إناث	81	88.37	10.17			

يتبين من خلال الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي للإناث المقدّر بـ (80.92) بانحراف معيار قدره (10.17) وهو أكبر من المتوسط الحسابي للذكور و المقدّر بـ (80.92) بانحراف معياري قدره (12.41)، وبالنظر الى القيمة (ت) المحسوبة والمقدّرة بـ (3.79) يتضح انها أكبر قيمة (ت) المجدول المقدّرة (1.96) عند درجة حرية (df=132)، وهب دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بدرجة ثقة 95 وعليه نقبل الفرضية الثانية أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين الإناث .

اسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين الذكور و الإناث في تقديرهم لذاتهم الأكاديمية لصالح الإناث كما هو موضح في الجدول.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة علي محمد الديب (1991) التي توصلت الى وجود فروق ذلت دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات مع وجود علاقة بين تقدير الذات المرتفع والدافعية التي تؤدي الى للنجاح الأكاديمي.

كذلك تتفق مع دراسة عبد الخالق موسى جبريل (1993) حيث توصل الباحث الى وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لتقدير الذات تبعا لمتغير الجنس.

ودلت نتائج دراسة كريستين وكلنج وآخرون (1999) Kristen, & all على وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين (ذكور وإناث) في تقدير الذات .

فعلي الرغم من اختلاف البيانات الاجتماعية للدراسات السابقة الذكر غير ان نتائجها دلت على وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات بغض النظر لصالح نت هذه الفروق.

ويمكن ارجاع وتفسير وجود فروق دالة احصائية بين الاناث والذكور في تقدير الذات الاكاديمية لصالح الاناث لمجموعة من الاسباب، لعل اهمها هو تفوق الاناث دراسيا مقارنة بالذكور ، وكذلك ارتفاع مستوى الدافعية لدى الاناث وهناك العديد من الدراسات والبحوث العلمية التي اكدت على ذلك، منها دراسة أسماء خويلد (2005) المعنونة بالدافعية الإنجاز في ظل التوجيه المدرسي بالجزائر لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة ورقلة ، حيث كشفت نتائج الدراسة على وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور الموجهين برغبة و الاناث الموجهات برغبة في دافعتهم للإنجاز لصالح الاناث ، كما دلت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور الموجهين بغير رغبة و الاناث الموجهات بغير رغبة في مستوى الدافعية لصالح الاناث ، كما توصلت دراسة إبراهيم جيد جبرة عبد الملك (1988) عن وجود فروق جوهرية بين اناث وذكور المرحلة الإعدادية والثانوي في للإنجاز لصالح الاناث.

هذا ما يؤكد أن الإناث تتمتع بمستوى مرتفع من الدافعية ، و لقد أكدت العديد من الدراسات على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين تقدير الذات و الدافعية ، وما يلاحظ التفوق العددي الكبير للإناث على الذكور و هو دليل على زيادة إهتمام الإناث بالدراسة إذ نجد التحصيل الأكاديمي للإناث أحسن من الذكور.

3- عرض وتفسير نتيجة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على انه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الاكاديمية بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص .

ومن اجل اختبار وفحص الفرضية تم استخدام اختبار T ويمكن توضيح النتائج المتوصل إليها من خلال الجدول رقم(10).

الجدول رقم 7 يوضح الفرق في تقدير الذات الأكاديمية بين افراد العينة باختلاف التخصص.

التخصص	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
علوم	74	84.86	11.55	-0.62	132	غير دال إحصائياً عند 0.05
آداب	60	86.12	11.83			

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة المتوسط الحسابي لتلاميذ جذع مشترك علوم وتكنولوجيا قدر بـ(84.86) بانحراف معيار قدره(11.55) في حين بلغت قيمة المتوسط الحسابي لتلاميذ جذع مشترك آداب (86.12) بانحراف معيار قدره(11.83) , والملاحظ ايضا أن كل من قيمة المتوسط الحسابي لتلاميذ شعبة علوم و تلاميذ شعبة آداب متقاربين وكذا بالنسبة لقيمة الانحراف المعياري, كما تظهر النتائج أن قيمة (ت) المحسوبة والمقدرة بـ: (0.62) أصغر من قيمة (ت) المجدول المقدرة بـ(1.96) وهي غير دالة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية(132)df.

وعليه نرفض الفرضية البديلة ونقبل الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق دالة إحصائية بين تلاميذ شعبة علوم و تلاميذ شعبة آداب في تقديرهم لذاتهم الأكاديمية.

هذه النتيجة تأتي لتؤكد أن التخصص الدراسي لم يؤثر على تقدير الذات الأكاديمية لدى أفراد عينة الدراسة، لاسيما أن معظم التلاميذ راضين عن التخصص الذي يدرسون فيه، لذلك لك تظهر الفروق بينهم تبعاً لمتغير التخصص، وهذا ما يمكن تفسيره على أساس أن التلاميذ يتلقون تقريباً نفس المحتوى الدراسي باستثناء المواد الأساسية أين يختلف المحتوى هذا من جهة، من جهة ثانية يتلقون نفس المعاملة من طرف الأساتذة، كما أن تقدير الذات الأكاديمية تظهر بشكل جلي من خلال معاشة التلميذ لمختلف الوضعيات والمواقف التعليمية ومن خلال تلقيه لمجموعة من الخبرات في المحيط المدرسي.

وتعتبر خبرة النجاح أو الفشل من أهم العوامل المؤثرة في تقدير التلميذ لذاته، ضف الى ذلك أنا الإضرابات التي عرفتتها المؤسسات التربوية مؤخراً كانت سبباً في عرقلة السير الحسن للعملية التعليمية .

كما يمكن إرجاع عدم وجود فروق في تقدير الذات الأكاديمية بين التلاميذ تبعاً لمتغير التخصص الى أن تقدير التلميذ المرتفع أو المنخفض لذاته من الناحية الأكاديمية لا يتوقف على نوع معين من الدراسة، بفدر ما يتوقف على عوامل قد تكون أكثر أهمية،

خاصة تلك التي تتعلق بالمناخ المدرسي السائد، ومعاملة المعلم ومدى كفاءته والظروف الملائمة للتمدرس ونوعية الخدمات التي تقدمها المؤسسة التربوية لتلاميذها، خاصة إذا تحدثنا عن دور مستشار التوجيه والإرشاد النفسي، هذا بالإضافة إلى دور الوالدين في تشجيع الأبناء على الدراسة والتحصيل الأكاديمي الجيد.

إذن يتبين مما سبق أن التخصص لم يؤثر على تقدير الذات الأكاديمية لدى أفراد عينة الدراسة وهو أمر يمكن غزوه إلى أنه لم يعد هناك تخصصات أحسن من الأخرى، وتضاءلت النظرة التي تفصل التخصص العلمي على التخصص الأدبي، هذا بالإضافة إلى أن هناك عوامل ذاتية متعلقة بالتلميذ نفسه التي تؤثر على تقديره لذاته الأكاديمية إما إيجاباً أو سلباً، كافتتاح التلميذ باختباره ورضاه عن التخصص الذي يزاوِل فيه دراسته و مدى ملاءمته لقدراته واستعداداته.

إن تقدير الذات الأكاديمية ذات صبغة وجدانية تتضمن حكم وتقييم التلميذ لذاته من خلال قدراته ومهاراته وإنجازاته في المجال المدرسي، إلا أن عدم الرضا على نوع الدراسة أو التخصص يعد من بين العوامل التي تؤثر سلباً على تقدير الذات الأكاديمية لدى التلاميذ.

أثناء الإطلاع على مجموعة من الدراسات التي أجريت في هذا المجال، أن هناك دراسات تعارضت مع نتائج الدراسة الحالية ومنها دراسة موسى عبد الخالق جبريل (1983) التي أثبتت وجود فروق في تقدير الذات لصالح القسم العلمي، و في دراسة أحمد محمد الصالح (1988) بين كانت الفروق لصالح القسم الأدبي

4.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

تتعلق الفرضية الرابعة المتعلقة بالمتغير الثاني للدراسة ألا وهو التوافق النفسي وهي تنص على:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

وبغية معرفة إذا ما كان يوجد بالفعل اختلاف بين الذكور والإناث في توافقهم النفسي تم الإعتماد على اختبار T وفيما يلي عرض

لنتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

الجدول رقم 8 يوضح الفرق في التوافق النفسي بين افراد العينة باختلاف الجنس.

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
ذكور	53	26.21	5.92	-0.52	132	غير دال إحصائيا عند 0.05
إناث	81	26.72	5.32			

...

يتضح كن خلال الجدول ان قيمة المتوسط الحسابي للذكر المقدّر بـ (26.21) بانحراف معياري قدره (5.92) متقاربة مع قيمة المتوسط الحسابي للإناث الذي قدر بـ (26.72) بانحراف معياري (5.32). كما يتضح ايضا ان قيمة (ت) المحسوبة قدرت بـ (0.52) وهي أصغر من قيمة (ت) الجدولة المقدرة بـ (1.96) وه غير دالة إحصائيا عند مستوي لالة (0.05) ودرجة حرية (132)df وبناء على ذلك نرفض الفرضية البديلة ونقبل الفرضية الصفرية القائلة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في توافقهم النفسي.

ونفسر النتيجة الى تشابه الظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيشها أفراد عينة الدراسة ، ولكونهم في نفس المرحلة العمرية (المراهقة) ويدرسون في نفس السنة ويتمتعون بمستوى من الطموح، فكل من الذكر والأنثى يسعى الى تحقيق التوافق عن طريق إبراز قدراته على تجاوز العراقيل والمشكلات التي يواجهها في حياته بصفة عامة ومساره الدراسي بصفة خاصة، وإحداث التوازن بين رغباتهم من جهة ومطالب المجتمع من جهة أخرى ، وهذا بغية تحقيق أهدافهم بما فيها التعليمية كالنجاح والرفع من مستوى الأداء والتحصيل الأكاديمي، كما أنهم يتواجهون بنفس المؤسسة التربوية وهم بذلك يخضعون لنفس النظام التربوي والقوانين موحدة بصرف النظر عن جنسهم بالإضافة الى المساواة بين الجنسين سواء ما تعلق بنوعية الخدمات التي تقدمها إدارة المؤسسة للتلاميذ أو حتى في المجتمع إذا أصبحت الفرص متكافئة بين الجنسين.

وجاءت هذه النتيجة مؤيدة لنتائج بعض الدراسات كدراسة ياسين (1982) التي توصلت الى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب وطالبات الجامعة الأمريكية في مجالات التوافق الأربعة، ودراسة محمد عبدالقادر علي (1974) التي أظهرت نتائجها

عدو وجود فروق دالة احصائية بين الذكور والإناث في التوافق النفسي الاجتماعي لوجود نفس الظروف والشروط المدرسية وكون التوافق شرط لتوازن شخصيتهم.

كما توصلت دراسة محمد حسن المطوع (1996) المشار إليها سابقا الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور في التوازن النفسي.

5.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الأخيرة في الدراسة على:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص. ومن أجل التحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) والجدول رقم (9) يوضح النتائج المتحصل عليها بعد المعالجة الإحصائية للبيانات.

الجدول رقم 9 يوضح الفرق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص

التخصص	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
شعبة العلوم	74	26.11	5.54	-0.94	132	غير دال إحصائياً عند 0.05
شعبة الآداب	60	27.02	5.55			

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لتلاميذ شعبة علوم قدر بـ (26.11) في حين قدرت قيمة المتوسط الحسابي لتلاميذ شعبة الآداب (27.02) كما نلاحظ أن قيمة الانحراف المعياري الأفراد العينة الدراسة في كلى التخصصين متساويتين , وبالنظر الى القيمة (ت) المحسوبة والمقدرة بـ (0.94) يتضح انها أصغر من قيمة (ت) الجدولة المقدرة بـ (1.96) وهي غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (132) df وهذا يجعلنا نرفض الفرضية البديلة , وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ شعبة العلوم و تلاميذ شعبة آداب في توافقهم النفسي.

وتأتي هذه النتيجة لتؤكد أن عامل التخصص لم يؤثر على التوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة، ويمكن تفسير ذلك بأن معظم التلاميذ يشعرون بالرضا على التخصص الذي يزاولون فيه دراستهم الأمر الذي ينعكس إيجاباً على توافقهم النفسي.

ويعد كل من النظام الداخلي الذي تفرضه إدارة الثانوية ومعاملة الأساتذة من العوامل التي تؤثر على توافق التلاميذ خاصة من الناحية الاجتماعية والانفعالية، لا سيما إذا كان هذا النظام يتسم بالتسلط وعدم الاهتمام بآراء وانشغالات التلاميذ، فمن الممكن أن يخلق هذا الوضع شعور التلميذ بعدم الأمن فيميل إلى الإنعزال، أو قد يحدث العكس فيصبح التلميذ عدوانيين ومتمردين على اللوائح والقوانين المدرسية، وهذا ما يشهد الواقع المدرسي من تفشي ظاهرة العنف، فالقوانين التي تطبقها إدارة المدرسة (الثانوية) يخضع لها جميع التلاميذ بغض النظر عن طبيعة تخصصاتهم وقس على ذلك بالنسبة لمعاملة الأساتذة لتلاميذه.

كما يمكن إرجاع عدم وجود فروق بين تلاميذ في التوافق النفسي تبعاً لمتغير التخصص إلى كون أن التعليم الثانوي يمنح كل التلاميذ باختلاف شعبهم تكويناً ثقافياً أساسياً قصد تحقيق أهداف معرفية وسلوكية تسمح لهم باكتساب مهارات أكاديمية واجتماعية تساعدهم على التوافق النفسي والإندماج الاجتماعي، ويسعى القائمون بشؤون الثانوية من إداريين ومعلمين ومشرفين وتربويين ومستشار التوجيه والإرشاد إلى إشراك جميع التلاميذ باختلاف شعبهم أو تخصصاتهم في النشاطات والمسابقات الفكرية التي تنظم على مستوى الثانوية، الأمر الذي لا يظهر فروقاً جوهرية بين هؤلاء التلاميذ باختلاف تخصصاتهم الدراسية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة "خيرية عبد الله" التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين مفهوم الذات والتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، حيث أظهرت نتائجها أن هناك علاقة بين مفهوم الذات والتوافق النفسي، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ في التوافق النفسي باختلاف التخصص الدراسي.

كما تتفق مع ما توصلت إليه دراسة "عبد الكريم قريشي" (1999) التي كانت حول مشكلات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المراهق الجزائري في المرحلة الثانوية في ظل متغيري الجنس والتخصص، حيث دلت النتائج على أن المراهق الجزائري بالتعليم الثانوي يعاني من مشكلات التوافق بينما يقل تأثير عامل التخصص الدراسي والجنس.

الاستنتاج العام:

تعد هذه الدراسة محاولة الإلقاء الضوء على تقاطع مفهومين يشكلان محورا أساسيا في الدراسات النفسية وبؤرة اهتمام العديد من العلماء والباحثين في علم النفس بصفة عامة، وسيكولوجية الشخصية على الوجه الخصوص، حيث يعد تقدير الذات أحد أهم متغيرات الشخصية إذ يمثل حالة نفسية وجدانية تنتج عن تفاعل مجموع الإدراكات التي يحملها الفرد عن نفسه، وتقييمها بالحكم عليها إيجابا أو سلبا، قبولاً أو رفضاً وبالتالي شعور الفرد بالرضا والتوافق أو عدم الرضا و سوء التوافق ، ويندرج تحت مفهوم تقدير الذات عدة أشكال من الذوات وقد صممت هذه الدراسة للبحث في أحد أشكاله، ألا وهو تقدير الذات الأكاديمية نظرا لقلة البحوث التي تناولته، ومع التسليم بأن الشخصية الإنسانية تمثل كلا متكاملا يؤثر و يتأثر كل جانب من جوانبها بالآخر، ومن هنا جاء الافتراض أن تكون هناك علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الأكاديمية و التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مع افتراض وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد العينة في متغيرات الدراسة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص.

تحصلنا على النتائج التالية:

* وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.

* وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات الأكاديمية بين الذكور والإناث لصالح الإناث.

* عدم وجود فروق دالة إحصائية في تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ شعبة العلوم وتلاميذ شعبة الآداب.

* عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق النفسي.

* عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ شعبة العلوم وتلاميذ شعبة الآداب في توافقهم النفسي.

وتبقى المدرسة المكان الذي يقضي فيه التلميذ معظم وقته، لذا تعد فضاء حيويا يتيح للتلاميذ فرصة اكتساب عدة مهارات

أكاديمية كما يتعلم منها القيم والمعايير الأخلاقية والاجتماعية، التي تكفل له تحقيق توافقه النفسي و الاجتماعي، ويؤثر المحيط

المدرسي بمختلف عناصره من معلمين وأقران وزملاء وإداريين على تقدير التلميذ لذاته من الناحية الأكاديمية، نتيجة لعملية التفاعل

التي تحدث بين هذه الأقطاب، كما تؤثر النتائج المدرسية على تقييم التلميذ لذاته، فهي ذات أهمية بالغة ليس بالنسبة للتلميذ

فحسب، بل أيضا للأسرة والقائمين على عملية التعليمية التعلمية، مما يشكل في كثير من الأحيان ضغطا كبيرا لا يمكن للتلميذ

مواجهته لوحده، الأمر الذي يؤدي به الى سوء توافقه النفسي نتيجة نظرة الآخرين إليه.

إذ تعكس النتائج المدرسية الجيدة التي يحققها التلميذ على حياته، فتجعله يشعر بالرضا وتزداد ثقته بنفسه كما يشعر بأنه موضع اهتمام وتقدير من طرف أسرته ومعلميه، ومن هنا تظهر العلاقة بين تقدير التلميذ لذاته الأكاديمية والتوافق النفسي، فكلما استطاع التلميذ أن يكون اتجاهات وأفكار إيجابية عن ذاته فيما يتعلق بقدرته على القيام بمختلف الأنشطة المدرسية، وتحسين أدائه أكثر، كلما ارتفع تقديره لذاته الأكاديمية وبالتالي يشعر بالرضا عن نفسه، ليصبح أكثر مثابرة على تحقيق أهدافه

التوصيات والمقترحات:

نتيجة لما أسفرت عنه الدراسة من نتائج يمكننا اقتراح مايلي:

- 1- دراسة العلاقة بين تدني مستوى تقدير الذات الأكاديمية و بعض المشكلات السلوكية لدى المراهق.
- 2- دراسة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمية والنجاح الأكاديمي.
- 3- دراسة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمية والطموح المهني لدى التلاميذ.
- 4- إجراء المزيد من الدراسات حول تقدير الذات الأكاديمية نظرا للأهمية البالغة لهذا المفهوم في الأداء الأكاديمي للتلميذ.

الختامة

من خلال هذه الدراسة تظهر جليا مركزية موضوع تقدير الذات الأكاديمية في حقل الدراسات السيكولوجية والتربوية، إذ يعد تقدير الذات من أكثر المفاهيم النفسية تركيبا وتعقيدا نظرا لارتباطه بالعديد من المتغيرات الشخصية والاجتماعية والتربوية، ويشاركه في ذلك مفهوم آخر لا يقل عنه أهمية ويعتبره معظم العلماء والباحثين مؤشرا هاما للصحة النفسية بل وفي كثير من الأحيان لا يفصل بين المصطلحين ألا وهو مفهوم التوافق النفسي، كما يبرز دور كل من العوامل التربوية والأسرية التي من شأنها ان تؤثر إجابا على تقدير التلميذ لذاته الأكاديمية فيشعر بالرضا ويسعى إلى التحسين من أدائه، ليحقق نوعا من الانسجام والاتزان النفسي مع ذاته و متطلبات بيئته، أو تؤثر عليه سلبا فيشعر بعدم الأهمية الذاتية وبذلك تسوء حالته النفسية باعتبار أن الفرد في علاقة ديناميكية تفاعلية مع بيئته الاجتماعية.

لا سيما في هذه الفترة التي تزداد فيها الحاجة إلى تقبل الذات وتقديرها إيجابيا من قبل المراهق نفسه ومن الطرف المحيطين به الامر الذي يضمن له تحقيق التوافق النفسي سليم، وهذا ما توصلت إليه الدراسة الحالية، ويبقى في الأخير أن تؤكد على الدور الكبير والفعال الذي تلعبه المدرسة كمؤسسة ثانية بعد الاسرة تتولى عملية وتكوين وبناء شخصية المتعلم، ويتجلى ذلك من خلال الأدوار التي تقوم بها كمؤسسة تربوية، إذ تتأثر شخصية التلميذ بالمنهج الدراسي بمعناه الواسع، كما تتأثر بشخصية معلميه وهذا ما ينعكس على نمو تقديره لذاته وعلى هذا الأساس يجب على المدرسة أن تؤدي الدور المنوط من خلال جعل التلميذ مركز اهتمامها ومساعدته على تحسين أدائه الأكاديمي ومواجهة مختلف العراقيل التي تعترض سبيل تحقيق أهدافه، لتمكنه من تحقيق الهدف الجوهرى ألا وهو التمتع بالصحة النفسية.

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر و المراجع :

الكتب:

1. عبد الحميد محمد الشاذلي، الواجب للمدرسية والتوافق النفسي المكتبة الجامعية بالإسكندرية مصر، 2001
2. إجلال محمد سري، علم النفس العلاجي، عالم الكتب للنشر والطباعة والتوزيع، القاهرة، ط2، 2000
3. أديب الخالدي، المرجع في الصحة النفسية، ط1 الدار وائل للنشر والتوزيع، عمان.
4. أشرف محمد عبد الغني شريت : الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق. المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية 2002م.
5. بشير معمري، لقياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية، ط2، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة العقيد الحاج الأخضر، باتنة الجزائر، 2007.
6. حسين احمد حشمت ومصطفى باهي، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ط 1، الدار العالمية للنشر والتوزيع، مصر، 2006.
7. الداهري، صالح حسن، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات)، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2008.
8. زهران، حامد عبد السلام. الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط3، عالم الكتب، القاهرة، 1995.
9. زهران، حامد عبد السلام. الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط4، عالم الكتب، القاهرة، 2005.
10. سامر رضوان جميل، الصحة النفسية، دار الميسرة للنشر والتوزيع . الأردن، 2002.
11. سبع محمد أبولبدة،، مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي، ط1، دار الفكر، عمان، 2008.
12. سعد عبد الرحمن،، القياس النفسي، النظرية والتطبيق، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
13. سيد عثمان، علم النفس الاجتماعي التربوي الجزء الثاني، المسائرة والمغايرة، مكتبة أنجلو المصرية، القاهرة، 1974.

14. صالح حسن أحمد الداهري، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية الأسس والنظريات ط1، دار الصفاء للنشر . عمان، 2008.

15. صبرة محمد علي — أشرف محمد عبد الغني شريت، الصحة النفسية والتوافق النفسي، القاهرة، دار المعرفة الجامعية، 2004

16. عباس محمود عوض، الموجز في الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، 1989

17. عبد الحليم محمود السيد وآخرون، علم النفس العام، ط 3، مكتبة غريب . مصر، 1999.

18. عبد الحميد علي، طارق عبد الرزاق عامر، منهجية البحث، مكتبة الجامعية، الأردن، 2009.

19. عبد الحميد محمد شاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001.

20. عبد الرحمان عدس، محي الدين توف، المخل إلى علم النفس، ط5، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن، 1997.

21. عبد المنعم الحنفي، الموسوعة النفسية (علم النفس في حياتنا) ط1، 1995م.

22. عبد المنعم حنفي، موسوعة الطب النفسي، القاهرة، مكتبة، دبوس ط 2، 1999.

23. عبد المنعم عبد الله حسيب، مقدمة في الصحة النفسية، الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، 2006 .

24. عوده محمد مرسى، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، ط1، دار القلم، دولة الكويت، 1970.

25. فاخر عاقل، 1979، معجم علم النفس، دار العلم للملايين، ط1، بيروت، لبنان، 200.

26. فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة للشيخوخة دار الفكر العربي القاهرة، 1975.

27. كمال دسوقي، علم النفس ودراسة التوافق، ط3، دار النهضة العربية، بيروت، القازيق، 1985م.

28. كمال دسوقي، علم النفس ودراسة التوافق، ط3، دار النهضة العربية لبنان، 1974.

29. كمال محمد عوض، علم النفس الصناعي، ط1، دار الكتب العلمية، بيروت، 1997

30. لندالفايدوف، مدخل علم النفس، ترجمة سيد الطواب محمود عمر، نجيب خزام ومراجعة وتقديم فؤاد أبوحطاب، ط3، الدار الدولية للنشر والتوزيع، القاهرة، 1992.

31. محمد محروس الشناوي، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1994

32. محمد مصطفى الصفطي التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي، ب ط1 دار النهضة العربية القاهرة، ب ستة.

33. مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، عباس محمد عوض، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، بيروت، دار النهضة العربية، 1990

34. محمد كاظم الجبراني، مفهوم الذات و النضج الاجتماعي، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن الطبعة الأولى، 2012.

35. ولاس دلابين وروبرت جرين، مفهوم الذات و أسسه النظرية و التطبيقية، ترجمة فوزي بهلول، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 1998.

36. هيثم يوسف راشد الرموني ، أثر البرامج التدريبية لذوي صعوبات التعلم في الإنجاز الدراسي ومفهوم الذات ، دار الحامد للنشر و التوزيع ، عمان - الأردن ، الطبعة الأولى ، 2008 .

مذكرات تخرج:

36. بلحاج فروجة " التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي "، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير غير منشور، جامعة تيزي وزو، الجزائر، 2011

37. بن ستي حسينة، التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ سنة الأولى ثانوي، مذكرة لنيل شهادة ماستر، تخصص إرشاد وتوجيه، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، 2013.

38. رمضان محمد القدافي ومحمد الفالوفي مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي للطلاب الجامعي وتحصيله الدراسي "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الأدب قسم التربية وعلم النفس، جامعة سبها ليبيا، 2004.

39. الهاشمي لقوفي، علاقة العوامل الفيزيكية والعوامل التنظيمية بالكفاءة الذاتية لأستاذ تعليم الابتدائي بورقلة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في العلوم في علم النفس التربوي بورقلة، 2019.

مجالات ومقالات:

40. محمد بشير السيسى وأبا بكر سو، علاقة لكفاءة الذاتية بالمستوى التوافق النفسي لدى طلبة المغتربين وغير المغتربين، مجلة دولية دراسات تربوية ونفسية، العدد 4، جامعة ملك سعود، السعودية، 2019.

41. مدينة حسين دوسة، موسى صالح حسن أبكر، دراسة عن التوافق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، العدد 3، جامعة نيالا، أفريل 2018.

ج-الرسائل:

42. إبراهيم بن محمد بلكيلاني (2008): تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو، رسالة ماجستير، كلية الآداب والتربية، النرويج.

43. أمزيان زبيدة (2007): علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلات وحاجاته الإرشادية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة الحاج لخضر، باتنة.

44. أوثن نادية (2015): التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة الحاج لخضر، باتنة.

45. بكار سارة (2013): أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني، رسالة ماجستير، جامعة أبي بكر بلقايد، تلمسان.

46. بلقوميدي عباس (2011): صعوبات تعلم الرياضيات في مرحلة التعليم الابتدائي وعلاقتها بالخصائص السلوكية وتقدير الذات الأكاديمي، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة وهران.

47. سالم بنت راشد بن سالم الحجري (2011):فاعلية إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدنالمعاقين بصريا في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، قسم التربية، جامعة نزوى.86
49. سهيلة أحمادي ، مسعودة سالمي (2015):قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماستر في علوم التربية ، جامعة الشهيد لخضر، الجزائر.
50. عايدة محمد العطا (2014):تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان.
51. عبد ربه علي شعبان (2011):الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا، رسالة ماجستير، قسم التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
52. علاء سمير القطناني (2011):الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء نظرية محددات الذات، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، غزة .
53. لقوقي دليلة (2016):مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
54. مجذوب أحمد محمد قمر (2015):تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة دنقلا.
55. المشيخي غالب محمد علي (2009):قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.

د-المجلات:

- 56 - بن دهنون سامية، شرين ماحي إبراهيم (2014):الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 16، جامعة وهران.

- 57. حنان حسين محمود (2017): مفهوم الذات الأكاديمي ومستوى الطموح الأكاديمي وعلاقتهما بالاندماج الأكاديمي لدى عين من طالبات الجامعة، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، الجزء 02، العدد الثاني، جامعة القصيم.
 - 58. زقاوة أحمد (2014): محددات النجاح الدراسي، مقارنة سوسيو سيكولوجية، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية المركز الجامعي غليزان، العدد 12.
 - 59. صبرين صلاح تعب (2017): مفهوم الذات الأكاديمي وفعالية الذات الأكاديمية داخل مجال علم النفس، مجلة كلية التربية، العدد 96، الجزء 1، جامعة عين الشمس.
 - 60. منى الحمودي (2010): التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات —دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الخامس بمدارس محافظة دمشق الرسمية— المجلد 26، جامعة دمشق.
- مراجع باللغة الأجنبية:

- 61. Cooper Smith, Manuel inventaire d'estime de soi(s.e.i) 1^{er} trimestre les édition de centre de psychologie, 1994.
- 62. Freden, L'aspect psycho sociaux de la dépression, pierre mendoya, Bruxelles,Belgique,1983.

– مواقع إلكترونية :

63. <https://www.islamweb.net> .20

64. www.islamweb.net/ar/articles.2014.

قائمة الملاحق

ملحق (01): استبيان تقدير الذات الأكاديمية

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

أخي التلميذ / اختي التلميذة، تحية طيبة.....

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علم النفس التربوي، يسرني أن اضع بين يديك هذا الاستبيان الذي يحتوي على مجموعة من العبارات التي تهدف الى قياس مدى تقديرك لذاتك من الناحية الدراسية، ورؤيتك لمعلميك وزملائك فيما يتعلق بأدائك الدراسي، أطلب منك قراءة كل عبارة و وضع علامة (X) في إحدى الخانات، وتؤكد أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، ورأيك محاط بالسرية وهو لغرض البحث العلمي.

التعليمات:

- لا تترك أي عبارة دون وضع علامة (X) .
- لا تضع أكثر من علامة للعبارة الواحدة .

☐

انثى

☐

ذكر

الجنس:

☐

الآداب

☐

شعبة العلوم

التخصص الدراسي:

الرقم	العبارة	أوافق	محايد	لا أوافق
01	أشعر السعادة حينما أنجز واجباتي المدرسية			
02	يتوقع مني أساتذتي الكثير			

03	منذ بداية الدراسة استطعت اكتساب رضا أساتذتي		
04	يمدحني الاساتذة إذا تحصلت على علامات جيدة		
05	معظم أساتذتي لا يفهموني		
06	أشعر أن أساتذتي يرضون عن واجباتي المدرسية		
07	أرى أن أساتذتي يشجعونني على التفوق في المواد الدراسية		
08	أشعر أن أساتذتي لا يقدرّون اجتهادي		
09	اهتمام الأستاذ بي مرتبط بنتائجي الدراسية في مادته		
10	يسأل الأساتذة عني عندما أغيب عن المدرسة (الثانوية)		
11	علاقتي بالأساتذة سيئة		
12	أرى أن زملائي يتنافسون على الجلوس بجاني داخل القسم		
13	يستخف بي زملائي في القسم عندما أجيب على الأسئلة الموجهة إلي		
14	يزورني زملائي في المنزل عندما أغيب عن الدراسة		
15	علاقتي بزملائي داخل المدرسة غير طيبة لأنني متفوق عليهم		
16	أتوقع الفشل قبل الامتحان		
17	انا فخور بما أحققه من نتائج مدرسية		
18	عندما أتحدث داخل القسم ينصت لي زملائي بكل اهتمام		
19	تضايقني بعض المواد الدراسية لأنها تتطلب التفكير العميق لفهمها		
20	أستطيع المشاركة داخل القسم بفضل ما أملكه من رصيد معرفي		
21	أشعر ان مقدرتي العلمية كبيرة مقارنة بزملائي		
22	يقدرني زملائي في الثانوية لأنني متفوق في دراستي		
23	أستطيع حل واجباتي المدرسية دون طلب المساعدة		

24	أنا قادر على تحسين مستواي الدراسي أكثر		
25	أنا راض على التخصص الذي أدرس فيه		
26	يسعدني اكتساب المعلومات والخبرات الجديدة في الثانوية		
27	أشعر بالإحراج عندما أتحدث مع الاساتذة وإدارة الثانوية		
28	أشعر أن إدارة الثانوية تهتم بالنتائج الدراسية للتلاميذ		
25	أرى أن إدارة الثانوية لا تقدم لنا الشروحات الكافية حول التخصصات		
30	أرى أن عمل الغدارة منظم ويراعي ميول التلاميذ خاصة أثناء التوجيه		
31	أنا متأكد أن إدارة الثانوية غير عادلة في تسيير العمل الدراسي		
32	أشعر أنني جدير باحترام الآخرين لي علميا		
33	أعتقد أنني سأحقق مستقبلا علميا مرموقا		
34	أتقن القيام بالأنشطة المدرسية أفضل من زملائي		
35	يستمتع والدي حينما أتحدث عم الدراسة		
36	والدي يعتقدان بانني سأكون شخصا ناجحا مستقبلا		
37	أرى أن مستواي الدراسي يلقي رضا والدي		
38	يتوقع والدي مني الكثير بخصوص مستقبلي الدراسي		

الملحق(02):مقياس التوافق النفسي:

جامعة قصدي مرباح - ورقلة-

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

أخي التلميذ / أختي التلميذة تحية طيبة

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علم النفس التربوي ، يسرني أن أضع بين يديك هذا المقياس الذي يحتوي علي مجموعة من العبارات، أطلب منك قراءة كل عبارة ثم وضع علامة (X) في إحدى الخانتين، وتأكد أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، ورأيك محاط بالسرية وهو لغرض البحث العلمي.

التعليمات:

● لا تترك أي عبارة دون وضع علامة (X) .

لا تضع أكثر من علامة للعبارة الواحدة .

البيانات الخاصة:

الجنس:	ذكر	☐	أنثى	☐
التخصص الدراسي:	شعبة العلوم	☐	شعبة الآداب	☐

الرقم	العبارات	نعم	لا
01	أملأ حياتي اليومية بكل ما يثير اهتمامي		
02	من المؤكد أنني ينقصني الثقة بالنفس		
03	إذا فشلت في أي موقف فإنني أحاول من جديد		
04	أتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي في المسائل البسيطة		
05	أشعر في حياتي بعدم الأمن الشخصي		
06	أخطط لنفسي أهدافا وأسع لتحقيقها		
07	أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية وحلها		
08	أتصرف بمرونة في معظم أموري الشخصية		
09	أشعر بالنقص وبأنني أقل من غيري		
10	بعض ظروف البيئية صعبة التغيير وتؤدي إلى سوء حالتي النفسية		
11	أشعر بالوحدة رغم وجودي مع الآخرين		
12	أقبل نقد الآخرين بصدور رحب		
13	أشعر أن معظم زملائي يكرهوني		
14	كثيرا ما أخرج شعور الآخرين		
15	أشارك في نواحي النشاط العديدة		
16	علاقتي حسنة وناجحة مع الآخرين		
17	تنقصني القدرة على التصرف في المواقف المخرجة		
18	أطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين		
19	يكون سلوكي طبيعيا في تعاملتي مع أفراد الجنس الآخر		
20	أجد صعوبة في الاختلاطي مع الناس		

21	أشعر بالغيرة وأنا بين أفراد أسرتي	
22	تسود الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين أفراد أسرتي	
23	أتشاور مع أفراد أسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة	
24	أسبب الكثير من المشكلات لأسرتي	
25	أبذل كل جهدي لإسعاد أسرتي	
26	تتدخل أسرتي في شؤوني الخاصة بشكل يضايقني	
27	أحب بعض أفراد أسرتي	
28	أسرتي مفككة	
29	أقضي كثيرا من وقت فراغي مع أفراد أسرتي	
30	ترهقني مطالب أسرتي الكثيرة	
31	من الصعب أن يملكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني	
32	حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة	
33	أعاني من تقلبات في المزاج دون سبب ظاهر	
34	عادة أتمسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية	
35	لم يحدث أن نغصت حياتي مشكلة انفعالية	
36	تمر عليا فترات أكره فيها نفسي وحياتي	
37	أشعر غالبا بالاكتماب	
38	يتسم سلوكي بالاندفاع	
39	أشكو من القلق معظم الوقت	
40	من الصعب أن يجرح شعوري	

الملحق (08) نتائج الصدق التمييزي لاستبيان تقدير الذات الأكاديمية (spss) .

Statistiques de groupe

الفئة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Validity الفئة العليا	8	99,7500	4,33425	1,53239
الفئة الدنيا	8	78,2500	5,65054	1,99777

Test des échantillons indépendants

	Test de levene sur l'égalité des variances	Test pour égalité des moyennes
--	--	--------------------------------

	F	Sig	t	df
Validity Hypothèse de variances égales	1,102	,312	8,539	14
Hypothèse de variances inégales			8,539	13,119

Test des échantillons indépendants

	Test pour égalité des moyennes		
	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
Validity Hypothèse de variances égales	,000	21,50000	2,51779
Hypothèse de variances inégales	,000	21,50000	2,51779

Test des échantillons indépendants

	Test pour égalité des moyennes	
	Intervalle de confiance de la différence à 95%	
	Inférieur	Supérieur
Validity Hypothèse de variances égales	16,09987	26,90013
Hypothèse de variances	16,06564	26,93436

الفئة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
-------	---	---------	------------	-------------------------------

inégales		
----------	--	--

ملحق(09) نتائج الصدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي باستخدام برنامج الإحصاء

Statistiques de groupe

الصدق	الفئة العليا	8	36,6250	1,76777	,62500
	التمييزي	8	22,5000	1,30931	,46291
	الفئة الدنيا				

Test des échantillons indépendants

	Tset de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
	F	Sig.	t	df
الصدق التمييزي Hypothèse de variances égales	1.428	.252	18.161	14
Hypothèse de variances Inégales			18.161	12.903

Test des échantillons indépendants

	Test pour égalité des moyennes		
	Sig. (bilateral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
Hypothèse de variances égales الصدق التمييزي	.000	14.12500	.77776
Hypothèse de variances Inégales	.000	14.12500	.77776

Test des échantillons indépendants

	Test t pour égalité des moyennes	
	Intervalle de confiance de la différence à 95%	
	Inférieur	Supérieur
Hypothèse de variances égales الصدق التمييزي	12.45687	15.79313

Hypothèse de variances inégales	12.44347	15.80653
------------------------------------	----------	----------

Notes

Group Statistics

sexe	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
m تقدير الذات الأكاديمية	53	80.9245	12.40944	1.70457
F	81	88.3704	10.16790	1.12977

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances							
		t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
									Lower Upper

تقدير الذات الأكاديمية	2.221	.1	-	132	.000	-	1.9619	-	-3.56486
Equal		39	3.79			7.4458	7	11.326	
variances			5	95.71	.000	4		82	-3.38644
assumed				5			2.0449		
Equal			-			-	7	-	
variances			3.64			7.4458		11.505	
Not			1			4		24	
assumed									

Note

Group Statistics

Spécialité	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
تقدير الذات الأكاديمية	74	84.8649	11.55016	1.34268
Scien	60	86.1167	11.83516	1.52791
ce				
lettre				

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
					Sig.(-	Mean	Std. Err	95% Confidence	

	F	Sig.	t	df	2 tailed)	Differen ce	or Differen ce	Interval of the Difference	
								lower	Uppe r
تقدير الذات الأكاديمية Equal Variances assumed	,147	,702	- ,617	132	,538	- 1,25180	2,02882	-5,26502	2,761 41
Equal Variances Not assumed			- ,615	125,0 41	,539	- 1,25180	2,03404	-5,27740	2,773 79

Notes

Group Statistice

sexe	N	Mean	Std. Deviation	Std.Error Mean
m	53	26,2075	5,91724	,81280
F	81	26,7160	5,32033	,59115

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-t test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig.(2- tailed)	Mean Differe nce	Std. Error Differe nce	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
التوافق النفسي Equal Variances assumed	1,530	,218	- ,517	132	,606	- ,50850	,98286	- 2,4526	1,4359
Equal Variances Not assumed			- ,506	102, 856	,614	- ,50850	1,0050 3	9 2,5017 8	1,48478

Notes

Group Statistics

			Std.	
--	--	--	------	--

	N	Mean	Deviation	Std. Error Mean
التوافق النفسي Science	74	26,1081	5,54574	,64468
lettre	60	27,0167	5,55555	,71722

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std.Error Difference	95% Confidence Interval of DIFFERENCE	
								Lower	Upper
Equal Variances assumed	,122	,727	– ,942	132	,348	–,90856	,96419	– 2,81583	,99871
Equal Variances Not assumed			– ,942	126,246	,348	–,90856	,96437	– 2,81699	,99987

Correlations

Notes

Correlations

		taouafok	takdidhatacadi
التوافق النفسي	Pearson	1	,459(**)
Correlation			,000
	Sig.(2-tailed)		134
N		134	1
تقدير الذات الأكاديمية	Pearson	,459(**)	
Correlation		,000	
	Sig. (2-tailed)	134	134
N			

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