



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عين شمس تموشنت بلحاج بوشعيب

كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

أثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق

دراسة حالة على أربعة مراهقين

تحت إشراف الأستاذ:

د. قورارة سماعين

من إعداد وتقديم الطالبتين:

- بعيليش إيمان

- حكيمي فاطمة الزهراء

تاريخ المناقشة: 2024/06/25

تمت المناقشة علنا أمام اللجنة المكونة من:

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
عطار سعيدة	أستاذة محاضرة	رئيسا ومناقشا
قورارة سماعين	أستاذ محاضر - أ -	مشرفا ومقررا
مقداد أميرة	أستاذة محاضرة - أ -	مناقشا

السنة الجامعية 2023-2024

الشكر والتقدير

"رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي و على والدي وأن اعمل صالحا ترضاه و أدخلني
برحمتك في عبادك الصالحين"

سورة النمل آية رقم -19-

بادئا ببدء نحمد و نشكر المولى جل شأنه بديع السموات و الأرض أن شق سمعنا و بصرنا بحوله و
قوته و فضله و توفيقه

والحمد والثناء والشكر الله العلي القدير على نعمه الظاهرة والباطنة واعترافا بالفضل والتقدير
للجميل لا يسعنا إلا أن نتقدم بجزيل الشكر و الامتنان لمشرفنا الأستاذ "قورارة سماعيل" الذي
قدم لنا كل ما يملك من وقت و جهد لكي نخرج هذه الرسالة.

كما نتقدم بالشكر أيضا إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد و بالذكر إلى كافة أساتذة قسم
العلوم الاجتماعية وأساتذتنا الأفاضل بقسم علم النفس على توجيهاتهم وإرشاداتهم

وإلى كل من ساعدنا لإخراج هذا العمل المتواضع

الشكر الجزيل لكم.



إهداء

الحمد لله حبا وشكرا وامتنانا على البدء والختام

{وَأَخِرَ دَعْوَاهُمْ أَنْ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ}

أرى أن مرحلتي الدراسية قد شارفت على الانتهاء بالفعل بعد تعب و مشقة دامت سنين في سبيل
الحلم والعلم حملت في طياتها أمنيات الليالي، وأصبح عنائي اليوم للعين قرة. ها أنا اليوم أقف على
عتبة تخرجني أقطف ثمار تعبي وأرفع قبعتي بكل فخر، فاللهم لك الحمد قبل أن ترضى و لك الحمد
إذا رضيت و لك الحمد بعد الرضا لأنك وفققتني على إتمام هذا النجاح وتحقيق حلمي.

و بكل حب أهدي ثمرة نجاحي وتخرجي

إلى نفسي العظيمة القوية التي تحملت كل العثرات وأكملت رغم الصعوبات

إلى من دعمني بلا حدود و أعطاني بلا مقابل، إلى من علمني أن الدنيا كفاح وسلاحها العلم والمعرفة،

داعمي الأول في مسيرتي وسندي وقوتي وملاذي بعد الله فخري واعتزازي

«والدي»

إلى من جعل الله الجنة تحت أقدامها، واحتضني قلبها قبل يديها و سهلت لي الشدائد بدعائها، إلى

القلب الحنون والشمعة التي كانت لي في الليالي المظلمات سر قوتي ونجاحي، وجنتي

«والدتي»

أمد الله في عمرهم وجزاهم عني خير الجزاء.

إلى أخي العزيز حفظه الله و رعاه

إلى من تحلت بالايحاء وتميزت بالوفاء والعطاء ورفيقتي في المشوار زميلتي فاطمة الزهراء

وإلى كل من دعمني وساعدني في مسيرتي الجامعية ولو بكلمة طيبة

وأخيرا ما كنت لأفعل دون توفيق من الله فالحمد لله حمدا مباركا فيه و وفقنا الله في حياتنا

مستقبلا.



الأخصائية النفسية المستقبلية

إيمان

إهداء

نحمد الله تعالى الذي قدرنا على شرب جرعة ماء من هذا العلم الواسع فالعلم لا يتم إلا بالعمل وأن العلم كشجرة فاهدي ثمرة جهدي التي طالما تمنيت إهداءها وتقديمها إلى والداي اللذان سانداني طيلة حياتي فلولاهما لما كنت كما أنا اليوم عليه أتمنى من الله عز وجل أن يمدهما بالصحة والعافية وأن يطيل في عمرهما.

إلى الذي عمل وكد وحد ففاس ثم غلب حتى وصلت إلى هدي في هذا، إلى الذي علمني سلوكه خصالا أعتز بها طيلة حياتي إلى زوجي العزيز.

إلى أخواتي حبيباتي سندي في الأيام الصعبة متمنية لهن النجاح والصحة والحياة الكريمة إلى أبنائي أمير، سيرين، محمد الياس، مكة متمنية لهن النجاح في حياتهم، وأن أراهم في أعلى المراتب مستقبلا يا رب.

إلى زميلتي الوفية ورفيقتي في المشوار الجامعي بعيليش ايمن.

إلى كل من علمني حرفا أهدي هذا العمل راجية من المولى عز وجل أن يجد القبول والنجاح.



فاطمة الزهراء

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق، حيث تم طرح التساؤل التالي: ما هو أثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق؟ وتم اختيار الفرضيات التالية:

- قد يؤثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق.
 - قد يوجد أثر بين التواصل العائلي وتقدير الذات عند المراهق (ذكر، أنثى).
- وقد أجريت الدراسة على عينة مكونة من 04 مراهقين (02 ذكور و 02 إناث)، والتي كانت أعمارهم تتراوح بين 12 - 17 سنة.
- وتم استخدام المنهج العيادي ودراسة الحالة و كذا المقابلة ومقياس تقدير الذات ل"كوبر سميث" وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- يؤثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق.
- يوجد أثر بين التواصل العائلي وتقدير الذات عند المراهق.
- لا يوجد أثر لمتغير الجنس في خفض أو رفع تقدير الذات عند المراهق.

الكلمات المفتاحية:

التواصل - العائلة - تقدير الذات - المراهق.

Study summary:

The aim of the study was to reveal the impact of communication between family members on a teenager's self-esteem. The question was raised: What is the impact of communication between family members on a teenager's self-esteem?

The following hypotheses were selected:

- Communication between family members may affect a teenager's self-esteem.
- There may be an effect between family communication and a teenager's self-esteem (male, female).

The study was conducted on a sample of 04 adolescents (02 males and 02 females), aged between 12 and 17 years.

The clinic curriculum, case study, interview and self-esteem measure of Cooper Smith were used. The study found the following findings:

- Communication between family members affects a teenager's self-esteem.
- There is an effect between family communication and a teenager's self-esteem.
- There is no effect of a sex variable in reducing or raising the self-esteem of a teenager.
- **Keywords:**
- Communication - Family - Self Esteem - Teenager.

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, framing the central text. The border is composed of repeating motifs of leaves, flowers, and scrolls, creating a classic and elegant frame.

قائمة

المحتويات

أ	الشكر والتقدير
ب	الإهداء
د	ملخص الدراسة
قائمة المحتويات	
و	المقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: مدخل الدراسة	
1	الإشكالية
3	فرضيات الدراسة
4	أهمية الدراسة
4	أهداف الدراسة
4	التعريفات الإجرائية
الفصل الثاني: التواصل	
7	تمهيد
7	1. مفهوم التواصل
7	2. عناصر التواصل
8	3. مبادئ التواصل
9	4. مهارات التواصل

10	5. معوقات التواصل
10	6. أهمية التواصل
11	خلاصة
الفصل الثالث: العائلة	
13	تمهيد
13	1. تعريف العائلة
14	2. خصائص العائلة
14	3. وظائف العائلة
16	4. أشكال العائلة
17	5. أشكال التواصل عند العائلة
18	خلاصة
الفصل الرابع: تقدير الذات	
20	تمهيد
20	1. مفهوم تقدير الذات
21	2. الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات
22	3. أهم النظريات التي تناولت تقدير الذات
27	4. مستويات تقدير الذات
29	5. العوامل المؤثرة في تقدير الذات
30	6. أقسام تقدير الذات

31	7. السمات العامة لذوي تقدير الذات (المرتفع، المنخفض)
32	8. العوامل التي تساعد في نمو تقدير الذات حسب كوبر سميث
32	9. الآثار المترتبة لتدني تقدير الذات
34	10. تقدير الذات عند المراهق
35	خلاصة
الفصل الخامس: المراهقة	
37	تمهيد
37	1. تعريف المراهقة
38	2. نظريات المراهقة
38	3. مراحل المراهقة
40	4. أشكال المراهقة
42	5. حاجات المراهقين الأساسية
43	6. مشاكل المراهقين
45	7. أهمية المراهقة
45	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل السادس: الإجراءات المنهجية	
48	تمهيد
48	1. الدراسة الاستطلاعية

48	2. المنهج العلمي المعتمد
49	3. عينة الدراسة
49	4. أدوات الدراسة
50	5. مجال البحث
52	6. شروط اختيار الحالات
52	7. تقديم مقياس تقدير الذات لكوبر سميث
55	8. عرض الحالات
الفصل السابع: عرض ومناقشة النتائج	
70	1. عرض وتحليل النتائج و تفسيرها
72	2. عرض ومناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة
73	3. نتائج الدراسة
75	الخاتمة
76	• صعوبات البحث
76	• التوصيات
78	قائمة المصادر والمراجع
84	الملاحق

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان
84	1- مقياس "كوبر سميث" لتقدير الذات
85	2- جدول يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ا)
86	3- جدول يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (ا)
87	4- جدول يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ب)
88	5- جدول يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (ب)
89	6- جدول يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ج)
91	7- جدول يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (ج)
92	8- جدول يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (د)
94	9- جدول يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (د)

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, framing the central text. The border is composed of repeating motifs of leaves, flowers, and scrolls, arranged in a rectangular frame.

المقدمة

تعتبر الأسرة الوسط الاجتماعي الذي تتفاعل فيه كمية هائلة من العلاقات فيكتشف الطفل قواعد التواصل مع الآخر ويتعرف على حريته وحدوده و يميز بين الحقوق والواجبات وبين الممنوعات والممكنات ويدرك المنافسة وطبيعة القيم الخاصة بمجتمعه فتتولد الحصيلة النهائية لسلوك الطفل فيتكامل كلما وفر له الوالدان الجو الاجتماعي السليم المطبوع بالاستقرار والباعث على التسامح الذي يتعلمها أثناء مراحل تطوره المختلفة في احتكاكه مع أفراد أسرته فيكتسب السلوك الاجتماعي والتواصل والتفاعل على طبيعة الوسط الاجتماعي الذي يتعرع فيه لان الوالدين هما أهم المؤشرات الاجتماعية التي تلعب دورا أساسيا في تربية الطفل و تكوين شخصيته.

فنوعية العلاقات السائدة بين الوالدين وأبنائهم تؤثر تأثيرا كبيرا على سلوك الأبناء وتصرفاتهم سواء داخل الأسرة أو في المدرسة.

يتلقى الطفل طريقة إدراك الحياة وكيفية التوجه والتوافق والتفاعل مع الآخرين من اجل تشكيل شخصية المراهق وتقديره لذاته وإدراكه لمفهوم ذاته و فكرته عن نفسه وأسلوبه الخاص في معاملة أفراد أسرته لأنه من خلال الاتصال مع الوالدين أو مع الإخوة فيما بينه تتشكل ذات المراهق انطلاقا من تطلعه للوالدين ومعرفة اتجاههم نحوه خلال غضبهم وسرورهم ويتأثر بهم عن طريق ما يقوم به من ادوار اتجاه أعمال أو ممارسات معينة لذلك تتأثر شخصيته تبعا للأسرة و أنماط الأدوار التي يؤديها كل فرد وتؤثر هذه الأخيرة في تكوين مفهومه لذاته لان مفهوم الذات يتكون من تجارب الفرد واحتكاكه بالواقع الذي يحدد الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه ويمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين حيث يتكون أيضا كنتيجة للعلاقات الأسرية ويتأثر بالأحكام التي يتلقاها من الأفراد المحيطين به.

من هذا المنطلق جاءت الدراسة الحالية لتسلط الضوء على "أثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق"، ولدراسة هذا الموضوع بشقيه النظري والتطبيقي تم اقتراح الخطة المنهجية التالية:

الجانب الأول: الجانب النظري:

الفصل الأول: وقد اشتمل في تحديد إشكالية الدراسة بما فيها الدراسات السابقة وتساؤلات الدراسة والفرضيات المقترحة، وأهمية الدراسة وأهدافها والتعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

الفصل الثاني: وقد تناول هذا الفصل "التواصل" حيث ذكر فيه العناصر التالية: مفهوم التواصل، عناصر التواصل، مبادئ، معوقات، أهمية التواصل وخاتمة الفصل.

الفصل الثالث: حيث تناول هذا الفصل "العائلة" بعناصره التالية: تعريف العائلة، خصائص العائلة، وظائف العائلة، وأشكال التواصل عند العائلة ومن ثم خاتمة الفصل.

الفصل الرابع: وقد خصص هذا الفصل ل "تقدير الذات" وقد تم تناوله من حيث تعريفه، أهم نظرياته، الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات، مستويات وأقسام تقدير الذات، العوامل المؤثرة والعوامل المساعدة في تقدير الذات، العوامل التي تساعد في تقدير الذات، الآثار المترتبة لتدني تقدير الذات، وتقدير الذات عند المراهق، وخاتمة الفصل.

الفصل الخامس: ويتضمن هذا الفصل "المراهق" وكانت عناصره كما يلي: تعريف المراهقة، نظريات المراهقة، أشكال المراهقة، مراحل المراهقة، حاجات المراهق الأساسية، مشاكل المراهقين، أهمية المراهقة وصولاً إلى خاتمة الفصل.

الجانب الثاني: الجانب التطبيقي:

والذي تم فيها عرض إجراءات الدراسة الميدانية والتي تناولت ما يلي:

الفصل السادس: التمهيد، عرض الدراسة الاستطلاعية، المنهج العلمي المعتمد، عينة وأدوات الدراسة، مجال البحث ، شروط اختيار الحالات، تقديم مقياس "كوبر سميث"، وعرض الحالات.

الفصل السابع: أما في هذا الفصل الأخير فقد تطرقنا إلى: عرض و تحليل النتائج و تفسيرها، عرض و مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات و الدراسات السابقة، ثم مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الدراسات السابقة، وأخيراً نتائج الدراسة.

وتم إنهاء الدراسة بخاتمة عامة التي لخصت محتوى بحثنا، تليها صعوبات البحث، و توصيات و اقتراحات البحث، وعرضنا قائمة المصادر والمراجع التي استندنا عليها في بحثنا وكذا الملاحق.

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, featuring large acanthus-like leaves and smaller floral motifs, framing the central text.

الجانب النظري

الفصل الأول: مدخل الدراسة

1. الإشكالية

2. فرضيات الدراسة

3. أهمية الدراسة

4. أهداف الدراسة

5. التعريفات الإجرائية

6. الدراسات السابقة

1. الإشكالية:

يعتبر مفهوم الذات من العوامل الموجهة للسلوك في ضوء التصورات التي يكونها الفرد عن ذاته فهو الأمر الذي يجعل للفرد فريدته الخاصة به.

فمفهوم الذات من الأبعاد الهامة في دراسة الشخصية وعاملا مهما من العوامل التي تمارس تأثيرا على السلوك.

ويعتبر كارل روجرز من أهم العلماء و الباحثين الذين أعطوا مكانة خاصة لهذا المفهوم في نظريته حول الشخصية وأسلوبه المعروف بالعلاج المتمركز حول العميل حيث يرى أن كل فرد يريد الوصول إلى هدف واحد و هو تحقيق ذاته، وأصبح مفهوم الذات من العوامل المهمة التي يركز عليها الأخصائيون النفسيون في التوجيه والإرشاد النفسي وعموما ينمو مفهوم الذات عند الفرد داخل الأسرة التي تعتبر وحدة ديناميكية ذات الأثر البارز في تكوين الشخصية الاجتماعية المراهق فهو يتكون كنتيجة للعلاقات الأسرية ويتأثر البارز في تكوين الشخصية الاجتماعية للمراهق فهو يتكون كنتيجة للعلاقات الأسرية ويتأثر بالأحكام التي يتلقاها الفرد من الأفراد المحيطين به والمهمين بالنسبة إليه.

ويتشكل منذ الطفولة عبر مراحل النمو المختلفة على ضوء محددات معينة يكتسبها الفرد من خلال احتكاكه بالأسرة فيكون فكرته عن نفسه من خلال التفاعل مع أفراد أسرته ويكتسب المعتقدات عن طريق التفاعل العائلي والعلاقات القائمة داخل الأسرة ونسق الاتصال بين أفرادها.

أما موضوع تقدير الذات فيعتبر من المواضيع الهامة في جميع الميادين المتصلة بالإنسان لاسيما في تقييم الفرد لذاته الذي يعد ذا قيمة كبيرة في صراع من أجل الانجاز والتفوق، ومتى تنبه الفرد لحقيقة واقعه الذاتي ولم يستمر في خداع نفسه كان في وضع يستطيع منه تسوية سلوكه تسوية أفضل نتيجة لمواجهة واقعه الذاتي مواجهة صريحة جريئة واحترام الذات يرتبط بنظرة الفرد نحو قدراته ويزداد كلما أصبح أكثر استقلالية وكلما زادت احتمالات شعوره بالقلق عند مواجهة النقد الذي يؤدي إلى ارتفاع القلق و ثم تحسين السلوك، وعلى الرغم من أن السلوك الإنساني يعكس

رغبات الفرد وأهدافه في الحياة إلا انه يتعلق بهما علاقة وثيقة به كالظروف الواقعية المحيطة بالفرد مدركاته مشاعره الاجتماعية السائدة وغيرها من العوامل .

ففي موسوعة علم النفس والتحليل النفسي يعرف تقدير الذات بأنه نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته وكما نعلم أيضا أن تقدير الذات يحتل المرتبة الرابعة في تنظيم هرم ماسلو للحاجات والذي يأتي قبله الحاجات الفيزيولوجية، الحاجة للأمن والحاجة للانتماء ويأتي بعده تحقيق الذات.

- أما بخصوص الدراسات السابقة فقد قدم **كوبر سميث Cooper Smith** دراسته: حيث قام بتصنيف عدد من التلاميذ الذكور تتراوح أعمارهم بين 10-12 سنة إلى ثلاث فئات (مرتفعي -متوسطي-منخفضي) تقدير الذات وذلك وفقا لما أدلى به التلاميذ عن ذواتهم وما قدره المدرسون عن هؤلاء التلاميذ فضلا عن تطبيق عدد من الاختبارات النفسية. وقد كشفت الدراسة أن التلاميذ ذوي تقدير الذات المرتفع يتميزون بقدرتهم العالية على الانجاز الأكاديمي وكذا الاجتماعي، ولديهم رغبة عالية في التعبير عن آرائهم ولكنهم حساسون نحو النقد، متفائلون نحو قدراتهم بالمقارنة بهؤلاء الأطفال ذي التقدير المنخفض. وبعد إجراء كوبر سميث لمقابلة مع أولياء أمور هؤلاء التلاميذ من ذوي تقدير الذات الايجابي وجد أن الآباء أنفسهم لديهم تقدير موجب لذواتهم، في حين أن آباء الأبناء من ذوي تقدير الذات المنخفض لديهم اهتمامات اقل نحو أبنائهم لا يستطيعون اتخاذ القرارات ومن ثم يؤثر ذلك على الأبناء فيخفض مستوى تقديرهم لذواتهم.

- و قدمت أيضا **Ann Robberts , et Al 1999** دراسة بعنوان **تفاهم العائلة و مرافقة الأصدقاء و تقدير الذات عند المراهقين الصغار**: هدفت الدراسة إلى بحث اثر تفاهم العائلة ومرافقة الأصدقاء على تقدير الذات عند المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من التلاميذ تم اختيارهم من المدارس ذات مستوى رفيع (نيويورك) تم اختيار هذه المدارس بناء على أعلى نسب للمجتمع العرقي، فقد تم اختيار 80% من الطلاب من أصل أمريكي إفريقي وهم من سكان محدودى الدخل، و 50% أو أكثر من أصل ابيض، وقد تم اختيار 635 طالب يتوافر لديهم جميع شروط البحث من حيث: وضع العائلة، الرفاق، تقدير الذات، واستخدمت الباحثة في الدراسة 03 مقاييس للمتغيرات بالنسبة للعرق وتم مقارنتها مع الآخرين، الأولى مقارنة الطلاب ذوي اللون الأبيض مع باقي الطلاب، والثانية الطلاب ذوي الأصل

الأمريكي الإفريقي مع الطلاب ذوي الأصل اللاتيني، والثالثة الطلاب ذوي الأصل الأمريكي الآسيوي مع بقية الطلاب.

وتم تحليل تأثير العائلة من خلال عدة عوامل منها: المعاونة، الترابط، وقد أسفرت نتائج الدراسة:

- تأثير الخبرات سواء كانت من العائلة أم الرفاق تؤثر في تقدير الذات في سن المراهقة وخصوصا إذا كانت العائلة متفاهمة ومستقرة.
- أثبتت الدراسة وجود فروق بين مجموعة الرفاق مع مجموعة العائلة بالمقارنة مع تقدير الذات.
- الإهمال والرفض والشجار مع العائلة والرفاق له تأثيره السلبي على تقدير الذات.

أما دراسة هيوستر **HESTER (1980)**: هدفت إلى التعرف على اثر الفروق الجنسية في التطور البنيوي لمفهوم الذات، من الصف التاسع وحتى الحادي عشر. حيث كان الهدف الرئيسي في دراسته هو البحث عن الفروق الجنسية ذات العلاقة بتطور مفهوم الذات خلال سنوات المراهقة، وذلك عن طريق تحليل البناء العاملي لمقاييس الرقابة الذاتية (SOS)، وتم تطبيقه على (4593) طالب وطالبة، وكان عدد الذكور (2264) وعدد الإناث (2329)، ومن اعم النتائج المتوصل إليها انه لم يكن هناك للفروق الجنسية بين الطلبة أي اثر في تطور مفهوم الذات خلال الصفوف الثلاثة.

وعليه ومن خلال ما سبق، نطرح تساؤلنا الرئيسي لهذه المشكلة كالتالي: ما هو أثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق؟

التساؤلات الثانوية:

- هل توجد علاقة بين التواصل العائلي وبين تقدير الذات عند المراهق؟
- هل هناك اثر على تقدير الذات وفق متغير الجنس؟

2. فرضيات البحث:

الفرضية الرئيسية:

- قد يؤثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق

الفرضيات الفرعية:

- قد يوجد اثر بين التواصل العائلي وتقدير الذات عند المراهق (ذكر ،أنثى)

3. أهمية الدراسة:

- تتجلى أهمية الدراسة في متغيراتها (التواصل، العائلة ،تقدير الذات ، المراهق).
- أهمية التواصل العائلي بين أفراد العائلة وما ينجر عنه من تأثير على سلوك الأبناء .
- محاولة تسليط الضوء على متغيرين تقدير الذات والتواصل بين أفراد العائلة بوسط البيئة الجزائرية.

4. أهداف الدراسة:

- تحديد خصائص التواصل داخل الأسرة الجزائرية .
- لفت الانتباه من أجل التخلص من الآثار السلبية لانعدام التواصل بين أفراد الأسرة وانعكاساتها على تقدير الذات عند المراهق.
- المساهمة في خلق نبذة أسرية سليمة من خلال إثارة أهم أسس البناء الاجتماعي والمتمثلة في الذات والاتصال.
- لفت انتباه المختصين النفسانيين والتربويين إلى أهمية مفهوم الذات في التوافق النفسي والاجتماعي عند المراهقين.

5. التعريفات الإجرائية:

التواصل: هو ذلك التفاعل الحسي والنفسي بين طرفين أو أكثر بمختلف الأشكال (لفظي، غير لفظي، مباشر، غير مباشر)

العائلة: هي مجموعة من الأشخاص تربطهم صلة الزواج والدم، يتشاركون حياتهم من مختلف الجوانب حسيا، شعوريا، انفعاليا، ثقافياالخ.

تقدير الذات: هي الصورة التي يكونها المراهق (ذكر/ أنثى) لنفسه انطلاقاً من شعوره نحو ذاته وتواصله مع أفراد عائلته من خلال نتيجة مقياس كوبر سميث.

المراهق: هو الفرد الذي يمر بفترة أو مرحلة انتقالية تبدأ بسن البلوغ وتنتهي بسن الرشد، تكون فيها مجموعة من التغيرات منها جسمية، جنسية، عقلية، نفسية، اجتماعية....

الفصل الثاني: التواصل

تمهيد

1. مفهوم التواصل
2. عناصر التواصل
3. مبادئ التواصل
4. مهارات التواصل
5. معوقات التواصل
6. أهمية التواصل

خلاصة

تمهيد:

يعد التواصل بمثابة الجسر الذي تعبر عليه الأفكار بين العقول، وهو أيضا مساحة يمكن من خلاله أن ينشر أفكاره على الآخرين، كما يمكن أن يستفيد من خيراتهم وتجاربهم بالتواصل معهم وهنا في الفصل سنطبق إلى أهم العناصر الأساسية للتواصل:

1- مفهوم التواصل:

هو علاقة متبادلة بين طرفين، تؤدي إلى التفاعل بينها كما تشير إلى علاقة حية متبادلة من الطرفين. (كمال زيتون، 1997، ص 307)

وهي العملية التي يتفاعل بها المرسل والمستقبل لرسالة معينة في سياق اجتماعي معين وعبر وسيط معني بهدف تحقيق غاية أو هدف محدد. (بوسيف قطامي، 2005، ص 316)

هو مستوى عال في التفاهم والتوافق بين فردين أو جماعتين أو بين فرد وجماعة بعين تكامل الأفكار والمعلومات وحدوث نوع من الاتفاق من حيث الإدراك والفهم و بذلك يمكن القول بان التواصل هو توصل لتحقيق هدف. (عبد النور ارزقي، 2004، ص 326)

هو مستوى عال من التفاهم و التوافق بين فردين أو جماعتين أو بين فرد و جماعة، فهو يعني تكامل الأفكار و المعلومات و حدوث نوع من الاتفاق من حيث الإدراك و الفهم و بذلك يمكن القول بان التواصل هو توصل الاتصال لتحقيق هدف. (عبد النور ارزقي، 2004، ص 326)

كما يعرف التواصل في العلوم الإنسانية هو تبادل كلامي بين متكلم محدث لملفوظ موجه إلى متكلم آخر، وهذا المخاطب يلتمس الاستماع إليه أو جوابا ظاهرا أو وذلك حسب نوع ملفوظه. (نور الدين رابص، 2013، ص 10)

2- عناصر التواصل:

1- المرسل: هو المؤسسة أو المجموعة أو الفرد الذي يود التأثير في الآخرين ليشركون في الأفكار والحساسات والمرسل هو العنصر الأساسي لعناصر عملية التواصل. (عمد متولي رمضان سعد، 2004، ص 93)

- 2- **المستقبل:** هو الذي يستقبل الرسالة سواء كان شخصا متفرد أو جماعة وقد يكون أحيانا خارجا عن الإطار الإنساني فيكون حيوانا أو آلة من آلات مثل الراديو أو التلفاز الخ.. فالشخص المستقبل قد يكون في حالة إشباع لجرس معين.
- 3- **الرسالة:** هي الحقائق والمعارف العلمية والمهارات والقيم والاتجاهات التي يقوم المرسل بترميزها رموز لفظية وغير لفظية أو مزيجا معا من اجل إيصالها الفئة المستهدفة. (رمضان مسعد، 2004، ص 94)
- 4- **القناة:** هي الأسلوب أو الطريقة التي تنتقل به الرسالة من المرسل إلى المستقبل فاللغة اللفظية والإرشادات والحركات والصور والنماذج والأجهزة السمعية والبصرية كلها وسائل نقل الرسائل. (رمضان مسعد، 2004، ص 94)
- 5- **بيئة التواصل:** هو الزمان والمكان اللذان يحدث من خلالها نقل الرسالة من المرسل إلى المستقبل بكل ما تضمنه هذه البيئة من ملابسات. (رمضان مسعد، 2004، ص 94)
- 6- **التغذية الراجعة:** يعد ردة فعل الرسالة على المستقبل فإذا فهم الرسالة كانت التغذية مراجعة إيجابية، كما تكون في صورة كلمة تدل على الموافقة أو تحريك الرأس للأمام أو الخلف، أو في صورة إجابات صحيحة على بعض الأسئلة، أما إذا لم يفهم المستقبل الرسالة فإن التغذية مراجعة تكون سلبية كأن يهز رأسه في جهة اليمين أو اليسار أو في شكل إجابات غير صحيحة وبالتالي يمكن للمرسل أن يغير أو يعدل من رسالته، وعليه فإن التغذية مراجعة في التي تربط عناصر التواصل ببعضها البعض. (كمال الحميد زيتون، 2003، ص 430)

3- مبادئ التواصل: هناك العديد من المبادئ لعملية التواصل نذكر ما يلي:

- أن تكون رسالة التواصل (الأفكار، التوجيهات، الإرشادية، المعلومات) منظمة وواضحة أي أن المرشد يقوم بصياغة الأفكار والمعارف والإرشادات التي يرغب في توجيهها للمشاركين بشكل منظم وواضح يتناسب مع مستواهم مسبقا وليرسم الخطة التي يتبعها لتحقيق هذه الأهداف.

- تحقيق الهدف من التواصل، وكلما كانت الأهداف قليلة ومحددة كلما زاد احتمال نجاح التواصل أي أن المرشد لا بد له أن يضع الأهداف مسبقاً وليرسم الخطة التي يتبعها لتحقيق هذه الأهداف.
- الاهتمام بالأسلوب المناسب للتواصل، فالمرشد الذي يستخدم الأسلوب المؤدب ويتقن اللغة السلمية التي تتناسب مع الموضوع يساعد الأبناء على الإنصات والفهم والمشاركة والاستيعاب وهناك عدة أساليب للتواصل.
- مراعاة الظروف الطبيعية الإنسانية التي يتم فيها التواصل، فما يصلح لموقف معين قد لا يصلح لغيره والعكس صحيح. (جودة عزة عبد الهادي، 2006، ص 315)

4- مهارات التواصل:

- 1- **مهارة الإصغاء** : لا يقل الإصغاء الفعال أهمية عن الكلام والتحدث فهو مهارة قد تكون أصعب من مهارة الكلام لما يتطلب من تركيز وهي كما يقول ويفعل المستقبل وهي مطلب أساسي لإتقان مهارة التواصل المتقدمة، فالإصغاء الفعال ينظم العملية التواصلية بكاملها ويعتبر الأساس من كل مقابلة تواصلية كما أن إتقان هذه المهارة يفيد كل من المرسل و المستقبل ما يعطي فرصة أكبر للنجاح العلاقة التواصلية. (عبد الرحمن إسماعيل، 2013، ص 142)
- 2- **مهارة الاستيضاح**: تسير هذه المهارة إلى السؤال الذي يبيلور رسالة العميل الغامضة وتبدأ غالباً ب(هل يقصد بأنه) مع إعادة صياغة جانب من رسالة العميل أو كل رسائله .
- 3- **مهارة إعادة الصياغة**: تشير إلى صياغة كلمة المستقبل وأفكاره كما تشمل الانتباه الانتقائي الموجه نحو الجانب المعرفي من رسالة المستقبل وكذلك ترجمة أفكار المستقبل في كلمات من عند المرسل فهي ليست ترديد لما يقولها المستقبل وإنما هي إعادة صياغة تؤدي إلى مزيد من النقاش والتوسع في الحديث (المرجع السابق، ص 143)
- 5- **مهارة التلخيص** : يتطلب التلخيص انتباه وتركيز شديد على رسائل المستقبل الشفوية وغير الشفوية ويعرف بأنه مجموعة من التعبيرات والانعكاسات تكشف ما يريد المستقبل أن يوصله المرسل. (فناغرة سلمى، 2017، ص 39)

6- معوقات التواصل :

- 1- **معوقات الشخصية:** الاختلاف في الإدراك ينتج عنه اختلافات فردية التي تؤثر في فهم وإدراك الأمور والحكم على الأشياء فلكل شخص طريقته الخاصة في وصف الأحداث والتحدث عنها .
التوجهات السلبية تنشأ عندما يحمل المرسل أفكار سلبية عن نفسه وعن المستقبل ومن مظاهر ذلك الابتعاد عن الآخرين وعدم التواصل معهم وكذلك كتم المعلومات .
عدم امتلاك المهارات التي يجب امتلاكها في الكلام كالكتابة و التفكير المنطقي فإذا لم تتوفر هذه المهارات يصعب إنشاء تواصل فعال .
وجود علاقات سيئة بين الأفراد وانعدام التفاهم والثقة ما يؤدي إلى صعوبة التواصل
- 2- **معوقات تنظيمية:** تتمثل في عدم وجود خريطة تنظيمية واضحة وقصور في أنظمة التواصل المتوفرة لدى المؤسسة وكذلك عدم وجود نظام المعلومات وعدم استقرار التنظيم الإداري.
- 3- **معوقات ثقافية إجتماعية:** تتمثل في بعض العادات والتقاليد أو طقوس الاتصال الواجب إتباعها، وكذلك التخلف الثقافي عند أحد الأطراف، والتحيز الاجتماعي والثقافي والصراع بين الطبقات الاجتماعية والثقافية ومشكلة الرقابة.

7- أهمية التواصل:

- يتم بالتواصل نقل العادات والأفكار والخبرات من جيل إلى آخر مما يؤدي إلى وجود واستمرارية المجتمع.
- نقل التراث الثقافي من مجتمع إلى آخر .
- يوفر فرصة التفكير والحوار وتبادل الآراء والمعارف في مختلف المجالات العلوم كما يوفره من احتياط واحتكاك بشري.
- التعرف على أفكار وآراء الغير، لأن الإنسان يستفيد وتنمو شخصيته من خلال التواصل بالآخرين. (إبراهيم ياسر، ص 45)

خلاصة:

نستخلص من خلال هذا الفصل أن التواصل عملية دقيقة و تخضع لمعايير أساسية ، و كل إخلال بأحد معاييرها سيؤدي لا محالة إلى فشل العملية التواصلية، ومن المعوقات التي قد تفشلها هناك عدم استجابة من طرف المتلقي للأسباب و دوافع شخصية أو لممارسته الانتقاء على الرسالة التي يتلقاها، أي انه يميل إلى سماع جزء منها و يهمل المعلومات الأخرى فقط لأنها تتعارض مع معتقداته و اتجاهاته، هذا فيما يخص أهم الأسباب التي تعيق العملية التواصلية و تفشلها، إلا أن تبادل المعلومات و الاستشارة و التقييم و الإصغاء الجيد و التعاون و المفاوضة، تشكل كلها مكونات النشاط التواصلية الفعال التي تتيح للمرسل و المتلقي تدبيراً أفضل لمختلف الوضعيات التي سيواجهونها.

الفصل الثالث: العائلة

تمهيد

1. تعريف العائلة.
2. خصائص العائلة.
3. وظائف العائلة.
4. أشكال العائلة.
5. أشكال التواصل عند العائلة.

خلاصة

تمهيد:

من المسلمات التي تداولتها الكتب وما زالت أن الفرد كائن اجتماعي لا يستطيع العيش أو الانعزال عن الأفراد الآخرين من بين جنسه ليعيش وحده فالأسرة هي التي تضع اللبنة الأولى في بناء جسد الطفل الذي يبدأ عقله في التكوين منذ اللحظة الأولى التي يرى فيها نور الحياة ولا يتوقف عن النمو إلا بتوقف حياته ويحصل الطفل في سنواته المبكرة من حياته على العادات الفكرية والقدرة على التفكير والحكم وتنمية الذكاء والتربية العقلية تعتبر إحدى أنواع التربية العائلية وإحدى مسؤولياتها الخطيرة.

فالعائلة مجتمع صغير يتميز بالروابط الوثيقة والحوافز المباشرة التي تكون علاقات متبادلة بين مختلف أطرافه، ونظرا لما تحتله الأسرة من مكانة اجتماعية وتربوية فهي تشكل منطلقا للحياة من جهة وكونها مسرحا يتلقى فيه أفرادها أصول العلاقات الإنسانية.

1. تعريف العائلة:

تعددت التعريفات التي تناولت موضوع الأسرة لاعتبارها أهم الجماعات الإنسانية، وأعظمها تأثير في حياة الفرد والمجتمع، حيث أنهم اتفقوا على أنها الخلية الأولى للمجتمع، فمنها يتكون النسيج الاجتماعي وتتركب التكوينات الإنسانية بدأ من العشائر وانتهاء بالأمم الحديثة. (السيد عبد العاطي، 2002، ص 15)

ولم تنتعش دراسات الأسرة إلا في أواخر القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين على يد علماء الأنثروبولوجيا القديمة ومنذ ذلك الوقت بدأت دراسات الأسرة تحتل مكانة هامة العلوم الاجتماعية.

وتعد الأسرة أكثر انساق المجتمع الإنساني حساسية للتغيير تأثر وتأثير وفي بؤرة تفاعل تنظيمات ومؤسسات كثيرة ذات صلة بالوفاء بالحاجات الأساسية لأعضاء المجتمع وتقاطع علاقات وعمليات اجتماعية من أسرها عملية التنشئة الاجتماعية. (سهير عادل العطار، 2017، ص 04)

فالأسرة في المجتمع الأول الذي ينشأ فيه الفرد وهي المسؤولة عن إعداده وتنشئته اجتماعيا بل ويتعدى مسؤولياتها ذلك، فهي مسؤولة أيضا عن نقل التراث الثقافي من جيل إلى جيل ولكن

مع تعقد الحياة الاجتماعية ومع التقدم التكنولوجي وتعدد الإنسانية أصبحت الأسرة في حاجة إلى نظم أخرى تساعد على أداء رسالتها وكان على المجتمع من بذل الجهد لإيجاد نظم أخرى مساعدة كالمدرسة وغيرها. (سعيد محمد عثمان، 2009، ص 15)

2. خصائص العائلة:

- هي أبسط أشكال التجمع.
- توجد في أشكالها المختلفة من كل المجتمعات و قبائل الأزمنة، ذلك لان الطفل حين يولد يكون من الحاجة لمن يرعاه.
- النظام الذي يؤمن وسائل المعيشة للأفراد.
- أول وسط اجتماعي يحيط بالطفل ويمرنه على الحياة كما يشكله ليكون عضوا في المجتمع.
- العائلة كنظام اجتماعي يؤثر فيها عداها من النظم الاجتماعية ونتأثر بها.
- العائلة وحدة إحصائية أي يمكن أن تأخذ أساسا لإجراء الإحصائيات المختلفة معدد السكان ومستوى المعيشة وظواهر الحياة والموت الخ. (عبد الله الراشدين، 1999، ص 122)

3. وظائف العائلة:

1. الوظيفة الجنسية: الأسرة هي النظام الرئيسي والمجال المشروع اجتماعيا ليشبع الفرد رغباته الجنسية بصورة يقرها المجتمع ويقبلها ويعترف المجتمع بثمرة هذه الاتصالات، وتؤدي هذه الوظيفة التي تقوية العلاقة الاجتماعية تعني الزوج ومع ذلك فقد أثبتت الدراسات الميدانية أن بعض المجتمعات لا تعطي أولية لهذه الوظيفة فهي تسمح بالخبرة الجنسية للصغار قبل الزوج أو خارج نطاق الأسرة. (حسين عبد الحميد رشوان، 2003 ص 46)
2. الوظيفة الاجتماعية: تشرف الأسرة على تربية أطفالها تربية صحيحة في ظل التعاليم الأخلاقية الفاضلة والتي تساعد على دعم المجتمع بالبنات الصالحة التي تساهم في بنائه والصعود به إلى الكمال وقد أكد علماء والاجتماع على ضرورة ذلك وأكدوا أن الأسرة مسؤولة عن عمليات التنشئة الاجتماعية التي يتعلم للطفل من خلالها خيرات الثقافة وقواعدها في صورة تُوَهله فيما بعد لمزيد من الاكتساب وتمكنه من مشاركة تفاعلية مع غيره مع أعضاء والمجتمع وذلك بان يكون الاستقرار والطمأنينة في البيت بعيدا عن أنواع العنف الأسري الذي يؤدي إلى

الانحراف الأطفال الذين تعودوا على الإجرام في كبرهم كان مرد ذلك إلى عدم الاستقرار العائلي الذي آلت إليه أسرهم. (شوق اسعد محمود، 2012، ص 19)

3. **الوظيفة الإنجاب:** تعتبر الأسرة المصدر الأساسي للإنجاب الأطفال كما يستمد الأطفال شرعية وجوده طبق للمعايير والأسس التي توضع في المجتمع وحسب نمطه الثقافي والاجتماعي وخلاقي والديني ومن ثم تعتبر الأسرة الجماعة الاجتماعية التي تهدف إلى الحفاظ على نوع الإنسان فهي تمد المجتمع بأعضاء حدد ما يحفظ بقاء المجتمع واستمرار في المجتمعات نتيجة الوفيات وليس هناك سبب منطقي لتترك هذه الوظيفة لضغط الحاجة البيولوجية كما هي موجودة عند حيوانات الدنيا لان عملية الإنجاب لعشوائية تؤدي إلى الفوضى وخلق مشكلات اجتماعية واقتصادية تلقي بأعبائها على كامل المجتمع. (غريب سيد احمد، 1997، ص 249)

4. **الوظيفة التربوية:** يتمثل دور الأسرة في متابعة أطفالها والإشراف عليهم في الواجبات المدرسية المنزلية وفهم الدروس ويمكن القول أن الوالدين هما اللذان يحددان مدى تقدم أو تأخذ الطفل في المدرسة وذلك عن طريق مساعدة أبنائهم في استذكار الدروس حيث أن درجة تعليم الوالدين هنا لها تأثير كبير على مستوى التحصيل ويمكن إجمال بعض الحقائق الخاصة بالوظيفة التعليمية كون دور الأم المتعلمة يتعاظم أكثر من دور الأب في الإشراف على تعليم الأبناء وأداء واجباتهم المدرسية وتهذيب سلوكياتهم وحمايتهم من الانحراف في نمط المجتمع الحضاري أكثر من المرأة الأمية إلى جانب قيام الإخوة الكبار بمهمة الإشراف ومتابعة إخوتهم الصغار خاصة في الطبقات الفقيرة. (فيروز ما ميازة، 2014، ص 204)

5. **الوظيفة النفسية:** تتمثل الوظيفة النفسية لإشباع الحاجات النفسية من امن واطمئنان وثقة وهذا من خلال الوحدة الأسرية وتماسك العلاقات التي تلعب دور بارزا في نمو ذات الطفل والفرد بصفة عامة من خلال الوحدة الأسرية كوحدة نفسية يمكن أن تتصورها عند تقييم كل ما يقدمه الزوج والزوجة والأبناء من خلال تغيرات متوازنة في كل من الوالدين تنشأ علاقات جديدة وتولد أسرة حقيقة وتصبح الطاقة النفسية فيها أكثر فعالية ونجاح في جو يهيئ توفير إشباعات نفسية أخرى لحاجة لانتماء والحاجة للاعتراف. (زعيمة منى 2013/2012 ص 29-30)

4. أشكال العائلة:

تعددت أشكال الأسرة نتيجة للظروف التاريخية التي مرت بها، لذا فإنه أصبح من الملائم أن يضاف إلى كلمة الأسرة صفة تحدد نوعها و يميز علماء الاجتماع بين شكلين الأسرة هما:

1. **الأسرة الممتدة:** وهي الوحدة الاجتماعية التي تشمل على عدة أجيال في آن واحد كان تشمل الأسرة على الجد والجدة والأبناء وزوجاتهم والأحفاد ومن بين ما عرفت به أيضا أنها تتكون ليس فقط من الآباء والأطفال وإنما تمتد لتشمل أيضا الأقارب الآخرين، الأجداد والأعمام والعمات وكذلك على رجل كبير وزوجته أو عدة زوجات وأطفالهم المتزوجين وزوجاتهم وأطفالهم غير المتزوجين يشكلون حياة اقتصادية واجتماعية واحدة تحت رئاسة الأب الأكبر أو رئيس العائلة.

ويسمى «فوجل ويبل» كل تجمع أوسع من الأسرة النواة وتقوم روابطه على أساس من الانحدار أو الدم أو الزواج أو التبني بالأسرة الممتدة.

أما "عبير دوك" ويعرف الأسرة الممتدة بأنها الأسرة التي تتكون من عائلتين نوويتين أو أكثر تربطهم علاقات اجتماعية قوية ناتجة عن العلاقة القائمة بين الآباء والأبناء. (غريب سيد احمد وآخرون، 1995، ص 17)

إن شكل الأسرة الممتدة هو الذي كان شائعا في الماضي في معظم المجتمعات ويوجد حاليا في المجتمعات الزراعية الريفية وفي المجتمعات العشائرية، ويرى بعض العلماء أن هناك نوعا من التعقيد ينشأ في ظل الأسرة الممتدة مرده إلى امتداد واتساع وتعدد علاقة الأب والابن بحيث نجد الشخص الواحد ينتمي إلى أسرتين متخلفتين فهو ابن في أسرة أبيه ولكنه زوج وأب في الأسرة التي يكونها.

والأسرة الجزائرية الممتدة كما يعرفها "مصطفى بوتقنوست" هي أسرة كبيرة أين يعيش فيها عدد كبير من الأسرة الزوجية تحت سقف واحد هو الدار للكسرة وأين يعد من 20 إلى 60 فأكثر إلا إن التغيرات الاجتماعية والاقتصادية الحديثة أدت لتطور الأسرة الجزائرية نوع آخر أسرة وفي الأسرة الزوجية ولما سمي أيضا بالأسرة النووية أو النواة. (غريب سيد احمد وآخرون، 1995، ص 18)

الأسرة النووية أو النواة:

ويطلق عليها أيضا اسم الأسرة الزوجية أو الزوجية واسم الأسرة البسيطة وهي اصغر وحدة قرابية في المجتمع وتتألف من الزوج والزوجة وأولادها غير المتزوجين سيكونها في مسكن واحد وتقوم بين أفرادها بالتزامات متبادلة اقتصادية وقانونية واجتماعية.

كما تعرف الأسرة النواة بأنها جماعة صغيرة تتكون من زوج وزوجته وأبنائه غير بالعين وتقوم كوحدة مستقلة عن باقي المجتمع المحلي وتتم هذه العائلة بصلاية العلاقات الاجتماعية بين الزوجين خصوصا عندما يكون الأطفال صغار ولكن سرعان من تضعف هذه العلاقة بعد بلوغ ونضج الأطفال الذين غالبا ما يتأثرون بجماعات وفئات المجتمع التي يحتكون معها في حياتهم اليومية، وقد تقطع علاقات الأبناء في الأسرة النواة بعد زواج الأبناء خصوصا في حالة انتقالهم الجغرافي ويرجع السبب في صلاية العلاقات في الأسرة النواة لأنها تعتمد على تماسكها على جانب الجنسي بين الزوجين والصداقة ووجود مصالح وأهداف مشتركة بين الإباء والأبناء.

ويعترف هذا الشكل الخاص من أشكال الأسرة من أهم خصائص المجتمع الصناعي المعاصر لأنه يعتبر عن الفردية التي تنعكس في حقوق الملكية والأفكار والقوانين الاجتماعية العامة حول السعادة والإشباع الفردي كما تعبر أيضا عن عمليات التنقل الاجتماعي والجغرافي في هذا المجال. (غريب سيد احمد وآخرون، 1995، ص19)

وعليه يمكن أن تستنتج أن الفرد يمر خلال حياته بنمطين مختلفين من الأسرة والنواة وهو يولد في الأسرة مكونة منه ومن إخوته ووالديه تسمى أسرة التوجيه وعندما يتزوج الفرد ويترك أسرته يخلق هنا كل شخص ينتمي بشكل ما لأسرة واحدة على الأقل.

5. أشكال التواصل عند العائلة:

1. تواصل الأب مع الأبناء: والذي يعني تبادل مشاعر الود والاحترام والرعاية والحماية والاهتمام ويعتبر تواصل الأب مع أبنائه من أهم الركائز التي تقوم عليها التنشئة الاجتماعية وبناء شخصية الأبناء وإذا ما تفاهم الأب مع أبنائه بالأسلوب الجيد الذي يحمل الحب والاحترام المتبادل والتشجيع في الجوانب الجيدة.

2. تواصل الأم مع الأبناء: حيث أن الأم والأب هما كلبرا العائلة ورأسها، فإنه يجب عليهما أن يحرصا على طريقة توجيه عملية التواصل مع الأبناء، فالوالدان يعلمان أبناءهم القيم والأخلاق والأنماط السلوكية الصحيحة وكل ما هو مرغوب، ويبعدانهم عن كل ما هو غير مرغوب والتي تكتسب عن طريق التكرار أو التقليد أو الممارسة أو السلطة الوالدية.
3. تواصل الإخوة مع بعضهم البعض: تتسم العلاقة بين الإخوة بالتضامن والقوة حيث يحظى الابن الأكبر عادة بمكانة أكبر من إخوته وذلك لأنه يمثل أباه، فيعطى الأوامر لإخوته الأصغر منه وعليهم إبداء الطاعة والاحترام ويعزز أفراد الأسرة الآخرون مكانة الأخ الأكبر في الأسرة. (ضيف الله، 2022، ص 229)

خلاصة:

وأخيرا، تعتبر الأسرة الدائرة الاجتماعية الأولى بالنسبة للأبناء حيث يتعلمون من خلالها مشاعر الحب والاحترام الضرورية في التعامل مع الآخرين في المجتمع ككل، و يمكن تعزيز ذلك عند الأبناء من خلال قضاء وقت ممتع معا، سواء بتناول الطعام أو مشاهدة التلفاز، حيث يساعد ذلك على تعزيز التنمية الاجتماعية الصحية بشكل كبير، فتفاعل الآباء مع الأبناء يساعدهم على التعرف على كيفية التعامل مع الآخرين بطريقة فعالة وسليمة، كما يساعدهم على فهم العلاقات بشكل أفضل، وكيفية تكوين الصداقات الناجحة والتعامل بأريحية مع الآخرين.

الفصل الرابع: تقدير الذات

تمهيد .

- 1- مفهوم تقدير الذات.
 - 2- الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات.
 - 3- أهم النظريات التي تناولت تقدير الذات.
 - 4- مستويات تقدير الذات .
 - 5- العوامل المؤثرة في تقدير الذات .
 - 6- أقسام تقدير الذات.
 - 7- السمات العامة لذوي تقدير الذات (المرتفع، المنخفض).
 - 8- العوامل التي تساعد في نمو تقدير الذات حسب "كوبر سميث".
 - 9- الآثار المترتبة من تدني تقدير الذات.
 - 10- تقدير الذات لدى المراهق .
- خلاصة.

تمهيد:

يحتل موضوع تقدير الذات مركزا هاما في نظريات الشخصية، كما يعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا كبيرا على السلوك، فالسلوك هو حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية، فقد ذكرت "ارجوريت ميد" أن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه وقد توصل "هورتيز" إلى أن الفرد الذي يدرك انه غير متقبل من الجماعة الاجتماعية التي ينتمي إليها فانه يقدر نفسه تقديرا منخفضا.

ومفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، وقد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النفس بوجه عام، أمثال "ماسلو Maslow" إذ صمم سلم الحاجات، وتقع الحاجة لتقدير الذات وتحقيقها في أعلاه. كما أن الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا، فان فكرة الفرد عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته.

1- مفهوم تقدير الذات:

- تعود جذور مفهوم الذات إلى كتابات "ويليام جيمس James Welliam" (1892) الذي يعتبر من أوائل المؤسسين لهذا المفهوم، عبر عنه بأنه الشعور بقيمة الأنا الذي يتحدد من خلال الموازنة والمطابقة بين ما سعى الفرد لتحقيقه وما استطاع أن يحققه فعلا، أي الموازنة بين الطموح والواقع. (حمري سارة، 2012، ص 15)
- وأشار "روجرز Roggers" (1965) تقدير الذات بأنه: اتجاهات الفرد نحو ذاته والتي لها مكون سلوكي و آخر انفعالي. (أمانى خليل، 2015، ص 10)
- "كوبر سميث Smith Cooper" عرف تقدير الذات بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل والنجاح والقبول وقوة الشخصية. (عايدة ديب عبد الله محمد، 2010، ص

تعريف روزنبارج Rosenberg :

- تقدير الذات الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض، ويوضح أن تقدير الذات العالي يدل على أن الفرد ذو كفاءة أو ذو قيمة ويحترم ذاته، أما تقدير الذات المنخفض فيشير إلى رفض الذات وعدم الاقتناع بهما. (محمد السيد عبد الرحمان، 1998، ص 398)

يرى كاتل 1964 "Cattle":

إن تقدير الذات هو حكم شخصي لقيمة الذات حيث يقع بين نهايتين إحداهما موجبة والأخرى سالبة. (احمد محمد صالح حسن، 1995، ص 215)

ويرى "مصطفى فهمي": إن تقدير الذات عبارة عن مدرك واتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على تحمل كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة وخاصة الحاجة إلى الاستقلال والحرية والتفوق والنجاح. (حدواس منال، 2013، ص 113)

تعريف عبد الله سليمان إبراهيم و محمد نبيل عبد الحميد 1994:

تقدير الذات هم التقييم الشخص الوجداني لخصائصه العقلية والمادية وقدراته على الأداء، كما يعتبر حكماً شخصياً للفرد على قيمته الذاتية أثناء تفاعله مع الآخرين ويعبر عنه من خلال اتجاهات الفرد نحو مشاعره و معتقداته وتصرفاته كما يدركها الآن. (عبد الرحمان سيد سليمان، 1999، ص 104)

2- الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات:

- إن علاقة مفهوم الذات بتقدير الذات هي علاقة تكاملية فهما وجهان لعملة واحدة فمفهوم الذات عبارة عن معلومات من صفات الذات بينما تقدير الذات هي تقييم لهذه الصفات.
- فمفهوم الذات يتضمن فهما موضوعياً أو معرفياً للذات، بينما تقدير الذات يتضمن فهماً انفعالياً للذات يعكس مستوى الثقة بالنفس. (سني أحمد، 2015، ص 42)

- ولقد قدم "كوبر سميث" الاختلاف بين مفهوم الذات وتقدير الذات بين فيه أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه، بينما تقدير الذات يشمل التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه بما يتماشى مع ذاته ومع العادات المألوفة لديه. (حدواس منال، 2013، ص 135)
- كما أشار "كينيكث فوكس fox" (1997) على ضرورة التمييز بين مصطلح مفهوم الذات وبين مصطلح تقدير الذات لأن هناك فروق بينهما فمفهوم الذات يعزى إلى وصف الذات في حين مصطلح تقدير الذات يرتبط بالعامل القيمي لمفهوم الذات من حيث أن الشخص يصدر حكماً أو تقديرًا على جدارته أو كفاءته. (علي عبد الحسن، 2011، ص 123)
- أما تقدير الذات فيهتم بالعنصر التقييمي لمفهوم الذات حيث أن الأفراد يقومون بالصياغة وإصدار الأحكام الخاصة بقيمتهم الشخصية كما يرونها من حيث الحسن والقبح، الإيجاب والسلب، بالسمو أو الانحطاط مقارنة بالآخرين. ويرجع مصدر هذا الحكم إلى الفكرة التي كونها الفرد عن نفسه.
- ببساطة فإن مفهوم الذات يسمح للفرد بأن يصف نفسه في إطار تجربة مثيرة أما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه من خلال هذه التجربة. (سني أحمد، 2015، ص 42)

3- أهم النظريات التي تناولت تقدير الذات:

تعددت النظريات التي تناولت مفهوم تقدير الذات واختلفت باختلاف توجهات ومناهج الباحثين، كما اعتمد الباحثون في تصميم تقدير الذات على بعض النماذج لتفسير مستويات تقدير الذات ومن هذه النظريات نذكر:

1. نظرية التحليل النفسي:

تقوم نظرية التحليل النفسي على ثلاث مسلمات أساسية عن الطبيعة الإنسانية أولها أن السنوات الخمسة الأولى من حياة الفرد هي أهمها وأكثرها تأثيرًا في سلوكه في المراحل التالية من حياته، سواء كان سلوكاً سويًا أو شاذًا، وثانيًا أن الدفاعات الغريزية الجنسية للفرد هي محددات أساسية لسلوكه، وثالثًا أن الجانب الأكبر من سلوك الفرد تحكمه محددات لا شعورية قد أعطى "فرويد freud" مكانة بارزة للأنا في بناء الشخصية ويرى الشهري 1999 أن الأنا تقوم بدور

وظيفي وتنفيذي اتجاه الشخصية، إضافة إلى أنها تحدد الغرائز لتقوم بإشباعها، وتحدد أيضا إلى جانب ذلك كيفية إشباعها، كما تقوم أيضا بمنع تفريغ الشحنة حتى يحين الوقت المناسب لتفريغها، وتقوم بالاحتفاظ بالدوافع النفسية بين متطلبات الصراع الأخلاقي للشخصية وبين الدوافع الطبيعية ولها القدرة على الاحتفاظ بالتوافق بين الدوافع و الضمير . (لقوي دليلة، 2016، ص 57)

2. نظرية الذات لكارل روجرز (Carl Rogers):

ترى نظرية كارل روجرز أن الإنسان يولد ولديه دافعية قوية لاستغلال إمكانياته الكامنة لتحقيق ذاته ليسلك بطريقة تتوافق مع هذه الذات وقد يحتاج الفرد إلى فرد آخر يُظهر تفهماً ويؤدي نحوه تعاطفاً كاملين لكي يساعده على استنباط هذه الإمكانيات الكاملة واستغلالها لكي يحقق ذاته لذلك يعتمد المرشد في ظل هذه النظرية على مساعدة المسترشد على استكشاف واستغلال إمكانياته المعرفية الذاتية في جو من القبول الكلي الغير مشروط والمتفهم أو المتعاطف بدون انتقاء وبرضا كامل سعياً وراء تحقيق الفرد وتكوين الذات.

حيث تقترض هذه النظرية ما يلي:

- لكل إنسان الحق الكامل لأن يكون مختلفا في الرأي والمفاهيم والسلوك.
- أن يتصرف بما تمليه عليه معتقداته ومبادئه، أي أن يكون سلوكه وتصرفه متوافقين مع أفكاره.
- حرية التصرف يجب أن تتوافق مع القوانين العامة ولا تمس حقوق وحرية الآخرين.
- بما انه حر في اختياره نمط سلوكه فهو مسؤول على تبعات ذلك السلوك.

وعليه تسعى نظرية كارل روجرز في تحقيق الأهداف التالية:

- تحقيق الذات من خلال تكوين شخصية متماسكة وقوية ومستقلة وتلقائية لا تضع اعتبارا كبيرا بما يقوله الآخرون.
- تأكيد الذات من خلال تقبل القردة رضاه عن نفسه.

كما ادخل روجرز ثلاث مفاهيم توجيهية جديدة هي:

- الحاجة إلى الاعتبار الإيجابي
- الحاجة إلى اعتبار الذات
- شروط التقدير (سني أحمد، 2015، ص 44)

3. نظرية كوبر سميث Smith Cooper (1967):

استخلص كوبر سميث Cooper Smith نظريته لتفسير تقدير الذات من خلال دراسته لتقدير الذات عند الأطفال ما قبل التمدرس والمستوى الثانوي، وقد ميز بين نوعين، من تقدير الذات، تقدير الذات الحقيقي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة، وتقدير الذات الدفاعي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم ليسوا ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف، يمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين. وقد ركز كذلك على الخصائص العملية التي تتضح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بتقدير الذات وهي النجاحات، القيم، الطموحات، والدفاعات. ويذهب كوبر سميث إلى أنه بالرغم من عدم قدرة الأفراد على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات باستخلاصه أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب ولثة علينا أن نستفيد منه جميعا لتغيير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم. ويؤكد أيضا بأهمية تجنب الافتراضات الغير ضرورية، كما أشار سميث في كتاباته ودراساته إلى أن جذور تقدير الذات تكمن في عاملين رئيسيين هما:

أولاً: مدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوي الأهمية في حياته وهم يختلفون من مرحلة لأخرى باختلاف مراحل الحياة فقد يكون الوالدان ورفاق المرحلة بين ذوي المكانة والتميز أو الأصدقاء.

ثانياً: تاريخ الفرد في نجاح بما في ذلك الأسس الموضوعية لهذا النجاح أو الفشل. (سني أحمد، 2015، ص 43)

4. نظرية روزنبارغ Rosenberg:

تدور أعمال روزنبارغ Rosenberg حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به. وقد اهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، وأوضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته وقيمتها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها، وقد اهتم "روزنبارغ" بتقييم المراهقين لذواتهم ووضع دائرة اهتمامه بعد ذلك بحيث شمل الديناميات تطور صورة الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة. واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات والذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد مستقبلاً، والمنهج الذي استخدمه "روزنبارغ" هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك، واعتبر "روزنبارغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه. وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاه نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخبرها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاه لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو موضوعات الأخرى، لو كانت أشياء بسيطة يود واستخدامها ولكنه فيما بعد عاد واعترف بأن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى. (لقوي دليلة، 2016، ص 67)

5. نظرية ماسلو Maslow :

رأى "ماسلو" أن الأفراد الذين يسعون لتحقيق ذواتهم، جميعاً بدون استثناء منغمرين أو منمكين في عمل ما، ومخلصين له، ويعتبر هذا العمل بالنسبة لهم ذا قيمة نفسية، لا بحد ذاته شيء عظيم. فمثل هؤلاء الأفراد يسعون لتحقيق المثل العليا، كالخير، الحقيقة، النظام، الجمال، العدالة..... إلخ، والتي تعد لهم قيم حياتية هامة. ويوجد في تحقيق الذات ما يسمى عملية الاختبار الدائم، فالإنسان حسب رأي "ماسلو" مخير في مصيره وتقريره أيضاً، كما أنه فاعل ومنفعل، أي أنه ليس سلبياً، بل وإيجابياً، يؤثر ويتأثر فهو في حركة دائمة نحو الأمام، يسعى نحو التخلص من المعوقات التي تعترضه في سير حياته ولا يستطيع التعبير عن نفسها إلا بعد أن يتحرر الإنسان من سيطرة الحاجات الدنيا.

وقد اهتم "ماسلو" بنوعين من الحوافز أو الحاجات هما:

1. حوافز النمو

2. حوافز الحرمان

وهي تميز النوع الأول بالاندفاع نحو تحقيق القدرات الكامنة لدى الفرد، بينما يعمل والنوع الثاني على المحافظة على الحياة فقط. ويمكن تصنيف حوافز الحرمان بشكل متسلسل في ما يسمى بهرم الحاجات الذي يبدأ بالحاجات الفيزيولوجية اللازمة لإشباع الأنسجة وهي الماء والطعام والنوم، على أن يتبع ذلك الحاجات الأخرى مثل الحاجة للشعور بالأمان والتي تبدو في شكل رغبة في التخلص من الألم وطلب الراحة والحاجة إلى وجود مسكن كماوى والحاجة إلى النظافة، وغيرها.... . وعندما يتم إرضاء تلك الحاجات الأساسية تبدأ الحاجة إلى الانتماء في الظهور على شكل رغبة في الشعور بالحب والصحة، ثم تتبعها بالتدرج الحاجة إلى التقدير الذاتي وتقدير الآخرين.

ومما يلاحظ أن إرضاء حوافز الحرمان (الحاجات الدنيا) يدفع حوافز النمو (حاجات النمو) إلى العمل بقوة حتى يحقق الفرد حاجاته العليا. ويؤكد "ماسلو" على أنه بمقدور الإنسان تحقيق الحاجات التالية التي تشكل هرمًا للحاجات المتدرجة بشكل فطري لدينا، وهي:

1. الشعور بالأمن.

2. الشعور بالانتماء.

2. الشعور بالحب.

4. الشعور بالإحترام.

5. الشعور بتقدير الذات.

6. تحقيق الذات. (لقوفي دليلة، 2016، ص 67)

- تحقيق الذات عند ماسلو Maslow:

- من الملاحظ أن المحقق لذاته هو شخص فاعل، وما يهمننا في هذا المجال هو: ماذا يفعل ؟

وللإجابة نقول بأنه يقوم بممارسة نشاط ما، وبعد أن يمر بالتجربة يحاول مشاركة الآخرين فيها. ويشرح لنا نظام "ماسلو" ما يحدث في مراحل التطور، فيفرق بين الشعور بالنقص في مقابلة الحاجات، وهو ما يعبر عن وجود نقص حقيقي يؤدي إلى تعطيل النمو مثل الحرمان من الحب والاهتمام أو الشعور بالأمان وهو ما يحدث في حالات التخلي عن الطفل أو رفض قبوله أو كراهية الأهل له، وبين النقص المصاحب للنمو، حيث لا يعاني الشخص من أي نقص حقيقي. وأن ما قد يبدو لنا نقصا لا يكون في الواقع سوى إشارة لرغبة الشخص في الفهم وممارسة الخبرات. ومثال ذلك السؤال الذي يوجهه الطفل لأحد أبويه: هل تحبوني ؟ ومن الواضح هنا أن الطفل لا يعاني من شعور بالحرمان من الحب أو نقص من قبل الوالدين وإنما يود أن يسمع ما يؤكد استمرار حب الوالدين له، وهو ما يساعده على استمرار النمو ومواصلة التطور. وكذلك من الملاحظ أن المحقق لذاته لا يشعر بالقلق تجاه الأشياء، ولكن يفكر فيها ويؤدي عمله بدون قلق. (لقوي دليلية، 2016، ص 63)

4- مستويات تقدير الذات:

1- تقدير الذات المرتفع:

إن الأشخاص الذين يتمتعون بتقدير مرتفع للذات يؤكدون دائما على قدراتهم وعلى جوانب قوتهم وخصائص شخصيتهم فهم أكثر ثقة بأدائهم وأحكامهم، لأنهم يستطيعون تجاوز العوامل المسببة للإخفاق من خلال الثقة بالقدرة على النجاح والتكيف مع الوضعيات الجيدة للوصول إلى الأهداف المسطرة. ويعتبر تقدير الذات المرتفع هو أكثر المستويات التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على حالة التوافق والتكيف كما يمكنه مواجهة الفشل، ويتمتعون أصحاب تقدير الذات المرتفع بمجموعة من الصفات منها:

1- النظر إلى أنفسهم نظرة واقعية تجعلهم أشخاص مقبولين في المجتمع.

2- يستطيعون تحديد نقاط قوتهم و نقاط ضعفهم.

3- لديهم قدرة كبيرة على جلب الأصدقاء و إقامة علاقات.

- 4- يشعرون بالرضا عن انجازاتهم المحققة.
 - 5- يستجيبون للتحديات و يرغبون في المحاولات الجديدة.
 - 6- يتجاوزون مع الوسط الذي يتواجدون فيه. (سني أحمد، 2015، ص 46)
- 2- تقدير الذات المنخفض:

إن الأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات يركزون على عيوبهم ونقائصهم وصفاتهم غير الجيدة وهم أكثر ميلا للتأثر بضغط الجماعة والانصياع لأرائها وأحكامها ويضعون لأنفسهم توقعات ادني من الواقع.

هذا ونجد أهم الصفات المرتبطة أو التي تميز شخصية ذوي تقدير الذات المنخفض في الصفات التالية:

- الخوف من الفشل: الخوف من خوض التجربة أو أمور جديدة وذلك تقاديا للسخرية.
- عدم الاستقلالية: وجود صعوبة في الانفصال عن آبائهم.
- الخجل: يميلون إلى جعل مسافة بينهم وبين الآخرين.
- السعي لإرضاء الآخرين: عندما يكون الشخص دائم الإرضاء للآخرين فهنا يكون تقديره مرهونا بمقدار ما يفعله الآخرين من اجله.
- الآليات الدفاعية: فهم يستعملون آليات دفاعية لمنع الآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الذي يشعرون به، فيلجؤون إلى الكذب والغش وغيرها.

وتكون استجابة الأشخاص الذين لديهم تقدير منخفض لذات لظروف الحياة بإحدى الطريقتين:

- 1- الشعور بالنقص اتجاه أنفسهم: فهم يشكون في قدراتهم، وهم يعتمدون بكثرة على الآخرين لملاحظة أعمالهم.
 - 2- الشعور بالغضب والرغبة في الانتقام: فهم يعانون من مشاكل في حياتهم مما قد يسبب لهم اضطراب نفسي عضوي وهذا من شأنه أن ينمي عندهم الرغبة في الانتقام، وهنا قد يكون للسلوك العدواني كوظيفة فاعلية لحماية الذات عن طريق خفض التوتر الناتج عن الإحباط.
- (لعزازي نسرين، 2020، ص 18)

5-العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

إن من أهم العوامل التي تلعب دورا في خفض تقدير الذات ما يلي:

1. **الأسرة :** يمكن القول بان الأسرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل شخصية الفرد باعتباره الجماعة الأولى التي يتفاعل معها الفرد منذ ولادته والأسلوب الذي يعامل به الطفل من قبل أسرته يحدد إدراكه لكيفية تقييم أسرته له وبالتالي إدراكه لذاته، وعندما يعطى الطفل حب واحترام ودعم وتقدير حقيقيين يصبح أكثر دافعية لمباشرة الجديد من الاكتشافات وأكثر قدرة على تكوين مفهوم ايجابي عن ذاته، كما سيكون أكثر قدرة على اخذ المبادرة. (حسيني سمية، 2017، ص 15)
2. **الخبرات المدرسية:** من المصادر المهمة في تشكيل مفهوم الذات الخبرات المدرسية، فالمعلم له دور كبير في تشكيل مفهوم الطفل لذاته، من خلال الطرق والأساليب التربوية الحديثة، كما أن النجاح والفشل الدراسي يؤثران في الطريقة التي ينظر بها الطلبة إلى أنفسهم، فالطلبة ذو التحصيل المرتفع من المحتمل أن يطوروا مشاعر ايجابية نحو ذواتهم و قدراتهم و العكس صحيح.
3. **صورة الجسم:** تعد صورة الجسم من العوامل الأساسية التي تؤثر في تكوين مفهوم الذات، بل إنها احد الأبعاد الأساسية في تكوين مفهوم الذات، ويلعب جسم الفرد وصفاته العضوية دورا كبيرا في تشكيل صورته عن نفسه وفكرته عن كيفية ظهوره في أعين الآخرين. (حسيني سمية، 2017، ص 15)
4. **جماعة الرفاق:** لجماعة الرفاق اثر على تنشئة الطفل والطفل يتعلم أن يعدل سلوكه مثلما ينظرون إليه، وهم يلعبون دورا مهما في تكوين مفهوم الذات عنده، ويمثل رفاق الطفل خاصة الأكبر سنا أو القائد نماذج أنماط السلوك المستحسنة اجتماعيا والملائمة لجنسه، فخلال تفاعلات الطفل الاجتماعية مع الأطفال الآخرين يبدأ الطفل في صنع أحكامه عن كيف يقارن نفسه برفقائه وهذه هب بداية تقدير الذات، وتتأثر اتجاهات المرء نحو ذاته بالاتجاهات التي يبديها الآخرون نحوه منذ الطفولة المبكرة ويتوقف تقبل الطفل لذاته على تقبل الآخرين له.

5. **اللغة والبيئة العقلية:** اللغة والبيئة العقلية لها تأثير في تنشئة الطفل، حيث أن هناك علاقة بين اللغة والتطور الذهني، كما أن هناك علاقة بين اللغة والأفكار، إن كلاهما منها يؤثر في الآخر لذلك تعتبر اللغة من المصادر المهمة التي تؤثر في تشكيل مفهوم الذات.
6. **التغذية الراجعة:** تعتبر المصدر الآخر لتشكيل مفهوم الذات، وخاصة من ذوي الأهمية بالنسبة للطفل، كالوالدين والأقرباء والمعلمين والأقران، وقد أشار "كولي" إلى مرآة الذات، حيث يصف مفهوم الذات بأنه انعكاس لما في عيون الآخرين، فالتغذية الراجعة للطفل على كيفية الشعور نحوه لها اثر في رؤيته لنفسه، وما يقوم به من الآباء من تقبيل ومعانقة وابتسامه وكلام وما يقدمونه من تغذية وملابس كلها رسائل تجعل له قيمة من قبل الآخرين وخاصة المقربين له فالطفل يرى نفسه من خلال سلوك الآخرين له، وكلما اتسعت رقعة الطفل دخلت عناصر جديدة لها أهميتها بالنسبة للطفل كالمعلمين وأقران الدراسة. (حسيني سمية، 2017، ص 15)
7. **الخبرات النشأة الأولى للطفل:** تعتبر خبرات الطفولة من المصادر الحيوية في تشكيل مفهوم الطفل لذاته، حيث تتكون الأفكار والمشاعر والاتجاهات من خلال التنشئة الاجتماعية، وتفاعله اليومي في البيئة التي يعيش فيها، وما يتلقى من أساليب الثواب والعقاب والاتجاهات الوالدية، وخبرات الفشل والنجاح والوضع الاجتماعي والاقتصادي وللوالدين دور مهم في تكوين الذات المدركة أو الواقعية لدى الأطفال، حيث يقوم الوالدين من خلال عمليتي الثواب والعقاب بإبقاء السلوك المرغوب والمقبول اجتماعيا واستبعاد غير المرغوب فيه، كما يساهم الوالدان في تشكيل الذات المثالية لدى الأطفال، لذلك فان الطفل يقوم بتمثيل المعايير والقيم الخلقية التي يوجهه والده بالالتزام بها وإتباعها. (حسيني سمية، 2017، ص 16)

6- أقسام تقدير الذات:

يقسم علم النفس تقدير الذات إلى قسمين:

- 1- **تقدير الذات المكتسب :** هو التقدير الذاتي الذي يكتسبه الشخص خلال انجازاته فيحصل على الرضا بقدر ما أدى من نجاحات فهنا بناء تقدير الذات على ما يحصله من انجازات.
- 2- **تقدير الذات الشامل:** يعود إلى الحس العام للافتخار بالذات، فليس مبني على مهارات محددة أو انجازات معينة فهو يعني أن الأشخاص الذين أخفقوا في حياتهم العملية لا يزالون ينعمون بدفع التقدير الذاتي العام، حتى وان غلق في وجوههم باب الاكتساب والاختلاف الأساسي

بين المكتسب والشامل يكمن في التحصيل والانجاز الأكاديمي، ففكرة التقدير الذاتي المكتسب تقول أن: الانجاز يأتي أولاً ثم يتبعه التقدير الذاتي، بينما الشامل والتي عي اعم من حيث المدارس تقول أن التقدير الذاتي يكون أولاً ثم يتبعه التحصيل والانجاز. (لعزاي نسرين، 2020، ص 20)

7- السمات العامة لذوي تقدير الذات (المرتفع، المنخفض):

1. السمات العامة لذوي تقدير الذات المرتفع:

أما ما يميز ذوي تقدير الذات المرتفع:

- سرعة الاندماج والانتماء.
- الكفاية الذاتية.
- الشعور بالقيمة الذاتية.
- القدرة على مواجهة التحدي.
- القدرة على السيطرة على أنفسهم والتحكم في حياتهم.
- أكثر إنتاجية.
- السعادة والرضا بحياتهم.
- القوة والتحكم في المشاعر.
- الاستعداد الدائم والمستمر للتحديات.

2. السمات العامة لذوي التقدير المنخفض:

من ابرز ما يميز سمات منخفضة تقدير الذات ما يلي:

- احتقار الذات.
- الشعور الدائم بالذنب، حتى ولو كان سبب هذا الشعور هو ارتكاب الخطأ.
- الاعتذار المستمر عن كل شيء.
- الاعتقاد بعدم الاستحقاق لهاته المكانة أو العمل وإن كان الآخرون يرون عكس ذلك.
- عدم الشعور بالكفاية في الأدوار والوظائف.
- الميل إلى سحب أو تعديل رأيهم خوفا من سخرية ورفض الآخرين.

- الشعور بالغربة عن العالم.
- التشاؤم.

- الانكماش والانكفاء على النفس. (سني احمد، 2015، ص 48)

8-العوامل التي تساعد في نمو تقدير الذات حسب "كوبر سميث":

رغم أن هناك الكثيرين من تناولوا العوامل التي تؤثر في تقدير الذات أمثال "روزنبارغ" و"زيلر" وغيرهم إلا أن "كوبر سميث" انفرد في تحديد العوامل التي تساعد في نمو تقدير الذات وحصرها فيما يلي:

- مدى تحقيق طموح الفرد في الجوانب التي يعتبرها هامة، مع العلم أن النجاح والنفوذ لا يدرك مباشرة ولكنه يدرك من خلال مصفاة في ضوء الأهداف الخاصة والقيم الشخصية.
- كيفية تفاعل الفرد مع المواقف التي يتعرض فيها للتقليل من قيمته، فبعض الأشخاص قد يخفون ويحورون ويكتبون تماما أي تصرفات تشير إلى التقليل من قيمتهم من قبل الآخرين أو نتيجة فشلهم السابق، حيث تخفف القدرة على الدفاع عن تقدير الذات من شعور بالقلق وتساعد في الحفاظ على توازنه الشخصي.

وميز "كوبر سميث" بين نوعين من تقدير الذات:

- تقدير الذات الحقيقي ويوجد لدى الأفراد الذين يشعرون بأنهم ذو قيمة.
- تقدير الذات الدفاعي ويوجد لدى الأفراد الذين لا يقدر ولا يشعرون بقيمة أنفسهم أو عند الذين يشعرون بأن ليس لهم قيمة. (سني احمد، 2015، ص 49)

9-الآثار المترتبة من تدني تقدير الذات:

إذا لم تلق الآثار السلبية لتدني تقدير الذات الرعاية اللازمة والإرشاد والتكفل النفسي لها فإنها من المتوقع أن يتفاقم العرض ليتحول إلى نمط شخصية شاذة، وفيما يلي سيتم التطرق لأنواع الشخصيات التي يخلفها سوء أو انخفاض تقدير الذات:

- الشخصية الغير سوية: إن الشخص الذي يتميز بانخفاض لتقدير الذات يتميز بالعجز عن مواجهة مشكلاته، وهذا ما يفاقم من توتره. ولقد أكد "Erik Fromm" وجود ارتباط بين درجة

تقدير الشخص لذاته ومشاعره نحو الآخرين مما يولد انخفاضا في تقدير الذات والذي يعطي شكلا من أشكال العصاب، كما يتصف ذو التقدير المنخفض بالعجز والإحساس بالدونية واضطراب الشخصية.

لقد أكد العديد من المنظرين في مجال الصحة النفسية على أهمية تقدير الذات في حياة الأفراد. حيث لاحظ "روجرز" بعد فترة زمنية معينة هذه العلاقة الوظيفية لدى العديد من مرضاه. كما لاحظ أن الأفراد يظهرون تقبلا كبيرا للآخرين، مما أدى به إلى التأكيد على أهمية تقدير الذات باعتباره حاجة أساسية في تحقيق الصحة النفسية للأفراد.

- الشخصية الاكتئابية: حسب مقاربة "Bek" 1967 فإن الاكتئاب يلخص في ثلاثة خصائص وهي النظرة السالبة إلى الذات والشعور بعدم القيمة. ويبدو العالم في نظر الشخص المكتئب خاليا من السعادة والإشباع و تنعكس الاعتمادية الزائدة عندما ينظر الفرد المكتئب إلى نفسه على انه عاجز وغير قادر على مواجهة الصعاب. كما تختلف أعراض الاكتئاب عند منخفضي تقدير الذات، فبعضهم يظهر معهم على شكل أحاسيس قاسية من اللوم خاصة في فترات الحزن والحداد، والبعض الآخر تكون الأعراض المرضية مصحوبة ب: التأنيب المستمر للذات، مشاعر الذنب المبالغ فيها، اليأس، الأرق، فقدان الشهية، والبكاء المتكرر وانعدام الثقة في النفس. وعندما يضعف تقدير الذات عند الفرد ينشأ لديه اكتئاب مما يسبب ضعف النشاط وتقلص العلاقات الاجتماعية ويحكم الشخص على ذاته بخيبة أمل وعجز. (نفس المرجع، 2015، ص 55)

- السعي لإرضاء الآخرين: حينما يسعى الشخص لإرضاء الآخرين فعندئذ يكون تقديره لذاته مرهونا بمقدار ما يفعله من اجل غيره وربما يعتقد انه عن طريق إشباع حاجات الغير، يمكنه الحصول على مودة وتقدير الآخرين له وبالتالي يحقق الحماية لنفسه ويتجنب التخلي عنه، وفي الحقيقة هي معادلة مغلوطة إلى ابعد حد، فإن الرغبة في إسعاد الناس تلحق الضرر به لأنه يهتم بحاجات الجميع على حساب حاجاته، ومثل هؤلاء الأشخاص يصبح كيانهم بالكامل متوقفا على فكرة أن يروا أنفسهم من خلال رؤية الآخرين لهم. حينئذ سيتعرضون للاستغلال لأنهم جعلوا أنفسهم مسؤولين عن راحة وسعادة الآخرين. (سني احمد، 2015، ص 55)

10- تقدير الذات لدى المراهق:

تقدير الذات احد الجوانب المفهوم الأوسع والأقدم وهو مفهوم الذات أو هو على الأصح احد مشتقات هذا المفهوم، ويشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير المرء لذاته وشعوره بجدارته وكفايته ومع بداية البلوغ فان معظم المراهقين يبدؤون في إعادة تقييم أنفسهم ويقارنون بنائهم الجسمي ومعلوماتهم ومهاراتهم ومواهبهم مع تلك الصفات التي يمتلكها أقرانهم وعند الآخرين الذين يعجبون بهم وكلما تقدم النمو يحاول المراهقون أن يسدوا الثغرة من بين الذات المدركة والذات المثالية.

وتوضح نتائج الدراسات التي تمت حول تقدير الذات لدى المراهقين أن المراهقين ذوي التقدير المنخفض للذات يكون من تأثرهم بالآخرين ويحدث ذلك فيجزا منه بسبب أنهم يريدون أن يحبهم الآخرون ويوافقون على سلوكهم ويؤيدونهم في مواقفهم، وفي جزء منه انه ينقصهم تقدير الذات اللازم لعمل القرارات الخاصة بهم، كذلك فان التقدم التحصيلي في الدراسة يتأثر بمفهوم المراهق عن نفسه وتقديره لذاته، فأصحاب المفهوم الايجابي للذات وللذين يقدرون أنفسهم تقديرا عاليا أو معقولا يحققون انجازات مدرسية أفضل من الآخرين من ذوي التقدير الذات المرتفع هو احد المفاهيم الأساسية للتوافق في مختلف مجالات الحياة، وأن تأثيرات البيئة المبكرة هي التي تخلق تقدير المرء لذاته، وهي التي تضع البذرة الأولى لمفهوم الفرد لذاته، وبالطبع فان هذه المفاهيم قابلة للتغير والتذبذب بين الارتفاع والانخفاض ولكن ما تضعه البيئة الأولى للفرد من فيما يتعلق بمفهوم الذات و تقديرها هو الأساس المتين لادراكات الفرد لنفسه وبالطبع فان التأثيرات البيئية الأولية تنحصر في الأسرة إذا فان الامتدادات الأساسية التي يبني عليها أساس تقدير الذات يأتي من الأسرة. وقد اتضح أن الأبناء الذين لديهم علاقات وثيقة مع الآباء المحبين العطفين المدعمين المتسقين في معاملاتهم وكذلك البنات اللاتي يتوحدن مع الأمهات الدافئات المحبات الراعيات والمعتدلات يميلون جميعا إلى أن يكون لديهم تقدير ذات مرتفع.

ولكي نفهم المراهق لابد لنا من دراسة مظاهر سلوكه، اخذين في الاعتبار ذلك الجانب العميق من حياته الداخلية كذات مستقلة، ومفهوم الذات من المقومات الأساسية اللازمة لفهم المراهق ليس فقط لان الذات متفاعلة مع العالم وهي مصدر السلوك، بل إنها البعد الداخلي الخفي والأكثر أهمية، حيث تقوم إحدى المهمات الإنمائية الأساسية للمراهق في سعيه الدائم لإيجاد نفسه،

وتحقيق ذاته، الأمر الذي يشير إلى عملية فهم متصاعد بصدد "من هو" أو "من سيكون" وبصدد إمكانات المراهق وتصوراته وتوقعاته وآماله.

فذات المراهق هي مركب من عدد من الحالات النفسية والانطباعية والمشاعر، وتشمل إدراك المرء لنفسه، أي انطباعاته عن جسمه، وصورته عن مظهره العضوي، وعن كل ما هو خاص ومحسوس فيه كشخص، إضافة إلى مفهوم المرء عن نفسه، أي سماته وقابليته ودوره وإمكاناته والأرضية التي يعيش فيها، تأتي ادراكات الآخرين وتقييمهم لاتجاهاته وسلوكاته، كي تتسع اتجاهات المراهق حول نفسه لتشمل مشاعره وأفكاره ومعتقداته وآرائه وقيمه.

وبالتالي تتدعم ثقته بنفسه ويتقبل ذاتيته، ويعي رغباته، وحقيقة انفعالاته، ومشاعره ويسعى دائما إلى تحسين صورته في مرآة الآخرين، وتصحيح التشوهات التي تعترتها. كما ان عملية الاختيار عند المراهق لها أهمية بالغة في وعيه لنفسه، وتحقيق ذاته كشخصية حرة مستقلة، وفاعلة، حيث تسمح له لكي يتعلم، ويعدل من اتجاهاته وأنماط سلوكه ويغير من مواقفه وقيمه، ويؤكد استقلالته الذاتية.

فملاحظات الغير تجلب انتباهه، وتوقظ قلقه، فنجده يراقب التحولات الخاصة الجسدية التي طرأت عليه، ومشغول بنفسه، جد حساس وعدواني، أو بالعكس شارد الفكر. (لقوي دليلة، 2016، ص

(67

خلاصة:

نستخلص من هذا الفصل أن الذات هي حكم الفرد عن نفسه وعن تقديره لها وإعطائها القيمة من خلال ما يمر عليه من معارف وتجارب شخصية واجتماعية فيحكم الفرد على نفسه إما أن يكون تقديره لنفسه مرتفع ذو قيمة، وإما يكون تقديره لذاته منخفض ولا يقدر ولا يفهمون أنفسهم، فمعاملة الآخر بصورة ايجابية تساعد وتولد عنده إحساس التقدير بالذات ونظرته إلى ذاته بنظرة ايجابية.

الفصل الخامس: المراهق

تمهيد

- 1- تعريف المراهقة.
- 2- نظريات المراهقة.
- 3- مراحل المراهقة.
- 4- أشكال المراهقة.
- 5- حاجات المراهقين الأساسية.
- 6- مشاكل المراهقين.
- 7- أهمية المراهقة.

خلاصة

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة، وهي فترة يتقلب فيها مزاج الإنسان ويتغير، تحدث فيها مجموعة من التغيرات الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية والبيولوجية، وكذلك فيها شخصية الفرد وتتحدد ميوله ورغباته.

ونظرا لأهمية هذه المرحلة سنقوم في هذا الفصل نذكر بعض تعاريف الخاصة بالمراهقة والتطرق إلى النظريات التي اهتمت بهذه المرحلة، ومراحلها، وأشكالها، بالإضافة إلى مشاكلها وأهم حاجيات المراهق.

1. تعريف المراهقة:

إن كلمة مراهقة Adolescence في اللغة اللاتينية مشتقة من الفعل اللاتيني Adollescere ومعناها التدرج نحو النضج الجنسي والانفعالي والعقلي. (خليل ميكائيل معوض، 2003، ص 329)

تمتد مرحلة المراهقة بين الثانية عشر والثامنة عشر تقريبا وتشمل التغيرات الجسدية والنفسية والاجتماعية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد، ويطلق علماء النفس عليها اسم "المراهقة" في حين يعتبرها الأطباء "سن البلوغ" وتتفاوت مظاهر المراهقة تبعا للجنس والبيئات المختلفة. (محمد محمود عبد الله، 2014، ص 08)

"المراهقة هي مجموعة من التغيرات النفسية والاجتماعية والجسدية التي تحصل بين نهاية الطفولة الثالثة وبين الرشد". (عبد الغني الديدي، 1995، ص 07)

عرفها كارل روجرز: "بأنها فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية وفترة تحولات نفسية عميقة". (سلمى حمدان وآخرون، 2017، ص 57)

يعرفها جيزال (1957) Gyzel : بأنها العمليات الفطرية الشاملة لنمو الفرد وتكوينه، وتتدخل فيها عوامل وراثية و مكتسبة.

أما هال ستانلي (1950) Stanley Hall : فيعرفها بأنها فترة من العمر، والتي تتميز فيه التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف و الانفعالات الحادة والتوترات العنيفة. (بلقاسم عوين، 2017، ص 329)

2. نظريات المراهقة:

1- **الإتجاه البيولوجي:** "يعتبر الباحث "ستانلي هول" من الأوائل الذين عالجوا ظاهرة المراهقة، إذ يرى بأنها مرحلة ميلاد جديدة للفرد لما تتميز به من خصائص وصفات تختلف عن مرحلة الطفولة ففي هذه المرحلة تطرأ تغيرات بيولوجية كالنضج والبلوغ واكتمال الغدد الجنسية، وتظهر تغيرات مهمة في الجانب الجسمي كزيادة الطول والوزن ونمو العضلات، وقد اعتبرها فترة عواطف وتوتر لما يمر به المراهق من صعوبات التوافق مع المواقف الجديدة. (كريمة خشوي، 2017، ص 67)

2- **الإتجاه الانثروبولوجي:** يتزعم هذا الإتجاه "بنديكت وميد" وتركز على المحددات الخارجية (المحددات الإجتماعية والثقافية والقيم المكتسبة) ومن خلال الدراسات التي قامت بها والتي حاولت توضيح ما إذا كان سلوك المراهقة سلوكاً عاماً لدى المراهقين أم إنعكاس للظروف البيئية ولخبرات معينة وقد أكدت على أن المراهقة تتكون وتتشكل بالبيئة الاجتماعية. (أحلام صنادلة، 2013، ص 39)

3- **نظرية إيريك إريكسون:** "يشير إلى أن مرحلة المراهقة تمتد من 12 إلى 18 سنة حيث عادة ما يكون المراهق يبحث عن هويته وذاته فإما أن يتمكن من تحقيقها أو يحدث له ما يسمى بالإرتباك أو خلط لأدواره. (أسماء بن يحيى، 2020، ص 48)

3. مراحل المراهقة:

يختلف علماء النفس في تحديد مرحلة المراهقة فبعضهم يتجه إلى التوسع في تحديدها، فيرون أن فترة المراهقة يمكن أن تضم إليها الفترة التي تسبق البلوغ، وهم بذلك يعتبرونها بين العاشرة والحادية والعشرون (10-21) بينما يحصرها بعض العلماء في الفترة ما بين الثالثة عشر والتاسعة عشر (13-19).

ويمكن تقسيم مرحلة المراهقة إلى المراحل التالية :

1- مرحلة ما قبل المراهقة "preadolexent" أو أحيانا ما قبل البلوغ prepubexence ويطلق على هذه المرحلة أيضا "مرحلة التحفز والمقاومة" بين سن العاشرة والثانية عشر (10-12) تقريبا، وتظهر لدى الفرد عملية التحفز تمهيدا للانتقال الى المرحلة التالية من النمو، وكذا تبدو مقاومة نفسية تبذلها الذات ضد تحفز الميول الجنسية، ومن علامات هذه المرحلة زيادة إحساس الفرد بجنسه. ونفور الفتى من الفتاة والابتعاد عنها، وكذا تجنب الفتاة للفتى، فالطفل الذي كان في المرحلة السابقة لا يجد غضاضة في اللعب مع الفتيات اللاتي في سنه أصبح يشعر بالحرج الشديد و يخشى تهكم أقرانه ورفقائه إذا ما شاهدوه يلعب مع الفتيات، حتى لا يهتم بان خشونة الرجال تنقصه، وكذلك الحال عند الفتاة التي يتزايد إحساسها ونفورها من الفتيان لتفوقهم و خشونتهم. (سلمى حمدان وآخرون، 2017، ص 63)

2- مرحلة المراهقة المبكرة **earlyadolexence** : من سن (13-16) عاما وهي تمتد منذ بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ حتى بعد البلوغ بسنة تقريبا عند استقرار التغيرات البيولوجية عند الفرد وفي هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال ويرغب دائما في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لدى الفرد إحساس بذاته و كيانه. (المرجع ، 2017، ص 64)

3- مرحلة المراهقة المتأخرة **late adolescence** : من سن (17-21) عاما وفيها يتجه الفرد محاولا أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه ويوائم بين تلك المشاعر الجديدة والظروف البيئية ليحدد موقفه من هؤلاء الناضجين، محاولا التعود على ضبط النفس، والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة، فتقل نزعاته الفردية ولكن في هذه المرحلة تتبلور مشكلته في تحديد موقفه بين عالم الكبار وتتحدد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية والاجتماعية وإزاء العمل الذي يسعى إليه.

وهناك تقسيمات أخرى لمرحلة المراهقة نظرا لاختلاف وجهات نظر العلماء والباحثين، فهناك اتفاق بينهم على أن مرحلة المراهقة لا تحدث فجأة ولا بلا موعد ولكنها مسبوقة بعملية البلوغ التي تمهد لها وللمراحل التي تليها.

ولقد قسم رمضان محمد القدافي مرحلة المراهقة إلى ثلاث مراحل هي:

1- المرحلة المبكرة : تبدأ من سن 12-13-14 تقابل المرحلة المتوسطة.

- 2- مرحلة لمراهقة الوسطى : تبدأ من سن 15-16-17 تقابل المرحلة الثانوية.
- 3- مرحلة المراهقة المتأخرة : تبدأ من سن 18-19-20-21 و تقابل المرحلة الجامعية.
- (نفس المرجع، 2017، ص 64)

4. أشكال المراهقة:

هناك عدة أشكال للمراهقة وسنتطرق في دراستنا إلى بعض منها فيما يلي:

1- المراهقة المتوافقة (المتوازنة) :

تتسم بالتوازن والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار والاتزان العاطفي كما تتميز بتوافق المراهق مع الوالدين وأسرته وبالتوافق الاجتماعي والرضا عن النفس والاعتدال في الخيالات وأحلام اليقظة ومن العوامل التي تساعد على أن تكون المراهقة مرحلة متوافقة نجد عاملين أساسيين هما:

- المعاملة الأسرية الجيدة.
- توفير جو من الثقة والصراحة والشعور بالأمن.
- نلاحظ أن المراهقة المتوافقة تتميز بتوافق المراهق مع أسرته ومع والديه وكذا مع مجتمعه، تتسم بالهدوء والاستقرار النسبي وهذا نتيجة المعاملة الوالدية السمحة والغير متسلطة وتوفر الثقة بينهم والصراحة والأمن. (سلمى حمدان وآخرون، 2017، ص 43)

2- المراهقة الانسحابية المنطوية:

هذا النوع من المراهقة يتسم بالانطواء والاكنتاب والتردد والخجل والقلق والتوتر والشعور بالنقص، كما تتميز بنقد النظم الاجتماعية والثورة على الوالدين، والاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الصراع والحرمان من الحاجات غير المشبعة، والاتجاه غالى النزعة الدينية بحثا عن الخلاص من مشاعر الذنب وهذا النوع من المراهقة تتأثر بعدة عوامل منها:

- اضطراب الجو الأسري.
- السيطرة و السلطة الوالدية.
- تركيز الأسرة على النجاح الدراسي والتفوق مما يثير قلق الأسرة، وقلق المراهقة، إضافة إلى ذلك الوالدين للوضع الخاص في الأسرة وتربيته بين إخوته. (المرجع السابق، 2017، ص44)

3- المراهقة العدوانية :

تتميز هذه المراهقة بالتمرد والثورة ضد الأسرة والمدرسة والمجتمع والانحرافات الجنسية والعدوان على الإخوة والزملاء، وكذلك العلق الزائد بالروايات والمغامرات والشعور بالظلم ونقص تقدير الذات، ولعل العوامل المؤثرة على هذا النوع من المراهقة هي:

- التربية الضاغطة الملزمة والصارمة والمتسلطة.
- تأثير الصحبة السيئة وتركيز الأسرة على النواحي الدراسية فقط وإهمالها للنشاط الترفيهي والرياضي.
- قلة الأصدقاء ونقص إشباع الحاجات والميول.
- نلاحظ في هذا النوع من المراهقة أنها تتميز بالتمرد ضد الأسرة والمدرسة والمجتمع بصفة عامة حيث يكون المراهق عدائيا مع إخوته في البيت ومع زملائه في المدرسة ويكون متعلقا بالروايات والمغامرات نجده يشعر بالنقص وأسباب ظهور هذا النوع يعود إلى التربية القاسية من طرف الوالدين وسوء معاملتهم لأبنائهم . (نفس المرجع، 2017، ص 44)

4- المراهقة المنحرفة:

يتميز هذا الشكل من المراهقة بالانحلال الخلقي التام أو الانهيار النفسي الشامل والبعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك والانحرافات الجنسية وسوء الأخلاق، تنتج هذه المراهقة نتيجة لعوامل عديدة تؤثر فيها:

- المرور بتجارب حياتية تتخللها مشاكل عويصة.
- المرور بخبرات وتجارب وصدمات عاطفية عنيفة.
- قصور الرقابة الأسرية أو تخاذلها أو ضعفها.
- القسوة في المعاملة .
- التدليل الزائد، بالإضافة إلى عوامل جسمية صحية متمثلة في اختلال في التكوين الغدد و الضعف البدني.

نلاحظ في هذا النوع من المراهقة أن الانحلال الخلقي و الانهيار النفسي و البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك و سوء الأخلاق هي التي يتميز بها المراهق، و هذا يعود إلى الأسرة بالدرجة الأولى . (سلمى حمدان و آخرون، 2017، ص45)

5. حاجات المراهقين الأساسية :

يصاحب التغيرات التي تطرأ مع البلوغ تغيرات في حاجات المراهقين، و يمكن تلخيص هذه الحاجات الإنسانية فيما يلي :

- 1- **الحاجة إلى الأمن:** تتضمن الحاجة إلى الأمن الجسدي، الصحة الجسمية، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى تجنب الخطر و الألم، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة و السعيدة، الحاجة إلى الحماية ضد الحرمان، وإشباع الدوافع، الحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.
- 2- **الحاجة إلى الحب والقبول:** تتضمن الحاجة إلى الحب و التقبل الاجتماعي، الحاجة إلى الأصدقاء، الانتماء إلى الجماعات و الحاجة إلى إسعاد الآخرين.
- 3- **الحاجة إلى مكانة الذات:** تتضمن الحاجة إلى الانتماء في جماعة الرفاق، الشعور بالعدالة في المعاملة، الحاجة إلى الامتلاك و القيادة، و كذلك الحاجات الضرورية داخل المجتمع، تتمثل في المساواة مع الزملاء.
- 4- **الحاجة إلى الإشباع الجنسي:** تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر و حبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر و الحاجة إلى التوافق الجنسي الغيري.
- 5- **الحاجة إلى تحقيق و تأكيد الذات:** تتضمن الحاجة إلى النمو و الحاجة إلى إن يصبح سويًا و عاديًا، إلى التغلب على العوائق و تأكيد الذات بدافع الحاجة إلى التقدير و المكانة و الاعتراف و الاستقلال، الاعتماد على النفس و إظهار السلطة على الغير، الرغبة في القيادة تدفع هذه الحاجة إلى تحسين الذات و السعي دائمًا إلى الانجاز و التحصيل لإحراز مكانة و قيمة اجتماعية.

6- الحاجة إلى النمو العقلي: هي الحاجة إلى التفكير و توسيع قاعدة الفكر، و السلوك و اكتساب الخبرات الجديدة، التنوع و التنظيم، العمل و النجاح، الحاجة إلى راحة العقل، الحاجة إلى التوجيه التربوي، إقامة علاقات أسرية حسنة. (طاهري احمد و آخرون، 2022، ص48)

6. مشاكل المراهقين:

تعتبر فترة المراهقة من أصعب مراحل عمر الفرد إذ قلنا أنها فترة كثرة المعاناة فيها و ما بها من مشاكل كثيرة و متعددة و هي كالأتي :

1- السلوك العدوانى : و هو سلوك يكثر بين المراهقين و يتمثل قي مظاهر كثيرة منها: التحدي، التخريب، الإهمال...الخ.

2- الانحراف : تنتشر بين المراهقين ظاهرة انحراف تتسم بالسلوك الانحرافي و العدوانى، و قد يصل الحال في بعض الأحيان إلى الجريمة، وقد يظهر في صورة الاعتداء أو الانحراف الجنسى، أو إدمان المخدرات راو إيذاء النفس و الغير...الخ، و هي تختلف حسب القدرة الإجرامية و عناصر الشخصية و حتى المحيط الحياتي للفرد و مسار المبادرة الإجرامية.

3- العناد : وهي من أهم سمات المراهقة ، و بذلك يثير المشاكل بين الناس و أيضا مشاكل في التدريس و هذا العناد يخدم المراهق بان يقلل من الشعور بالنقص و يزيد من نقطة الضمير الذي يواجه ميولا جنسية أخرى أحيانا يعجز عن ردها فتزداد مشاعر الذنب وبالتالي يشتد التوتر النفسي الذي قد يؤدي إلى ظهور أعراض نفسية، وقد تتدخل فيها المعارضة المبدئية سليمة كانت أو بالنسبة للكبار.

4- الزعامة : وهي مشكلة كبيرة من مشاكل فترة المراهقة، إذ يجب على المراهق فرض نفسه وشخصيته على أقرانه أو يلعب دور القيادة مما يسبب له متاعب عديدة.

5- الاكتئاب : يرتبط الاكتئاب في مرحلة المراهقة عادة بالفشل في الدراسة والعدوان والقلق والسلوك غير الاجتماعي و قلة العلاقات مع الآخرين و البالغة في تأثير الذات.

6- الانطواء و العزلة : الانطواء دليل على التعرض للنمو الاجتماعي ويعبر عن قصور الشخصية، فإذا لم يعالج في وقت مبكر فانه قد يستعصي العلاج فيما بعد، و يعبر الأطباء النفسانيين هذه الظاهرة من اخطر أنواع سوء التكيف، و المراهق الذي يعاني من عدم تحقيق

هدفه و يستجيب لهذا الفشل بالانسحاب و العزلة، إضافة إلى هذه المشاكل فهناك مشكلات

اجتماعية أخرى يواجهها المراهق أو المراهقة و أهم هذه المشكلات الاجتماعية ما يلي:

أ- أحلام اليقظة: التي تستغرق ساعات في بعض الأحيان تؤدي إلى العزلة و الانفراد و يحلم الفتى بالمستقبل و المال و القوة، كما يفكر في النواحي الجنسية و الحب و المال و الزواج، و قد يفصح أحيانا في محيط الأسرة عن أحلامه التي قد تؤدي إلى استهزاء الكبار و سخريتهم منه، و هذا يؤدي إلى شعوره بعدم وجود من يفهمه.

ب- صراع قيم جيل الأبناء مع جيل الآباء: الخارج مع من هو في سنه، و مشاركتهم في نشاطهم، و هذا ما يستدعي الظهور أمامهم بالمظهر اللائق و قد يتطلب المظهر اللائق زيادة المصروف اليومي الذي يكون عبئ عن الوالدين، و يكون هذا مراعاة للاحتكاك بالغير و يتطلب الاحتكاك بالأصدقاء و مشاركتهم في الجلوس في المقاهي و مصابحتهم إلى السينما و دعوتهم أحيانا إلى المنزل..... والقيام بنشاط لا يعرف عنه الآباء أي شيء و حسب وجهة نظر الآباء فان الطفل يتغير إلى الاسوأ، و أصبح الولد العاق الذي افسد أصدقاءه.

ت- البحث عن الذات و الهوية: من الأسئلة التي يحاول الشباب العثور على إجابات لها أسئلة مثل من أنا؟ و من هم أصدقائي؟ من هم أعدائي؟ ما هو مركزي؟ و ما مصدر قوتي و ما مصادر ضعفي؟ ما هو مستقبلي؟ كيف أعيش حاليا؟ لمن انتمي؟ ما هو دوري في الحياة؟..... إذا لم يجد المراهق إجابات مرضية و شافية عن هذه الأسئلة و غيرها فان سيكون في ضياع.

ث- عدم مواجهة الواقع: باللجوء إلى الخيالات و أحلام اليقظة و الانطواء، و جميعها حالات تكثر في المراهقة، كما يمكن اعتبار الكبت محاولة للهروب من الواقع و عدم مواجهته.

ج- مشكلات عاطفية: تتضمن حاجات الشباب و خاصة في فترة المراهقة إلى الإحساس بتحقيق الذات و الاستقرار الانفعالي و الحب و القبول داخل حياته الأسرية، و أن افتقاد الإحساس بالحب يؤدي إلى الشعور بالظلم و الخوف، و بالتالي صعوبة تحقيق الذات أو التكيف أو السعادة. (سلمى حمدان و آخرون، 2017، ص51-52)

7. أهمية المراهقة :

بالرغم من أن مرحلة المراهقة تعبر مرحلة مليئة بالمشاكل و الاضطرابات المختلفة التي يتعرض لها المراهق إلا أنها مرحلة هامة في حياة الفرد حيث تظهر أهميتها في :

- 1- أن المراهق في هذه الفترة يحاول التخلص من اعتماده على والديه.
- 2- يسعى إلى الاستقلالية على الرغم من حاجته الملحة للمساعدة.
- 3- يسعى إلى تحقيق ميولاته، إشباع حاجاته المختلفة وفق معايير اجتماعية معينة. (فيروز زرارقة، 2013، ص176)

خلاصة:

تعبر مرحلة المراهقة المرحلة التي ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد، فهي مرحلة للنمو والنضج والتطور من كل النواحي والجوانب سواء كانت الجسمية، الانفعالية، النفسية، العاطفية، الاجتماعية والدينية، بالإضافة إلى أن هناك قوى أخرى تحدد مسار هذا النمو تتمثل في العائلة والتواصل فيما بينها والمدرسة والبيئة الاجتماعية، والنمو العقلي للمراهق ونكائه، كلها عوامل مشتركة وتؤثر في بعضها البعض فتكون لنا شخصية المراهق، فهي فترة يحتاج فيها المراهق الكثير من الحاجات منها البحث عن هويته وتقديره لذاته والأمن، الحب والقبول....، كما تصادفه في هذه الفترة العديد من المشاكل والصراعات و الأزمات.

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, featuring large acanthus-like leaves and smaller floral motifs, framing the central text.

الجانب التطبيقي

الفصل السادس: الإجراءات المنهجية

تمهيد

1. الدراسة الاستطلاعية.
2. المنهج العلمي المعتمد.
3. عينية الدراسة.
4. أدوات الدراسة.
5. مجال البحث.
6. شروط اختيار الحالات.
7. تقديم مقياس تقدير الذات ل"كوبر سميث".
8. عرض الحالات.

خلاصة

تمهيد:

سنتطرق في الجانب الميداني إلى الكشف عن مدى تأثير التواصل بين أفراد الأسرة على تقدير الذات لدى المراهقين الذين تتراوح أعمارهم ما بين (12-17) سنة، وهذا من خلال إتباع عدة خطوات منهجية والمتمثلة في تحديد المنهج العلمي المعتمد وكذا عرض الدراسة الاستطلاعية عينة الدراسة، مكان إجراء البحث، الوسائل المستخدمة في البحث.

1- الدراسة الاستطلاعية:

بعد موافقة المجلس العلمي على موضوع دراستنا قمنا باستخراج تصريح من مديرية التربية لولاية عين تموشنت، ومن ثم ذهبنا إلى المؤسسات التربوية (الثانوية وكذا المتوسطة) وهناك تم استقبالنا من طرف مديري المؤسسات التربوية، وتم الترحيب بنا وعرض علينا المساعدة، وتم توجيهنا إلى المشرفة التربوية الموجودة في الثانوية والمتوسطة وهي بدورها تمت توجيهنا إلى التلاميذ المعنيين بالدراسة (حسب الحالات التي كنا نحتاجها).

وقد تم تحديد مواعيد والتنسيق بينا وبين الحالات من أجل إجراء المقابلات العيادية.

2- المنهج العلمي المعتمد:

اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج العيادي الذي يعرفه "أندر راي André rey" عن أنه تقنية منظمة لخدمة المشكل الذي يطرحه الفرد، فالأمر يتعلق بفهم وشرح الحالة النفسية والسير النفسي للفرد. (André rey، 1979)

وهو المنهج الذي يتلاءم مع موضوع بحثنا الذي يسمح بالملاحظة، إذ يهتم الفاحص بفرد معين وكل ملاحظاته تركز على الحالة وهذا ما يسمى دراسة حالة الذي يقصد بها الوعاء الذي ينظم ويقيم فيه الاكلينيكي كل المعلومات أو النتائج التي يتحصل عنها الفرد. (مقدم، 1993)

3- عينة الدراسة:

تتكون عينة الدراسة من 04 مراهقين ذكر وأنثى يدرسون في المرحلة الثانوية، و ذكر وأنثى يدرسون في المرحلة المتوسطة تتراوح أعمارهم ما بين (12-17) سنة حالتين خجولتين وحالتين نشيطتين، تم اختيارهم بطريقة قصدية ممن تتوفر فيهم شروط الدراسة وحسب توجيهنا من طرف مشرفة التربية الموجودة في المؤسسات المعنية والجدول التالي يضم كل المعطيات الخاصة لكل حالة:

جدول رقم 01: يبين بيانات و سمات الحالات :

الحالات	السن	الجنس	المستوى الدراسي	السمة
1. (م-أ)	16	أنثى	أولى ثانوي	نشطة
2. (ح-إ)	17	ذكر	أولى ثانوي	خجول
3. (ب-س)	14	أنثى	أولى متوسط	منطوية
4. (ب-ع)	12	ذكر	ثانية متوسط	اجتماعي

4- أدوات الدراسة:

أ. المقابلة نصف الموجهة:

المقابلة بوصفها أداة للمهن هي حوار يتم بين القائم بالمقابلة وبين شخص يهدف الحصول على معلومات حول موضوع معين، وتتعلق خاصة بالآراء والاتجاهات والسلوكيات والمعلومات ويطلق عليها التحقيق بواسطة المقابلة فهي عبارة على أسئلة محضرة سلفا، ومن المتفق عليه أن تكون مشاركة المستجيبين إرادية.

وتتماز المقابلة عن غيرها من أدوات البحث بأنها أكثر مرونة وأنها تسمح بملاحظة المبحوث والتعمق في فهم الموقف الكلي الذي يستجيب فيه للمقابلة بحيث يستطيع الباحث أن

يشرح ما قد يكون غامضا من الأسئلة ويستطيع أن يتكاتف مع الجو الاجتماعي الذي تجري فيه المقابلة.

وتجدر الإشارة بتنوع مجالات المقابلة، إذ أنها تستخدم في البحوث الاجتماعية بوجه عام، وحتى المقابلات العلاجية من طرف الأطباء والأخصائيين النفسانيين. (خالد حامد، 2008، ص 134)

ب. دراسة الحالة:

كثير ما لا يتمكن الباحث من تقصي أسباب الظواهر التي يدرسها أو دراسة العوامل التي تؤثر فيها إذ كانت العينة التي يجمع بياناته عنها كبيرة العدد أو إذا اشتملت دراسته للمجتمع الأصلي كله أو إذا كانت المواقف التي تتعلق بهذه الظاهرة معقدة للغاية وهنا يلجأ الباحث إلى دراسة حالة أو عدد محدود من الحالات للوصول إلى صورة متكاملة عن جوانب الظاهرة موضوع الدراسة مع الأخذ بعين الاعتبار أن تكون الحالة ممثلة للمجتمع الذي يراد تعميم النتائج بالنسبة له، وليس شرطاً أن تكون الحالة المعينة فرداً من الأفراد بل يمكن أن تكون جماعة معينة، وفي هذا النوع من الدراسات يعمل الباحث على دراسة الحالة من كافة جوانبها والتعمق في دراستها للتعرف على الخصائص، ويلقى الضوء على موضوع الدراسة التعمق في البحث الذي يتجه هذا النوع من المناهج. (فاروق شوقي الدوهي، 2011، ص 275)

5- مجال البحث:

1- المجال المكاني:

قمنا بإجراء بحثنا في مؤسستين:

- المؤسسة الأولى متوسطة "هوارى بومدين" المتواجدة ببلدية "حاسي الغلة" بولاية "عين تموشنت" والتي تحتضن عدد كبير من التلاميذ من البلدية نفسها والقرى المجاورة لها.
- المؤسسة الثانية ثانوية "بن دلة علي" المتواجدة بولاية "عين تموشنت" والتي تحتضن عدد كبير من التلاميذ من الولاية فقط. وتحتوي المؤسستين على المصالح التالية:

- الإدارة: (مكتب المدير-مكتب الناظر - مكتب المقتصد و نائب المقتصد - مكتب الأمانة العامة - مكتب الأرشيف - قاعة الاجتماعات).
- الاستشارة العامة: (مكتب المستشار الرئيسي - مكتب مستشار التوجيه - مكتب الأمانة العامة).
- الجناح الطبي: (مكتب الطبيب العام - مكتب طبيب الأسنان -غرفة التمريض - الممرض والسكرتير).
- قاعة الأساتذة.
- الأقسام والمخابر.
- المطعم.
- المدرج.
- المكتبة.
- الملعب (غرفة خاصة بمعدات الرياضية - غرف تبديل ملابس الرياضة).
- غرفة معدات الصيانة.
- مكتب الاستقبال.

2-المجال الزمني:

دامت مدة إجرائنا للبحث مدة شهرين انطلقا من 02 مارس 2024 إلى 02 ماي 2024 وهذا راجع إلى المواعيد التي حددناها مع مستشار التوجيه والأخصائي النفسي نظرا لبرنامج التلاميذ حيث كانت البداية في فترة اختبارات الفصل الثاني فقمنا بتأجيل حصة المقابلة الأولى للتعرف على الحالات إلى ما بعد الاختبارات ثم تليها بعد ذلك عطلة الربيع ثم بعد ذلك أجرينا الحصة الثانية للمقابلة النصف الموجهة في الأسبوع الثاني بعد العطلة نظرا لتزامن فترة عيد الفطر مع الدخول المدرسي للفصل الثالث.

وأجرينا الحصة الثالثة والأخيرة لتطبيق المقياس في الأسبوع الأخير من فترة التبرص نظرا لفترة الفروض الخاصة بالفصل الثالث.

وهذا للأمانة العلمية واحترام أخلاقيات المهنة.

6- شروط اختيار الحالات:

عينة الخاصة بالبحث عينة قصدية تم اختيارهم عن طريق الأخصائي النفسي و مستشار التربية المتواجدين بالمؤسستين الذين قاموا بتوجيهنا إلى الحالات المراد دراستها، و لاختيار أفراد العينة تم الاعتماد على الشروط و المعايير التالية :

1. أن يكون الحالة في عمر المراهقة.
2. أن يكون الحالة خجول أو منطوي، أو منعزل اجتماعيا (في حالة تقدير الذات المنخفض).
3. أن يكون الحالة نشيط و نجيب، متفاعل اجتماعيا، ثقته بنفسه عالية (في حالة تقدير الذات المرتفع).

7- تقديم مقياس تقدير الذات "كوبر سميث":

هو مقياس أمريكي الأصل صمم من طرف الباحث كوبر سميت سنة 1976 لقياس الاتجاه نحو الذات في المجالات الاجتماعية، الأكاديمية، العائلية والشخصية، يستخدم هذا المقياس في تقدير الشخصي لنفسه بطريقة ذاتية أي كما يرى نفسه وكيف يرونها الآخرون.

ولقد كانت مقاييسه في الأول تحمل طابع عام ولم تحدد السلوك في المواقف حسب الأشخاص والأعمار لهذا كانت لحاجة ماسة لبناء مقاييس ثابتة وصادقة لقياس تقدير الذات ومنها ظهرت 03 مقاييس هي:

- مقياس الصورة القصيرة الخاصة بالمدرسة (08-14) سنة
- مقياس الصورة الخاصة بالمدرسة (08-14) سنة
- مقياس الصورة الخاصة بالكبير 16 سنة فما فوق. (إلى عبد الحميد عبد الحفيظ، 1987، ص

(110)

كيفية التصحيح:

يتكون المقياس من 25 عبارة يقابل كل منها زوجان من الأقواس أسفل كلمتي "تنطبق" و "لا تنطبق" وعلى المفحوص أن يستجيب لكل عبارة بوضع علامة (x) بين قوسين.

يتضمن المقياس 09 عبارات موجبة إذا أجاب عنها المفحوص بـ "تنطبق" يعطي درجة على كل منها أما إذا أجاب بـ "لا تنطبق" فإنه تعطي درجة كل منها وإذا أجاب بـ "لا تنطبق" فلا تعطي درجات كما يتضمن المقياس 16 عبارة سالبة إذا أجاب عنها المفحوص بـ "لا تنطبق" فإنه تعطي درجة على كل منها، وإذا أجاب بـ "تنطبق" لا تعطي درجة وأقصى درجة يمكن الحصول عليها في الاختبار هي (25) وأقل درجة هي (0) وتحسب درجة الفرد في هذا المقياس من مجموع درجات العبارات التي تدل على اتجاه تقدير مرتفع أو منخفض.

يمكن تطبيق المقياس فردياً أو جماعياً في مدة زمنية غير محدودة علماً أن الأفراد العاديين يستطيعون الانتهاء من الإجابة في زمن يتراوح ما بين (10-18) دقيقة وذلك بعد إلقاء تعليمة، وهو مقياس سهل الفهم ما يجعله قابلاً للتطبيق في كل الثقافات واجب على الفاحص أثناء تطبيقه أن يتحاشى استخدام كلمة تقدير الذات حتى يضع استجابات التحيز وتستخدم الصورة القصيرة في البحوث لتوفير المال والجهد.

جدول رقم (02) يوضح العبارات الموجبة و السالبة لمقياس كوبر سميث :

العبارات الموجبة	العبارات السالبة
20-19-14-9-8-5-4-1	-18-17-16-15-13-12-11-10-7-6-3-2
	25-24-23-22-21

تعلية المقياس:

هناك مجموعة من العبارات حول نفسك أجب عنها بـ "تنطبق" أو "لا تنطبق" على كل العبارات التي تصفك كما ترى نفسك أجب عن كل عبارة بصدق فليست هناك أجوبة صحيحة أو خاطئة.

تنقيط المقياس:

يمكن الحصول على الدرجات المعيارية بإنتاج الخطوات التالية:

- درجة العبارات السالبة الصحيحة تعطي لها نقطة إذا أجاب عليها بـ "لا تنطبق"

- درجة العبارات الموجبة الصحيحة تعطى لها نقطة إذا أجاب عليها بـ "تنطبق" وللحصول على الدرجات الكلية للمقياس يتم جمع العبارات في المقياس في العدد 04 وتكون أقصى درجة تساوي (100). (عبد الفتاح مرسى، أحمد وأحمد الدسوقي، 1981، ص 25) مستويات تقدير الذات لمقياس كوبر سميث:

جدول رقم (03): مستويات تقدير الذات لمقياس كوبر سميث

الدرجة	مستويات تقدير الذات
[40-20]	تقدير الذات منخفض
]60-41]	تقدير الذات متوسط
]80-61]	تقدير الذات مرتفع

ثبات وصدق المقياس: لقد تم التأكد من صدق وثبات مقياس تقدير الذات من طرف العديد من الباحثين الذين استعملوه في البيئتين العربية والأجنبية.

ثبات مقياس تقدير الذات / صدق مقياس تقدير الذات / الأساليب الإحصائية.

الجدول رقم (04) يبين المقاييس الفرعية لمقياس كوبر سميث :

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
12	-19-18-15-13-12-10-7-4-3-1 .25-24	الذات العامة
04	.21-14-8-5	الذات الاجتماعية

06	.22-20-16-11-9-6	الذات العائلية (المنزل و الوالدين)
02	23-17-2	العمل والرفاق (المحيط)

8- عرض الحالات:

الحالة الأولى:

تقديم الحالة (أ):

الاسم: (ح.أ)

السن: 17 سنة

الجنس: أنثى

عدد الأخوة: واحد من جانب الأم والأب و 9 من جانب الأب فقط

الوالدين كبيرين في السن: الأب 73 سنة، الأم 42 سنة (فارق العمر كبير بينهما)

المستوى الدراسي: الأولى ثانوي شعبة علوم تجريبية

الهوايات: الخياطة والطرز

الهيئة الخارجية للحالة: مرتبة

عمل الوالدين: الأب متقاعد والأم مأكثة في البيت.

المستوى الاقتصادي: متوسط

جدول المقابلات رقم 01 للحالة (أ) :

المقابلات	التاريخ	المدة	الهدف من المقابلة
الأولى	2024/03/04	30 دقيقة	جمع البيانات الأولية للحالة
الثانية	2024/04/16	45 دقيقة	التعرف على التاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة
الثالثة	2024/04/23	45 دقيقة	التعرف على العلاقة الأسرية و الاجتماعية للحالة
الرابعة	2024/04/25	45 دقيقة	التعرف على العلاقة الاجتماعية و الحياة الدراسية للحالة
الخامسة	2024/05/02	45 دقيقة	تطبيق مقياس "كوبر سميث" على الحالة

التاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة:

الحالة (ح. أ) أنثي تبلغ من العمر 17 سنة تدرس سنة أولى ثانوي شعبة العلوم التجريبية نتائجها الدراسية جيدة جدا في جميع مراحلها الدراسية (الابتدائية - متوسطة) تتميز بالثقة العالية والكلام الموزون والفصاحة في الكلام، تحتل المرتبة الأولى في أسرتها من جانب الأم والأب والعاشر من جانب الأب فقط، تعيش مع أسترها متوسطة الدخل لكن ذو مستوى تعليمي (الأب كان يعمل في المستشفى) والأم متحصلة على شهادة البكالوريا، تعيش الأسرة في مسكن فردي لائق غير أجير ذو 05 غرف.

العلاقات السائدة داخل الأسرة قوية ومترابطة يسودها التفاهم والتواصل خاصة في ظل وجود الأخ الصغير من جهة الأم والأب الذي يبلغ من العمر 10 سنوات يعاني من مرض التوحد.

عرض وتحليل المقابلات:

لقد تمت المقابلة مع الحالة (ح.أ) في ظروف حيثية تتلاءم مع متطلبات المقابلة العيادية بعد توفير جو من الهدوء مع الحالة في مكتب للمشرفة التربوية حيث دارت بشكل جيد حيث تجاوبت معي وأجابت على كل الأسئلة بشكل واضح، تحدثت معي بكل إيجابية وتقاؤل حتى من خلال أول مقابلة لاحظت أنها لديها ثقة في نفسها وشخصية متفائلة بالحياة واجتماعية ومحبة للناس ومحبوبة من طرف زملائها ولديها طموحات كبيرة تريد تحقيقها (تريد أن تصبح طبيبة) وأثناء حديثي معها على والديها فقد كانت متأثرة بشكل كبير بوالديها خاصة والدها الذي كان يعلق عليها أمالا كبيرة حيث كان يقول للحالة (راني باغيك تخرجي طبيبة باش داويني كي نمرض و تتهلي في خوك المريض بالتوحد).

حيث الحالة ومنذ أن كانت صغيرة كانت تلاحظ كيفية معاملة الأب للأم وكيفية التواصل بينهما فالأب كان يعامل أمها كالمملكة حيث كان يدللها ويعاملها كابنته وعند إنجابها لابنتها البكر كان تعيش في حالة سعادة قصوى (كان يقولها جبتك في كبري ونتي هي اللي ترفديني).

كان الجو العائلي يسوده الألفة والتشاور بين أفراد العائلة وهذا كله بالرغم من وجود مرض التوحد في البيت لكن لم يؤثر على العائلة بل بقيت متماسكة ومتفائلة.

الحالة سردت لي كيف كان والديها يخصصان لها ولأخيها وقت لمشاهدة التلفاز (قاتلي كنا كل يوم نتفرجو حصص وثائقية، وكل يوم في العشاء كنت نتحدث مع بابا وما على الصوالح اللي صراولي في نهاري شابين ولا مشي شابين).

عرض نتائج المقياس:

تم تطبيق المقياس على الحالة في المقابلة الثالثة، قمنا بتفسير بعض بنوده لها وقد حصلنا على النتائج التي تبين أن الحالة تقدير ذات مرتفع. (انظر جدول رقم 02: للمقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة أ).

مج x عدد البنود = درجة تقدير الذات

$$60 = 04 \times 15$$

ومنه تقدير الذات الحالة: مرتفع

تحليل ومناقشة نتائج المقياس:

من خلال النتائج التي تظهر في الجدول أعلاه وجد أن الحالة تحصلت على درجة 60 وبالتالي فتقديرها لذاتها مرتفعة وهذا بناء على النتائج المتحصل عليها في المقاييس الفرعية للاختبار، حيث لها (06) من (12) في الذات العامة وهذا يعني أن الذات العامة متوسطة المستوى، أما الذات الاجتماعية فهي مرتفعة جدا تحصلت الحالة (04) من أصل (04) وهذا يدل أن الحالة اجتماعية، أما في ما يخص المنزل والوالدين فهي كذلك متوسطة (03) من (06) أما المدرسة فقد تحصلت الحالة على (02) من أصل (03) وهي نتيجة مرتفعة.

تحليل عام للحالة ومناقشتها:

بعد المقابلة التي أجريناها مع الحالة والنتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس كوبر سميث توصلنا أنها تمتاز بتقدير مرتفع للذات وهذا من خلال انعكاس التواصل العائلي الجيد للوالدين ما أدى بالانعكاس الايجابي على الحالة من خلال حديثها وحبها للدراسة ونتائجها الدراسية الممتازة فالحالة متفائلة طموحة.

إن الحالة لديها ثقة بقدرتها كما لديها الرغبة في الحديث على إنجازاتها (حتى البسيطة منها) ولديها القدرة على مواجهة مشكلاتها، وترى أنها سوف تصبح نو شأن عظيم مستقبلا هاته الفكرة التي زرعها فيها والديها.

الحالة الثانية

تقديم الحالة(ب):

الاسم: (م.ي)

السن: 16 سنة

الجنس: ذكر

عدد الأخوة: (04) ذكور

ترتيبه في الأسرة: الأخير

المستوى الدراسي: الأولى ثانوي شعبة آداب وفلسفة

عمل الوالدين: الأب متقاعد والأم مأكثة في البيت

المستوى الاقتصادي للعائلة: متوسطة

الهوايات: لا توجد لديه هوايات

الهيئة الخارجية للحالة: غير مرتبة

جدول المقابلات رقم 03 للحالة (ب) :

المقابلات	التاريخ	المدة	الهدف من المقابلة
الأولى	2024/03/04	30 دقيقة	جمع البيانات الأولية للحالة
الثانية	2024/04/16	45 دقيقة	التعرف على التاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة
الثالثة	2024/04/23	45 دقيقة	التعرف على العلاقة الأسرية و الاجتماعية للحالة
الرابعة	2024/04/28	45 دقيقة	التعرف على العلاقة الاجتماعية و الحياة الدراسية للحالة
الخامسة	2024/05/02	45 دقيقة	تطبيق مقياس "كوبر سميث" على الحالة

التاريخ النفسي و الاجتماعي الحالة:

الحالة (م.ي) ذكر يبلغ من العمر 16 سنة بدرس الأولى ثانوي شعبة آداب وفلسفة نتائجه المدرسية ضعيفة جدا في جميع مراحلها الدراسية يعتبر الأخ الأصغر من بين إخوته الذكور، تغير الأسرة ميسورة الحال تعتبر من الدخل الأب المتوسط.

مستوى الأب الدراسي السنة الرابعة ابتدائي ومستوى الأم السادسة ابتدائي وتسكن هاته الأسرة في عمارة سكن إيجاري ذو 03 غرف.

العلاقات داخل العائلة يسودها جمود عاطفي إذ ليس هناك تواصل لفظي أو عاطفي من أفرادها فالأم والأب لا يتكلمان مع بعضها البعض إلا للضرورة وكذلك العلاقة بين الوالدين والأبناء ليس هناك تواصل (حسب ما صرحت به الحالة).

عرض وتحليل المقابلات:

لقد تمت المقابلة مع الحالة (م.ي) في ظروف جيدة في تكتب المشرفة التربوية، لكن قد لاحظت منذ الوهلة الأولى للمقابل أن الحالة جد خجولة حيث جلست على حافة الكرسي متخذة وضعية اللوائح بنفسه إذ كان من الواضح عدم ثقته بنفسه من خلال تعابير وجهه نبرة صوته، حيث حاولت في المقابلة الأولى كسب ثقته لتحفيزه على الكلام وفعلا نجحت في ذلك وبدأت الحالة بالتجاوب معي من خلال طرحي لبعض الأسئلة المتعلقة بعائلته التي كانت نتائجها أن الحالة تعيش في جو عائلي يسوده اللاتواصل بين أفراد عائلته خاصة علاقة والديه معه حيث تقول الحالة (عمري ما عنقني بابا ولا ماما ملي كنت صغير).

فالأب متسلط ومهمل والأم غير مبالية بمتطلبات أبنائها خاصة الأصغر حيث كانت تريد أنثى بدل ذكر.

أما بالنسبة للأصدقاء فالحالة لا توجد لديهما أي نوع من الصداقات فهو ليس اجتماعي كما أنه تعرض للتعنيف والإيذاء اللفظي والبدني من قبل والديه خاصة الأم وكذا التشكيك في قدراته يقول الأم له (أنت ما تعرف دير والو).

عرض نتائج المقياس:

تم تطبيق المقياس مع الحالة في المقابلة الثالثة وتم تفسير بنوده وتحصلنا على النتائج التي تبين أن الحالة لها تقدير ذات منخفض. (انظر جدول رقم 04 : يوضح للمقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة ب)

درجة تقدير الذات مج $04 \times$

$$28 = 04 \times 07$$

ومنه الحالة لديها تقدير ذات منخفضة

تحليل ومناقشة نتائج المقياس:

كانت النتائج المتحصل عليها تؤكد على وجود تقدير ذات منخفض وهذا من خلال ما استنتجناه من المقاييس الفرعية لتقدير الذات حيث تحصلت الحالة على درجة (03) من بين (12) في الذات العامة وهذا لأنها أجابت على (03) عبارات "ب تنطبق" والأسئلة الأخرى ب "لا تنطبق"، وبالتالي فذاتها العامة منخفضة وكذلك الذات العامة فهي منخفضة جدا حيث لها عبارة واحدة فقط موجبة من أصل (03) أما فيما يخص الذات المنزلية فنجد لديها (02) من أصل (06) وهي كذلك منخفضة وكذلك الذات المدرسية فهي منخفضة (01) من أصل (03) وهذا يدل أن الحالة غير مرتاحة نفسياً، لا في مدرستها ولا في أسرتها.

تحليل عام الحالة:

من خلال النتائج المستخلصة خلال المقابلة العيادية والنتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس "كوبر سميث" تبين أن الحالة تعاني من تقدير ذات منخفض بدرجة 28 وهذا راجع بعدم التواصل العائلي معه والمعاملة التي لم تتسم بالدفئ والحب والتسامح والتشجيع والتقبل والحنان لما لها من وقع ايجابي على تقديره لذاته، فكلماً مارس الأب خاصة قسوته اتجاه ابنه كلما مال هذا إلى تقييم ذاته بشكل سلبي وذلك كرد فعل لمقدار القسوة والاتواصل التي يتعرض لها المراهق، ذلك أن دور الأب كونه المسؤول الأول عن أسرته يظهر في فترة المراهقة.

الحالة الثالثة:

تقديم الحالة (ج):

الاسم: (ب . س)

السن: 14 سنة

الجنس: أنثى

عدد الإخوة: لا يوجد إخوة

الترتيب في الأسرة: الأولى

المستوى الدراسي: السنة الأولى متوسط

المستوى الاقتصادي: دون المتوسط

الهوايات: لا توجد هوايات

الهيئة الخارجية للحالة: مرتبة

- جدول المقابلات رقم 03 للحالة (ج) :

المقابلات	التاريخ	المدة	الهدف من المقابلة
الأولى	2024\03\06	30 دقيقة	جمع البيانات الأولية للحالة
الثانية	2024\04\18	45 دقيقة	التعرف على تاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة
الثالثة	2024/04/21	45 دقيقة	التعرف على العلاقة الأسرية و الاجتماعية للحالة
الرابعة	2024/04/25	45 دقيقة	التعرف على العلاقة الاجتماعية و الحياة الدراسية للحالة

الخامسة	2024/04/30	45 دقيقة	تطبيق مقياس "كوبر سميث" على الحالة
---------	------------	----------	------------------------------------

التاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة :

الحالة (ب . س) أنثى تبلغ من العمر 14 سنة تدرس بالسنة الأولى متوسط (معيدة مرتين للسنة الأولى متوسط) نتائجها الدراسية ضعيفة، تعيش الحالة مع جدتها و زوج جدتها وخالتها ذات (24) سنة، توفيت والدتها سنة 2020 بمرض سرطان الرحم، أما والدها فقد خرج من المؤسسة العقابية (السجن) حديثا، تعرفت الحالة على والدها إلا مؤخرا بحكم أنها ولدت من أم عازبة، الجدة هي من تتفق على العائلة فهي عاملة تنظيف بمركب سياحي أما زوج الجدة والخالة غير عاملين، تسكن العائلة ببيت قديم ذو 3 غرف بقرية نائية، فالحالة تعيش في وسط عائلي فقير و متدهور يسوده الجمود عاطفي، فالتواصل بين أفراد العائلة قليل جدا، حتى تواصلها مع والدها يكون في المناسبات فقط حسب ما صرحت الحالة.

عرض و تحليل المقابلات:

تمت المقابلة مع الحالة (ب . س) في ظروف جيدة داخل مكتب مستشارة التربية، وأول ما لاحظناه عن الحالة للوهلة الأولى للمقابلة أن الحالة كانت خجولة ومتوترة، كانت تجيب حسب سؤالنا فقط، وتعابير وجهها ووضعيتها جلوسها تبدي أنها مترددة وغير واثقة من نفسها وإجاباتها. لكن بعدما تحدثنا وشرحنا لها حول مثل هذه المقابلات بدأت بالتجاوب معنا وكسبنا ثقتها في التحدث بطلاقة وصرحت عما تعيشه الحالة من أوضاع داخل أسرتها حيث أنها لا يوجد من يهتم بها داخل الأسرة، لها تواصل قليل مع خالتها ، والجدة دائما ما تكون خارج المنزل، وزوج الجدة مريض يعيش منعزل في غرفته

أما بخصوص والدها فقالت أنها تعرفت عليه منذ مدة قصيرة ، وعند سؤالنا لها حول لقاءها بوالدها قالت (النهار الأول لي شفته و قاتلي جداتي أرواحي تشوفي هاذا باباك، أنا خفت منه وهربت وبقيت نبكي)

وقالت أن والدها لم يجبرها على التعرف عليه بل منحها الحرية للتعرف عليه والتحدث معه، وقالت أنها تعرفت عليه، لكل لا يتواصلون مع بعض كثيرا حيث قالت (يعيطلي منين ذاك يسقسي عليا ويقولي واش خصك، بصح أنا نحشم نطلب عليه ونقوله ما خصني والو)

الحالة لا تملك أصدقاء مقربين منها، وبخصوص نتائجها الدراسية فقد كان مستواها الدراسي متوسط في المرحلة الابتدائية أما في مرحلة المتوسطة أصبحت نتائجها ضعيفة فهي معيدة للسنة مرتين.

وحسب ما توصلنا مع الأخصائي النفسي والمستشار المتواجدين بالمتوسطة، صرحوا لنا أن الحالة تبدو خجولة ومنطوية لكنها مشاغبة داخل القسم وإنها لا تستوعب ما تعيشه غي غياب والديها والجو والتواصل العائلي.

عرض نتائج المقياس:

تم تطبيق المقياس على الحالة في المقابلة الثالثة بعرضه عليها وشرح بعض البنود التي لم تفهمها وقد توصلنا إلى النتائج التالية (انظر جدول رقم 05: يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ج)).

تحليل نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ج) :

من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات ل "كوبر سميث" تحصلت الحالة (س) على:

بالنسبة للعبارات الموجبة تحصلت على درجتين (2) من أصل (8) درجات حيث أجابت على العبارات (5،8) تنطبق ، وأجابت على العبارات (1،4،9،14،19،20) لا تنطبق.

أما بالنسبة للعبارات السالبة تحصلت الحالة على (6) درجات من أصل (17) حيث أجابت على العبارات (2،3،13،15،16،18،21،22،23،24،25) تنطبق، وأجابت على العبارات (6،7،10،11،12،17) لا تنطبق.

إن جمع الدرجات المتحصل عليها $8=6+2$ ، ثم نضرب المجموع في $4=32$ درجة.

وعليه تحصلت الحالة (س) على مستوى تقدير الذات منخفض وذلك حسب تصنيف "كوبر سميث" قدر ب 32 درجة، هذا ما أكد أن غياب الوالدين وغياب التواصل داخل العائلة خلف عنه انخفاض تقدير الذات لدى الحالة.

الحالة الرابعة:

تقديم الحالة (د):

الاسم: (ب . ع)

السن: 12 سنة

الجنس: ذكر

عدد الإخوة: أخ ذكر واحد

الترتيب في الأسرة: الأول

المستوى الدراسي: السنة الثانية متوسط

المستوى الاقتصادي: متوسط

الهوايات: المطالعة – رياضة الجيدو وكرة القدم

الهيئة الخارجية: مرتبة وجيدة.

عمل الوالدين: الأب عامل يومي، الأم ماکثة بالبيت

- جدول المقابلات رقم 04 للحالة (ج) :

المقابلات	التاريخ	المدة	الهدف من المقابلة
الأولى	2024\03\06	30 دقيقة	جمع البيانات الأولية للحالة

التعرف على التاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة	45 دقيقة	2024\04\18	الثانية
التعرف على العلاقة الأسرية والاجتماعية للحالة وإجراء مقابلة مع الأم عن طريق الصدفة	45 دقيقة 15 دقيقة للأم	2024/04/21	الثالثة
التعرف على العلاقة الأسرية و الحياة الدراسية للحالة.	45 دقيقة	2024/04/25	الرابعة
تطبيق مقياس "كوبر سميث" على الحالة	45 دقيقة	2024/04/30	الخامسة

التاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة:

الحالة (ب . ع) ذكر يبلغ من العمر 12 سنة يدرس بالسنة الثانية متوسط ،نتائجه الدراسية ممتازة منذ المرحلة الابتدائية، يعيش الحالة (ع) مع والديه (الأم و الأب) وأخوه الذي يصغره ذو (8) سنوات، يتميز بالثقة العالية وفصاحة الكلام، مرتب الهندام، محبوب من طرف زملائه وأساتذته وكذا الطاقم الإداري بالمتوسطة، يعيش في بيت عادي ذو غرفتين بمنطقة تبعد عن البلدية ب 2 كلم، علاقته مع أسرته جيدة كما صرح الحالة.

عرض وتحليل المقابلات :

يعيش الحالة مع والده ووالدته، الأب عامل يومي، والأم مائكة في البيت وتعمل بالتجارة الالكترونية، العائلة ذات مستوى معيشي متوسط، الحالة (ع) من التلاميذ النجباء في المتوسطة، ومنذ إن كان في المدرسة، كان معدله للفصل الأول 17، أما الفصل الثاني كان معدله 18، الحالة (ع) علاقته مع عائلته جيدة يسودها الترابط والتفاهم والحوار فقد قال الحالة انه عائلته يتشاورون فيما بعضهم في كل شيء (نتشاورو مع ماما وبابا حتى في واش نديرو مائكة) ، الحالة (ع) لا يحب الخروج من البيت كثيرا، يحب المطالعة، مشاهدة التلفاز، مشاهدة مباريات القدم، ممارسة

رياضة الجيدو وكرة القدم أو اللعب مع أخوه الصغير، لا يستعمل الهاتف والانترنت كثيرا، صرح لنا الحالة عند مقابلتنا له أن لديه طموح أن يصبح معلم مهندسين، أو طبيب جراح في العظام، وعند سؤالنا له عن طموحه الأول قال بأنه يريد أن يصبح معلم مهندسين لحبه الكبير للرياضيات، أما جراحة العظام، وذلك عند تعرضه لكسر في يده عندما كان صغيرا في المدرسة و وجد صعوبة في تشخيص حالة الكسر لديه حيث قال (زرنا بزاف أطباء بصح ما عرفوش يشخصو حالة الكسر لي في يدي لأنها ما بغاتش تتجبرلي)، عبد الإله لديه طموح كبير في إعالة عائلته عندما يكبر، بسبب إعاقة والده، حيث يعاني والده من إعاقة في رجله منذ صغره ما يصعب عليه المشي حيث صرح الحالة (راني باغي نقرا ونكبر و نصرف على عائلتي و نريح بابا من الخدمة لأنو ما يقدرش يخدم)، الحالة عبد الإله يمتلك صديق واحد في المتوسطة، فقد قال لنا أنه ينتمي لأصدقائه من النجباء فقط وهو لا يحب أصدقاء السوء (مانبغيش ندور مع أي أصدقاء نبغي يكونو أصدقائي قلال ومتربيين وملاح)، الحالة عبد الإله محبوب من طرف زملائه وأساتذته وكذلك الطاقم الإداري، الحالة ذو هيئة خارجية جيدة ثيابه نظيفة وجميلة، كان منذ بداية الحوار يتحدث بطلاقة وفصاحة.

ولحسن حظنا التقينا مع والدة الحالة (ع) بالصدفة في المؤسسة وطلبنا منها أن نجري معها مقابلة، وبعد موافقتها استخلصنا منها أنها أم لديها ثقة كبيرة بنفسها وواثقة من أسرتها حيث قالت (أنا دائما نتبعهم ونزرع لهم الثقة بنفسهم ونشجعهم ونحاورهم في كل شيء ونريهم على الألفة والمحبة) وقالت (ولادي نقرهم أنا و جايين يبغو يقررو كيفي غير أنا الظروف ما سمحتليش باش نكمل و دائما نحبههم في القرية و نخليهم يحلمو بالمستقبل) وقالت عن ابنها (ولدي عبد الإله من صغره عقله كبير وبأغي يعاون باباه) ومن خلال المقابلات أدركنا أن العائلة يسودها تواصل فعال ما جعل من الحالة (ع) اجتماعي ومقدر لذاته وثقته بنفسه عالية ونجيب في الدراسة أيضا.

عرض نتائج المقياس:

تم تطبيق المقياس على الحالة في المقابلة الثالثة بعرضه عليها و قد توصلنا إلى النتائج التالية (انظر جدول رقم 07: يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (د)).

تحليل نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ج) :

من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات ل "كوبر سميث" تحصلت الحالة (ع) على :

بالنسبة للعبارة الموجبة تحصلت على (6) درجات من أصل (8) درجات حيث أجابت على العبارات (1،4،5،8،9،20) تنطبق، وأجابت على العبارات (14،19) لا تنطبق.

أما بالنسبة للعبارة السالبة تحصلت الحالة على (13) درجة من أصل (17) حيث أجابت على العبارات (2،11،15،22،23) تنطبق، وأجابت على العبارات (3،6،7،10،12،13،16،17،18،21،25) لا تنطبق.

إن جمع الدرجات المتحصل عليها $19 = 13 + 6$ ، ثم نضرب المجموع في $4 = 76$ درجة.

وعليه تحصلت الحالة (س) على مستوى تقدير الذات مرتفع وذلك حسب تصنيف "كوبر سميث" قدر ب 76 درجة، هذا ما يؤكد أن أهمية وجود التواصل الفعال داخل العائلة يرفع من تقدير الذات لدى أبنائها.

الفصل السابع: عرض ومناقشة النتائج

1. عرض وتحليل النتائج و تفسيرها.
2. عرض ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة
3. نتائج الدراسة

انطلاقاً من فرضيات دراستنا و الدراسات السابقة التي تناولت بعض من متغيرات دراستنا و من خلال إتباعنا للمنهج العيادي و بالاعتماد على المقابلات النصف الموجهة مع الحالات و بتطبيق مقياس "كوبر سميث" على 04 حالات ، و ذلك بهدف معرفة كيف يؤثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق و لمعرفة ذلك قمنا بالدراسة انطلاقاً من الفرضيات التالية :

- التذكير بالفرضيات :

الفرضية العامة :

- قد يؤثر التواصل بين أفراد العائلة على تقدير الذات عند المراهق.

الفرضيات الجزئية :

- قد يوجد اثر بين التواصل العائلي و تقدير الذات عند المراهق (ذكر - أنثى).

1. عرض و تحليل النتائج و تفسيرها:

من خلال تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في دراسة الحالة، المقابلة النصف موجهة ، و مقياس "كوبر سميث" توصلنا إلى النتائج التالية:

تحصلت الحالة (أ) على 60 درجة من خلال تطبيق مقياس "كوبر سميث" (انظر جدول رقم 01 لنتائج مقياس تقدير الذات ل "كوبر سميث") و بالتالي تقديرها لذاتها مرتفع ، و هذا ما أظهرته أيضاً النتائج المتحصل عليها في المقاييس الفرعية للمقياس ، حيث تحصلت على (06) درجات من أصل (12) في الذات العامة و هذا ما يدل على أن الذات العامة للحالة متوسطة المستوى، نظراً لكبر سن والد الحالة و وجود اضطراب طيف التوحد عند أخيها ، أما الذات الاجتماعية فهي مرتفعة حيث تحصلت الحالة على (04) من أصل (04) ، ما يعود إلى الدعم الذي تتحصل عليه من طرف محيطها الاجتماعي.

كما تحصلت في الذات العائلية على (04) من أصل (06) و هي درجة متوسطة ، ما يدل على الدعم العائلي من طرف والديها، أما بخصوص العمل و الرفاق (المحيط) فقد تحصلت على (02) من أصل (03) و هذا الارتفاع راجع إلى كفاءتها في كسب العلاقات و محبة كسب ثقة الآخرين (حسب الجدول رقم 02 للمقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث").

أما فيما يخص الحالة (ب) فمن خلال تطبيق مقياس "كوبر سميث" (انظر جدول رقم 03 لنتائج مقياس تقدير الذات ل "كوبر سميث") تحصلت على تحصيلت على 36 درجة وبالتالي فتقديرها لذاتها منخفض فالحالة لها (05) درجات من أصل (12) في الذات العامة وهذا ما يدل أن الذات العامة منخفضة المستوى نظرا لتهميشه من طرف محيطه الاجتماعي والعائلي منذ الطفولة . أما الذات الاجتماعية فقد تحصلت على (01) درجة من أصل (03) وهي مستوى منخفض نظرا لانعدام التواصل مع أصدقائه فهو ليس اجتماعي بل انطوائي. أما الذات العائلية فقد تحصلت الحالة على (05) درجة من أصل (06) وهي كذلك منخفضة جدا وهذا يعود لسوء المعاملة من طرف الوالدين (الأم و الأب). أما بخصوص العمل والرفاق فالحالة تحصلت على 1 درجة من أصل 3 وهذا راجع أن الحالة غير مرتاحة نفسيا لا في أسرته ولا في المدرسة (حسب الجدول رقم 04 للمقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث").

من خلال تطبيق المقياس (انظر جدول رقم 05 لنتائج مقياس تقدير الذات ل "كوبر سميث") للحالة (ج) تحصلنا على درجة تقدر ب (32) و التي تعبر حسب سلم المقياس بتقدير ذات منخفض، حيث كانت أدنى الدرجات المحصل عليها هي ما يتعلق بتقدير الذات العمل و الرفاق إذ تحصلت على درجة واحدة (01) من أصل (03) درجات و الذات الاجتماعية تحصلت على (02) من أصل (04) و هذا الانخفاض راجع إلى الشعور بالعجز و الانطواء و هذا ما أبدته من خلال إجابتها بأنها لا تملك أصدقاء و لا تملك علاقات مع الآخرين.

أما على مستوى الذات العائلية تم التحصل على درجتين (02) من أصل (06) و هذا ما يمكن اعتباره مستوى منخفض كونها لا تملك والدين و مهمشة و لا تشعر بالاهتمام من طرف عائلتها. و كما نجد انخفاض على مستوى الذات العامة فقد تحصلت على (03) درجات من (09) و هذا ما ظهر في تدني تقدير الذات لديها و صعوبة اتخاذ القرارات الذاتية و الاستسلام بسهولة وانعدام الثقة (حسب الجدول رقم 06 للمقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث").

و في الأخير و بخصوص الحالة (د) و من خلال تطبيق المقياس عليها تحصلنا على درجة (76) و التي تعتبر حسب سلم المقياس بتقدير ذات مرتفع.

كانت كل الدرجات المتحصل عليها مرتفعة فيما يتعلق بتقدير الذات العمل و الرفاق و الذات الاجتماعية (03) درجات من أصل (03) و كذلك (03) درجات من أصل (04) و هذا الارتفاع يعود إلى أن الحالة شخصية اجتماعية و لديه كفاءة في كسب العلاقات مع الآخرين و محبوب من طرف أساتذته و كذا زملائه .

أما على مستوى الذات العائلية تم التحصل على (03) درجات من أصل (04) و هذا ما يمكن اعتباره مستوى مرتفع كونه لديه دعم اسري كبير.

و كما نجد ارتفاع على مستوى الذات العامة حيث تحصل على (10) درجات من أصل (12) درجة و هذا نظرا لثقته العالية بنفسه وقدرته على تولي مسؤوليته و مسؤولية عائلته مستقبلا و القدرة على حله للمشكلات و اتخاذ القرارات (حسب الجدول رقم 08 للمقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث").

2. عرض و مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات و الدراسات السابقة :

من خلال الفرضية العامة و الفرضيات الجزئية و كذا الدراسات السابق توصلنا إلى إن تقدير الذات المنخفض لدى المراهق ذو تواصل عائلي شبه منعدم تحققت مع الحالة (ب) و الحالة (ج) ، حيث تحصلوا على تقدير ذات منخفض ، فغياب التواصل العائلي اثر سلبا على تقدير الذات لدى الحالتين ، وهذا ما أكدته الدراسات السابقة دراسة "كوبر سميث Cooper smith" التي أكدت أن "آباء الأبناء من ذوي تقدير الذات المنخفض اهتماماتهم اقل نحو أبنائهم لا يستطيعون اتخاذ القرارات و من ثم يؤثر ذلك على الأبناء فينخفض مستوى تقديرهم لذواتهم".

أما التواصل العائلي الفعال له اثر ايجابي على تقدير الذات المرتفع عند المراهق و هذا ما توصلنا إليه في الحالة (ا) و الحالة (د) ، حيث تحصلوا على تقدير ذات مرتفع و هذا ما أكدته الدراسات السابقة "Demo et al" بعنوان العلاقات الأسرية و تقدير الذات عند المراهقين ، حيث هدفت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائيا في إدراك الأبناء (ذكور ، إناث) لعملية الاتصال و المشاركة من قبل الوالدين و تقدير الذات لدى هؤلاء الأبناء

وحسب دراسة "هيوستر HESTER" التي تخص متغير الجنس (ذكر ، أنثى) ، (حيث كان الهدف الرئيسي في دراسته هو البحث عن الفروق الجنسية ذات العلاقة بتطور مفهوم الذات خلال سنوات المراهقة) و توصلت نتائج دراسته إلى (انه لم يكن هناك للفروق الجنسية بين الطلبة أي اثر في تطور مفهوم الذات خلال الصفوف الثلاثة) فمن خلال النتائج التي توصلنا إليها ، توصلنا إلى أن متغير الجنس ليس له اثر في ارتفاع أو انخفاض تقدير الذات عند المراهق ما يدل على تشابه دراستنا مع نتائج الدراسة السابقة ل "هيوستر HESTER".

أما الفرضية الجزئية التي تنص على أنه " يوجد أثر بين التواصل العائلي و تقدير الذات عند المراهق" بخصوص متغير الجنس (ذكر ، أنثى) فلم تتحقق حسب نتائج الدراسة.

3- نتائج الدراسة:

من خلال هذه الدراسة توصلت النتائج العامة إلى ما يلي:

- 1- التواصل الايجابي بين أفراد العائلة يدعم تقدير الذات عند المراهق.
- 2- العلاقة بين الوالدين و الأبناء لها دور في تقدير الذات عند المراهق.
- 3- العائلة التي يسودها جو من التفاهم و الحب و التواصل يكون لدى أبنائها تقدير مرتفع.
- 4- متغير الجنس لا يلعب دورا في رفع وخفض تقدير الذات عند المراهق.

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, framing the central text. The border consists of repeating motifs of stylized leaves, flowers, and scrolls, arranged in a rectangular frame.

الخاتمة

إن التواصل بين أفراد العائلة له دور ايجابي في زيادة تقدير الذات لدى المرافق وهذا من خلال مساهمة العائلة في تكوين شخصية المرافق وتوجيهه ومعاملته بطريقة خاصة في هاته الفترة الحساسة.

وأوضحت دراستنا بان التواصل والحوار والنقاش والتفاهم بين أفراد العائلة الواحدة من أهم الأساليب التي تجعل التواصل بينهم فعال وينعكس بصفة ايجابية على المرافق بحيث يجد حريته في التعبير عن رأيه والإفصاح عن مشاكله وتعزيز ثقته بنفسه وتعليمه المهارات التي تجعل منه فردا فعالا في المجتمع.

وأخيرا نأمل أن نكون قد وفقنا في دراستنا لهذا البحث وفق منهجية علمية وإعطاء نتائج موضوعية ومقبولة.

- صعوبات البحث:

- المماثلة من بعض الإداريين داخل المؤسسات التربوية.
- تعقيد إجراءات التبرص من بعض المؤسسات التربوية.
- قبول إجراء التبرص من خلال معارف خاصة.
- فترة العطلة الربيعية و فترة الامتحانات.

-التوصيات:

- ضرورة بناء برامج إرشادية و توعوية للأسرة من خلال إتباع أسلوب تواصلية فعال للمساهمة في تحقيق تقدير الذات للأبناء .
- ضرورة بناء علاقة قوية بين الأبناء والآباء
- تعليم أسس الحوار الذي هو أفضل الطرق لتحقيق التواصل الفعال بين أفراد الأسرة الواحدة
- إجراء المزيد من الدراسات التي نهتم بالتواصل العائلي
- إجراء نزيد من الدراسات في مجال التواصل العائلي وتقدير الذات خاصة في مرحلة المراهقة
- عقد ورشات عمل التدريب الآباء و الأمهات على بعض الأساليب التي تساهم في تحسين أساليب التواصل بين أفراد العائلة وتوعيتهم بالأخطاء .

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, framing the central text. The border is composed of repeating motifs of leaves, flowers, and scrolls, creating a classic and elegant frame.

قائمة

المصادر والمراجع

❖ الكتب:

- 1- جودت عزت عبد الهادي ، الاستشراف التربوي مفاهيمه و أساليبه ، ط1 ، دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان (2006).
- 2- حسين عبد الحميد رشوان ، الأسرة و المجتمع دراسة في علم اجتماع الأسرة ، ب ط ، مؤسسة شباب الجامعة ، الإسكندرية ، (2003).
- 3- خليل ميكائيل معوض، سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، مركز الإسكندرية للكتاب، ب.ط، الإسكندرية، 2003.
- 4- رجاء محمود علام ، مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية ، ط1 ، دار النشر للجامعات (القاهرة) ، (1998)
- 5- سعيد محمد عثمان ، الاستمرار الأسري و أثره على الفرد و المجتمع ، مؤسسة شباب الجامعة ، الإسكندرية (2009).
- 6- سهير عادل العطار ، علم الاجتماع العائلي ، النسر الذهبي للطباعة ، القاهرة (2017).
- 7- السيد العاطي و آخرون ، الأسرة و المجتمع ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية (2002).
- 8- شوق أسعد محمود ، علم اجتماع العائلة ، ط1 ، دار البداية ناشرون و موزعون ، عمان (2012).
- 9- عايدة نيب عبد الله محمد، الانتماء وتقدير الذات في مرحلة الطفولة، دار الفكر، ط1، عمان، 2010.
- 10- عبد الرحمان إسماعيل صالح ، فنيات و أساليب العملية الإرشادية ، ط1 ، دار المناهج و النشر و التوزيع ، عمان (2013).

- 11- عبد الغني الديدي، التحليل النفسي للمراهقة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، ب.ط، بيروت، 1995.
- 12- عبد الله الراشدين ، علم اجتماع التربية ، ط1 ، دار الشروق النشر و التوزيع ، عمان ، (1999)
- 13- عبد النور أرزقي ، التواصل في الأسرة الجزائرية ، مجلة معارف الجزائر ، العدد السابع (2004)
- 14- غريب سيد أحمد و آخرون ، دراسات في علم الاجتماع العائلي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية (1995).
- 15- فاروق شوقي الجوهي ، أساليب و مناهج البحث في التربية و علم النفس ، ط1 ، دار الوفاء لدنيا الطباعة ، الإسكندرية ، القاهرة.
- 16- فيروز مامي زارقة، فضيلة زارقة، السلوك العدواني لدى المراهق بين التنشئة الاجتماعية وأساليب المعالجة الوالدية، دار الأيام للنشر والتوزيع، عمان، 2013.
- 17- فيروز ماميز راقه ، الأسرة و الانحراف بين النظرية و التطبيق ، ط1 ، دار الأيام للنشر و التوزيع ، عمان (2014) .
- 18- كمال زيتوني (1997) التدريس نمادجه و مهاراته ، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر ، مصر
- 19- كمال عبد الحميد زيتون ، التدريس نماذجه و مهاراته ، ط1 عالم الكتب ، القاهرة (2003).
- 20- محمد السيد عبد الرحمان، دراسات في الصحة النفسية (التوافق الزوجي، فعاليات الذات، الاضطرابات النفسية والسلوكية)، ج1، دار قباء، ب.ط، مصر، 1998.
- 21- محمد متولي قيديل و رمضان مسعد بدوي ، مهارات التواصل بين الست والمدرسة ، ط1 دار الفكر ، عمان (2004).

22- محمد محمود عبد الله، المراهقة وكيف تتعامل مع المراهقين، دار المعارف، ط1، عمان، 2014.

23- نور الدين رابص ، سر التواصل التعبير الشفوي و الكتابي ، بدون طبعة ، دار طبعة أنفو فاس (2019) ص 10 .

24- يوسف قطامي (2005) إدارة الصفوف ، الأسس السيكولوجية ، ط2 دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، عمان ، الأردن.

❖ المذكرات والرسائل:

25- أحلام صنادلة، بعض المشكلات السلوكية لدى المراهقين الأيتام، مذكرة ماستر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة المسيلة، 2013.

26- أسماء بن يحيى، الأحداث الحياتية الضاغطة وعلاقتها بالسلوك العدوانى لدى المراهق، مذكرة ماستر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة المسيلة، 2019.

27- أماني خليل محمد، تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظة غزة، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية، غزة، 2015.

28- حدواس منال، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة تيزي وزو، 2013.

29- حسيني سمية، تقدير الذات لدى التلاميذ المعيديين لمستوى السنة الرابعة متوسط، مذكرة ماستر، جامعة ورقلة، 2018.

30- حمري صارة، علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الثانوية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية، غزة، 2015.

31- زعمية منى ، الأسرة المدرسة و مسارات التعلم (العلاقة بين خطاب الوالدين و التعلّمات المدرسة للأطفال) مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي ، فن علم النفوس و علوم التربية و الأروطوفونيا ، الجزائر (2012) ، (2013).

32- سلمى حمدان، سمية بورحلي، رقية حراق، المشكلات النفسية للمراهقين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي الدراسي، مذكرة ليسانس قسم علم النفس التربوي، جامعة جيجل، 2017.

33- سني احمد، تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المسن، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة وهران 2، وهران، 2015.

34- طاهري احمد، خلف الله عابد، مستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح الخارج من السجن، مذكرة ماستر، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة تيارت، 2022.

35- فن عزة سلمى ، مهارات التواصل لدى مستشار التوجيه و الإرشاد التربوي و دورها في الجودة العلمية و الإرشادية ، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، جامعة محمد الصديق بن يحي ، جيجل (2017).

36- كريمة خشوي، الحرمان العاطفي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى المراهق المسعف، مذكرة ماستر، قسم العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة المسيلة، 2017.

37- لعزازي نسرين، تقدير الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المرأة العانس، مذكرة ماستر، جامعة المدية، 2016.

38- لقوقي دليلة، مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة دراسة حالة لمراهقين مكفولين، مذكرة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة بسكرة، 2016.

❖ المجالات:

39- بلقاسم عوين، الضغوط النفسية عند المراهق بين الوقاية والمواجهة، مجلة

الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 24، جامعة الوادي، ديسمبر 2017.

40- عبد الرحمان سيد سليمان، بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المجلة

الابتدائية في دولة قطر، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد

24، القاهرة، 1999.

41- علي عبد الحسن، حسين عبد الزهرة، التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بتقدير

الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية، مجلة القادسية، العدد 3، جامعة كربلاء،

2011.

42- المجلة الأكاديمية للأبحاث و النشر العلمي ، الإصدار الثالث ة الثلاثون ، تاريخ

الإصدار 2022/01/05 بعنوان التواصل الأسري و أثره على التحصيل الدراسي

للأبناء (دراسة مسحية على عينة من الطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة جدة من

إعداد الباحث ضيف الله سعيد هواش العامري.

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, framing the central text. The border is composed of repeating motifs of leaves, flowers, and scrolls, arranged in a rectangular frame.

الملاحق

- مقياس "كوبر سميث" لتقدير الذات

الاسم : السن : الجنس:

تعليمية :

في ما يلي مجموعة من العبارات حول نفسك ضع علامة (x) داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، اجب عن كل عبارة بصدق و ليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة.

الرقم	العبارة	تنطبق	لا تنطبق
1	لا تضايقتني الأشياء عادة		
2	أجد من الصعب عليا أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		
3	أود لو استطيت أن أغير أشياء في نفسي		
4	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي		
5	يسعد الآخرون بوجودهم معي		
6	أتضايق بسرعة في المنزل		
7	احتاج وقتا طويلا كي اعتاد على الأشياء الجديدة		
8	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		
9	تراعي عائلتي مشاعري عادة		
10	استسلم بسهولة		
11	تتوقع عائلتي من الكثير		
12	من الصعب جدا أن أضل كما أنا		
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي		
14	يتبع الناس أفكارني عادة		
15	لا اقدر نفسي حق قدرها		
16	أود كثيرا لو اترك المنزل		
17	اشعر بالضيق من عملي غالبا		
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس		
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة		
20	تفهمني عائلتي		
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني		
22	اشعر عادة ما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء		
23	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال		
24	ارغب كثيرا أن أكون شخصا آخر		
25	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا		

- عرض نتائج الجداول:

جدول رقم 01: يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (أ):

الدرجة	العبارات	الرقم
1	لا تضايقني الأشياء عادة	01
0	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	02
0	أود لو استطعت أن أغير أشياء من نفسي	03
1	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي	04
1	يسعد الآخرون بوجودهم معي	05
0	أتضايق بسرعة في المنزل	06
1	احتاج وقتا طويلا كي اعتاد على الأشياء الجديدة	07
1	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	08
1	تراعي عائلتي مشاعري عادة	09
0	استسلم بسهولة	10
1	تتوقع عائلتي من الكثير	11
0	من الصعب جدا أن أضل كما أنا	12
0	تختلط الأشياء كلها في حياتي	13
1	يتبع الناس أفكارني عادة	14
1	لا اقدر نفسي حق قدرها	15
0	أود كثيرا لو اترك المنزل	16
1	اشعر بالضيق من عملي غالبا	17
0	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	18
1	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	19
1	تقهمني عائلتي	20
1	معظم الناس محبوبون أكثر مني	21
1	اشعر عادة ما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
1	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال	23
0	ارغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24

1	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	25
16	المجموع	

جدول رقم 04 : يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (ا):

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
6	-1 -0 - 0 -0 -1 -1 -0 - 1 1 -0 -1 -0	الذات العامة
4	-1-1-1-1	الذات الاجتماعية
4	1-1-0-1-1-0	الذات العائلية (المنزل و الوالدين)
2	1-1-0	العمل والرفاق (المحيط)
16	عبارة 25	المجموع

جدول رقم 03 : يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ب):

الدرجة	العبارات	الرقم
0	لا تضايقني الأشياء عادة	01
1	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	02
1	أود لو استطعت أن أغير أشياء من نفسي	03
1	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي	04
0	يسعد الآخرون بوجودهم معي	05
0	أتضايق بسرعة في المنزل	06
0	احتاج وقتا طويلا كي اعتاد على الأشياء الجديدة	07
0	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	08
0	تراعي عائلتي مشاعري عادة	09
0	استسلم بسهولة	10
1	تتوقع عائلتي من الكثير	11
1	من الصعب جدا أن أضل كما أنا	12
1	تختلط الأشياء كلها في حياتي	13
0	يتبع الناس أفكارني عادة	14
0	لا اقدر نفسي حق قدرها	15
0	أود كثيرا لو اترك المنزل	16

0	اشعر بالضيق من عملي غالبا	17
0	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	18
0	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	19
1	تفهمني عائلتي	20
1	معظم الناس محبوبون أكثر مني	21
0	اشعر عادة ما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
0	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال	23
1	ارغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24
0	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	25
9	المجموع	

جدول رقم 04 : يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (ب):

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
5	0-1-0-0-0-1-1-0-0-1-1-0	الذات العامة
1	1-0-0-0	الذات الاجتماعية
2	0-1-0-1-0-0	الذات العائلية (المنزل و الوالدين)

1	0-0-1	العمل والرفاق (المحيط)
9	25 عبارة	المجموع

جدول رقم 05: يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (ج):

الدرجة	العبارات	الرقم
0	لا تضايقتني الأشياء عادة	01
0	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	02
0	أود لو استطعت أن أغير أشياء من نفسي	03
0	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي	04
1	يسعد الآخرون بوجودهم معي	05
1	أضايق بسرعة في المنزل	06
1	احتاج وقتاً طويلاً كي اعتاد على الأشياء الجديدة	07
1	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	08
0	تراعي عائلتي مشاعري عادة	09
1	استسلم بسهولة	10
1	تتوقع عائلتي من الكثير	11
1	من الصعب جداً أن أضل كما أنا	12
0	تختلط الأشياء كلها في حياتي	13
0	يتبع الناس أفكارني عادة	14

0	لا اقدر نفسي حق قدرها	15
0	أود كثيرا لو اترك المنزل	16
1	اشعر بالضييق من عملي غالبا	17
0	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	18
0	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	19
0	تفهمني عائلتي	20
0	معظم الناس محبوبون أكثر مني	21
0	اشعر عادة ما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
0	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال	23
0	ارغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24
0	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	25
8	المجموع	

جدول رقم 06: يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (ج):

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
3	0-0-0-0-0-0-1-1-1-0- 0-0	الذات العامة
2	0-0-1-1	الذات الاجتماعية
2	0-0-0-1-0-1	الذات العائلية (المنزل و الوالدين)
1	0-1-0	العمل والرفاق (المحيط)
8	25 عبارة	المجموع

جدول رقم 07 : يبين نتائج مقياس تقدير الذات للحالة (د):

الدرجة	العبارات	الرقم
1	لا تضايقني الأشياء عادة	01
0	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	02
0	أود لو استطعت أن أغير أشياء من نفسي	03
1	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسني	04
1	يسعد الآخرون بوجودهم معي	05
1	أضايق بسرعة في المنزل	06
1	احتاج وقتاً طويلاً كي اعتاد على الأشياء الجديدة	07
1	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	08
1	تراعي عائلتي مشاعري عادة	09
1	استسلم بسهولة	10
1	تتوقع عائلتي من الكثير	11
1	من الصعب جداً أن أضل كما أنا	12
1	تختلط الأشياء كلها في حياتي	13
0	يتبع الناس أفكارني عادة	14
1	لا اقدر نفسي حق قدرها	15

1	أود كثيرا لو اترك المنزل	16
1	اشعر بالضيق من عملي غالبا	17
1	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	18
0	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	19
1	تقهمني عائلتي	20
1	معظم الناس محبوبون أكثر مني	21
0	اشعر عادة ما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
0	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال	23
1	ارغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24
1	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	25
19	المجموع	

جدول رقم 08 : يوضح المقاييس الفرعية لمقياس "كوبر سميث" للحالة (د):

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
10	-1-0-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1 -0	الذات العامة
3	1-0-1-1	الذات الاجتماعية
3	0-1-0-1-1	الذات العائلية (المنزل و الوالدين)
3	1-1-1	العمل والرفاق (المحيط)
19	عبارة 25	المجموع