JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ
العدد العاشر
(٢١٣)-(٢٣٦)

"الثقة بالنفس عند الفتيات المراهقات في مدارس إدارة زاخو المستقلة وعلاقته ببعض المتغيرات "

الباحثة مروى ابراهيم محمد رشيد م.د. زاهد سامي محمد
فاكولتي التربية –جامعة زاخو – كوردستان – العراق
Marwa.brefkany20@gmail.com

ملخص البحث

تهدف الدراسة الى معرفة الثقة بالنفس عند الفتيات المراهقات و علاقته ببعض المتغيرات ،و قد تالف مجتمع البحث من (1718) من الفتيات المراهقات المستمرات على الدوام في مدارس ادارة زاخو المستقلة، و تم اختيار (٢٥٠) فتاة بطريقة قصدية لمراحل المراهقة وعشوائياً للمراهقات بشكل عام، وقد استخدمت الباحثة مقياس (قواسمة، والفرح، ١٩٦٦) للثقة بالنفس المؤلفة من(٢٢) فقرة ببدائل الإجابة(نادرا، أحيانا، غالبا، دائما)، وبعد استخراج الخصائص السيكومترية(الصدق الظاهري، الثبات بطريقة اعادة الاختبار، الاتساق الداخلي للفقرات) لها، واصبحت المقياس بشكلها النهائي مؤلفة من(٢٠) فقرة ذات بدائل الإجابة(دائما، غالباً،احياناً،نادراً، لا). و استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية المتمثلة بـ(معامل ارتباط بيرسون، ومعامل الفا كرونباخ، والاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي). وتوصلت الدراسة إلى وجود الثقة بالنفس عند الفتيات المراهقات بشكل عام، وكانت اعلى عند الفتيات لمرحلة المراهقة المتأخرة، وعدم وجود فروق في الثقة بالنفس عند الفتيات لمرحلتي(المراهقة المبكرة والمراهقة الوسطى)، وعدم وجود فرق في الثقة بالنفس بالنسبة لمتغير المدرسة(مختلطة، غير مختلطة). وعلى ضوء النتائج قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات والمقترحات للجهات المعنية.

الكلمات الدالة : الثقة، الفتيات، المراهقات ، مراحل المراهقة ،المدرسة .

Self-confidence among adolescent girls and its relationship to some variables

Marwa ibrahim mohamed rashid Zahid sami mohamed
Department of Psychology/Faculty of Education - University of Zakho - Kurdistan – Iraq
Marwa.brefkany20@gmail.com

Abstract

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

The study aims to know the self-confidence of adolescent girls and its relationship to some variables, and the research community consisted of (1718) adolescent girls who are constantly in the independent schools of Zakho administration. The researcher used a scale (Qawasma and Al Farah, 1966) for self-confidence, which consisted of (22) paragraphs with answer alternatives (rarely, sometimes, often, always). After extracting the psychometric properties (apparent honesty, stability by retest method, internal consistency of the paragraphs), the scale became in its final form consisting of (20) paragraphs with answer alternatives (always, often, sometimes, rarely, no). The researcher used the statistical methods represented by (Pearson correlation coefficient, Alpha Cronbach coefficient, t-test for one sample, t-test). The study found that there is self-confidence among adolescent girls in general, and it was higher among girls for the late adolescence stage, and there were no differences in self-confidence among girls for the two stages (early adolescence and middle adolescence), and there was no difference in self-confidence for the school variable (mixed, not mixed).). In light of the results, the researcher presented a set of recommendations and suggestions to the concerned parties.

Keywords: confidence, girls, adolescent girls, adolescence stages, school.

متمانه بخوبون لدڤ كچێن هەرزەكار و پەیوەندیا وان بهندهك بگـوران ڤـه

ڤـەكولە: **سەرپەرشت:**

مروى ابراهيم محمد رشيد **م.د.زاهد سامى محمد**

پشكا دەروناسیا گـشتی / ڤـەكولتیا پـەروەردە– زانكویا زاخو – كوردستان–العراق

Marwa.brefkany20@gmail.com

پـوختەیا ڤـەكولینێ

ئارمانجا ڤـەكولینێ زانین و دیاركرنا متمانه بخوبونێ یه لدڤ كچێن هەرزەكار و پەیوەندیا وان ب هندهك بگـوران ڤـه .هەروەسا كومەلا ڤـەكولینێ پێك هاتیه ژ(١٧١٨) كچێن هەرزەكار ئەوێن بهردەوام ل قوتابخانەیێن باژێرێ كارگێریا زاخو یا سەربەخو ، هەروەسا (٢٥٠)كچ بوون ب ئەنقەست بو قوناغێن هەرزەكاریێ ب شێوەكێ هەرهەمكی بو كچێن هەرزەكار بشیوەیەكێ گـشتی هەلبژارتبوون . ڤـەكولەرێ پـێڤـەری متمانه بخو بوونێ بكارئینایه (قواسمه،الفرح ١٩٦٦) كه پـێك دەێت ژ (٢٢)برگـان ب بگـوریێن بهرسڤـدانێ (كیم جاران، هندهك جاران ، زورجاران ،هەردەم). و پـشتی دەرئینانا ساخلەتێن وێ

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

يين سايكومەتريك و بكارئينانا (راستگۆيا بەرچاڤ، جيگرى ب ريكا دووبارەكرنا تاقيكرنێ ، ئێك دەنگيا نافخويا برگان) و ڤەكولەرێ كو پولينا ئاماری بكارئينان ئەوژى (هاوكيشا پەيوەنديا پيرسون بو دوو نمونە) ڤەكولينا t بو ئيك نمونە ، تاقيكرنا t ،ئەلفا كرونباغ . تاقيكرن گەهشتە ڤان ئەنجامان متمانە بخووبونێ بشێوەيەكێ گشتى لدەڤ ھەرزەكاران دا ھەبوو، دناڤبەرا كچێن بو قوناغين درەنگى ھەرزەكار زياتربوو ، و ھيچ جيوازيەك ل متمانە بخوبونى ڤە نەبوو دناڤبەرا كچان د ھەردوو قوناغين سەرەتايێ و ژنان دا و ئاستێ ناڤنجى ، و ھيچ جيوازيەك ل متمانە بخوبونێ بو بگورێن قوناغێن تيكەل و نە تێكەل نەبوو، ھەروەسا ل ژێر رەوشەنبيريا گەنجاندان ڤەكولەرێ كومەكا ژ راسپاردا و پێشنيارا پێشكيشى لايەنين پەيوەندى دار كرن .

پەيڤێن سەرەكى: متمانە ،كچ،كچێن ھەرزەكار،قوناغێن ھەرزەكارى، قوتابخانە

مشكلة البحث :

تتصف الشخص الواثق من نفسه إحساسه بكفاءته الجسدية والنفسية وقدرته على أداء ما يريد، و يعد أحد المكونات الرئيسية للنجاح في الحياة. في الواقع ، فالثقة بالنفس والنجاح وجهان لعملة واحدة، من خلاله يتخذ الفرد مواقف إيجابية في حياته، و وعيه بقبول الآخرين وثقتهم به، وتترك الثقة بالنفس تأثير عجيب في الآخرين، فالأشخاص الذين يثقون في أنفسهم يجذبون انتباه الآخرين بنسبة كبيرة، ويتقدمون في عملهم بسرعة، و يميلون إلى الاستكشاف والتعرض للتجارب، على عكس الأشخاص الذين ليس لديهم هذه الثقة. ويمكن للفرد أن يكتسب الثقة بالنفس عندما يتخلص من المخاوف التي تحاول تثبيط عناصر النجاح بداخله(كارول،٢٠٠٢،ص٧٨). هذه الخاصية هي العصا التي يعتمد عليها الفرد لتجميع طاقته وجهده للقيام بالعمل المطلوب سواء كان كبيرا أو صغيرا وفي كل مرة ينجح الفرد في أداء السلوك.، يعد هذا النجاح نقطة إيجابية تضاف إلى توازنه في الثقة بالنفس، فينمي كفاءته وقدرته على مواجهة المشاكل والأزمات (المشعان ، ١٩٩٩)، وهي من سمات الشخصية التي نشأتها منذ نشأة الفرد ، وتعتمد على نموه العقلي والنفسي والاجتماعي (المخزومي ، ٢٠٠١). ويصف نورمي وانوي الثقة بالنفس بأنها احترام الفرد لذات وتقديره له(هان نولا ، ماركو ، حنا، 2003 ،ص ٢٥٦)، كما يراها (السليمان ٢٠٠٠ ، ص ١٣) هي ثقة الفرد في قدرته على تحقيق أو أداء المهام الموكلة إليه . ويكشف تقرير (**منظمة الصحة العالميةWHO**) علاقة الثقة بالنفس بالصحة النفسية للفرد المعنون "توفير الصحة للمراهقين في العالم" النقاب عن أن الاكتئاب هو السبب الرئيسي للإصابة بالمرض والعجز في صفوف الفتيان والفتيات على حد سواء ممّن تتراوح أعمارهم بين ١٠ أعوام و١٩ عاماً.

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

يبدو أن معظم الجوانب الإيجابية لشخصية الفرد مثل الاستقلال وتحقيق الذات والطموح والإنجاز لا تنمو إلا مع نمو الثقة بالنفس ، لذلك جاءت الدراسة الحالية في محاولة للتعرف على الثقة بالنفس لدى المراهقات وعلاقتها ببعض المتغيرات.

اهمية البحث والحاجة إليه:

ازداد احتياج المجتمعات إلى الأفراد المتضامنين مع بعضهم، فالوحدات المتماسكة قادرون على الاندماج مع بعضهم البعض لتشكيل الوحدة الاجتماعية الكبيرة التي تأخذ قوتها التصاعدية من قوة هذا التكامل وتماسك مكوناته ، وأن أهم عنصر لتماسك الشخصية هو الثقة بالنفس (الخياط ،٢٠٠١،ص٦١) ،إنه مظهر من مظاهر الشخصية الطبيعية ومكون مهم للتكيف الفعال ، والقدرة على مواجهة حالات الطوارئ ، واتخاذ القرارات ، والاعتماد على الذات (بولص،١٩٩٤،ص٤٠٤) ، فالشخص الذي يثق بنفسه ويثق في الآخرين، ويكون أكثر اهتمامًا واستعداداً للخروج وأخذ يد الآخرين، وإنه حريص جدًا على السماح للآخرين بعرض مشاكله عليه والعطاء والأخذ معه، ويميل إلى اختيار مهام متوسطة الصعوبة (الركابي ،٢٠٠٠،ص٣). فيساعده على التخلص من القلق الذي ينشأ في حياته لأنه يجعله مدركًا لقدراته، فيضع هو نفسه في مكانه الصحيح لأنه يعرف قيمة نفسه ، وبالتالي فهو مؤشر على توافق الفرد وتمتعه بالصحة النفسية (البدراني ، ١٩٨٦ ، ص٢١). وللثقة بالنفس علاقة بالجوانب المختلفة لنمو الشخصية، كالتكيف ومفهوم الذات وتقديره، ومستوى الطموح. وقدجدت دراسة العيسى (١٩٧٣) علاقة إيجابية بين الثقة والطموح ، ووجد منصور (١٩٧٤) علاقة سلبية بين الثقة وسمة التوازن العاطفي (العزو، جينان ، ٢٠٠٠ ،ص ٤) ووجد بولص (١٩٩٤) علاقة بين الثقة والتحصيل الأكاديمي(بولص،١٩٩٤،ص٤٠٢).

ومن خصائص الثقة بالنفس أنها تثير المشاعر الإيجابية وتولد المشاعر بالحماس والفرح ويساعد على تركيز الانتباه ويزيد من المثابرة والجهد من أجل تحقيق الأهداف والنجاح الذي يساهم في بناء مفهوم إيجابي يجعل الفرد مرتاحًا وخاليًا من المخاوف وقادرًا أن ينظم البيئة وأفكاره بسرعة وبدقة وبأقل مساعدة من الآخرين مما يمكّنه من التغلب على الصعوبات والوصول إلى مستوى عالٍ من الإنجاز (العمر ، ٢٠٠٠ ،ص ٨٣-٨٨).

إن معظم الجوانب الإيجابية لشخصية الفرد تنمو من خلال التوجه نحو الاستقلال وإدراك الذات والطموح ، ولا ينمو الشعور بالإنجاز إلا مع نمو الثقة بالنفس (ابو علام ،١٩٨٧،ص ٤٥) .لذلك جاءت الدراسة الحالية كمحاولة للتعرف على الثقة بالنفس عند الطالبات المراهقات باعتبارهن تشكل

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م /١٤٤٤هـ

نسبة غير قليلة من المجتمع السكاني التي يمكن أن تكون لهن شأن في المستقبل القريب. ومن هنا تأتي أهمية الدراسة الحالية بالآتي:

1- أهمية موضوع البحث المتمثل بالثقة بالنفس التي هي عماد كفاءة شخصية الفرد وعطاءه.

2- أهمية الفئة المستهدفة (الطالبات المراهقات للمراحل الثلاثة: المبكرة والوسطى والمتأخرة)، باعتبارها مرحلة عمرية هامة تحصل فيها تغيرات نمائية كثيرة فإن لم تستوعب هذه التغيرات من قبل المربين والمربيات قد تؤثر بشكل سلبي على شخصياتهن وتزعزع من ثقتهن في أنفسهن.

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

أولاً: الثقة بالنفس عند الطالبات المراهقات بشكل عام.

ثانياً: الثقة بالنفس عند الطالبات المراهقات تبعا للمتغيرات:

أ. مراحل المراهقة(المبكرة، الوسطى، المتأخرة).

ب. نوع المدرسة(مختلطة ،غير مختلطة).

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بمايلي:

1- الحدود الموضوعية: التطبيق على الفتيات في عمر (١٣-١٤)سنة مرحلة مبكرة، و(١٥-١٦-١٧) سنة مرحلة مراهقة وسطى، و(١٨ -١٩-٢٠-٢١) سنة مرحلة مراهقة متأخرة.

2- الحدود المكانية: مدارس مرحلة الاساس واعداديات البنات من التعليم الحكومي الناطقة باللغة الكوردية للدراسة الصباحية في مركز مدينة زاخو.

3- الحدود الزمنية :ستجري الباحثة بدراستها خلال العام الدراسة ٢٠٢١-٢٠٢٢م.

تحديد مصطلحات البحث: يعرف الباحثة التعريفات التي وردت في عنوان البحث وكالآتي:

- تعريف(أبو زيد، ٢٠٢١) للثقة بالنفس: أنها سمة من سمات الشخصية تتمثل في توجه الطفل نحو ذاته ونحو الآخرين وشعوره بالسعادة م والطمأنينة وفهم قد ارته وامكاناته واستخدامها بفاعلية في مواجهة المواقف الحياتية. (ابو زيد،٢٠٢١،ص٥٧)
- تعرف الباحثة الثقة بالنفس نظرياً بأنه: ملكية شخصية يشعر بها الفرد بأنه مؤهل وقادر على مواجهة الظروف المختلفة باستخدام أقصى إمكانياته وقدراته لتحقيق أهدافه، إنه مزيج إيجابي

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

من الفكر والشعور والسلوك يشجع على النمو النفسي الطبيعي ويصل الفرد إلى المستوى المطلوب من الصحة النفسية والتكيف النفسي والاجتماعي. تلعب السمة المكتسبة من البيئة والتجارب الحياتية دورًا مهمًا في تشكيلها.

- التعريف الاجرائي للثقة بالنفس: مجموع النقاط التي حصل عليها المستفتى من خلال إجاباته على عناصر المقياس.
- تعريفات المراهقة:
- يعرف خاطر(٢٠١٦) المراهقة بأنها: فترة النمو الشامل والمتمثلة في النضج الجسدي والعقلي والنفسي والأخلاقي والاجتماعي والعاطفي ، ينتقل خلالها الفرد من الطفولة إلى البلوغ ، ويمتد من سن (١٢ إلى ٢١ عامًا).(خاطر،٢٠١٦،ص٤٤)
- تعرف الباحثة المراهقة نظرياً: على أنها فترة النمو التي تنتقل وتتراوح أعمار الطالبات خلالها بين (١٢-١٨) سنة في المدارس الإعدادية والثانوية بالمنطقة زاخو للعام الدراسي(٢٠٢١/٢٠٢٢ م).
- تعريف اجرائي : هي الفترة من عمر الانسان يتصف فيها سلوكه بالحدة و التوتر الكبير و الانفعال و العاصف .

إطار النظري

نظريات تفسر مفهوم الثقة بالنفس:

مفهوم الثقة بالنفس:

الثقة في اللغة: هي مصدر كلامك ، وثق به يثق وثاقة به ، وثق ة اي ائتمنه.

القيد هو الشيء الثابت ، وهو العهد ، وفي الأصل حبل أو رباط يشد السجين أو الحيوان..(ابن منظور ،٢٠٠٣،ص٤٤٧)

أيضًا ، يتم تعريف الثقة بالنفس على أنها اصطلاحية:

إنه وعي الفرد بكفاءته ومهارته وقدرته على التعامل بفعالية مع المواقف مختلف.(شروجر،١٩٩٠،ص٢)

أهمية الثقة بالنفس:

تتضح أهمية الثقة بالنفس من حقيقة أنه لا يمكن لأحد الاستغناء عنها ، حيث إن الثقة بالنفس منخفضة. في

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

نفسه تجده مهتزًا وعرضة للعديد من الاضطرابات ، فهو لا يثق بما لديه من المعلومات والإمكانيات . تقدير الذات هو ما يدفع الطفل للتعلم والتفوق في الأخلاق والفكر والإيمان والاستقامة والاستقامة.(ابو اسعد،٢٠٠٩،ص٩)

كما أشارت دراسة الجبالي (٢٠١٩) علي أهمية تدريب الأطفال على اتخاذ القرار في سن مبكر، وذلك ألن القرار يتطور بسرعة في مرحلة الطفولة المبكرة ، كما أكدت دراسة صفطه، هبد (2020)على أهمية دراسة المتغيرات والعوامل المؤثرة على قدرة الأطفال على اتخاذ القرار.

باختصار ، الثقة بالنفس مهمة للفرد ، حيث أن الدعم هو الذي يمنحه إحساسًا بالرضا في حالة النجاح أو بالفشل. من يثق في نفسه وقدراته لا يزال يأمل في أن ينجح ويتفوق يومًا ما.

يعتقد أسعد أن أهمية الثقة بالنفس تتجلى في النقاط التالية:

١. تحقيق التوافق النفسي.
٢. الاستمرار في اكتساب الخبرة.
٣. النجاح في العمل.
٤. حب الآخرين.
٥. مواجهة الصعوبات والمشاكل

مراحل الثقة بالنفس:

يذكر غنيم (٢٠٠٨: ص١٧) أن مراحل الثقة بالنفس هي:

مرحلة التفكير: إنه للفرد أن يفكر سمعيًا أو بصريًا أو عن طريق اللمس في المعاني التي تدل على الثقة بالنفس. تخيل نفسه على المنصة وسط حشد كبير من الناس يهتفون ويثنون عليه ويتذكرونه لصفاته الإيجابية.

مرحلة الشعور: الاستجابات العاطفية التي تنتج عن الأفكار وأقرب إلى ذلك ، فإن تغيير الاستجابات العاطفية للثقة بالنفس يكون عن طريق تغيير نمط التفكير.

مرحلة السلوك: من المعروف أن الأفكار مرتبطة بالعواطف ، وأن العواطف مرتبطة بالسلوك هناك علاقة قوية بين الجسد والعقل ، لذا فإن أي تغيير يحدث في الجسم ينتج عن تغيير في العقل ثم تغيير في المشاعر.

مرحلة القناعة: الفرد مقتنع بالسلوكيات التي تعزز الثقة بالنفس ، وبالتالي تتكرر ممارسته للشعور بها وإدراكها بالعقل وترجمتها إلى سلوك.

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

المرحلة الروحية: إنها أعلى مرحلة يصل إليها الشخص الواثق من نفسه وتتطور الثقة بالنفس. يكون الشخص عفويًا ويرافقه مشاعر اللذة والإنجاز.

طرق تنمية الثقة بالنفس:

إن مسألة تنمية الثقة بالنفس مهمة للغاية ، ولا يمكننا بناء شخصية واثقة من نفسها إنه فقط من خلال تعزيز مفهوم الذات.

وقد ذكر(الدوسري ، ٢٠١٠،ص ١٥٦) أن من أهم الأساليب التي تنمي الثقة بالنفس لدى المراهقين:

- تشجيعه وإتاحة الفرصة له لإبداء رأيه في القضايا التي تهمه وتحيط به.
- تكليفهم ببعض المسؤوليات وتعويدهم على تحمل المسؤولية.
- عدم توبيخها أو وصفها بأنها سمات غير مرغوب فيها.
- منحهم الفرصة للاعتماد على أنفسهم في أداء بعض الأعمال التي تهمهم.

1- ثانياً: علاقة المراهقة بالثقة بالنفس:

يمر المراهقون عادة بحالات فقدان الثقة بالنفس في بداية المراهقة ونهايتها ، حيث تتسبب التغيرات الجسدية والنفسية له في تحول نوعي يصدمه عن الواقع ، مما يجبره على القيام بسلوكيات غريبة ، واتخاذ قرارات لم يفكر بها من قبل. ، كما يربك عند الابتعاد عن الوالدين والحاجة. إلى الاعتماد على الذات ، وهو ما يفسر التغيير في نفسية الطفل الواثق من نفسه وتحوله إلى مراهق واثق من نفسه. يفتقر المراهقون إلى أشياء كثيرة ليتعلموها ، حتى يدركوا أن الناس متساوون ، لأنهم ينتمون إلى البشر وليس لعالم الخيال الوهمي ، يحاول بعضهم بذل جهد لاستكشاف الحياة ، لكنهم لا يستطيعون ذلك ، فبعضهم لديه طاقات لكنهم لا يستطيعون التعبير عن أنفسهم ، وهذا ما تؤكده الدراسات الاجتماعية وشؤون الأسرة.(سنان،٢٠٠٩،ص ١٤٥)

تشير (منظمة لصحة العالمية WHO)ان المراهقة هي مرحلة فريدة وتكوينية. يمكن أن تحدث العديد من التغييرات الجسدية والعاطفية والاجتماعية ، بما في ذلك المعاناة من الفقر أو سوء المعاملة أو العنف ، تجعل المراهقين عرضة لمشاكل الصحة العقلية. حماية المراهقين من الشدائد ، وتعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي والرفاهية النفسية ، وضمان الحصول على رعاية الصحة العقلية هي عوامل حاسمة للصحة والرفاه خلال فترة المراهقة والبلوغ. على الصعيد العالمي ، تشير التقديرات إلى أن ١ من كل ٧ أشخاص (١٤ في المائة) تتراوح أعمارهم بين ١٠ و ١٩ عامًا يعاني من حالة صحية عقلية.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

و يُعد الاكتئاب سببًا رئيسا للمراضة والعجز بين المراهقين ، والانتحار وهو ثالث سبب رئيسي للوفاة بين الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ١٩ عامًا. تمثل حالات الصحة النفسية ١٦٪ من العبء العالمي للأمراض والإصابات بين هذه الفئة العمرية. والمعاناة من نصف اضطرابات الصحة النفسية كلها تبدأ في مرحلة البلوغ ، بدءًا من سن ١٤ عامًا ، لكن معظم حالاتهم لا يتم التعرف عليها أو علاجها..(Brennan,K&Shaver,P. 1995)

و خلال فترة المراهقة ، تبدأ العديد من سلوكيات المخاطرة التي تشكل خطرًا على الصحة ، مثل تعاطي المخدرات أو السلوكيات الجنسية المحفوفة بالمخاطر. يمكن أن تكون سلوكيات المخاطرة استراتيجية غير مفيدة للتعامل مع الصعوبات العاطفية ، وقد يكون لها تأثير شديد على الصحة النفسية والجسدية للمراهقين.

على الصعيد العالمي ، بلغ معدل انتشار نوبات الإفراط في شرب الخمر بين المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ١٩ عامًا ١٣,٦ في المائة في عام ٢٠١٦ ، وكان احتمال حدوث ذلك أكبر لدى الذكور.

ركزت العديد من النظريات النفسية على موضوع الثقة بالنفس بوصفها مظهرا من مظاهر الحياة الطبيعية وسمات الشخصية النفسية والاجتماعية ، اتبعت كل نظرية طريقة علاجا نفسيا واستشاريا لهذا المفهوم ، حتى لو كان متوافقًا. أشار بعضهم إلى الثقة بالنفس في إطار مفاهيم أخرى أو ضمن سياقات أخرى ، لكن مفهوم الثقة بالنفس كله حظي باهتمام العديد من النظريات النفسية ، بما في ذلك:

1- النظريات الانسانية :

بالنسبة لنظرية الإنسانية: مصطلح الثقة بالنفس هو المحور الرئيسي لنظريات النزعة الإنسانية ، وحتى أكثرها شهرة و اتكأت نظريات هذا الاتجاه على هذا المبدأ ، وبالتالي فإن الثقة بالنفس مذكورة ومرتبطة بمساهمات كارل روجرز وابراهام ماسلو. حيث يؤكد روجرز على العلاقة القوية بين الانسجام النفسي والاجتماعي والثقة بالنفس ، وبالتالي ، وفقا للميل البشري يهدف إلى إطلاق الطاقات الإيجابية الكامنة في عملية التوجيه الفردي، وفكرة روجرز الشهرية أن "أفضل طريقة لفهم السلوك البشري هي النظر إليه من الداخل ". إذ تشير إلى إشارة الشخص نفسه إلى مقدار الثقة بالنفس عنده، ويتميز الشخص الذي يؤدي ويوظف طاقاته الكاملة بالانفتاح على التجارب والحياة الوجودية والثقة الكاملة في الحرية والإبداع. (باربرا،١٩٩١، ص٢٩٤)، لذا يعطي روجرز الثقة بالنفس الأهمية قصوى، اذ ينظر إلى الشخص الذي يثق بنفسه وفي أحكامه وخياراته الذي يعتمد على نفسه "شخصاً سليماً" يعمل بنشاط

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

وفاعلية. كما جاءت مساهمات ماسلو متماشية مع ما قاله روجرز ، اذ تركزت اهتمامات ماسلو على دراسة الناس العاديين والمحققين ذواتهم، وجاءت خاصية الثقة بالنفس في مقدمة هؤلاء الخصائص والأهم. وهكذا يقول ماسلو ان "الأشخاص الذين حققوا قوتهم لديهم ثقة كبيرة في أنفسهم." وقدراتهم ورسالتهم في هذه الحياة ، فنجدهم يتفاعلون مع الآخرين عندما يكون لديهم مهام معينة يسعون إلى تحقيقها يظهرون تقبلاً للآخرين ، فيدركون عيوبهم ولا ينزعجون منها ، بل يتقبلونه.(الغامدي،٢٠٠٩،ص٨٧)

2- نظرية النمو النفسي الاجتماعي للعالم أريك اريكسون :

قد أثبتت الدراسات أهمية شعور الطفل بالأمان في علاقته بمن حوله وخاصة الأم الحاضنة. فالطفل الأكثر أمانًا في الحاضن إنه الأكثر كفاءة في الجوانب العاطفية والاجتماعية ، وبفضل هذه الكفاءة والنضج يمكنه أن يدخل شرطا إيجابيا في أي تفاعل اجتماعي مع الآخرين. ويعتقد إريكسون أن النمو البشري هو نتيجة التفاعل بين العوامل البيولوجية الغريزية ، والعوامل الاجتماعية ، وفعالية الأنا. ومن خلال هذا التفاعل تتطور شخصية الفرد عبر ثماني مراحل متتالية ، تظهر في كل منها أزمة أو حاجة ، يؤدي حلها إلى نمو الأنا ، بينما يؤدي الفشل في حل هذه الأزمات إلى الاضطراب. النمو ، وخاصة نمو الذات ، وأساس هذه الأزمة هو التغيرات الفسيولوجية والنفسية والثقافية التي تسبب مشاكل يجب حلها في كل مرحلة كونها شرطا للانتقال إلى المرحلة التالية.(الفيومي، ١٩٨٥ ص ٢٢٦-٢٢٣)

3- نظرية التحليل النفسي في الثقة بالنفس كما فسرها العالم النفسي الفرد ادلر:

جاء أدلر مع مساهماته التي ركزت على مفاهيم الاهتمام الاجتماعي ومشاعر الدونية ، والتي تشكل في مجملها هدفًا يسعى الفرد إلى النضال والسعي من أجل الكمال والتفوق. لذلك ، تأتي الثقة بالنفس من خلال إحساسنا بالتغلب على الدونية. و لكل إنسان أسلوبه الخاص الذي يستخدمه للوصول إلى تحقيق نفسي واجتماعي متفوق. هذا الأسلوب الذي يتبناه كل فرد ، والذي أطلق عليه أدلر أسلوب الحياة، يتأثر بالهيكل الأسري والاجتماعي كما أنه يركز على الذات الواعية والعاطفية، على عكس ما كان يدعو إليه فرويد. ويؤكد أدلر أن الإنسان يسعى في حياته إلى التميز وتخليص نفسه من النقص، ومحاولته بلوغ الكمال ليحقق نفسه.، وأخذ مكانة مرموقة في المجتمع. ويشير أدلر في نظرية أن فهم شخص معين يتضمن فهمًا شاملاً لجميع مواقفه وعلاقاته مع العالم، يرى أدلر أن الانسان مخلوق اجتماعي أكثر من كونه مخلوقًا جنسيًا، وبناءً على وجهة نظره: نحن مدفوعون بالمخاوف لمعظم

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

مشاكل حياتنا الاجتماعية من أصول وأعراف اجتماعية. وتشكل اسلوب الحياة المتوافق وفق أدلر مستوى عال من الثقة بالنفس يمكن للفرد من خلاله الوصول إلى الشخصية المتكاملة المحققة لنفسه .(ادلر ،٢٠٠٥،ص٣١)

1- دراسات سابقة :

1- دراسة ابو علام (١٩٧٨)

(قياس الثقة بالنفس لدى الطالبات في المرحلتين الثانوية والجامعية)

تهدف الدراسة إلى بناء مقياس للثقة بالنفس لدى الطالبات في المراحل الدراسية (الثانوية والجامعية) ومدى تأثير المستوى العمري على الصف. كانت عينة الدراسة (٦٢٦) ، ومن بين الطالبات (٩٨ طالبة في الصف الأول الثاني) ، و (٤٢٥ طالبة في الصفين الثانيين) (الرابع الخامس) ، و (١٠٣) طالبة في الصف الثاني. عينة البكالوريوس. ولتحقيق أهداف البحث أعدت الباحثة مقياس ثقة بالنفس مكون من (٨٠) فقرة ، والمقياس يتكون من صورتين بندين متكافئين يتكون كل منهما من (٤٠) فقرة بعضها إيجابي وسلبي ، وتحدد الإجابة بـ (نعم – لا). لحساب الصلاحية ، تم استخدام تقديرات الذات والزملاء عن طريق معامل الارتباط بين درجتي الصورتين (أ – ب) تمت معالجة البيانات احصائيا باستخدام اختبار T و chi-square . وخلصت الدراسة إلى عدم وجود فروق تعزى لمتغير التخصص (علمي – أدبي) وظهور الفروق بين الطالبات حسب العمر. (ابو علام ، ١٩٧٨ ، ٤٩- ١٥٢)

2- دراسة قواسمة وعدنان (١٩٩٦)

(تطوير مقياس الثقة بالنفس)

هدفت الدراسة إلى تنمية مقياس للثقة بالنفس ، تكونت عينة الدراسة من (١٢٣٦) طالباً وطالبة. تم تطوير المقياس والتحقق من صحته من خلال صلاحية البناء وحساب المعاملات. تم استخدام الارتباط الداخلي ومعادلة كرونباخ ألفا لإيجاد الاستقرار عن طريق إعادة الاختبار وبذلك يكون المقياس يتكون من (٢٢) فقرة موزعة على جوانب (طلاقة ، استقلالية ، الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية). (قواسمة و عدنان ، ١٩٩٦، ٣٦-٤٩)

3- دراسة (سعدي ،٢٠١٤)

(الثقة بالنفس وعلاقتها بالنمو الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية تربية لواء بني كنانة)

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات الثقة بالنفس وعلاقتها بالتنمية الاجتماعية لدى عينة قوامها (٣٢٦) طالباً وطالبة تم اختيارهم عشوائياً من المدارس الثانوية في مديرية تربية بني كنانة في الأردن في الفصل الأول من العام الدراسي. العام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١٣

ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياسين: الثقة بالنفس والتنمية الاجتماعية ، والتحقق من صدقهما وموثوقيتهما. أشارت النتائج إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية إلى أن الدرجة الكلية للثقة بالنفس والتنمية الاجتماعية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في مديرية بني كنانة في الأردن كانت متوسطة ، أظهرت نتائج معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة موجبة ودلالة إحصائية بين مستوى الثقة بالنفس ومستوى التطور الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.. وفي ضوء النتائج وتمت التوصية بمجموعة من التوصيات أهمها ضرورة تعاون الجهات الرسمية الحكومية والخاصة ووسائل الإعلام. تعزيز مفاهيم الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

منهجية البحث واجراءاته:

أولاً: منهجية دراسة:

يوضح الدياب(الدياب، ٢٠١٠) منهج البحث العلمي بأنه: مجموعة من الأفعال والإجراءات العملية والمنطقية والعقلية. والغرض منه الوصول إلى حل لمسألة علمية معينة ، فهو أداة تكتيكية لحل قضية علمية أمامه الباحث .(الدياب،٢٠١٠،ص٦٤٦)

استخدم الباحث المنهج الوصفي لتجميع بيانات الدراسة وهو الأسلوب المناسب للدراسة. يتم تعريف النهج الوصفي على أنه: طريقة لوصف موضوع يتم دراسته من خلال منهجية علمية لتصحيح وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها في أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها ، ومحاولة الوصول إلى معرفة مفصلة ودقيقة لعناصر مشكلة أو ظاهرة قائمة للتوصل إلى نتيجة لفهم أو تطوير إجراءاتها وسياساتها المستقبلية بشكل أفضل. والمنهج الوصفي يبحث عن أوصاف دقيقة للظاهرة أو المشكلة المراد دراستها ويتم جمع البيانات الحقائق الكمية أو الظواهر المحددة مع محاولة شرح هذه الحقائق كافية.(المحمودي ،٢٠١٩،ص ٨٩)

وتختص الدراسات الوصفية بدراسة السمات النفسية والاجتماعية والتربوية التي تتطور وغيرها ، والبحث الوصفي يهتم أحيانًا بدراسة ما هو والعلاقة بينه وبين بعض الأحداث السابقة التي قد تكون قد تحكمت أو أثرت على تلك الظروف والأحداث.(الحبو ،٢٠٠٨،ص١٥٥)

ثانياً: مجتمع الدراسة :

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

مجتمع الدراسة يعني جميع الأحداث (الأفراد) أو المؤسسات التي قد تكون أعضاء في عينة الدراسة.(حسن،٢٠٠٨،ص ٩٦). وذكر أبو علم (٢٠٠٥:ص ١٥٥) أن المجتمع يتكون من جميع العناصر التي لها خاصية مميزة مشترك لا تقتصر هذه العناصر على الأشخاص والأشياء ، ولكنها قد تشير إلى الأحداث أيضًا مشيرا إلى الأشياء. وهذا المجتمع هو: كل شيء يمكن تعميم نتائج الدراسة عليه ، سواء أكان كذلك مجموعة من الناس أم أبنية مدرسية أم كتبا حسب طبيعة مشكلة الدراسة ، والمجتمع هو الجزء الأساسي من البحث، وفي النهاية يقوم الباحث بتعميم النتائج عليه ، ويمكننا القول إننا لا ندرس. العينات نحن ندرس المجتمعات ، والعينة التي نختارها ما هي إلا وسيلة لدراسة خصائص المجتمع.

يتكون مجتمع الدراسة من الطالبات المراهقات (للمدارس التعليم الأساس والاعدادية) بمركز قضاء زاخو للعام (٢٠٢١-٢٠٢٢) و البالغ عددهم(١٧١٨) مراهقة.

ثالثاَ: عينة الدراسة:

العينة عبارة عن جزء يتم اختياره من مجتمع الدراسة ، بحيث تمثل العينة السكان وتحتوي على الخصائص الأساسية للسكان ،والعينة على أنها: "يتم تحديد جزء من عناصر مجتمع البحث عناصرها وفق أسس منطقية وعلمية ، بحيث تكون عناصر العينة تمثيلاً واقعياً لجميع العناصر مجتمع مدروس "(دشلي،٢٠١٦،ص١٣٠)، و عرفها عطوي بانها " هي مجموعة فرعية من مجتمع البحث يتم اختيارها بطريقة معينة وتجرى الدراسة عليها ، وبعد ذلك سيتم استخدام النتائج وتعميمها على مجتمع الدراسة بأكمله " .(عطوي،٢٠٠٧،ص٨٥)، و تم استخدام أسلوب العينة العنقودية العشوائية الاختيار من قبل الباحث في هذه الدراسة، " ولقد اشتملت عينة الدراسة على (٢٥٠) مراهقة للأعمار(من ١٣ – ٢٢) سنة بمركز قضاء زاخو للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢). والجدول (١) يبيّن توزيعهن وفقاً للمرحلة المراهقة ونوع المدرسة(مختلطة، غير مختلطة) .

الجدول(١)

يبيّن أفراد عينة البحث تبعا لمتغيراتها(مراحل المراهقة ونوع المدرسة" مختلط، غير مختلط"

نوع المدرسة	مرحلة المراهقة			المجموع
	المبكرة	الوسطى	المتاخرة	
مختلط	٤٥	٤٥	٤٩	١٣٩
غير مختلط	٣٣	٤٣	٣٥	١١١
المجموع	٧٨	٨٨	٨٤	٢٥٠

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

رابعاً: اداة البحث:

الأداة هي: الوسائل التي يلجأ إليها الباحث للحصول على المعلومات والحقائق والبيانات الدراسة المطلوبة (النوح،٢٠٠٤،ص١٠٨)، ولتحقيق أهداف البحث تطلب وجود مقايس؛ فتبنت الباحثة مقياس (قواسمة، والفرح، ١٩٦٦) للثقة بالنفس التي تتكون من (٢٢) فقرة ذات بدائل الإجابة(نادراَ، أحياناَ، غالباَ، دائماَ) كما في الملحق (١) لكونها تناسب البحث. واستخرجت الخصائص السيكومترية المتمثلة بالصدق والثبات ومعامل الاتساق الداخلي للمقياس، ويعرض الباحثة ذلك كما يلي:

1- صدق الأداة:

الصدق من أهم الشروط التي يجب توافرها في بناء الميزان والاختبارات النفسية ، لأن المقياس يقيس في الواقع القدرة ، أو الخاصية ، أو الميل ، أو الجاهزية التي تم إنشاؤها لغرض القياس (ابو حويج ،٢٠٠٢،ص١٣٢) اعتمدت الباحثة على صدق المقياس الظاهر والذي يهتم بالمظهر العام للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها. ومدى وضوحها كما أنه يتعامل مع الصلاحية الظاهرة لتعليمات المقياس ودرجة وضوحها وموضوعيتها (العجيلي وآخرون، ١٩٩٠،ص ١٣٠). ولغرض التعرف على صحة بنود المقياس وتمثيلها للخاصية المراد قياسها ، تم عرض بنود المقياس في شكلها الأولي على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية. كما هو في الملحق(٢) إبداء آرائهم في صحة الفقرات ومدى ملاءمتها للمجال الذي وضعت فيه ، وإجراء التعديلات التي يرونها مناسبة ، أو إضافة ما يرونه ضرورياً.. وفي ضوء الآراء التي عبروا عنها ، أضيفت فقرتان مع بعض التعديلات الطفيفة على بعضهما.وتم إضافة بديل آخر للإجابة لتصبح الأداة ذات بدائل(دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، لا)، وتعطى عند التصحي الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) للفقرات الإيجابية، وتعكس للفقرات السلبية.

2- صدق الترجمة:

ومن أجل الحصول على معطيات أكثر دقة وعلمية ، قامت الباحثة بترجمة مقياس الثقة بالنفس من العربية إلى الكردية. تم تقديم النصين في شكلهما الأولي إلى الخبراء المتخصصين للتأكد من صحة الترجمة ، ومن خلال ملاحظات الخبراء قام الباحث بتعديل صيغة بعض الفقرات ، وترجمة النص الكردي للغة العربية ، وقام الباحث مرة أخرى بعرض المقياس على مجموعة من خبراء اللغة للتأكد من تقارب النصين ، ولم تجد الباحثة أي فروق ذات دلالة إحصائية من حيث المعنى ومن حيث المحتوى.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

صدق فقرات المقياس:

تعتمد صلاحية المقياس بشكل أساسي على صحة فقراته ، أشار المختصون في القياس النفسي إلى أن ارتباط درجة كل فقرة باختبارها الداخلي هو أحد مؤشرات صدقها ، أفضل اختبار داخلي هو النتيجة الإجمالية للمجيب على المقياس (العيسوي، ١٩٨٥، ص٥٠ – ٥١). من مؤشرات صحة الفقرة أن قيمة معامل الارتباط لدرجة كل فقرة في الدرجة الكلية للمقياس موجبة وذات دلالة إحصائية. (ابو حطب، عثمان، ١٩٧٣، ص١٠٤) ويتم حذف الفقرات التي لا تظهر ارتباطًا عاليًا بالدرجة الإجمالية (المنيزل وغرايبة، ٢٠٠٩، ص١١٦). ولتحقيق ذلك استخدم الباحث معامل الاتساق الداخلي للمقياس في برنامج المحفظة الإحصائية للعلوم الاجتماعية. (SPSS)،فقامت بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٣٠) مراهقة اختيروا بطريقة عشوائية، (١٠) من كل مرحلة من مراحل المراهقة. والجدول (٢) يوضح قيّم معاملات الارتباط لكل فقرة بالدرجة الكلية، والدلالة الاحصائية لها:

الجدول(٢)

يبيّن تسلسل الفقرات وقيّم معامل الارتباط والدلالة الاحصائية لكل فقرة

تسلسل الفقرة	قيّم معاملات الارتباط	الدلالة الاحصائية	تسلسل الفقرة	قيّم معاملات الارتباط	الدلالة الاحصائية	تسلسل الفقرة	قيّم معاملات الارتباط	الدلالة الاحصائية
١	٠,٤٥٤	٠,٠١٢	٩	٠,٥١٦	٠,٠٠٤	١٧	٠,١٣٣	٠,٤٨٤
٢	٠,٥١١	٠,٠٠٤	١٠	٠,٦٦٢	٠,٠٠٠	١٨	٠,٥١١	٠,٠٠٤
٣	٠,٥٤٣	٠,٠٠٢	١١	٠,٧٢٦	٠,٠٠٠	١٩	٠,٤٤٨	٠,٠٠٦
٤	٠,٤٢٧	٠,٠١٩	١٢	٠,٤٩٦	٠,٠٠٥	٢٠	٠,١٧٦	٠,٣٢٥
٥	٠,٦١٨	٠,٠٠٠	١٣	٠,٥٠٤	٠,٠٠٤	٢١	٠,٤٣١	٠,٠١٧
٦	٠,٥٣١	٠,٠٠٣	١٤	٠,١٥٤	٠,١٤٦	٢٢	٠,٣٥٨	٠,٠٣٥
٧	٠,٦٧٩	٠,٠٠٠	١٥	٠,٣٢١	٠,٠٨٣	٢٣	٠,٤٧٠	٠,٠٠٩
٨	٠,٦٥٣	٠,٠٠٠	١٦	٠,٤٢٢	٠,٠٢٠	٢٤	٠,٣٧٧	٠,٠٤٠

تبيَن الجدول(٢) أن قيّم معاملات الارتباط للفقرات(١٤، ١٥، ١٧، ٢٠) ضعيفة وغير دالة إحصائياً، بذلك تستبعد تلك الفقرات، وتبقى المقياس بصيغته النهائية مؤلفة من(٢٠) فقرة كما هو في الملحق (٤).

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

3- ثبات الأداة:

الثبات هو أحد المفاهيم التي يتطلبها أي مقياس للتمتع ليكون قابلاً للاستخدام (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ١٤٢) ويقصد به في القياس النفسي " دقة الاختبار في القياس أو الملاحظة ، وعدم تناقضه ، واتساقه واتساقه فيما يقدمه لنا من معلومات حول سلوك المستفتى. " المقياس الجيد هو الذي يعطي نفس النتائج في كل مرة يتم اعتماده ، بغض النظر عن الفرد القائم بعملية القياس (مجذوب، ٢٠٠٣، ١٢٦). ولحساب معامل الثبات قامت الباحثة بتطبيق مقياس على عينة قوامها (٣٠) مراهقة تم اختيارهن عشوائياً (١٠) لكل مرحلة من مراحل المراهقة. واعتمدت الباحثة طريقة إعادة الاختبار (re-test):

وفي استخراج ثبات الاداة " هو تطبيق الاختبار على مجموعة من الأفراد. ثم بعد فترة زمنية (عادة من أسبوعين إلى أربعة أسابيع) ، يتم تكرار الاختبار نفسه على نفس المجموعة من الأفراد." بعد ذلك يتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين ويسمى معامل الثبات في هذه الطريقة (معامل الثبات) حيث يعبر عن ثبات النتائج بمرور الوقت. (العجيلي، ٢٠٠٥، ١٢١). بعد التطبيق الأول بأسبوعين تمت إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها واستخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة في التطبيقين الأول والثاني، بلغ معامل الثبات (٠,٩٦٧) حيث يشير (عيسوي ، ١٩٨٥) إلى أن معامل الارتباط يجب أن يكون أكثر من (٠,٧٠) ، لذلك أريد أن أصف الأداة بأنها ذات ثبات مقبول. (عيسوي، ١٩٨٥، ٥٨).

الوسائل الاحصائية:

استخدمت الباحثة مجموعة من الأساليب الإحصائية سواء في إجراءات البحث أو في تحليل نتائجه مع مراعاة أن الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) قد تم استخدامها لمعالجة البيانات باستخدام الآلة الحاسبة الإلكترونية ، وذلك عن طريق وسيط حسابي ووسيط افتراضي..ومعامل ارتباط بيرسون، والانحراف المعياري، ومعامل الفا كرونباخ، و الاختبار التائي للعينة واحدة.

عرض نتائج البحث و مناقشتها:

تعرض الباحثة نتائج البحث على وفق تسلسل الاهداف وكالآتي:

أولاً: الثقة بالنفس عند الطالبات المراهقات بشكل عام.

لتحقيق هذا الهدف استخرجت الباحثة المتوسط الحسابي البالغ(٧١،٣٨) وهي أعلى من المتوسط الفرضي البالغ(٦٠)، بانحراف معياري قدره(١٠,٨٠٨) درجة لافراد عينة البحث، وللتحقق من وجود

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

الثقة بالنفس عندهن استخدمت الباحثة الاختبار التائي(T. test) للعينة الواحد، والجدول(٣) يوضح ذلك.

الجدول(٣)

الوسط الحسابي والفرضي و الانحراف المعياري والقيمة التائية للعينة الواحدة لأفراد عينة البحث لمستوى الثقة بالنفس عند الفتيات المراهقات بشكل عام

المراهقات بكشل عام	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية		
القيم	٢٥٠	٧١,٣٨	٦٠	١٠,٨٠٨	٧,٨	١,٩٦	٢٤٩	دال احصائيا

يبيَن من الجدول (٣) أن القيمة التائية المحسوبة البالغة(٧,٨) أكبر من القيمة التائية الجدولية(١,٩٦) عند مستوى الدلالة الاحصائية(٠,٠٥)، وهذا يؤكد تمتع أفراد عينة البحث بالثقة بالنفس، وترى الباحثة أن ذلك تعود إلى....

ثانياً: الثقة بالنفس عند الطالبات المراهقات تبعا للمتغيرات:

أ. مراحل المراهقة(المبكرة، الوسطى، المتأخرة).

لتحقيق هذا الهدف استخرجت الباحثة المتوسط الحسابي لمراحل المراهقة الثلاث" المبكرة، الوسطى، المتأخرة" على التوالي البالغ(٧٠,٠٩، ٧٠,٤٥ ، ٧٠,٥٦) وهي أعلى من المتوسط الفرضي البالغ(٦٠)، وبانحرافات معيارية قدره(١٠,٧٥١ ، ١١,٧٥٢ ، ٩,٥٤٧) درجة لافراد عينة البحث على التوالي ، وللتحقق من وجود الثقة بالنفس عندهن استخدمت الباحثة الاختبار التائي(T. test) للعينة الواحد، والجدول(٤) يوضح ذلك.

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

الجدول(٤)

المتوسطات الحسابية والفرضي والانحرافات المعيارية والقيم التائية(T. test) للعينة الواحد لكل مرحلة من مراحل المراهقة

مرحلة المراهقة	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
مبكرة	٧٨	٦٠	٧٠,٠٩	١٠,٧٥١	٣,٣٦	١,٩٩ (٧٧)(٠,٠٥)	يوجد فرق
متوسطة	٨٨	٦٠	٧٠,٤٥	١١,٧٥٢	٣,٥٥	١,٩٨ (٨٧)(٠,٠٥)	يوجد فرق
متاخرة	٨٤	٦٠	٧٠,٥٦	٩,٥٤٧	٧,٢٥	١,٩٨ (٨٣)(٠,٠٥)	يوجد فرق

نلاحظ من الجدول(٣) ان قيمة التائية المحسوبة لمراحل المراهقة (مبكرة ،متوسطة،متاخرة) بلغت (٣,٣٦، ٣,٥٥، ٧,٢٥) على التوالى وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية لها عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وهذا يشير بأن هناك فروقا بين المتوسطات الحسابية والفرضي و لصالح المتوسطات الحسابية، بمعنى اخر هناك مستوى من الثقة بالنفس لدى افراد العينة عند مراحل المراهقة الثلاث. و تعزو الباحثة سبب ذلك الى ان مراحل المراهقة ليست مستقلة بذاتها، فهي عملية نمائية مستمرة ،ففي كل مرحلة تنمو فيها افكارهم و علاقاتهم مع البيئة المحيطة ،ففي المرحلة المتاخرة تصبح الفتيات اكثرة نضجاً بالمظهر و التصرفات و العلاقات لذلك الثقة بالنفس عندهن تكون اكثر من المرحلتين السابقتين لهن.

ب- نوع المدرسة(مختلطة ،غير مختلطة).

لتحقيق هذا الهدف استخرجت الباحثة المتوسطين الحسابيين لإجابات الطالبات المراهقات للمدرستين (مختلط، غير مختلط) البالغين(٧١,٧٠، ٧٠,٩٨) على التوالي وهما أعلى من المتوسط الفرضي البالغ(٦٠)، وبانحرافات معيارية قدره(١١,١٤٨ ، ١٠,٣٩٥) درجة لافراد عينة البحث على التوالي ، وللتحقق من وجود الثقة بالنفس عندهن استخدمت الباحثة الاختبار التائي(T. test) للعينة الواحد، والجدول(٥) يوضح ذلك.

الجدول(٥)

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

يبيّن المتوسطين الحسابيين والانحرافين المعياريين والمتوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة للعينة الواحدة

نوع المدرسة	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
مختلط	١٣٩	٦٠	٧١,٧٠	١١,١٤٨	٦,٠٥	١,٩٦ (١٣٨)(٠,٠٥)	يوجد فرق
غير مختلط	١١١	٦٠	٧٠,٩٨	١٠,٣٩٥	٥,٠٢	١,٩٦ (١١٠)(٠,٠٥)	يوجد فرق

نلاحظ من الجدول (٥) ان قيمة التائية المحسوبة عند نوعي المدرسة (المختلط و غير المختلط) بلغت (٦,٠٥و ٥,٠٢) على التوالي و هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) هذا يدل بأن هناك فرقا بين المتوسطين الحسابيين والمتوسط الفرضي ولصالح المتوسطين الحسابيين، بمعنى ان افراد العينة عند كلا المدرستين لديهن مستوى ايجابي للثقة بالنفس .وتعزو الباحثة سبب ذلك إلى تشابه المشكلات الدراسية والكثير من الظروف الاجتماعية التي تواجه المراهقات في كلا المدرستين لهن محاور مشتركة، فالمدارس تعما على تنمية شخصيات الطلبة بشكل عام.

الاستنتاجات:

توصلت الدراسة إلى تمتع المراهقات بشكل عام بالثقة بالنفس، وأنها تنمو مع التقدم في العمر لنمو خبراتهن في مجالات الحياة المختلفة. كما ان الطالبات المراهقات تتمتع بالثقة بالنفس في كلا المدرستين: المختلطة، وغير المختلطة.

المقترحات:

1- إجراء دراسة مماثلة على المراهقون

2- إجراء دراسة عن العلاقة بين الثقة بالنفس وبعض المتغيرات (الذكاء ، التحمل النفسي).

3- اجراء دراسة عن واقع المشكلات الانفعالية التي تواجه المراهقات في علاقتهن بامهاتهن.

التوصيات:

1- متابعة الاهتمام بطلبة المرحلة الثانوية في الجوانب النفسية ،و ارشادهم الى طريق الصحة النفسية .

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

2- تعاون الجهات الرسمية الحكومية والخاصة ، ووسائل الإعلام ، على تعزيز مفاهيم الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، والتركيز على مفاهيم تشكيل البنية النفسية للطالب في مراحل المراهقة.

القيام بدراسات وصفية و تجريبية حول متغير الثقة بالنفس مع متغيرات اخرى ،وعلى المراحل الدراسية المتنوعة .

المصادر:

1- ابن منظور جمال الدين (٢٠٠٣) لسان العرب ، دار الكتب العلمية،بيروت .

2- أبو حطب، فؤاد، وعثمان، سيد أحمد.(١٩٧٣). التقويم النفسي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

3- أبو زيد، محمد، واخرون.(٢٠١٥). *برامج الارشاد والتوجيه النفسي النظرية والتطبيق*. الدمام: مكتبة المتنبي.

4- ابو علام ،العادل محمد .(١٩٧٨)." *قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الدراسة الثانوية و الجامعية* ". الكويت.

5- ادلر،الفريد.(٢٠٠٥). *معنى الحياة*، ترجمة(عادل نجيب بشرى) ،القاهرة :حقوق المجلس الاعلى للثقافة .

6- البدراني، جمال سالم .(١٩٨٦).*بناء مقياس الثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة المتوسطة ماجستير*، بغداد

7- البدوي ،عبدالرحمن.(٢٠١١).*مناهج البحث العلمي*.المصر : مركز عبدالرحمن البدوي للنشر.

8- بولص، صبحي حبيب.(١٩٩٤).*قياس الثقة بالنفس وعلاقتها بالتحصيل*، مجلة التربية والعلم، العدد (١٦)ص٢٠٤-٢١٣.

9- الحبو، رقية احمد .(٢٠٠٨)." *القدرات العقلية والتوافق الاجتمعي ومفهوم الذات لدى تالميذ المعاقين سمعيا*". بوالية خرطوم، رسالة دكتورة غير منشورة جامعة امدالمان السالمية.

10- الحسن،احمد عبدالمنعم .(٢٠٠٨).*اصول البحث العلمي*.المصر : دار المكتبة للنشر .

11- خاطر،ابراهيم علي(٢٠١٦)، تربية المراهقين و مشاكلهم،الجنادرية للنشر و التوزيع .

12- الخياط، أسماء عبد الله .(٢٠٠١).*السلوك القيادي لمديري المدارس المتوسطة وعلاقته بمستوى مشاركة المدرس واتخاذ القرار وثقتهم بأنفسهم*، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الموصل.

13- دشلي، كمال .(٢٠١٦). *منهجية البحث العلمي* . منشورات جامعة حماة، كلية االقتصاد.

14- الركابي، نضال عبد الحسن .(٢٠٠٠).*مستوى الطموح وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية بالجامعة المستنصرية*، (رسالة ماجستير غير منشورة).

15- السعدي،سحر عبدالله.(٢٠١٤)." *الثقة بالنفس و علاقتها بالنمو الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية تربية لواء بني كنانة*" . السعودية: كلية تربية –جامعة ام القرى .

16- السليمان، هاتي إبراهيم.(٢٠٠٥).*دليلك إلى الثقة بالآخرين*. عمان: دارالاسراء .

17- شروجر ، سيدني (١٩٩٠) مقياس الثقة بالنفس ، ترجمة وتعريب عادل محمد.

18- العجيلي، صباح حسين .(٢٠٠٥). *القياس والتقويم التربوي*، الطبعة الثالثة،صنعاء: مركز التربية للطباعة والنشر.

19- العزو، إيناس يونس وجنان سعيد الرحو .(٢٠٠١).*التفكير الرياضي لدى طلبة قسم الرياضيات وعلاقته بالثقة بأنفسهم*، المؤتمر القطري التربوي الأول المنعقد في (9328-95. -ص، العراق، المستنصرية الجامعة) ٢٩/٣/٢٠٠١

20- عطوي، جودت عزت .(٢٠٠٧).*أساليب البحث العلمي مفاهيمه، أدواته، وطرقه الإحصائية*، الاردن:دار الثقافية للنشر والتوزيع.

21- العمر، بدر عمر .(٢٠٠٠).*علاقة الدافعية نحو العمل ببعض المتغيرات الشخصية والوظيفية لدى الموظفين في دولة الكويت مجلة مركز البحوث التربوية*، العدد (١٧).

22- العيسوي، عبدالرحمن محمد.(١٩٨٥). *القياس والتجريب في علم النفس والتربية*،الاسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

23- الغامدي ،صالح بن يحي الجارا.(٢٠٠٩)." *اضطراب الكلام و علاقتها بالثقة بالنفس و تقدير الذات لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة* " . دراسة مقدمة لقسم علم النفس متطلب تكميلي لنيل درجة الدكتوراه تخصص إرشاد النفسي ، جامعة أم القرى ، ص٨٧.

24- الفيومي، محمد محمد عيسوي .(١٩٨٥). *عرض و تحليل لنظرية اريكسون النفسية و الاجتماعية* ،الكويت: مجلة العلوم الاجتماعية .

25- قواسمة ،احمد والفرح ،عدنان. (١٩٩٦)." *تطوير مقياس الثقة بالنفس*" ، الاردن: دار المنظومة.

26- كارول ، ارنولد .(٢٠٠٢) .*قوة الثقة بالنفس* .القاهرة :الهلال للنشر والتوزيع. .

27- مجذوب، فاروق. (٢٠٠٣). طرائق ومنهجية البحث في علم النفس. الطبعة الأولى،لبنان-بيروت: شركة المطبوعات للتوزيع والنشر.

28- المحمودي ،محمد سرحان علي .(٢٠١٩).*مناهج البحث العلمي* .اليمن: دار الكتب للنشر.

29- المخزومي، أمل.(٢٠٠١).*التنشئة الاجتماعية و الثقة بالنفس* . السعودية:مجلة منهل،(149- 122 ص)

30- المشعان ،عويد سلطان.(١٩٩٩)." *دافع الانجاز و علاقته بالقلق و الاكتاب و الثقة بالنفس لدى الموظفين الكويتين و غير الكويتين في القطاع الحكومي*" . حوليات الاداب و العلوم الاجتماعية .الحولية (٢٠). الرسالة (١٣٩).

31- المنيزل، عبدالله فلاح، وغرايبة، عايش موسى.(٢٠٠٩). الاحصاء التربوي، تطبيقات باستخدام الرزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية، ط٣، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.

32- النوح، بن عبدهللا .(٢٠٠٤). *مبادئ البحث التربوي*، الطبعة االولى، الرياض – المملكة العربية السعودية.

المصادر الاجنبية :

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

1- WHO. (2014). Maternal, newborn, child and adolescent health: Adolescent development.
2- Sigmand Freud(1990).Cinq lecons de psychanalyse.Traduction :Yves lely(1921).Edition electroniq par Gemma paquet..
3- Brennan,K&Shaver,P.(1995).Dimenisons of adult attachment,affect regulation,and romantic relationship functioning. Personality and social Psychology Bulletin,21:267-284.

الملحق (١)

أسماء السادة المحكمين و المختصين و لقبهم العلمي فضلا عن اختصاصاتهم الذين تمت الاستعانة بخبراتهم

ت	الاسم أو اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل أو الجامعة
١	د.نصرالدين إبراهيم محمد	علم النفس التربوي	جامعة زاخو
٢	د.ازهار علي حسين	طرائق التدريس	جامعة زاخو
٣	د.جاجان جمعة محمد	علم النفس النمو	جامعة دهوك
٤	د.سردار محمدشرف	علم النفس التربوي	جامعة دهوك
٥	د.نزارعسمت علي	علم النفس العام (اكلينيكي)	جامعة زاخو
٦	د.رضوان صديق سعيد	الارشاد النفسي	جامعة دهوك
٧	م. بيوارطه شاكر	تخطيط تربوي	جامعة زاخو
٨	د.ريموندا	الصحة النفسية	جامعةدهوك
٩	د.احلام محمد طاهر	طرق تدريس	جامعة دهوك
١٠	د.خلود بشير عبدالاحد	علم النفس التربوي	جامعة زاخو

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

الملحق (٢)

حكومة اقليم كوردستان العراق
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة زاخو / فاكلتي التربية
قسم علم النفس العام / مرحلة ماجستير

عزيزتي الطالبة تحية طيبة ....

بين يديك أداتان للبحث العلمي تتمحوران عن حالتك النفسية وحول نواحي اهتماماتك ومعلوماتك بشكل عام، في الأداة الأولى تختارين الاجابة التي تتفق مع حالتك أكثر من غيرها من خلال وضع إشارة(✓) في إحدى المربعات التي تمثل البديل مقابل كل فقرة. أما الأداة الثانية فهي أسئلة عامة نأمل منك الإجابة عنها باختيار بديل واحد في بعضها أو أكثر من بديل في البعض الآخر وفقاً لقناعاتك، ثم الإفصاح عن مصدر تلك المعلومات من خلال وضع العلامة"✓" ثانيةَ في واحدَ أو أكثر من المربعات الموضوعة في الجداول أمام الفقرات إن وجد، ونأمل ألآ تترك أية فقرة أو سؤال دون إجابة، كما نتمنى أن تجيبين بكل صراحة وصدق. لكون أن إجابتك لن يطّلع عليها غير الباحثة، ولا داعي لذكر أسمك.

ملاحظة عامة : نرجوا إكمال المعلومات أدناه قبل البدأ بالاجابة على الأداتين:

1- العمر ( )

2- ٢- هل المدرسة مختلطة : نعم ( ) لا( )

لكم منا فائق التقدير والاحترام

المشرف: الباحثة:

م.د. زاهد سامي محمد مروة ابراهيم محمد رشيد

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
ISSN 2306-5249
العدد العاشر
٢٠٢٢م/١٤٤٤هـ

ت	الفقرات	دائما	غالباً	احيانا	نادراً	لا
١	حينما أكون بين الآخرين اخشى التعبير عما يدور بخاطري.					
٢	لدي القدرة على اختيار الكلمات المناسبة عند التحدث في موضوع ما.					
٣	يضطرب صوتي عند التحدث امام مجموعة من الافراد.					
٤	اتكلم بطلاقة تامة عند التحدث مع الاخرين .					
٥	اشعر برجفة اطرافي عند التحدث امام مجموعة من الافراد.					
٦	احس بضيق التنفس في المواقف العامة.					
٧	تزداد دقات قلبي عند مقابلة اشخاص جدد.					
٨	اتخذ قراري بشكل مستقل عن الاخرين .					
٩	اعبر عن رأيي بسهولة تامة.					
١٠	امتلك القدرة الكافية للدفاع عن حقوقي .					
١١	اعتمد على نفسي في حل مشاكلي.					
١٢	اعمل جاهدا من اجل تحقيق اهدافي.					
١٣	اتمكن من تحقيق اهدافي التي احددها.					
١٤	افضل الجلوس بعيدا عن الاخرين .					
١٥	اعبر عما يدور بخاطري دون خجل .					
١٦	اناقش الآخرين بجراة.					
١٧	ارتبك عندما يتصل معي بالهاتف أشخاص لا اعرفهم					
١٨	اواجه المواقف الطارئة بثبات دون انفعال					
١٩	اتردد عند انجازي أي عمل والناس حولي.					
٢٠	اخشى الفشل عند القيام بعمل ما.					