تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية

أزهار يوسف خلف الجبوري أ. م. د. صباح مرشود منوخ العبيدي
جامعة تكريت / كلية التربية / قسم العلوم التربوية والنفسية

بِسْمِ اللهِ الرَحْمَنْ الرَحِيمْ

ملخص البحث

يُعد تقدير الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان وهو أحد الأبعاد الهامة للشخصية، فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بشكل عام، من دون أن نشمل ضمن متغيراتنا الوسطية مفهوم تقدير الذات ،ويستخدم مصطلح تقدير الذات للإشارة إلى الحكم الذي يصدره الفرد على درجة كفاءته وجدارته ، ويستند هذا التقييم إلى ما مر به الفرد من مواقف اختبر فيها قدراته وأدائه ،ثم أصدر أحكامه على تلك القدرات وعلى ذلك الأداء بناء على ما لديه من معايير وقيمٍ، تقدير الذات–وهي القيمة التي يضعها الفرد لذاته– دورا رئيسا في تحديد السلوك، وان التقدير الإيجابي للذات يدفع الفرد إلى الشعور بالثقة بالنفس والقوة، والقدرة، والكفاءة، في حين يدفع التقدير السلبي للذات إلى مشاعر النقص والضعف والعجز،كما أن تقدير الذات يؤثر على ما يفكر به الإنسان وما يقوله وما يفعله، ويؤثر أيضا على اختياراته وقدرته على الحب ونجاحه وعلاقاته مع الآخرين وتوافقه وتكيفه وطموحاته وضبط انفعالاته .

ويهدف البحث الحالي الى ما يأتي:–

١– التعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

٢– الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفقا لمتغير الجنس (ذكور–إناث).

حيث تم بناء مقياس تقدير الذات الذي تضمن (٦٠) فقرة موزعة على أربع مجالات :-الأسري-الانفعالي -المدرسي- الرفاقي(جماعة الأصدقاء)).واعتمدت في التحقق من صلاحية المقياس على الصدق الظاهري والصدق المنطقي،وفي ضوء المؤشرات الاحصائية التي تم الحصول عليها من إجراءات تمييز الفقرات والاتساق الداخلي لها.في حين استخرج معامل الثبات باستخدام طريقة إعادة الاختبار اذ بلغ معامل الثبات (٠،٨٩)وبطريقة إعادة الاختبار بلغت قيمته(٠،٨١)،وقد بلغت عينة البحث(٨٨) طالبا وطالبةبواقع(٤٤)طالب (٤٤)طالبة .

وتمت معالجة البيانات الواردة في البحث احصائيا باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) .وأظهرت النتائج الأتي:-

١- ارتفاع نسبة مستوى تقدير الذات لدى أفراد العينة .
٢- وجود فرق دال احصائياً بين الذكور والإناث في تقدير الذات ولصالح الذكور في افراد العينة

وفي ضوء نتائج البحث تم تقديم عدد من التوصيات والمقترحات .

الفصل الأول : التعريف بالبحث

أولا: مشكلة البحث The Research Problem:

إن التربية التي يتلقاها الأفراد من العائلة والمجتمع قد تساهم في اكتساب كثير من القيم، والعادات، والتجارب، والخبرات الأولى ،وقد تساهم أيضاً في صياغة بعض قواعد السلوكيات التي ينبغي أن تتجه في ضوء التقدير الذاتي للفرد وبنائه لنفسه بنفسه.

وتعد مرحلة الدراسة الإعدادية جزءاً من مرحلة المراهقة وقد اتفق علماء النفس والإرشاد على أن هذه المرحلة، مليئة بالمشكلات النفسية والدراسية والوجدانية ،ودراسة الأوضاع التعليمية وما يحتاجه الطلبة في المرحلة الإعدادية من متطلبات، وما فيها من إشكالات من أساسيات العمل التربوي، فهؤلاء الطلبة بحاجة إلى التوجيه والرعاية الصحيحة

المستمرة، والتعرف على الصعوبات التي يواجهونها في حياتهم الدراسية، والاجتماعية بهدف الوصول إلى الحلول الناضجة والتي تخفض من تلك الصعوبات (عيسوي، ٢٠٠٠، ص٨٧).

وان طبيعة حياتهم المدرسية لا تنمي لديهم مفهوم الذات بالشكل الجيد الذي يطمح إليه القائمون على برامج التربية. (الحسني ،٢٠٠٤،ص ٦٨)

انَّ فكرتنا عن ذاتنا أو الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا وكيفية تصرفنا إزاء المواقف والأفراد والأحداث الخارجية، وتتوقف قيمتها ومعناها بالنسبة للشخص على الصورة التي يدرك بها نفسه إذ هي النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته وطبقاً لنظرية روجرز فأنَّ سوء توافق الشخصية يحدث حينما يزداد الفرق بين صورة الشخص عن ذاته الواقعية،والمثالية،والاجتماعية وحقيقة الموقف وحينما لا يكون في وسع الشخص إدماج خبرات جديدة في تصوره لذاته فأنَّ القلق ينشأ وبالتالي سيؤدي إلى الحيل الدفاعية التي تحول دون رؤية الموقف على حقيقته. (الرحو، ٢٠٠٥: ٣٢٣).

ثانياً: أهمية البحث The Importance of the Research

تعد دراسة مفهوم الذات وتقديره من الموضوعات الهامة التي مازالت تتصدر مراكز الاهتمام الأولى في البحوث النفسية والشخصية فنحن نعيش في عصر محفوف بتغيرات سياسية واقتصادية وثقافية لها تأثيرها المباشر على الكائن البشري فتزيد من معدلات الضغط والمشقة والتي بدورها ترفع من معدلات الاضطرابات النفسية والجسمية لتحول دون توافق الفرد السليم فتؤثر تأثيراً جوهرياً على الشخصية مما يؤدي إلى خلل في أحد الأجهزة المهمة في الشخصية إلا وهو مفهوم الذات . (البياتي،٢٠٠٦:٣)

ويبدو أنَ مفهوم تقدير الذات متداخل إلى حد كبير مع مفهوم الذات فالتقدير الذي يصيغه الفرد لنفسه يؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واستجاباته نحو نفسه ونحو الآخرين ،ويؤثر في قدرته على التعامل مع الحياة.حيث تختلف طريقة رد فعل الإفراد لتجارب الحياة وتقبلهم لذاتهم على وفق مستوى تقديرهم لها فالفرد الذي يقدر ذاته تقديراً عالياً يميل إلى تقبل ذاته أو

لديه مفهوم ذات ايجابي ،في حين إن الفرد الذي يمتلك تقديراً واطئاً لذاته يجد صعوبة في تقبلها إي لديه مفهوم سلبي. (الفهد،٢٠٠٥: ٤٠)

حيث يُعد تقدير الذات من المفاهيم التي اهتم بها علماء النفس والصحة النفسية،وهذا لأهميته في تكوين الشخصية ،والأثر الكبير لتقدير الذات في مراحل حياة الفرد المختلفة . (شاهين،حمدي،٢٠٠٧: ١١)

ويعد تقدير الذات من الإبعاد الهامة في حياة الإفراد ،حيث إنَه يعبر عن اعتزازهم بأنفسهم وثقتهم بها،ويرتبط بقدراتهم واستعداداتهم وانجازاتهم العملية ،كما يرى فرنش وآخرون "**French,et.al**"هو تلك الإبعاد التي يضعها الفرد ومن خلالها يرى ذاته والآخرين،وتتصف هذه الإبعاد بأنها ليست كلها على الدرجة نفسها من الأهمية للشخص وإنمَا تختلف في درجة مركزيتها. (وايرفين،١٩٩٥: ٤– ٥)

ويساهم تقدير الذات العام الجيد في الإحساس بالفعالية، أو الاعتقاد أن الفرد يستطيع ان ينجز عمله ،وهو عامل هام في النجاح في العمل، كما يساهم في نمو هوية الذات ووجهات النظر المختلفة للأشخاص عن أنفسهم يشمل ذلك الشخصية والأدوار و العلاقات والخصائص الجسمية. (**kay,2003:8**) .

إنَّ النجاح في الحياة يحتاج إلى تقدير كل واحد منا قيمه ذاته،وان صورتنا عن أنفسنا تسهم بشكل فعال في نجاحنا ، لأنَ أي خلل في هذه الصورة يدفعنا لسوء تقدير إمكانياتنا ومستقبلنا وطموحاتنا مما يعرقل قدرتنا على تحقيق الأفضل (**Branden,2000:203**) كما أنَ له دوراً كبيراً يمنح الفرد القدرة على تعديل وتغيير السلوك فكلما قوى تقدير المرء لذاته،كان من السهل عليه أن يحظى ويحتفظ بالشجاعة اللازمة لتغيير سلوكه(مالهي،٢٠٠٧:ز)،ويلعب تقدير الذات دوراً مهماً في زيادة دافعية الفرد للانجاز والتعلم ،وتبين في دراسة الحميضان(١٩٩٨)بانَ هناك علاقة موجبة ودالة بين دافعية الانجاز الدراسي وتقدير الذات،كما توصلت دراسة وسزينكا إلى وجود علاقة دالة وايجابية بين مستوى تقدير الذات والتفكير الإبداعي والتحليلي لدى التلاميذ.

(حمام والهويش،٩٣-٢٠١٠:٩٥)

وتقدير الذات مرتبط بتكامل شخصية الفرد، وُيعدَ بعضهم أن تقدير الذات يقع بين شخصية الفرد،والواقع الاجتماعي ،وتقدير الذات المنخفض له ارتباط كبير بتقبل الجماعة الاجتماعية له. (بلكيلاني،٢٠٠٨:١٢)

آن النجاح المتكرر للطالب يساهم في تكوين مفهوم ايجابي عن الذات ويساهم الفشل المتكرر في تكوين مفهوم سلبي عن الذات ويجعل الطالب يفتقر إلى الثقة بقدراته .

(زيد،٢٠٠٨:٤٢)

ويرى روزنبرج "Rosenberg"بأنَه الشعور بالقيمة ويمثل اتجاهاً نحو الذات، إما أن يكون ايجابياً أو سلبياً والذي يتمثل بشعور الفرد بأنه ذو قيمة ويحترم ذاته لما هي عليه .

(خوجة،٢٠٠٩:٥)

ويختلف تقدير الفرد لذاته في المواقف المختلفة تبعاً لتغير مفهومه عن ذاته من خلال علاقاته الشخصية بالآخرين،والفرد يميل إلى مقارنة نفسه بمن حوله إذا احتاج تقديراً لذاته،فقد يقدر ذاته بدرجة عالية إذا كانت هذه العلاقة ايجابية،ويقدر ذاته بشكل سالب إذا كان تقدير الآخرين له سالباً في هذا الموقف. (الضيدان،٢٠٠٣:١٣)

ويصف سميث"Smith"أنَ الأفراد الذين يقدرون أنفسهم سلبياً بأنهم إفراد يفقدون الثقة بأنفسهم،ويخشون دائماً التعبير عن الأفكار غير العادية بحيث يميلون إلى الحياة في ظل الجماعات الاجتماعية مستمعين أكثر من كونهم مشاركين ويفضلون العزلة والانسحاب على المشاركة،مما يقلل فرصهم في تكوين صداقات وعلاقات مع الآخرين.(الحربي،٢٠٠٣:٤٠)

إنَ الإفراد ذو التقدير المرتفع للذات يتميزون بسمات معينة منها إنهَم يحترمون أنفسهم ويعدونهَا ذات قيمة، ويشعرون بالكفاءة ،ولديهم شعور بالانتماء ،ولديهم ثقة في مداركهم وأحكامهم ويعتقدون أنَ باستطاعتهم بذل الجهد بقدر معقول وتؤدي اتجاهاتهم المقبولة تجاه أنفسهم إلى قبول أرائهم والثقة والاعتزاز بردود أفعالهم واستنتاجهم وهذا يسمح

لهم بأتباع أحكامهم عندما تختلف آراؤهم عن أراء الآخرين ،ولايجد هؤلاء الإفراد صعوبة في تكوين صداقات مع الآخرين. (وايرفين،١٩٩٥:٥)

وأكّد كارل روجرز(G.Rogers)بانَ التقدير الايجابي للذات يعد شرطاً ضرورياً للصحة النفسية،لأنَ نقص الاستبصار بمفهوم الذات يؤدي إلى سوء التوافق النفسي وإلى سلوكيات غير ملائمة نظراً، لأنَ الفرد لا يستطيع إدراك خصاله الذاتية على نحو دقيق، وهذا ما أشارت إليه عدة دراسات للكشف عن العلاقة بين مفهوم تقدير الذات وبعض الاضطرابات النفسية (كالقلق)،إذ أجرى ميتشيل (Mitchell) دراسة على عينة من الطالبات الجامعات ووجد أن هناك علاقة سلبية بين القلق وتقدير الذات، فكلما كانت صورة الذات ايجابية دل إلى تقدير مرتفع للذات وكان القلق والاكتئاب أقل. (فرنسو،٢٠٠٨:٥)

وأن الشخص الذي يمتاز بتقدير ذات إيجابي يمتاز بالقدرة على التوفيق بين مشاعره الداخلية وسلوكه الظاهري،كما أنَ لديه القدرة على إبداء مالديه من آراء ورغبات بشكل واضح. كما يتصف بالقدرة على الاتصال والتواصل مع الآخرين.أما بالنسبة للأفراد الذين لديهم تقدير متدنٍ فهم يميلون إلى موافقة الآخرين والإذعان لطلباتهم ورغباتهم وعدم القدرة على إبداء وجهة النظر والتأثر بالآخرين،والتقدير الإيجابي للذات عامل أساسي لمقدرة الفرد على تخطي الصعوبات و الاستمرار بخطى ثابتة،فهو يولد الشعور بالراحة النفسية والقدرة على تحقيق الطموحات الخاصة بالفرد نفسه وبذلك.يحافظ على حقوقه ويمنع تراكم المشاعر السلبية و التوتر والكآبة (شكشك، ٢٠٠٧، ١٣).

أمَا الأشخاص ذوي تقدير الذات المنخفض ،فهم لا يسعون إلى المشاركة في الأنشطة مع إقرانهم ،ويميلون إلى التحدث بسلبية عن أنفسهم ،ويعانون من الإحباط ،فيكثر تذمرهم وشكواهم من مختلف الظروف والمواقف،ويغلب عليهم التشاؤم ،وينعكس انخفاض تقدير الذات على شعورهم بالعجز عن انجاز الإعمال وتوقعهم للفشل ،فهم يتمنون لو أنهم غير ذواتهم أو أنهم أشخاص آخرون،ويعانون من تذبذب في فهمهم لذواتهم.(شاهين ،حمدي،٢٠٠٧:١٥)

وان تقدير الذات المنخفض لدى الفرد يكون مقترناً بحالات الفشل في انجاز المهمات والرفض من الآخرين وغيرها من المواقف التي لها انعكاسات،ويرتفع تقدير الذات عندما ينجح الفرد في انجاز المهمات وعندما يمتدح أو يختبر حب الآخرين(Lery&Banmeister,2000:479)

ويشير روجرز"Rogers" إلى أنَ تقدير الذات يأتي من خلال تقدير الوالدين غير المشروط لأبنائهم ،أي قبول الطفل واحترامه كما هو ،أي دون شروط،وان الفرد الذي يمر بخبرات التقدير الايجابي غير المشروط يصبح تقديره لذاته واحترامه لها تقديراً مطلقاً، وهو ما يتيح للفرد التقدم نحو التحقيق الكامل للذات . (انجلر، ١٩٩١: ٢٧٧ –٢٧٨)

ويؤكد ماسلوMaslow على أنَ تقدير الذات حاجة حينما يقتنع بها الفرد وتقوده إلى الشعور بالثقة بالنفس وبالقيمة والقوة والقدرة والكفاءة لكي يكون الإنسان نافعاً وضروريا في العالم ،وان إعاقتها تولد مشاعر النقص والضعف والعجز مما تسبب للإنسان نزعات عصابية .(مصطفى،١٩٩٠:١٦)

فتقدير الفرد لذاته نابع عن حاجات الإنسان "ماسلو"وقد نظم الحاجات على شكل هرم،للوصول إلى تحقيق الذات الواقع في قمة الهرم، وعدَ إشباع الحاجات الأساسية العضوية،وشعور الفرد بالأمان والانتماء وشعوره بتقدير ذاته هو الذي يحقق له الوصول إلى تحقيق ذاته .(شكشك،٢٠٠٧:١٠)وتؤكد نتائج العديد من الدراسات أن المحققين لهوياتهم يكونون أكثر ايجابية في نظرتهم لذواتهم، وأكثر توافقا مع الذات،ويظهرون درجات أعلى من التوافق النفسي والاجتماعي،فقد بينت نتائج دراسة تايلور(Taylor)وجود علاقة بين تقدير الذات وتشكيل الهوية (Taylor, 1987, p343)

وقد أشارت العديد من الدراسات العربية والأجنبية على ضرورة الاهتمام بدراسة تقدير الذات،وأجريت العديد من هذه الدراسات على عينات من طلبة المرحلة الجامعية والمدارس بمراحلها كافة،وقد تناولت تقدير الذات وعلاقته بمتغيرات وعوامل مختلفة ومن أبرز هذه الدراسات(مصطفى١٩٩٠، ،شقفة ،٢٠٠٨،الغامدي،٢٠٠٩).ومن الدراسات الأجنبية التي

تناولت تقدير الذات هي دراسة(Martrnez and Garcra 2007) ودراسة (جوزيف وآخرون1992 Joseph et.al)ودراسة(1998) , Tikmothyوجميع هذه الدراسات تؤكد في توجيهاتها دراسة تقدير الذات لمجتمعات وعينات ومتغيرات مختلفة .

وتعد مرحلة البلوغ المرحلة التي يبدأ فيها تقدير الذات بالتشكيل فعلياً،فهي المرحلة التي يتعرض فيها الفرد إلى العديد من المواقف الحياتية التي تؤثر مباشرة على تقدير الذات لديه،من خلال مواجهته لهذه المواقف،واختباره لقدراته،وإمكاناته وإجراء تقويمات لها. وبذلك يكون الفرد قد كونَ وشكلَ تقويماً لنجاحه أو فشله في بناء علاقات ناجحة مع الآخرين،فيزداد شعوره بقيمته كلما زادت نجاحاته في بناء هذه العلاقات.(شاهين وحمدي،٢٠٠٧:١٤)

وحياة المراهق مليئة بفرص دخول التجارب الجديدة واكتشاف العلاقات الإنسانية المؤثرة في نمو الشخصية،وإنَها فترة الإحساس بالقابليات والقوى العميقة في الفرد وفيها حرية كبرى في اكتشاف العالم والمغامرة فيه بإرادته ،وذلك خلافاً للطفل والراشد اللذين يحددان بالعجز وسلوك الأخر بتحمل مسؤوليات الحياة،إذ تُشكَل المراهقة بالنسبة للكثيرين من الصغار فترة الحلم الكبير المتمثل بالحب والقوة اللتين لم تشوههما وقائع الحياة بعد والمسؤولية والاستقلالية التي يبحث عنها المراهق لتكوين شخصيته وذاته تعترضها قوى اجتماعية ونفسية تعمل على كبح حركة المراهق نحو تحقيق ذاته وفرديته. (الالوسي وخان،١٩٨٣:٢٦٧)

وتتأثر مرحلة المراهقة بما سبقها وتؤثر بما يتبعها من مراحل نمائية إذ تتبلور إثنائها شخصية الفرد ومفهومه عن ذاته فهي مرحلة تحول اجتماعي ثقافي في حياة الفرد. (نوري،١٩٨١:٧٥)

فتقدير الذات لبنة أساسية يجب أنْ يقوم عليها البناء النفسي لشخصية المراهق لاسيما إذا علمنا أنَ إحدى المهمات النمائية الأساسية للمراهق هو سعيه الدائم لإيجاد نفسه وتقديرها وتحقيقها. (زبيدة،٢٠٠٧:١)

ثالثاً: أهداف البحث Research Objectives:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على ما يأتي

١- مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية .

٢- مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفقا لمتغير الجنس(ذكور-اناث)

خامساً: حدود البحث Research Limitation

يقتصر البحث الحالي على طلبة المرحلة الإعدادية (الصف الرابع بفرعيه العلمي والأدبي) في محافظة صلاح الدين مدينة تكريت للعام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢

سادساً: تحديد المصطلحات: Definition of The Terms

١- تقدير الذات Estee – Self

عَرفهُ زيلر (Ziller,1967)

بأنه" تقييم ينشأ ويتطور من خلال الإطار الاجتماعي للفرد.(ziller et al,1967:84)

وعَرفه شيرمان(Sherman,1987):

التفاوت الفعلي بين مستوى تقرير مفهوم الذات ومستوى الذات المثالي. (Sherman,1987,p24)

وعرفه بلومر(Plumer,2007)

حكم شخص وتقييمه لنفسه والذي يتضمن إتجاه الفرد نحو نفسه في المواقف المختلفة. (Plumer,2007, 13)

وعرفه الغامدي(٢٠٠٩) :

عبارة عن حكم الفرد، و تقييمه الذاتي سلبا كان أو إيجابا، و الذي يعبر عن احترامه لها، ويتأثر بالعوامل الذاتية و الاجتماعية (الغامدي،٢٠٠٩، ١٠)

التعريف الإجرائي للتقدير الذات

هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إلاجابة على فقرات مقياس تقدير الذات الذي أعدته الباحثة.

المرحلة الإعدادية:

عرفتها وزارة التربية ١٩٧٧:

مرحلة دراسية تقع ضمن المرحلة الثانوية بعد المرحلة المتوسطة مدتها ثلاث سنوات تهدف إلى ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلاب وميولهم وتمكينهم من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع وتعميق بعض الميادين الفكرية والتطبيقية تمهيدا لمواصلة الدراسة وإعدادهم للحياة العملية الإنتاجية (وزارة التربية، ١٩٧٧، نظام المدارس الثانوية،رقم ٢)

الفصل الثاني: الإطار النظري ودراسات سابقة

أولا : المقدمة /التطور التأريخي لمصطلح الذات

أن الإنسان لم يعرف الذات كما يعرفها في الوقت الحاضر من حيث كونها مصطلحا نفسيا له دلالاته،فلا تكاد توجد ثقافة ألاَ واستخدمت ألفاظاً مثل،أنا،نفسي،لي ،ملكي ،التي تدل علي كنه النفس،علماً أنَ جذور الذات قديمة جداً إذ ترجع أصولها إلى(هوميروس) الإغريقي الذي ميز بين الجسم الإنساني المادي وبين الوظيفة غير المادية والتي أطلق عليها فيما بعد النفس أو الروح ،لذا فانَ الاهتمام بالذات ليس موضوعاً جديداً فهو موضوع نظري تناوله الفلاسفة اليونان ،ويرى سقراط أنَ النفس جوهر أو كائن روحي له خصائصه الذاتية،وحين أدرك المعنى العميق للعبارة التي كانت منقوشة على معبد دلفى "اعرف نفسك بنفسك".(فرحان،١٩٨٦:٩٥) فقد أشار إفلاطون إلى أنَ الإطار الرئيس للفرد يتكون من ثلاث نفوس، العاقلة، والغضبية، والشهوية، ويعتقد أنَ النفس تسبق الجسد في الوجود، وتبقى خالدة بعده، وأنَها تختلف عنه بطبيعتها الروحية. (جادو ، ١٩٨٧: ٤٣)

اهتمام المفكرين والفلاسفة العرب بالنفس وأقسامها ،فيرى ابن سينا أن مفهوم الذات هي الصورة المعرفية للنفس البشرية،أمَا الغزالي فيقول: إنَ النفس خمس وجهات (النفس الملائمة، والنفس اللوامة، النفس البصيرة، والنفس المطمئنة، والنفس الأمارة بالسوء)وقد عد أربعا منها حميدة وواحدة غير حميدة .

ولقد اهتم ديكارت بمسألة الثنائية بين الجسم والروح في كتابه مبادئ الفلسفة(١٦٤٤)إذ أطلق مقولة الشهيرة (أنا أفكر أذن أنا موجود)وهو بهذا يربط ربطاً تاماً بين تفكير الإنسان وذاته ووجوده. (زهران، ١٩٨٠: ٨٢) .

أمَا في القرن التاسع عشر فقد اتسعت دائرة النقاش حول مفهوم الذات بعد أن أصبح علم النفس علماً قائماً بذاته يدرس السلوك ويعد وليم من أوائل علماء النفس الذين أولوا موضوع مفهوم الذات الصدارة في أبحاثهم .حيث يرى أنَ الذات هي المجموع الكلي لكل ما يمكن أنْ يرى الفرد أنَه له. وأشار وليم جيمس إلى ثلاثة أنواع من الذات

١ – الذات المادية : وهي ذات ممتدة تحتوى بالإضافة إلى جسم الفرد وأسرته وممتلكاته.

٢ – الذات الاجتماعية :وتتضمن وجهة نظر الآخرين نحو الفرد .

٣ – الذات الروحية : وتتضمن انفعالات الفرد ورغباته . (الفاعوري، ٢٠١٠: ١)

وبعد ذلك أسهم كثير من العلماء المهتمين بدراسة الذات وتطوير فكرة الذات منهم "كولي cooley،١٩٠٢" الذي أكد على العلاقة بين الذات والبيئة الاجتماعية ،هربرت ميد" Mead" ١٩٣٤ الذي وسع هذا المفهوم وناقش العملية التي يصبح بها كيان الشخص مرآة تعكس صورة الحياة الاجتماعية التي نشأ فيها .(الشيخي ،٢٠٠٣: ٦٨)

أما لكي " Lecky" ١٩٤٥ يعتقد بأنَ مفتاح السلوك يكمن مركز الشخصية ،الذي هو مفهوم الفرد عن نفسه . (مصطفى ،١٩٩٠: ١٥)

يونج " Jung" والذات عنده منظومة شعورية تعمل على التفاهم والانسجام بين الغرائز الفطرية المولود بها الفرد وبين مطالب المجتمع وقيمة ومثله،وتعمل بوعي تام ،وتجهز الشخصية بالوحدة والتكامل والتوازن وتحرك وتنظم السلوك. (سفيان، ٨٦– ٨٧: ٢٠٠٤)

أدلر "Adler" فالذات عنده تمثل نظاماً شخصياً وذاتياً يفسر خبرات الإنسان ويعطيها معناها .(هول ولندزي،١٩٧١:١٦١)،والذات الخلاقة أو المبدعة هي التي تبني وتكون وتصون ،وتحتفظ ،وتتابع وتراقب أهداف الفرد ،الذات الخلاقة تساعد في تشكيل الشخصية.

(انجلر،١١٤:١٩٩١–١١٩). أما ساربين" sarbin"١٩٥٢ فيعُد الذات بناءً معرفياً يتكون من أفكار الفرد عن مختلف نواحي وجوده فقد يكون الفرد مفاهيم عن جسده(الذات البدنية)وعن أعضاء الحس لديه وبنائه العقلي(الذات المستقبلية)وعن سلوكه الاجتماعي(الذات الاجتماعية) وتكتسب هذه الذوات التي تعدُ أبنية تحتية للبناء المعرفي الكلي من خلال خبرات الفرد،وتحدث"ساربين"عن هذه الذوات بوصفها ذوات تجريبية وهو يعتقد أنَ هذه الذوات مرتبة فالذات البدنية أولا وفي النهاية الذات الاجتماعية، ويستخدم "ساربين" مصطلحي الذات والأنا بالتبادل.(هول ولندزي،١٩٧١:٦٠٤)

شلدون" Sheldon" فقد أشار إلى وجود تأثير مباشر لأبعاد بنية الجسم،إذ تنمو شخصية البدين مختلفة عن شخصية الهزيل إذ إنَ لتوقعات الآخرين تأثيراً مهماً عن مفهوم الفرد عن نفسه.(لازاروس،١٩٨١:١٦٤) البورت" Allport"يرى أن الذات مفهوم أساسي في دراسة الشخصية.ومعظم مناقشات البورت للانا أو الذات تدور حول الجوهر المميز للفرد الذي يحتوى على كل المظاهر المجتمعة لشخصية فرد ما،والتي تعدُ فريدة ومميزة له فتجعل منه فرداً مختلفاً عن بقية الأفراد وتحقق له وحدة ذاتية وهذا الجوهر المميز يشمل الإحساس الجسمي والتفكير المنطقي،والكفاح الجوهري،ومفاهيم صورة الذات،وامتداد الذات،وتقدير الذات.(غنيم،١٩٧٥:٦٦٧)،ويعد(سوليفان)الذات(self)بمثابة منظومة من أساليب سلوكية يكتسبها الفرد (داود والعبيدي، ١٩٩٠ ،١٩٠).

هورني"Horney" الذات هي جوهر الفرد وإمكاناته،أن الفرد يحاول أن يبني ذاتا مثالية،إي يضع لنفسه مثلاً معينة .أنها ذات مثالية من الواجبات والالتزامات ،ويحاول أن يعيش مرتفعاً لمستواها،وأنَ"الذات المثالية" ليست هدفاً ايجابياً،فهي غير واقعية وفي النهاية هي مستحيلة التحقيق. (المليجي،٢٠٠١: ١١٢-١١٣)

أما فرويد(Freud) الذي يمثل علماء التحليل النفسي فيعد الأنا المرتكز الأساس في بناء الشخصية، إذ لها دور وظيفي وتنفيذي تجاه الشخصية، فهي التي تحكم بدوافع الفرد من حيث تفريغها أو التحكم بها للموازنة بين مايفرضه الواقع من أخلاقيات والدوافع الطبيعية، أي أنا وظيفتها هي التوافق بين الواقع والضمير . (خوري،٢٠١٠ ،٩١)

تحدث ماسلو"Maslow" ١٩٧١ عن الذات من خلال هرم الحاجات الشهير الذي يتكون من خمسة مدرجات حيث يبدأ بالحاجات الفسيولوجية وينتهي بتحقيق الذات،ويرى ان تحقيق الذات هي مرحلة متميزة تجعل للفرد كيانه المستقل وتميزه عن غيره من خلال قدرة هذا الفرد على تحقيق طموحاته العليا التي يرغب الوصول أليها . (Ware&Johnson,2000:232)

ويرى روجرز"Rogers"ان الذات هي كينونة الفرد وتنمو وتنفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي،وتتكون بينة الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة،وتشمل الذات المدركة، والذات الاجتماعية،والذات المثالية وقد تمتص قيم الآخرين وتسعى للتوافق والثبات والاتزان،وتنمو نتيجة للنضج والتعلم،وتصبح المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات. (Schult,1994:305)

نمو تقدير الذات

يبدأ تقدير الذات في النمو والتطور منذ مرحلة الرضاعة،حيث يتشكل ويتكون متأثراً بممارسة الوالدين والإخوة والمحيطين بالطفل ،ومع التقدم في العمر يصبح لإدراك الطفل لذاته دور كبير في تشكيل تقدير الذات لديه. (شاهين وحمدي،٢٠٠٧:١١)

إن الأسرة هي المنبع الأول والأساسي في إيصال الطفل إلى تقديراً ايجابياً أو سلبياً ،والكثير من الأسر تستخدم أسلوب تربوي غير داعم لتطوير تقدير الذات الايجابي لدى الإفراد، فتقدير الذات يرتبط بمراحل النمو التي يمر بها الفرد ،فعندما يوجد طفل يكون غير قادر على أن يفصل ذاته عن المحيط الاجتماعي الخارجي، لكنه كلما كبر بالعمر يبدأ بتمييز ذاته تدريجياً. (شكشك،٢٠٠٧:١١)

وترى كارا "**Kara**" أن تقدير الذات ينمو خلال مراحل العمر المبكرة ولاسيما السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل مهمة جداً لنمو تقدير الذات. (**Kara,2003:10**)

كما يرى كيل"**Kail,1998** "أنَ مفهوم الطفل عن ذاته يشتق من المناخ الأسري الذي يعيش فيه ،ولهذا يرجع"كيل" التقدير السالب للذات لدى الطفل إلى اضطراب المناخ الأسري وفشل الوالدين في وضع قواعد أسرية تشجع التفاعل والتواصل الأسري فيما بينهم بل قد يمتد الأمر إلى عدم اهتمام الوالدين بمشاعر أطفالهم مما يولد لدى الطفل مشاعر عدم الرضا عن الذات ضمن سياقه الأسري. (**284: kail,1998**)

ويرى فيلان"**phelan**" أن نمو تقدير الذات لدى الأطفال يحدث ضمن ثلاث مراحل ، المرحلة الأولى من الولادة إلى سن المدرسة الذي يتأثر فيه تقدير ذات الطفل بالوالدين وذوي الأهمية في حياته ،كما يتأثر تقدير الذات الأطفال بشكل ملحوظ بتفاعلات إبائهم معهم ومع غيرهم ،المرحلة الثانية مرحلة سن المدرسة حيث يتأثر تقدير الذات الطفل بنجاحه أو فشله في المدرسة ،لذلك يمكن ان يمتلك الطفل تقديراً عالياً في بيئة البيت ،لكن يتأثر تقدير الذات بسبب الفشل المستمر في نظام المدرسة ،المرحلة الثالثة مرحلة المراهقة حيث أهمية التفاعلات الاجتماعية ،ولاسيما بالجنس الآخر. (**phelan,1996:150**)

وترى كاي" **Kay**"أن فترة المراهقة مرحلة صعبة ، لأنَ تفاعلات الإقران تلعب دوراً حاسماً في نمو هوية الذات ،فالقبول الاجتماعي من الإقران والمظهر الجسمي لهما أهمية كبرى لإحساس المراهقين العام بالجدارة والقيمة والسعادة.(**Kay,2003:1**)

العوامل التي تؤثر في تقدير الذات

١ – الأسرة :أن البيئة الأسرية مهمة في نمو ونشأة تقدير الذات ،فقد توصلت العديد من الدراسات إلى أن دعم الوالدين،ومنح الحرية والاستقلال للأبناء مرتبط بطريقة ايجابية بالتقدير المرتفع للذات لدى الأبناء فعندما يثق الأب وإلام بالابن ويعتبرانه شخصاً مسؤولاً فإنَ هذا يزيد من تقديره لذاته . (الضيدان ،٢٠٠٣: ٢٤)

٢ – صورة الجسم: وهي الصورة العقلية التي يكونها الفرد عن جسمه كما يستحضره في الذهن سواء عن طريق تكوين صورة حقيقية سابقة،أم صورة تخيلية

٣ –الذكاء: فالإفراد الأكثر ذكاءً يفسرون مشاعر، ومواقف الآخرين نحوهم بشكل أفضل من الأفراد الأقل ذكاء،وهذا الشعور يؤثر بدورة على تقدير الأفراد لذواتهم.(صالح،٢٠١١ :٤٦)

٤ – المدرسة:ولها دور كبير في تقدير الطفل لذاته ، حيث يكون تأثيرها في تكوين تصور الطفل عن ذاته واتجاهاته نحو قبولها أو رفضها ،كما أن لنمط النظام المدرسي والعلاقة بين المعلم والتلميذ يؤثر تأثيرا هاما على مستوى مفهوم التلميذ عن نفسه(شقفة،٢٠٠٨: ٢٤)

٥ – الأصدقاء والإقران:أحد أركان تقدير الذات القبول (الحب غير المشروط دون قيد أو شرط)من ثم يلعب الأصدقاء دوراً كبيراً جداً في تعليم الفرد تقدير ذاته،خاصة أثناء مرحلة المراهقة ،خوف المراهق من الرفض يجاهد للاندماج في جماعة الإقران،ويتضح هذا في طريقة لبسهم وكلامهم فقد يؤكد الإقران ما تعلمه الفرد في البيت،أو يرفضوه،وبالتالي يؤثر على تقدير ذاته (Toror-morn,2006:13)

النظريات التي فسرت مفهوم تقدير الذات

١ – نظرية روزنبرج "Rosenberg Theory "

إنَ هذه النظرية تعدَ من أولى النظريات التي وضعت أساسا لتفسير وتوضيح تقدير الذات،إذ ظهرت هذه النظرية من خلال دراسته للفرد،وارتقاء سلوك تقييمه لذاته،في ضوء

العوامل المتخلفة التي تشمل المستوى الاقتصادي والاجتماعي،والديانة وظروف التنشئة الوالدية . (شقفة،٢٠٠٨:١٠)

اهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته ،وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد. (عبدات ،٢٠٠٩:٦)

كما اهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات مثل تلك التي بين المراهقين الزنوج والمراهقين البيض،والتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر،وعدَ روزنبرج أنَ تقدير الذات مفهوم يعكس إتجاه الفرد نحو نفسه ،وما الذات ألا أحد هذه الموضوعات يكون الفرد اتجاهاً نحوها لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى ،ولكنه فيما بعد عاد،واعترف بأنَ إتجاه الفرد نحو ذاته ربما يختلف ولو من الناحية الكمية عن إتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى (الغامدي،٢٠٠٩:١٢٤)

وقد وضع روزنبرج ثلاثة تصنيفات للذات هي:

١ – الذات الحالية أو الموجودة: وهي كما يرى الفرد ذاته ،وينفعل بها.

٢ – الذات المرغوبة :وهي الذات التي يجب أنْ يكون عليها الفرد.

٣ – الذات المقدمة :وهي صور الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين ،ويسلط روزنبرج الضوء على العوامل الاجتماعية فلا أحد يستطيع أن يضع تقديراً لذاته والإحساس بقيمتها إلاَ من خلال الآخرين . (شقفة،٢٠٠٨:١٠)

٢ – نظرية كوبر سميث "Cooper Smith"

إنَ أعمال كوبر سميث تمثلت في دراسة لتقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية وتقدير الذات عند كوبر سميث ظاهرة تتضمن كلاً من عمليات تقييم الذات كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية وان كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات

فأن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى انه تصنعه على نحو دقيق ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته على قسمين :

١ – التعبير الذاتي وهو أدراك الفرد لذاته ووصفه لها .

٢ – التعبير السلوكي ويشير إلي الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية .(الناطور،٢٠٠٨: ٢٨ – ٢٩)

٣ – نظرية زيلر "Zelar Theory,1969"

إنَ نظرية زيلر تنظر إلى أنَ تقدير الذات هو البناء الاجتماعي للذات ، إذ إنَ تقييم الذات لا يحدث في معظم الأحيان إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي ،وإنَ تقدير الذات الذي يقوم به الفرد لذاته يلعب دور الوسيط بين الذات والعالم الواقعي ،لذلك عندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فأن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي تحدث في تقييمه وإدراكه لها.(الفهد،٢٠٠٥: ٤٤)،وتقدير الذات طبقاً "لزيلر" مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى،ولذلك فإنه افتراض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات ،وهذا يساعدها في أنْ تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه،وان تأكيد"زيلر"على العامل الاجتماعي جعله يسمى مفهومه–ويوافقه النقاد على ذلك–بأنه "تقدير الذات الاجتماعي"وقد ادعى أن المناهج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعطِ العوامل الاجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات . (الضيدان،٢٠٠٣:٢٣)

٤ – نظرية ابشتاين "Epstion"

من نظريات الذي التي سعى فيها "ابشتاين" إلى توضيح ماهية تقدير الذات بقوله: "أن كل شخص يضع هيئة أو صياغة للذات اعتماداً على قدرتها وصلاحيتها بشكل غير مقصود

طبقاً لخبراته المختلفة ،ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة احتراماً كاملاً للذات بمقدار الخبرات المرتبطة بالانجاز،وبزيادة تقدم الفرد ،فأن نظريته تزداد تعقيداً،ومع ذلك يبقى متمسكاً بمبادئها الأساسية،بمعنى أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري،ودائماً تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات ،أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى يتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة،فاعتقاده بأنه إنسان ذو قيمه ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات ،وانه من السهل أن يحبني الآخرون مثلاً ،ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً لملاحظات عن ذاته،انه كموضوع مجرد وفقاً لكيفية رؤية الآخرين له،وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التنشئة الأولى ومدى الاستحسان والاستهجان الذي لقيه الفرد أو يلقاه من قبل ذوي أهمية في حياته . (شقفة،٢٠٠٨:١١)

أ- دراسات عربية التي تناولت تقدير الذات

١-دراسة مصطفى(١٩٩٠)

هدفت إلى التعرف على١- مستوى تقدير الذات لدى المراهقين والمراهقات من أبناء الشهداء والمتوفين والإحياء.٢-الفروق بين مستويات تقدير الذات لدى أفراد العينة،وشملت عينة البحث(٣٠٠)طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية،قام الباحث بتطبيق مقياس روزنبرج لتقدير الذات،وتعديل مقياس اتكن لصرامة الوالدين،واستخدم الوسائل الإحصائية:الاختبار التائي،معامل ارتباط بيرسون،الانحدار المتعدد،النتائج:تقدير الذات لأبناء الشهداء أعلى من تقدير الذات لأبناء المتوفين والإحياء.تقدير الذات للمراهقين أعلى من تقدير الذات للمراهقات.

٢-دارسة الضيدان(٢٠٠٣)

هدفت الى تحديد العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة،وشملت عينة البحث(٧٩٨) طالب من طلبة المرحلة المتوسطة وقام الباحث بتطبيق مقياس تقدير الذات لبروس آرهير،واستخدم الوسائل الاحصائية: المتوسط الحسابي -انحراف

المعياري – معامل ارتباط بيرسون –تحليل التباين،النتائج: وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا من النوع السالب بين تقدير الذات والسلوك العدواني.

٣–دراسة شقفة (٢٠٠٨)

هدفت الى معرفة طبيعة العلاقة بين تقدير الذات و المشاركة السياسية لدى طلبة الجامعة.وشملت عينة البحث(٢٤٠)طالب و طالبة من طلبة الجامعة،وقام الباحث بتطبيق– مقياس تقدير الذات ،ومقياس المشاركة السياسية،واستخدم الوسائل الاحصائية: معامل ارتباط بيرسون ،المتوسطات الحسابية ،والانحرفات المعيارية وتوصلت الى النتائج الاتية: لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات و المشاركة السياسية لدى أفراد عينة الدراسة

٤– دراسة الغامدي (٢٠٠٩)

هدفت هذه الدراسة الى وصف العلاقة بين اضطربات الكلام والثقة بالنفس وتقدير الذات ،و شملت عينة البحث(٥١٦) طالب وطالبة من طلبة المرحلة المتوسطة،واستخدم– مقياس الثقة بالنفس.استمارة ملاحظة اضطرابات الكلام،مقياس تقدير الذات،الوسائل الاحصائية:تحليل التباين– اختبار التائي–المتوسط الحسابي والانحراف المعياري–معامل ارتباط بيرسون،النتائج: – وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين إضطرابات الكلام و تقدير الذات.

ب– دراسات أجنبية التي تناولت تقدير الذات

١–دراسة جوزيف وآخرون Joseph, et .al 1992 . هدفت الدراسة إلى تعرف الفروق بين الذكور والإناث في متغير تقدير الذات ،وهذه الدراسة عبارة عن سلسلة من الدراسات، وبلغت العينة (٤٣) رجلاً و (٤٧)امرأة وقد أستخدم الباحثون :– مقياس تقدير الذات لروزنبرج ١٩٦٥– مقياس القدرات الاجتماعية – الرياضية – الإبداعية – الأكاديمية "،وأشارت نتائج الدراسة إلى: وجود فروق ذات دلالة على مقياس القدرات لصالح عينة الرجال الذي أدى إلى

ارتفاع تقدير الذات لديهم، بمعنى أن إدراك الرجال لقدراتهم الاجتماعية والإبداعية والرياضية والأكاديمية أدى إلى ارتفاع تقديرهم لذواتهم

٢- دراسة "Tikmothy,1998" هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن درجة تقدير الذات لدى الأطفال العدوانيين،وشملت العينة (٩٩)طفلاً منهم (٤٦)طفلاً عدوانيا و(٥٣)طفلاً غير عدواني من الصف والعمر والجنس نفسه وطبق عليهم مقياس لتقدير الذات،وبينت النتائج أن المعلمين والوالدين والأطفال الآخرين قد أعطوا الاستجابات لكن العدوانيين أنفسهم لا يملكون إي فكرة عما يعتقده الآخرون حولهم فمالوا إلى إنكار أي خلاف مع الأطفال الآخرين أو مع أمهاتهم وان خلافاتهم مع المعلمين معتدلة وان قدراتهم الجسدية والدراسية عالية، يحظون بتقدير عال من أمهاتهم واقرأنهم أي أنّ لديهم تضخم في تقدير الذات بينما قلل الأطفال غير العدوانيين من تقدير الآخرين لهم .(الناطور،٢٠٠٨:٣٦)

٣- دراسة "Martrnez and Garcra 2007" أجريت هذه الدراسة في البرازيل في جامعة كاستيلا، هدفت إلى معرفة العلاقة بين أنماط النفسية وتقدير الذات،وتكونت عينة الدراسة من ١٢٣٩ مراهق،واستخدم مقياس التنشئة الاجتماعية –ومقياس تقدير الذات ،واستخدم الوسائل الإحصائية تحليل التباين – انحراف المعياري – وأظهرت النتائج إن تقدير الذات للمراهقة في الأسرة الديمقراطية – المتساهلة أعلى من تقدير الذات للمراهق في الأسرة السلطوية أو المهملة .

مناقشة الدراسات السابقة

١- تنوعت أهداف الدراسات السابقة المتعلقة بتقدير الذات،فقد هدفت دراسة،كما تهدف بعض دراسات السابقة الأخرى إلى كشف العلاقة بين تقدير الذات وبعض المتغيرات الأخرى ومنها دراسة Tikmothy(١٩٩٨)التي تهدف إلى كشف العلاقة بين العدوان وتقدير الذات ،ودراسة Martrnez(٢٠٠٧)التي تهدف للتعرف العلاقة بين أسلوب المعاملة الوالدية وتقدير الذات

٢- بالنسبة لحجم العينات في الدراسات السابقة المتعلقة بتقدير الذات فقد تباين أفرادها ما بين (٤٠- ١٢٣٩) فردا.

٣-الوسائل الإحصائية المستخدمة في دراسات سابقة فقد تختلف باختلاف أهداف الدراسة،إذ كان معادلة سبيرمان، ومعامل ارتباط بيرسون،والاختبار التائي ومعامل ألفا كرونباخ من الوسائل الإحصائية المستخدمة،أما بالنسبة للدراسة الحالية فقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون واختبار التائي واختبار شيفيه.

٤-أما بالنسبة لأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة المتعلقة بتقدير الذات فإن بعضها معدة من قبل الباحثين كما في دراسة الغامدي(٢٠٠٩)،وبعضها جاهزة كما في دراسة جوزيف (١٩٩٢) ودراسة الضيدان(٢٠٠٣)ودراسة زبيدة(٢٠٠٧)،أما بالنسبة لدراسة الحالية فقد استخدمت مقياس المعد من قبل الباحثة.

الفصل الثالث :اجراءات البحث

١-مجتمع البحث

ويتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة الصف الرابع الإعدادي بفرعية (العلمي- الأدبي)في المدارس الثانوية و الإعدادية في مدينة تكريت والبالغ عددهم (١٣٠١)طالباً وطالبة،موزعين على(٣٣)مدرسة بواقع (١٦)مدرسة للبنين ،و(١٧)مدرسة للبنات،يتوزعون وفق متغير الجنس بواقع(٧١٦)طالباً و(٥٨٥)طالبة،في المدارس الثانوية والإعدادية للبنين والبنات في مدينة تكريت للعام الدراسي (٢٠١١- ٢٠١٢).

٢ -عينة البحث

بعد تحديد المدارس والبالغ عددها (٣٣) مدرسة في قضاء تكريت اختيرت عينة البحث بطريقة قصدية وفق متغير الجنس وتكونت العينة من (٨٨) طالباً وطالبة يتوزعون تبعاً

لمتغير الجنس عدد الذكور البالغ(٤٤) طالباً مقابل عدد الإناث(٤٤) طالبة .وجدول(١) يوضح ذلك .

جدول(١) يوضح عينة البحث

ت	أسماء المدارس	الصف الرابع العلمي		الصف الرابع الادبي		المجموع
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	
١	ثانوية خالد بن الوليد للبنين	١١	–	١١	–	٢٢
٢	ثانوية عقبة بن نافع	١١	–	١١	–	٢٢
٣	اعدادية الخنساء للبنات	–	١١	–	١١	٢٢
٤	اعدادية البيان	–	١١	–	١١	٢٢
المجموع		٢٢	٢٢	٢٢	٢٢	٨٨

ثالثا: أداة البحث / مقياس تقدير الذات

اطلعت الباحثة على مقاييس تتعلق بتقدير الذات وأدواتها المستخدمة في الدراسات السابقة، فلم تجد ما يفي بالغرض، ولهذا فقد ارتأت الباحثة إعداد أداة تناسب عينة البحث لقياس تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية ولهذا الغرض قامت الباحثة بالإجراءات الآتية:

١– تحديد مصادر فقرات المقياس :

لغرض جمع فقرات الاستبانة قامت الباحثة بالاطلاع على الأدبيات وعدد من الدراسات السابقة والمقاييس ذات العلاقة بالموضوع ومنها:

- دراسة الضيدان(٢٠٠٣).
- دراسة شقفة (٢٠٠٨).
- دراسة الغامدي (٢٠٠٩).

وقد اتبعت الباحثة بعض الإجراءات في صياغة الفقرات ومنها :

– أخذ الفقرات التي تناسب مجتمع البحث الحالي بعد الإفادة من الدراسات والمقاييس التي ذكرناها في بناء المقياس على أساسها.

– مسح الأدبيات التي تناولت تقدير الذات وصياغة بعض الفقرات في ضوئها . وفي ضوء الإجراءات السابقة أعدت الباحثة فقرات المقياس بصيغتها الأولية . وقد بلغ عدد فقراته (٧٢) فقرة موزعة على أربعة مجالات

٢–تحديد مجالات المقياس

أ– المجال الأسري . ب– المجال الانفعالي ج– تقدير الذات المدرسي د– تقدير الذات ألرفاقي(جماعة الأصدقاء)

٣– صياغة الفقرات

بعد التأكد من مجالات المقياس ،قامت الباحثة بصياغة فقرات كل مجال من هذه المجالات وروعي فيها :–

١– أن تصاغ الفقرة بلغة مفهومة لدى عينة البحث .

٢– عدم اعتماد الفقرات التي تحمل معاني متعددة .

حيث تم صياغة (٧٢)فقرة بصورتها الأولية موزعة على أربعة مجالات كما موضح في الجدول (٢) .يبين الجدول عدد المجالات وعدد فقرات المقياس بصورته الأولية

ت	اسم المجال	عدد الفقرات
١	الأسري	١٨
٢	الانفعالي	١٨
٣	تقدير الذات المدرسي	١٨
٤	تقدير الذات ألرفاقي	١٨
المجموع		٧٢

٤-إعداد تعليمات المقياس.

لأجل استكمال الصيغة الأولية للمقياس أعدت الباحثة التعليمات التوضيحية وراعت فيها أنّ تكون واضحة وتتسم بسهولة وسرعة فهم المستجيب لها ، والإشارة إلى أن ما تحصل عليه الباحثة من إجابات هي لأغراض البحث العلمي ، إذ تعد تعليمات الإجابة التي تتضمنها أداة البحث بمثابة دليل يسترشد به المستجيب.(ألعتابي ، ٢٠٠٦ : ٥٢)

فضلاً عن توضيح طريقة الإجابة على فقرات المقياس بإعطاء مثال توضيحي عن كيفية الإجابة على القائمة وذلك في الصفحة الأولى للاستبيان ، والإشارة بوضع (✔) تحت البديل الذي يعتقد انه ينطبق عليه وعدم ترك أية فقرة بدون إجابة مع ذكر البيانات المطلوبة كالجنس والاختصاص (الزوبعي ،١٩٨١: ٤٥) والتاكيد على أن هذا المقياس هو فقط للغرض العلمي ولا داعي للريبة ولن يطلع على نتائجه سوى الباحثة.

٥- عرض المقياس بصورته الأولية على الخبراء

- الصدق (الظاهري) للمقياس تقدير الذات :-

لغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات لمقياس تقدير الذات عرضت الفقرات بصورتها الأولية، على مجموعة من الخبراء أو المحكمين المختصين،وهو ما يسمى بالصدق الظاهري وهو أساس في أداة البحث إذ تعد أداة البحث صادقة عندما تقيس ما وضعت لقياسه.

وبذلك عرضت الباحثة المقياس لبيان رأيهم في:- الحكم على صلاحية الفقرات من حيث ملائمتها لقياس مفهوم تقدير الذات.

١- تعديل ما يحتاج إلى تعديل .

٢- مناسبة البدائل للفقرات .

٤- مدى ملائمة الفقرات للمجال الذي وضعت فيها.(الإمام وآخرون،٣٠،١٩٩٠)

وقد أبدى المحكمون آراءهم وملاحظاتهم في الفقرات من خلال حذف الفقرات غير المناسبة وتعديل بعضها وبعد الأخذ بآرائهم تم إجراء الأتي :-

- استبقاء (٦٤) فقرة لحصولها على نسبة أكثر من (٨٠%) من اتفاق الخبراء موزعة على المجالات الأربعة ، جدول (٣) يوضح ذلك بواقع (١٦) فقرات المجال الأسري و (١٦) فقرات المجال الانفعالي و (١٦) فقرات مجال تقدير الذات المدرسي و(١٦) فقرات مجال تقدير الذات ألرفاقي.وجدول(٣) يوضح ذلك
- تعديل بعض الفقرات بما يناسب أراء الخبراء والمحكمين.
- تم حذف (٨) فقرة كون نسبة الاتفاق عليها أقل من (٨٠%) جدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)آراء الخبراء حول صلاحية فقرات المقياس مع النسبة المئوية

الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون	المعارضون	النسبة المئوية
١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-٢٥-٢٤-٢٨-٦٢-٤٩-٤٤-٥٥-٣٨-٦٠	٣٠	١٦	-	%١٠٠
١٨-٣١-٣٢-٤٥-٥٦-٦٦-٧٠-٣٣-٤٦-٥٧-٦١-٢٦-٤٧-٥٢-٦٣-٥٣-٣٥-٤١-٣٦-٣٠	٢٠	١٤	٢	%٨٧
٧١-٧٢-١٠-٢٧-٢٩-٣٩-٦٩-٥٩-٤٨-٤٢-٥٨-٦٤-٦٥-٤٣-٦٧-٣٤-٦٨-٣٧-٤٠-٥٠-٥١-٥٤	٢٤	١٣	٣	%٨١
المجموع	٧٢	٤٣	٥	

جدول (٤) الفقرات التي تم حذفها بناءً على آراء المحكمين لمقياس تقدير الذات

ت	المجال	الفقرات	العدد
١	الأسري	١٠-١٨	٢
٢	الانفعالي	٤-١٠	٢
٣	تقدير الذات المدرسي	٩-١٦	٢
٤	تقدير الذات ألرفاقي	٩-١٢	٢
المجموع			٨

جدول (٥) توزيع الفقرات بحسب المجالات وتسلسلها في مقياس تقدير الذات المعتمد في التحليل الإحصائي

ت	المجال	الفقرات	العدد
١	الاسري	١-١٦	١٦
٢	الانفعالي	١٧-٣٢	١٦
٣	تقدير الذات المدرسي	٣٣-٤٨	١٦
٤	تقدير الذات الرفاقي	٤٩- ٦٤	١٦
المجموع		٨	٦٤

٦ – التطبيق الاستطلاعي

بغية التحقق من وضوح الفقرات والتعليمات وطريقة الإجابة والالتزام بالوقت المحدد لكل فقرة، قامت الباحثة بتطبيق الاختبار على عينة عشوائية من طلبة المرحلة الإعدادية الصف الرابع بلغ عددها (٢٦) طالباً، وكانت الإجابة تتم أمام الباحثة لمناقشة المستجيبين والإجابة عن استفساراتهن وكانت التعليمات جميعاً مفهومة وواضحة لدى الطلبة .

٧- طريقة تصحيح المقياس .

استخدمت الباحثة ثلاثة بدائل لتقدير الاستجابة على فقرات المقياس وهي : تنطبق علي(بدرجة كبيرة،بدرجة متوسطة،بدرجة قليلة).وتعطى الفقرات ايجابية الدرجات (٣-٢-١)والفقرات السلبية الدرجات (١-٢-٣)

٨- التحليل الإحصائي للفقرات .

لقد أشار المختصون في القياس إلى أهمية إجراء التحليل الإحصائي للفقرات في الاختبارات النفسية والتربوية،بحيث تعد عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من الخطوات الأساسية لبنائه،واعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص سايكومترية جيدة .

(الحمداني،٢٠٠٥: ١١٠) فضلاً عن أن التحليل الإحصائي للدرجات التي يتم الحصول عليها من خلال استجابات عينة من الأفراد تكشف عن دقة الفقرات في قياس ما وضعت لأجل قياسه.(Ebel, 1972: 401)،لذلك اختيرت الباحثة (٣٠٠)طالبٍ وطالبة وبشكل عشوائي من المدارس الإعدادية والثانوية وتم ما يلي.

أولاً: حساب القوة التميزية لفقرات مقياس تقدير الذات القوة التميزية للفقرة هي قدرة تلك الفقرة على تمييز الإفراد الذين يملكون الصفة أو من هم يعرفون الإجابة وبين الذين لا يملكون الصفة أو لا يعرفون الإجابة لكل فقرة(الأمام، ١٩٩٠ :١١٤)أو قدرتها على التميز بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا من الأفراد في الدرجات ولأجل التحقق من ذلك فقد استخدمت الباحثة القوة التمييزية للاختبار تقدير الذات أسلوبين هما:

١- أسلوب المجموعتين المتطرفتين Conras ted Exoupmethod

في هذا الأسلوب يتم اختيار مجموعتين متطرفتين من طلبة المرحلة الإعدادية الصف الرابع بناء على الدرجات التي حصلوا عليها في الاختبار ومن ثم تحليل كل فقرة من فقرات الاختبار باستخدام الاختبار التائي (t.test) لاختبار دلاله الفروق بين متوسطي المجموعة العليا والمجموعة الدنيا(عطية، ٢٠٠١، ص٢٣٥). ولغرض تحقيق ذلك اتبعت الخطوات:

١- تم تطبيق الاختبار على عينة التميز البالغة (٣٠٠) طالبا طالبة اختيروا من المدارس الثانوية والإعدادية.

٢- تصحيح استمارات الطلبة المستجيبين البالغة عددها(٣٠٠) استمارة لتحديد الدرجة الكلية التي حصل عليها كل مستجيب

٣- رتبت إجابات لكل فقره ترتيباً تصاعدياً بحسب الدرجات من أدنى درجة إلى أعلى درجة.

٤- وعلى أساس هذا الترتيب أخذت نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى درجة وهي المجموعة العليا و(٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى درجة وهي المجموعة الدنيا .إذ تشير الأدبيات إلى أنّ الاعتماد على هذه النسبة في اختيار المجموعات المتطرفة لإغراض التحليل الإحصائي من شأنها أنّ تقدم لنا مجموعة بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز (فرج، ١٩٨٠، :١٤٠). ولما كان عدد أفراد عينة التميز يبلغ (٣٠٠) طالباً وطالبة فأن استمارات المجموعة العليا (٨١) طالب واستمارات المجموعة الدنيا تشكل العدد نفسه.

٥- طبقت الباحثة الاختبار التائي (t.test) لعينتين مستقلتين لغرض اختبار دلالة الفرق بين المجموعة العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس وعدَّ القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١،٩٦) وقد اتضح في هذا الإجراء أن فقرات المقياس مميزة بين المجموعتين المتطرفين عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية تساوي (١،٩٦)، عدا الفقرات (٣-١٣-٤٠-٥٢) التي كانت غير مميزة عند هذا المستوى، وكما موضح في جدول (٦).

القوة التمييزية لفقرات مقياس تقدير الذات باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

ت	القيمة التائية المحسوبة	ت	القيمة التائية المحسوبة	ت	القيمة التائية المحسوبة
١	٢،١٠	٢٣	٥،٩٨	٤٥	٣،٧٣
٢	٣،٣٥	٢٤	٦،١٤	٤٦	٥،١٩
٣	٠،٣٤	٢٥	٢،٣٤	٤٧	٤،٠٠
٤	٢،٤١	٢٦	٣،٠٨	٤٨	٣،٧٦
٥	٥،٤٢	٢٧	٢،١٩	٤٩	٦،١٩
٦	٣،٦٤	٢٨	٥،٣٠	٥٠	٤،١١
٧	٥،١٤	٢٩	٤،١٩	٥١	٣،٥٢
٨	٢،٠٩	٣٠	٣،١٧	٥٢	١،٠٩
٩	٢،١٤	٣١	٦،٠٨	٥٣	٤،٥٧
١٠	٣،٥٤	٣٢	٤،١٧	٥٤	٢،٧٦
١١	٤،٦٠	٣٣	٢،٩٨	٥٥	٥،٠١
١٢	٦،١٧	٣٤	٤،٢١	٥٦	٣،٩٦
١٣	١،٣١	٣٥	٣،٩٣	٥٧	٥،١٨
١٤	٤،٢٤	٣٦	٥،٠٠	٥٨	٤،٦٧
١٥	٢،٣١	٣٧	٢،١١	٥٩	٦،٩٨
١٦	٣،١٩	٣٨	٣،٥٤	٦٠	٤،٠٨
١٧	٣،١٧	٣٩	٢،٩٧	٦١	٣،٧٩
١٨	٤،٠٩	٤٠	١،٣٢	٦٢	٤،٨١
١٩	٥،١٣	٤١	٥،٤١	٦٣	٣،٨٩
٢٠	٥،٩٣	٤٢	٢،٧٣	٦٤	٤،١٩
٢١	٣،٢١	٤٣	٥،٤٧		
٢٢	٤،١٣	٤٤	٢،٧٧		

– أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية (الاتساق الداخلي).Internal Consistency Method

تعد هذه الطريقة إحدى طرائق الحصول على معامل التمييز من خلال استخدام الدرجة الكلية كمحك داخلي ، أي الحصول على العلاقة الارتباطية بين درجة الفرد على الفقرة ودرجته على الاختبار بشكل عام ، وكلما كان هناك ارتباط عالٍ وذو دلالة بين الفقرة والدرجة الكلية كما زادت إمكانية الحصول على فقرات أكثر تجانساً في قياس ما وضعت لقياسه، والعكس صحيح .

أما الفقرة التي يكون ارتباطها بالدرجة الكلية ضعيفاً فلا يمكن الاعتماد عليها ومن الممكن أن تقيس وضعيته وتختلف تماماً عن تلك التي أعدت لقياسها لذا يجب أن تستبعد .

(Nunnaly, 1967: 20) ويستخدم أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لإيجاد درجة الاتساق الداخلي (Internal Consistency coefficient) وهي تعد طريقة لاستخراج القوة التمييزية في الاختبارات النفسية ، لأنّ ذلك يعد إشارة إلى تجانس في الفقرات التي تقيس أي ظاهرة سلوكية ، وهذا يعني أنّ كل فقرة من فقرات الاختبار تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه الاختبار ككل.(Allen, 1974:14)

وقد اعتمد البحث في التحليل الإحصائي للفقرات على إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للأداة، وذلك من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون ،على عينة التحليل نفسها التي أجري عليها التحليل في أسلوب العينتين المتطرفتين والمكونة من (٣٠٠) طالبًا وطالبة .

واتضح من خلال هذا الأسلوب أنّ معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (٠،٣٨– ٠،٦٦)وهي ذات دلالة إحصائية وكما موضح في جدول(٧)

جدول (٧) يبين معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
١	٠،٤٠	٢٣	٠،٥٥	٤٥	٠،٥١
٢	٠،٤٢	٢٤	٠،٤٣	٤٦	٠،٦٢
٣	٠،٣٨	٢٥	٠،٦٠	٤٧	٠،٤٦
٤	٠،٤٧	٢٦	٠،٤٤	٤٨	٠،٥٨
٥	٠،٥٣	٢٧	٠،٥٧	٤٩	٠،٤٨
٦	٠،٤١	٢٨	٠،٦٣	٥٠	٠،٦٣
٧	٠،٥١	٢٩	٠،٤٥	٥١	٠،٥٦
٨	٠،٤١	٣٠	٠،٤٤	٥٢	٠،٣٨
٩	٠،٥٢	٣١	٠،٤٧	٥٣	٠،٦٦
١٠	٠،٤٨	٣٢	٠،٥٦	٥٤	٠،٥٤
١١	٠،٤٧	٣٣	٠،٤٢	٥٥	٠،٤٦
١٢	٠،٥٠	٣٤	٠،٥٠	٥٦	٠،٥٥
١٣	٠،٣٨	٣٥	٠،٥٣	٥٧	٠،٤٦
١٤	٠،٤٢	٣٦	٠،٦٤	٥٨	٠،٥٣
١٥	٠،٤٦	٣٧	٠،٤٨	٥٩	٠،٤١
١٦	٠،٦٠	٣٨	٠،٥٩	٦٠	٠،٤٩
١٧	٠،٥٩	٣٩	٠،٤٣	٦١	٠،٤٤
١٨	٠،٥٤	٤٠	٠،٣٩	٦٢	٠،٥٧
١٩	٠،٤٣	٤١	٠،٤٥	٦٣	٠،٤٣
٢٠	٠،٤٥	٤٢	٠،٥٦	٦٤	٠،٥١
٢١	٠،٤١	٤٣	٠،٤٢		
٢٢	٠،٤٩	٤٤	٠،٥٤		

بعد استخراج معامل التمييز لمقياس تقدير الذات وفي ضوء ما تقدم من إجراءات وتحليل إحصائي للبيانات التي تم الحصول عليها من عينة التمييز ومن خلال طريقتي(الاتساق الخارجي) للمجموعتين المتطرفتين(والاتساق الداخلي)علاقة الفقرة بالدرجة الكلية،أصبح العدد النهائي للفقرات(٦٠) فقرة. وتدل الإجراءات السابقة على صدق وثبات الاختبار وهي مؤشرات دالة على توفر الخاصية السيكومترية الضرورية في الاختبار والمتمثلة بالصدق .

– الخصائص السايكومترية للمقياس .

– مؤشرات صدق الاختبار .

– الصدق (Validity) .

يعد الصدق أحد أهم الوسائل المستخدمة في الحكم على صلاحية الفقرات وهو من أكثر الصفات وأهمها والتي يجب أن يتصف بها، المقياس والصدق يدل على مدى قياس الفقرات للظاهرة المراد قياسها ، وقد عبر ثورندايك على الاختبار الصادق بقوله " هو الاختبار الذي يقيس ما نريد أن نقيسه به ولا شيء غير ما نريد أن نقيسه " .(العناني ، ٢٠٠٢: ٥٤)

وقد قامت الباحثة باستخراج نوعين من الصدق هما :–

أ– الصدق الظاهري Apparent Validity .

اعتمدت الباحثة في قياس صدق المقياس على الصدق الظاهري وذلك من خلال عرض فقرات المقياس ومجالاته وتعليماته وبدائله،على مجموعة من الخبراء والمحكمين المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس تقدير الذات والتي تمت الإشارة إليها في هذا الفصل .

ب– صدق البناء Construct Validity .

يعد تجانس فقرات المقياس وقدرتها على التمييز ومعاملات ارتباطها بالدرجة الكلية مؤشرات لصدق بناء المقياس .(فرج، ١٩٨٠: ٨١) .

وتـم حسـاب ارتبـاط درجـة كـل فقـرة مـع ارتبـاط الدرجـة الكليـة للمقيـاس باسـتعمال الحقيبة الإحصائية SPSS وكانت الارتباطات دالة إحصائياً إذ يعدُّ مؤشراً لصدق بناء المقياس وكما تمت الإشارة إليه في صفحة () .

ثانياً: ثبات الاختبار **Reliability**

يعد الثبات من المفاهيم الأساسية في أي اختبار من الاختبارات التربوية والنفسية. (فرج، ١٩٨٠: ٣٣١)يدل الثبات على أن المقياس موثوق به ويمكن الاعتماد عليه وان المقياس يعطي النتائج نفسها أو متقاربة عند إعادة تطبيقه على الأفراد نفسهم وفق الظروف نفسها .(عيسوي ،١٩٨٥: ١٣٥) وهناك عدة طرائق لقياس أو تقدير الثبات منها :

– طريقة الاختبار – إعادة الاختبار **Test– Retest Method** .

ولتحقيق ثبات الاختبار قامت الباحثة بتطبيق أو إعادة تطبيق فقرات مقياس تقدير الذات البالغة (٦٠) فقره على عينة بلغت (٤٠) طالباً وطالبة ، تم اختيارهم عشوائياً من طلبة المدارس، بواقع (٢٠) طالباً و (٢٠) طالبة . وقد تم تطبيق الاختبار على العينة نفسها بعد مرور (١٥) يوماً من إجراء التطبيق الأول ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب في التطبيقين وكما موضح في جدول (٨)إذ تم استخراج النتائج باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين ، وكان معامل الثبات(٠،٨١) والذي يعد مؤشراً جيداً للثبات .كما في جدول(٨)

جدول(٨)يبين عينة الثبات لمقياس تقدير الذات موزعة وفق متغير الجنس

ت	أسماء المدارس	الصف الرابع الإعدادي				المجموع
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	
١	ثانوية المطورة للبنات	–	٥	–	٥	١٠
٢	إعدادية الفرقان للبنين	٥	–	٥	–	١٠
٣	ثانوية أم المؤمنين للبنات	–	٥	–	٥	١٠
٤	إعدادية المغيرة للبنين	٥	–	٥	–	١٠
المجموع		١٠	١٠	١٠	١٠	٤٠

وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث وكما مبين في ملحق (١) .

الوسائل الإحصائية

لأجل معالجة البيانات الواردة في البحث استعانت الباحثة ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ويرمز له باختصار (SPSS) وحولت المعلومات إلى أرقام وعولجت باستعمال الوسائل الإحصائية الآتية:-

١- اختبار مربع كاي : وقد استعمل لمعرفة دلالة أراء الخبراء والمحكمين في صلاحية فقرات المقياس.(البياتي ،١٩٧٧: ٢٩٣-٢٩٨)

٢- معامل ارتباط بيرسون

٣.الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل اليها في هذا البحث ، وتمت مناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة في هذا المجال ، وسيتم عرض النتائج تبعاً لأهداف البحث وعلى النحو الأتي :

١- نتائج الهدف الأول:(التعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

تم التحقق من الهدف من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات على عينة قوامها(٨٨)طالب وطالبة ،وللتعرف على تقدير الذات،استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة(t.test)حيث يتضح ان القيمة التائية المحسوبة البالغة(١٣،٦١٩٧)اكبر من الجدولية البالغة(١،٩٦)بدرجة حرية (٨٧)عند مستوى دلالة (٠،٠٥)لصالح متوسط العينة البالغ(١٣٩،٣٤)وهي اكبر من المتوسط النظري البالغ(١٢٠)وتشير هذه النتيجة الى ارتفاع مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية والجدول(٩)يوضح ذلك.

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمستوى تقدير الذات

	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
تقدير الذات	٨٨	١٣٩،٣٤	١٣،٣٣	١٢٠	١٣،٦١٩	١،٩٦	دالة

٢- نتائج الهدف الثاني: (الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في مستوى تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفقا لمتغير الجنس(ذكور-إناث)

أشارت نتائج المعالجة الاحصائية للبيانات إلى وجود فرق دال احصائياً بين الذكور والإناث في تقدير الذات ولصالح الذكور في افراد العينة إذ بلغ متوسط درجات الذكور في تقدير الذات (١٤١،٤٥) درجة بانحراف معياري قدره (١٢،٨٨) في حين بلغ متوسط درجات الإناث في تقدير الذات(١٣٧،٢٣) درجة بانحراف معياري قدره (١٣،٧٨)، وقد

بلغت القيمة التائية المحسوبة (٩،٦٨) مقارنةً بالقيمة الجدولية البالغة (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (٨٦) وجدول (١٠) يوضح ذلك .

الجنس	العدد	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٤٤	١٤١،٤٥	١٢،٨٨	٩،٦٨	١،٩٦	٠،٠٥
إناث	٤٤	١٣٧،٢٣	١٣،٧٨			

واتفقت هذه النتائج مع دراسة مصطفى،١٩٩٠،ودراسة جوزيف وآخرون،1992 .

الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث استنتجت الباحثة ما يأتي

١. ارتفاع نسبة مستوى تقدير الذات لدى أفراد العينة .
٢. وجود فرق دال احصائياً بين الذكور والإناث في تقدير الذات ولصالح الذكور في افراد العينة .

التوصيات

استنادا إلى النتائج التي توصل البحث إليها توصي الباحثة بما يأتي:

١. تأكيد على أهمية العناية بمفهوم تقدير الذات عموما والمساعدة في تكوينه وتنميته بشكل جيد من خلال التعامل التربوي مع الطلبة في الأسرة والمدرسة وإعطاء انطباع للطلبة ومن خلال الواجبات المدرسية والبيتية المناسبة لذكائهم وقدراتهم ،لأنّ ذواتهم قادرة على النهوض بجوانب شخصياتهم النفسية والعقلية وإعطاء صورة ايجابية عنهم تؤثر مستقبلا في تقدير الذات .

المقترحات

تقترح الباحثة دراسات مستقبلية وهي:.

١- أجراء دراسة تربط تقدير الذات بمتغيرات أخرى مثل (إتخاذ القرار ، الانجاز، الاتزان الانفعالي) .

٢- اجراء دراسة عن تقدير الذات لدى شرائح اجتماعية اخرى مثل (طلبة الجامعة او المعاهد او لدى التدريسيين .

المصادر

١. الالوسي وخان،جمال حسين ،أمية علي(١٩٨٣):علم نفس الطفولة والمراهقة ، مطبعة جامعة بغداد، العراق.

٢. الإمام،مصطفى محمود(١٩٩٠): *القياس والتقويم*، بغداد ،مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر

٣. انجلر،باربرا(١٩٩١): مدخل إلى نظريات الشخصية،ترجمة فهد بن عبد الله دليم ،دار الحارثي للطباعة والنشر.

٤. بلكيلاني، إبراهيم بن محمد(٢٠٠٨): تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة اوسلوفي النرويج. كلية الآداب والتربية ، قسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية،الأكاديمية العربية المفتوحة في الدانمارك.

٥. البياتي،رنا رفعت شوكت(٢٠٠٦):مفهوم الذات وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة المرحلة المتوسطة،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بغداد.

٦. جادو،عبد العزيز(١٩٨٧):أضواء على النفس البشرية،دار المعارف

٧. الحربي،عواض بن محمد عويض(٢٠٠٣):العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الطلاب الصم،رسالة ماجستير غير منشورة،أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية،الرياض.

٨. الحسني، احمد معاذ(٢٠٠٤):ما لا نعلمه لأولادنا ، ط٢، دار السلام للطباعة والنشر،مصر.
٩. حمام،فاديه كامل و فاطمة خلف الهويش(٢٠١٠): الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة العاملات و العاطلات عن العمل، مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية و النفسية، المجلد الثاني، العدد(٢).
١٠. الحمداني ، ربيعة مانع زيدان (٢٠٠٥) الالتزام الديني وعلاقته بموقع الضبط لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية / جامعة تكريت .
١١. خوجة،عادل(٢٠٠٩):اثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا،جامعة المسيلة، الجزائر.
١٢. خوري، توما جورج(٢٠١٠):نظرية في أعماق الشخصية، ط١،مؤسسة المجد، بي
١٣. الرحو،جنان سعيد(٢٠٠٥):أساسيات في علم النفس،ط١،الدار العربية للعلوم.
١٤. زبيدة، أمزيان(٢٠٠٧): علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية ،دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس، رسالة ماجستير ، جامعة الحاج الخضر– باتنة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، قسم علم النفس، الجزائر.
١٥. زهران ،حامد(١٩٨٠):التوجية والإرشاد النفسي، الطبعة الثانية،عالم الكتب ،القاهرة.
١٦. الزوبعي، عبد الجليل وآخرون (١٩٨١)، الاختبارات والمقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل
١٧. زيد،دينا موفق(٢٠٠٨):مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة بفرعيها العلمي والأدبي،جامعة دمشق.
١٨. سفيان،نبيل(٢٠٠٤):المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي(المفهوم–النظرية–النمو–التوافق–الاضطرابات–الارشادوالعلاج،الطبعة الأولى،دار ايتراك للنشر والتوزيع.

١٩. شاهين ، محمد احمد وحمدي،محمد نزية(٢٠٠٧):درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين:علاقتها بالتفكير اللاعقلاني وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تحسينها ،جامعة القدس المفتوحة.

٢٠. شقفة،عطا احمد علي(٢٠٠٨): تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة السياسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة، رسالة ماجستير(منشورة)، القاهرة.

٢١. شكشك،أنس(٢٠٠٧): استكشاف الذات،ط١، دار النهج ،حلب ،سوريا.

٢٢. الشيخي،حسن بن علي بن عبد الله(٢٠٠٣):اللامعيارية (اللأنومي) ومفهوم الذات والسلوك الإنحرافي لدى المنحرفين وغير المنحرفين في مدينة الرياض، رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، كلية الدراسات العليا.

٢٣. صالح،قادر حسين(٢٠١١):الشعور بالذنب وعلاقته بتقدير الذات لدى المحكومين في مديرية إصلاح الكبار في السليمانية،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة تكريت.

٢٤. الضيدان، الحميدي محمد ضيدان(٢٠٠٣)، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض،أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.

٢٥. عبدات،روحي مروح(٢٠٠٩): مستوى تقدير الذات عند الأشخاص المعاقين العاملين وغير العاملين في دولة الإمارات العربية المتحدة،رسالة مقدمة إلى المؤتمر الدولي الثالث للإعاقة والتأهيل المملكة العربية السعودية.

٢٦. العتابي ، عبد الله مجيد محمد (٢٠٠٦) : بناء مقياس مقنن لسمات الشخصية المنفصلة للقبول في معاهد إعداد المعلمين والمعلمات في العراق ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية / الجامعة المستنصرية ، بغداد .

٢٧. عطية ، عبد الحميد (٢٠٠١) التحليل الإحصائي وتطبيقاته في دراسات الخدمة الاجتماعية، الإسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث .

٢٨. العناني ، حنان عبد الحميد (٢٠٠٢) : الطفل والأسرة والمجتمع ، ط١ ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .

٢٩. العيسوي، عبد الرحمن (٢٠٠٠): أضطرابات الطفولة والمراهقة وعلاجها ،بيروت، دار الكتب الجامعية.
٣٠. الغامدي، صالح بن يحي الجار الله(٢٠٠٩): اضطرابات الكلام و علاقتها بالثقة بالنفس وتقدير الذات لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، جامعة أم القرى، السعودية.
٣١. غنيم ،سيد محمد(١٩٧٥): سيكولوجية الشخصية محدداتها –قياسها–نظرياتها،دار النهضة العربية،القاهرة.
٣٢. الفاعوري،أيهم(٢٠١٠):مفهوم الذات ،ملتقى طلاب جامعة دمشق– منتدى كلية التربية
٣٣. فرج ، صفوت (١٩٨٠): القياس النفسي ،ط١، القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة.
٣٤. فرحان ،محمد جلوب(١٩٨٦):النفس الإنسانية ،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل.
٣٥. فرنسو،ظفر حاتم فضيل(٢٠٠٨):صورة الذات وعلاقتها بالخجل الاجتماعي لدى طلبة جامعة الموصل،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة الموصل.
٣٦. الفهد،أخلاص علي(٢٠٠٥): الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بمفهوم الذات وتقديرها لدى تلاميذ المدارس الابتدائية،أطروحة دكتوراه غير منشورة،جامعة المستنصرية.
٣٧. لازاروس،ريتشارد(١٩٨١) :الشخصية،ترجمة محمد غنيم ،الطبعة الثالثة، مكتبة أصول علم النفس الحديث،دار الشروق ،بيروت.
٣٨. مالهي ، رانجيت سينج وروبرت دبليو ريزنر (٢٠٠٦): تعزيز تقدير الذات ، ط١،مكتبة جرير ، السعودية.
٣٩. مصطفى،يوسف حمد صالح(١٩٩٠): معاملة الوالدين وعلاقتها بتقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الشهداء وإقرانهم الآخرين،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة بغداد.
٤٠. المليجي،حلمي(٢٠٠١): علم النفس الشخصية، دار النهضة العربية، ط١، بيروت.
٤١. الناطور،رشا(٢٠٠٨): مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي العام (المستجدين–المعيدين)دراسة ميدانية في محافظة درعا،جامعة دمشق.

٤٢. نوري،حافظ(١٩٨١):المراهقة دراسة سيكولوجية،المؤسسة العربية للدراسات،بيروت

٤٣. هول، ك وج.لندزي (١٩٧١) ، نظريات الشخصية ، ترجمة : فرج أحمد فرج وآخرون ، الهيئة العامة للتأليف و النشر.

٤٤. وايرفين،هيلمريتش وستاب(١٩٩٥): اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين،ترجمة وتعريب:عادل عبد الله محمد،كلية التربية ،جامعة الزقازيق

٤٥. وزارة التربية العراقية(١٩٩٠)، الأهداف التربوية في القطر العراقي، ط٢ مديرية مطبعة وزارة التربية، بغداد.

المصادر الأجنبية

46. Allen , M . J . and W. n . yen (1979). Introduction to Measurement Theory stat California – Book Cole – U.S.A
47. Branden, N .(2000) : The psychology of self –esteem (2 nd ed.) San Francisco,CA :Jossey – Bass.
48. Burns , Robert , B . (1982) : self onept devlopment and education , london . holt Rinehart and winston , Ttd .
49. Kail ,R .(1998) : Children nad their development prontic Hall ,upper saddle River, New York.
50. Kara A. Cooper (2003):A Comparison Study On Self –Esteem Of Students With Learning Disabilities In Different Educational Placements.Master 's thesis,The Graduate School Rowan University.
51. Kay L .Delp (2003) :Self – Esteem Levels Of Adolescets With Learning Disabilites Or Mental Retardation In Inclusive Or Non- Inclusive Educational Settings. Master 's thesis ,The Graduate School ,Rowan University.
52. Leary, M. R. & Banmeister, R. (2000) “The Nature and Function of Self Esteem” Sociometeric Theory Advances in Experimental Social Psychology, Vol. 32.

53. Nunnaly, J.c.(1967) , Psychometric theory. new york, mcgro, Hill Book company .
54. Phelan, T. W.(1996):Self – esteem Revolutions children :Understanding and managing the critical transitions in your child 's life. Glen Ellyn, I 11:Child Management.
55. Plummer, M.d (2007): Self – Esteem Games For Children , London, UK .
56. Schults ,D .(1994) :Theories of personality .California :library of Congress Cataloging .pp 304 -309.
57. Sherman , E (1987) : Meaning In Mid-Life . USA .
58. Taylor , R. D. (1987) : the association between self – monitoring self- acceptance , family relations formation , in late adolescence , dissertation Abstract , Vol.48 , No.11 .
59. Toro – Morn, M, Springen, S .(2006) : Self – Esteem, Pre-marital sax .Journal of Psychology and Human sexuality , 136 – 162.
60. Ware, M. and Johnson ,D .(2000) :Handbook of Demonstrations and Activities in the Teaching of psychology, personality, Abnormal ,Clinical –Counseling ,and Social ,Volume 3,Second edition ,Lawrence Erlbaum Associates .
61. Ziller,(1967) :Self – Esteem :A self – Social Construct .Joumal of consulting and clinical psychology ,vol. 33,No.1.pp 84-95 .

ملحق (١)

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة تكريت \كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا \ماجستير

استبيان

عزيزي الطالب... عزيزتي الطالبة...

أمامك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن أراء في بعض القضايا الاجتماعية ويرجى الإجابة عنها .

فإذا كانت الفقرة المشار إليها في الاستبيان تنطبق عليك بدرجة كبيرة ضع علامة (√) تحت تنطبق علي بدرجة كبيرة . وإذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة متوسطة ضع علامة (√) تحت تنطبق علي بدرجة متوسطة .وإذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة قليلة ضع علامة (√) تحت تنطبق على بدرجة قليلة .مع العلم بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة ،بل أن الإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن رأيك بدقة وصراحة ،والرجاء عدم ترك أية فقرة بدون إجابة.

علماً أَن الإجابات تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط ولا يطلع عليها أحد سوى الباحثة

ملاحظة: لا داعي لذكر الاسم . مع خالص شكري وتقديري

طالبة الماجستير

أزهار يوسف

ت	الفقرات	تنطبق على بدرجة كبيرة	تنطبق على بدرجة متوسطة	تنطبق على بدرجة قليلة
١	ابذل جهدا حتى أحقق النجاح .			
٢	أجد صعوبة كبيرة في أقامة صداقات جديدة			
٣	وهبني الله عز وجل من القدرات ما يجعلني أكون سعيدا .			
٤	انزعج عندما يعارضني أصدقائي .			
٥	اشعر بالاغتراب في أسرتي .			
٦	إنا طالب لي أهميتي في الصف			
٧	اشعر بالخجل عندما أتحدث مع الجنس الأخر			
٨	الثقة في الآخرين تجلب لي المتاعب			
٩	ارتاح عندما ينبهني الآخرون عن أخطائي .			
١٠	يعاملني والداي بإهمال .			
١١	اشعر في المدرسة باني قليل المنفعة			
١٢	أتمنى لو كنت شخصا مختلف حتى يكون لي أصدقاء كثيرين			
١٣	من السهولة أن اعترف بعيوبي وأخطائي .			
١٤	لدي القدرة على فعل أشياء كثيرة مثل الآخرين			
١٥	والداي لهما الثقة في الاعتماد علي .			
١٦	أنجز الأعمال التي أكلف بها داخل مدرستي.			

ت	الفقرات	تنطبق على بدرجة كبيرة	تنطبق على بدرجة متوسطة	تنطبق على بدرجة قليلة
١٧	اشعر بحاجتي للمزيد من الثقة بالنفس.			
١٨	اعتقد أن أصدقائي يتمنون لو كانوا مثلي.			
١٩	اشعر بالارتياح لتواجدي مع الآخرين			
٢٠	أسرتي متماسكة ويسودها التفاهم والمحبة			
٢١	اشعر أن النظام المدرسي روتني وممل			
٢٢	اشعر باني لا استطيع صنع القرارات .			
٢٣	أسرتي تشعر باني شخص مهم لديهم .			
٢٤	اشعر أنني استطيع أن أحقق أهدافي المنشودة			
٢٥	أتشاجر مع أصدقائي			
٢٦	اشعر أن أخواني لا يفهمونني جيداً			
٢٧	اشعر باني معتدل المزاج .			
٢٨	اخجل من أبداء رأي أمام الآخرين.			
٢٩	اعتقد مهما قدمت من جهد فاني لا احصل على الدرجات التي تناسب قدراتي .			
٣٠	اشعر بان أسرتي غير منسجمة.			
٣١	يزداد تقديري لذاتي عندما أتغلب على عاداتي السيئة .			
٣٢	أفضل العمل الجماعي على العمل الفردي .			
٣٣	أسرتي تعتقد باني سأصبح ذا شأن في المستقبل .			
٣٤	أخاف من أتفه الأشياء.			

ت	الفقرات	تنطبق على بدرجة كبيرة	تنطبق على بدرجة متوسطة	تنطبق على بدرجة قليلة
٣٥	علاقاتي مع أصدقائي ليست مثل الآخرين .			
٣٦	أنا راض عن علاقتي بأفراد أسرتي .			
٣٧	اخجل من مظهري الشخصي .			
٣٨	أفتقر الى التشجيع المناسب في المدرسة			
٣٩	أعتقد باني لي شان في كثير من المواقف .			
٤٠	افشل في أكمال واجباتي المدرسية .			
٤١	أنا اقدر ظروف أسرتي .			
٤٢	أحس بأنني قليل المواهب .			
٤٣	لو كان هناك خيار للتصويت لانتخبني أصدقائي قائد للمجموعة .			
٤٤	تساعدني أسرتي في حل المشكلات التي تواجهني .			
٤٥	الطالب الذي يدرس بشكل جيد فانه سينجح في أي امتحان .			
٤٦	أتضايق بسرعة من أفعال أفراد أسرتي			
٤٧	عندما تشتد الأزمات فلست الشخص الذي يقدم المساعدة .			
٤٨	عندما استثار لا استطيع السيطرة على انفعالاتي .			
٤٩	إنا محبوب بين أصدقائي الذين هم في			

ت	الفقرات	تنطبق على بدرجة كبيرة	تنطبق على بدرجة متوسطة	تنطبق على بدرجة قليلة
	نفس عمري .			
٥٠	أجـد صـعوبة فـي أن أصـرح بمشـاعري الحقيقة			
٥١	أشارك أفراد أسرتي في أعمال المنزل.			
٥٢	لي القدرة على التفوق على زملائي.			
٥٣	أعتقد أن الآخرين محبوبون أكثر مني			
٥٤	اشعر بالسعادة عندما أكون مع أسرتي .			
٥٥	أغلب المدرسين لا يهتمون بي .			
٥٦	عنـدما يعـاملني والـداي بقسـوة فـاني اشـعر بأنهما على صواب حتى لو أزعجني ذلك.			
٥٧	لدي أصدقاء كثيرون من نفس عمري.			
٥٨	اشـعر بـأنني لا أتفاعـل مـع أفـراد أسـرتي بطريقة مناسبة			
٥٩	يتوقع المدرسين مني الشئ الكثير .			
٦٠	لـي القـدرة علـى السـيطرة علـى انفعـالات أصدقائي .			