

أثر برنامج تربوي في تنمية تسامي الذات

لدى طلبة المرحلة الإعدادية

م.د.أزهر عثمان ذنون المولى

وزارة التربية العراقية/ المديرية العامة لتربية محافظة نينوى

المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس تسامي الذات وبناء برنامج تربوي لتنمية تسامي الذات والتعريف على أثر البرنامج التربوي في تنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، وتكونت عينة البحث من (60) طالباً من طلبة الصف الخامس الإعدادي للفرع الأدبي، وقد قسم الباحث العينة بالتساوي على مجموعتين (مجموعة تجريبية) و(مجموعة ضابطة)، وتم التأكد من التكافؤ بين المجموعتين التجريبيتين والضابطتين في متغيرات (الذكاء، والعمر الزمني، درجة الاختبار القبلي لمقياس تسامي الذات)، ولتحقيق أهداف البحث أعدَّ الباحث مقياس تسامي الذات، وبعد التحقق من الخصائص السيكمومترية للمقياس كالصدق والثبات والتمييز، وقام الباحث ببناء البرنامج التربوي والمكون من (12) محاضرة بعد إجراء التحقق من صدقه الظاهري والبنائي. وقد عولجت البيانات احصائياً عبر استخدام عدد من الوسائل الإحصائية مثل(معامل ارتباط بيرسون والأختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين)، وتم تطبيق الاختبار القبلي على المجموعتين ثم طبق البرنامج على المجموعة التجريبية ثم طبق الاختبار البعدي وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية، وفي ضوء تلك النتائج فقد توصل الباحث لمجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية

(البرنامج التربوي ، التنمية ، تسامي الذات ، المرحلة الإعدادية)

The Effect of an Educational Program in developing self-transcendence Among Preparatory Stage Students

lecturer . Dr . Azhar Othman Thanoon Al – Mawala

Ministry of EducationL Ninevah General Directorate for Education

Abstract

The current research aims to construct a scale of self-transcendence and to design an educational program to develop self-transcendence in addition to identify the impact of the educational program in developing self-transcendence among preparatory school students. The research sample comprises (60) students from the fifth grade preparatory students/ literary branch . The researcher divided the sample equally into two groups (experimental group) and (control group), the two groups are equivalent in such variables; (intelligence, chronological age, pre-test score of the self-transcendence scale) . In order to achieve the objectives of the research , a scale for measuring self - transcendence has been prepared , and the psychometric characteristics of the scale such as validity , reliability and discrimination power have been verified . The data is treated statistically through the use of a number of statistical means such as Pearson's Correlation Coefficient Formula, and t-test for one sample and two independent samples . The pre-test was administered among the two groups , then the program has been applied to the experimental group , then the t-test was take place . The results show a significant statistical difference for the benefit of the experimental group. In the light of these findings, the researcher set number of conclusions , recommendations and suggestions .

key words (educational program , development , self-transcendence , preparatory stage)

أولاً :- أهمية البحث والحاجة :-

حينما يجد الفرد أن هناك أسرة أو زملاء أو أي جماعة اجتماعية أخرى تحتويه، فإنه يجد نفسه جزءاً من هذه الجماعة، وعندها يشعُر بالطمأنينة والسلام والأمن النفسي والذي عن طريقه يُشبع حاجاته الأساسية، فضلاً عن أنه يحظى بالقبول وتبادل المشاعر معهم، فحينما يدرك أن له قيمة بين الآخرين ومكانة مهمة في حياتهم، وهناك من يشعر به، وأنه جزء مهم منهم، فإنه يستطيع التغلب بشكلٍ يسيرٍ على مجابهة الحياة ومشكلاتها والوحدة والعزلة، ومن خلال عمل الباحث في المجال التربوي، وبروز العديد من المشكلات، وتفاقم الضغوط التي تؤدي بطلبتنا إلى حالة من عدم الاستقرار النفسي، وتزايد حالات التوتر لديهم، والتي عن طريقها يمكن التوصل إلى توفر التداعيات التي تولد الآثار السلبية على الطلبة، قام الباحث بعمل دراسة استطلاعية على عينة من طلبة المرحلة الإعدادية للتأكد من واقعهم النفسي والمعرفي والعمل على تطوير قدراتهم الذاتية والتعاون وتنمية علاقاتهم بين ذواتهم وبين مجتمعهم، ومن هنا جاءت فكرة بناء برنامج تربوي لتنمية تسامي الذات لدى عينة من هؤلاء الطلبة .

ففي أواخر القرن العشرين اهتم علماء النفس الإيجابي بالأسباب والوسائل التي تجلب السعادة للفرد، من أجل شعوره بالحياة ورفع مستوى الرضا لديه، ولما للحياة من أحداث ومشكلات والتي قد تتفاوت من فرد إلى آخر كاختلاف الحاجات بين الأفراد.(العبودي وعلي،2018، 243)

ويُعد تسامي الذات أحد الأبعاد الأساسية للنموذج الذي وضعه الضبع (2012) للذكاء الروحي والذي يتكون من خمسة أبعاد: " البُعد الأول تسامي الذات وهو من المفاهيم التي تُشير إلى قدرة الفرد على البحث عن الغايات والقيم السامية التي تتخطى الذات، وتتجاوز مصالحه الشخصية والاهتمامات الفردية الخاصة، وأنها تعمل على زيادة ثقة الفرد، بوصفه فرداً مؤثراً بقدر عطائه وتضحياته من أجل الآخرين. والبُعد الثاني إدراك

معنى الحياة، والبعد الثالث التأمل في الطبيعة والكون، والبعد الرابع الممارسة الروحية، والبعد الخامس إدراك المعاناة كفرصة. (الضبع ، 2012 ، 149)

وتؤكد السعدي (2016) أنّ تسامي الذات يمدّ الفرد بالقدرة على العطاء عند اكتشافه معنى الحياة لديه، فهنا يصبح أكثر استعداداً لتحمل الألم والمعاناة، وأنه سوف يضحى لأجل المحافظة على هذا المعنى والذي يتجلى في أن يكون لديه إيمان بمستقبله، وأن الهدف الحقيقي لوجوده ليس في تحقيق ذاته، وإنما بتسامي ذاته، وغير ذلك لا يوجد أي معنى للحياة. (السعدي ، 2016 ، 64)

والإيمان بمعنى الحياة يُعد من العوامل الرئيسة والمؤثرة في تسامي الذات؛ إذ إنه يمدّ الفرد بالقدرة على العطاء، وأن هذا التأثير يمتد ليطمّح على الإنسانية كلها، وعلى الرغم من إدراك الفرد المباشر القيمة التي تتطوي عليها الحياة، فإنه يسعى كذلك لتحقيق قيمة ومعنى بوصفها أعلى من حياة الفرد ذاته، كما أن معنى الحياة يُعد المعبر الرئيس لتسامي الذات والذي يُعد بدوره تجاوزاً لتحقيق الذات . (P ; 2006 , Koltko-Rivera , 309)

وتؤكد (Teixera 2008) أن تسامي الذات هي استراتيجية تكيف متأصلة في كل إنسان، ليتحول بشخصيته نحو إيجاد المعنى الحقيقي في الحياة حينما يواجه الضغوط والمشكلات والشدائد . (P26 ; 2008 , Teixeira) ، أما ضعف تسامي الذات بحسب رأي (Garcia et al 2017) فإنه يُسبب فقدان المرونة النفسية عند مواجهة المواقف التي تتطلب التعاون مع الآخرين. (Garcia et al , 2017 : P 428)

وتبين (Eckl 2017) أن تسامي الذات يمكن تحقيقه عن طريق بقاء الفرد في حالة من الهدوء والاستماع لكل النشاطات التي يقوم بها، وممارسة التأمل، فضلاً عن تخصيص الوقت الكافي للإبداع، وسماحه لأفكاره الإبداعية بالتدخل في حياته اليومية، ويجب عليه أن يقيم أفكاره ومشاعره، في مددٍ زمنيّة لاحقة، وممارسة التخمين لكي يشعر بنوع من التسامي من خلال الخروج إلى الطبيعة والانخراط بالتفكير العميق لتحقيق التميز في كل



ما يتم فعله في حياته اليومية، شرط أن تكون أفكاره التي يناقشها لا تحد من حرية الآخرين وغير ضارة. (Eckl , 2017 . 312)

ويرى (Bastian et al 2010) أن مفهوم تسامي الذات من المؤشرات المهمة في الهناء النفسي للفرد، كونه يجعل الفرد يترفع عن كل ما هو مادي، ويصب تركيزه على كل ما هو مثالي وروحي، والذي سوف يؤدي إلى تحقيق السعادة الروحية لديه. (Bastian et al; 2010 , p 335)

ويُعد تسامي الذات من الآليات الدفاعية التي قد يلجأ إليها الفرد حينما تزداد حالات التوتر لديه، وتضييق عليه الأمور، وأنها من أكثر الآليات الدفاعية انتشاراً بين الأفراد كون هذا المفهوم من المفاهيم التي تُشير إلى تمتع الفرد بقدرته على التحكم بانفعالاته والدوافع والرغبات والحاجات المكبوتة لديه، فضلاً عن تحكمه بالمشاعر والأحاسيس التي يكون بمقدوره تحويلها إلى سلوكيات مقبولة من المجتمع الذي حوله . (الحاج أحمد ، 2017 ، 26)

ويرى كثير من العلماء أنه يمكن تصنيف تسامي الذات كدافع ناجح ومقبول، والإعلاء أو التسامي يعني تحويل الطاقة النفسية التي يضع المجتمع قيوداً على إشباعها من قبل الفرد إلى أهداف وإنجازاتٍ أخرى، يتقبلها المجتمع نفسه الذي قد رفضها في البداية، وتصبح مقبولة اجتماعياً، كون هذه الدوافع أو الطاقات النفسية التي قد فرضت عليها القيود قد جُردت من طاقاتها السلبية، وهنا تصبح لا تشكل خطراً على الذات أو الشخصية ولم تُعدْ تُثير القلق لدى الفرد نفسه . (التولي ، 2015 ، 18)

فضلاً عن أن عملية توحيد الشخص مع المثل والقيم تصبح خصائص محددة للذات، وهي ما تجعل الإنسان لديه منظور أوسع للعالم يستطيع عن طريقه أن يزيل ذلك الحاجز بين ذاته وبين الآخرين، وبين الأنانية واللائقانية فممارسة الفعاليات التأملية العميقة للوصول إلى الوعي بالذات تتجاوز إلى الخارج من خلال الاهتمام بالآخرين ورفاهيتهم، وهذه بدورها تجعل الفرد يصل إلى التطور والكمال الأخلاقي، فضلاً عن أن

تسامي الذات هو شكل من أشكال التوافق والصحة النفسية مع أحداث الحياة والبيئة التي يعيش فيها الفرد من خلال ما تقدمه هذه البيئة من مشاعر الحب والتعاطف والتسامح والمساعدة، إذ يُعد مصدراً داخلياً يسهل الاندماج في سلوكيات التناسق والفضيلة بين الأبعاد الروحية والمعنوية والمادية للشخصية. (Reed , 2009 : P 382)

ويؤكد (Wong 2016) أن لتسامي الذات ثلاثة مستويات مهمة: الأول يتمثل في بحث الفرد أو الذات عن المثل العليا من جمال وخير، والتي تمثل المعنى النهائي، أما الثاني فيتمثل في البحث عن المعنى الظاهر المتمثل بالفضول والتعاطف مع الذات ومع الآخرين في لحظة معينة، أما المستوى الثالث فيتمثل في الكمال والدقة من أجل الوصول إلى ما هو أبعد من تحقيق الذات والسعي وراء ذلك . (Wong , 2016 ; p 316)

وترى سالمان (2012) أنه من خلال الدراسات التي أجريت عن تسامي الذات أوضحت نتائجها أنه يُعد عاملاً نفسياً مهماً لتكامل الذات والوصول إلى أبعد من إمكانياتها، فهو نضج شخصي يعزز التغلب على مخاوف الأنا وتحقيق رفايتها، وهنا يحقق الفرد شعوره بالرضا ويؤثر في تماثله للشفاء من أمراضه والتغلب على نقائصه . (سالمان ، 2021 ، 369)

ومن خصائص الشخصية المتسامية بذاتها أنها متحررة من ممارسة التصنيف وإصدار الأحكام المسبقة؛ لأنها ترى العالم أو المنظمة التي تعمل بها بطريقة مختلفة؛ إذ تراها أنها ليست شيئاً فردياً أو منفصلاً بل تراها أنها وحدة متكاملة ومتداخلة، والشخص عند هذا المستوى من الدافعية يتسامى عن طبيعته الثنائية ويصبح مستقلاً، تحكمه قوانينه الشخصية لا قوانين مجتمعه، وأن مركز الضبط لدى الشخص المتسامي بذاته يكون داخلياً، أي يعتمد على أصواته الداخلية لتنمية قواعده وقيمه للعيش بسلام، أي عند تسامي الذات يتم وضع احتياجات الفرد جانباً ويركز خدمته للآخرين. (Venter and Venter , 2010 :P 32)

وقد أجريت عدد من الدراسات على أهمية تسامي الذات، إذ أكدت دراسة (Le 2011) وجود علاقة إيجابية بين تسامي الذات والرفاهية النفسية ونوعية الحياة، وأن لتسامي الذات دوراً مهماً في التوجه والقيمة الاجتماعية للأفراد . (P , 2011 ; Le 171) ، وأكدت دراسة (Levenson et al 2005) ارتباط تسامي الذات بشكلٍ إيجابي مع ممارسة التأمل، ويرتبط سلباً مع العصابية (Levenson et al , 2005 ; P 127)، وأكدت دراسة (أبو فارة 2022) أن هناك علاقة ارتباطية بين تسامي الذات والهناء النفسي؛ إذ توصلت أن تسامي الذات كلما كان مرتفعاً لدى الطلبة، ارتفع مستوى الهناء النفسي أيضاً، وهذا ما يجعل تسامي الذات مرتبطاً بمهمة الطالب الذي يسعى لتحقيق ذاته وأهدافه، وهو دليل على أن امتلاك الطالب تسامي الذات بشكل إيجابي يحقق له الهناء النفسي . (أبو فارة ، 2022 ، 78) .

ومما تقدم فإن أهمية البحث الحالي تمكن في تنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية، لما لهذا المتغير من أهمية، ويُعد متطلباً أساسياً يجب أن يُنمى لديهم، من أجل تحقيق أهدافهم، وتقديم المساعدة للآخرين، من أجل تحسين حياتهم الدراسية والاجتماعية بشكل إيجابي، فضلاً عن مساعدة الطلبة في العمل على تنمية قدراتهم الذاتية على الوعي بذاتهم وتقوية العلاقات بينشخصية والاجتماعية وتنمية الحكمة والروحانية لديهم، ويحدد الباحث مشكلة البحث بالسؤال التالي: ما أثر البرنامج التربوي في تنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية؟.

ثانياً:- أهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي إلى:

- 1- بناء برنامج تربوي لتنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
- 2- التعرف على اثر البرنامج التربوي في تنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية ومن خلال هذا الهدف وضع الباحث الفرضية الصفرية الآتية :-



* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات تنمية تسامي الذات بين أفراد مجموعتي البحث على وفق متغيري المجموعة (التجريبية / الضابطة) في الاختبار البعدي.

ثالثاً: **حدود البحث :-** يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الإعدادية في مدينة الموصل مركز محافظة نينوى للعام الدراسي (2022 - 2023)

رابعاً : **تحديد المصطلحات :-**

أ- البرنامج التربوي :- يعرفه كل من:

1- عليان وعبد الحافظ (2002) : "عبارة عن تركيب معقد من الأهداف والسياسات

والإجراءات والمهام والقواعد والخطوات التي يجب القيام بها والموارد المستخدمة والعناصر الضرورية لتنفيذ عمل معين يجري دعمه بالميزانيات التقديرية والأموال ". (عليان وعبد الحافظ ، 2002 ، 64)

2- إبراهيم (2009) : "طريقة تربوية تقوم على أسس منهجية تستهدف وضع نظام في عرض المفاهيم والمعلومات مع توفير الأنشطة المناسبة لضمان نجاح البرنامج ". (إبراهيم، 196، 2009)

3- الفهادي، (2019) : "مجموعة من الدروس والجلسات التي يعدها الباحث وفق أسس علمية وقواعد نظرية، من أجل تنمية سمات أو قدرات الأفراد أو الطلبة للحصول على نتائج أفضل". (الفهادي ، 2021 ، 17)

ب-تسامي الذات :- يعرفها كل من:

1- Teixera (2008) :- "توسيع وزيادة فهم حدود الذات داخل الشخصية

والشعور بالرفاهية والتركيز على أشياء أكبر من الذات عن طريق

التفاعلات البيئية، لكي يؤثر في المجالات الدنيوية سواء في الحاضر أم المستقبل". (Teixera , 2008 ; P27)

2- Reed (2009) :- " قدرة الفرد على توسيع حدوده في الأبعاد الاجتماعية في العلاقة مع الآخرين داخل الفرد نفسه فيما يتعلق بالذات وما يتعلق بالبعد الروحي والزمني من خلال دمج الماضي والمستقبل لإعطاء معنى لحاضره". (Reed , 2009 ; P398)

3- Romeo-Retliff (2014) :- "توسيع حدود الذات والتوجه نحو توسيع آفاق الحياة والهدف منها" (Romeo-Retliff, 2009 ; P398)

4- العبيدي (2016) :- " ارتقاء سلوك الفرد في التعامل مع ذاته والآخرين لتكون حياة المحيطين به آمنة وهادئة، تتسم بالمحبة والسلام والتصرف بوعي وإنسانية والسعي إلى سعادة الآخرين والتعاطف والتضامن معهم ". (العبيدي ، 2016 ، 243)

5- منصور وآخراڤ (2018) :- "مجموعة من القدرات أو المهارات الشخصية التي تمكن الفرد من القيام بجميع أدواره بفاعلية وكفاءة واستمتاع يشعر به من ورائها، وتجعله مطوراً لذاته باستمرار، وقادراً على تكوين علاقات شخصية واجتماعية ناجحة مع الآخرين وبيئته المحيطة به ومشاركتهم وجدانياً". (- منصور وآخراڤ ، 2018 ، 562)

6- سالمان (2021) : "نسق من القيم والأفكار والمشاعر التي تتمثل في ممارسة استراتيجيات تأملية لتحقيق التكامل بين الرضا عن الماضي والشعور بالمتعة في الحاضر، والتفاؤل بالمستقبل وتحقيق الطمأنينة من خلال الحرص على إشباع رغبات تساعد على نمو شخصية الفرد والوصول إلى شعور الفرد بالرفاهية نتيجة حرصه على تعميق علاقاته الاجتماعية بالآخرين والتضحية من أجل أن يكون المجتمع أفضل". (سالمان ، 2021 ، 372)

ويعرفها الباحث إجرائياً: "دافع غريزي يلجأ إليها الفرد للتعامل بعلو مع ذاته لخدمة الآخرين من خلال تحويل طاقاته المستخدمة في سلوك غير مقبول، أو قيامه بأشياء سادية تدفعه إليها غريزته، وتحويلها عبر توجيه تلك النزعة الغريزية المتوحشة إلى فعل ذي قيمة عالية ونبيلة تقيده وتعود عليه وعلى المجتمع بالنفع".

الإطار النظري والدراسات السابقة

أ- الإطار النظري

تعددت الاتجاهات والتصورات النظرية الخاصة بتفسير مفهوم تسامي الذات وتمثل هذه النماذج والنظريات مجموعة من الأعمال العلمية التي تُغطي عدداً من المجالات النفسية، ففي نظرية (Maslow 1999) وُضِعَ تسلسل هرمي للحاجات الأساسية الخمس لتحقيق الذات والتي لها دور أساسي في نمو رغبة الفرد في تحقيق رغباته وقدراته الشخصية للوصول إلى نجاحه الشخصي، وأضاف ماسلو حاجة سادسة للهرم، وهي تسامي الذات، والذي به يتجاوز الفرد حاجاته الفردية، وهنا تكون نظرة الفرد للعالم والهدف الذي يريد تحقيقه نظرة شمولية، ويكون الأفراد المتسامون بذاتهم هدفاً جماعياً مشتركاً، ومنظورهم أكثر شمولية، ومسؤوليته ومسؤوليتهم مشتركة في الجهة التي يعملون بها، ويركزون على قيم اجتماعية أكبر من ذاتهم الشخصية، ويرى ماسلو أن الأفراد الناضجين لا يتسمون بالسلوك المتمركز حول الذات الشخصية، بل إنهم يتصفون بالاهتمام بآراء الآخرين فيهم، ويرى ماسلو أن الشخص المتسامي بذاته يتحرر من طريقة التفكير الثنائي، وأنه وضح في نظريته أن بعض الأفراد يتجاوزون مستوى تحقيق الذات إلى تسامي الذات، ويركز هذا المستوى في هذه النظرية على الاهتمام بالأفكار والقضايا وخدمة الآخرين ورغبة الفرد في التوحد مع كل ما هو مقدس، ويتضمن الخبرات المتعلقة بالخبرات الروحية

والطبيعة والجمالية، وكل ما يشعر الفرد بهويته؛ إذ يتسامى بذاته أو يتجاوز حدود ذاته الفردية . (منصور وآخران ، 2018 ، 577)

بينما يرى (Frankl 1982) في نظريته أن معظم اضطرابات الأفراد النفسية التي تنتج عن عدم قدرتهم على تلبية الحاجات الروحية الأساسية للمعنى كنتيجة لملاحقة النجاح والفرحة على أساس قيم مضللة، ويُعد الهناء النفسي من المتطلبات الأساسية التي تحول دون التعلق بالمادية إلى العالم الروحي للتسامي بالذات، فضلاً عن أن كينونة الفرد تؤكد أنه منفتح على العالم الغني بالكائنات الأخرى التي عليه مواجهته وتحقيقها . (Wong , 2016 : P 321)

ويؤكد (Harris & Thoresen 2003) أن الاضطرابات العصبية المعنوية تنشأ نتيجة الصراع بين القيم التي تتطوي عليها مواقف الحياة اليومية وبين الرغبة غير المشبعة لتحقيق معنى الحياة ، وعندها قرر فرانكل أن هناك ما يسمى بالخبرات العالمية التي تميز الوجود الإنساني وتهدد المعنى لديه وأطلق عليه تسمية مثلث المأساة الإنسانية وهي تتكون من (المعاناة ، والذنب ، والموت) . (Harris & Thoresen : 2003 ; P 205)

ويذهب فرانكل إلى أن تسامي الذات يعني زيادة الدافعية من خلال المعنى المتكون خلال تفاعل الفرد النشط مع العالم الخارجي ويتعرض للخبرات وقيامه بالأدوار الاجتماعية، ويؤكد فرانكل أن من خلال تسامي الذات يُشعر الفرد بمعنى الحياة بثلاث طرائق وهي: العطاء من خلال الابتكار كالعامل بالأسرة، والأخذ من خلال التأثير في الآخرين والبيئة المحيطة، والفكر الذي يتبناه الفرد عندما يتعرض لضغوط الحياة. (المفرجي ، 2022 ، 272)

ويؤكد فرانكل أن الشعور بالتسامي بالذات ينطوي على أن يكون الدافع وراءه هو المعنى الذي لا يمكن العثور عليه أو تجربته أو إنشاؤه إلا من خلال تفاعل الفرد

مع العالم الخارجي أو المحيط به، وهذا يحدث من خلال إعادة الهيكلة المعرفية للموقف بسبب نشاط الضمير لديه. (Garcia – Romeu , 2010 : P 28)

بينما يرى (Sternberg, 1997) في نظريته تسامي الذات أنه يمثل قدرة الفرد على التمييز بين الأبعاد التي تقع ما وراء المعرفة من النفس والعالم الطبيعي، وإيقاظ حالة من الوعي العالي مصحوبة بالقدرة على التمييز بينهما، أي التمييز بين الذات وبين العالم الخارجي في تقرير المصير، ويتم تحديد القدرات العقلية للفرد على أنها قدرات فائقة ومتسامية، وينظر لهذه القدرات الفائقة على أنها تجاوز للتجربة البشرية أو المادية بغض النظر عن كونها تخضع أو لا تخضع لقيود العالم الطبيعي أو المادي . (Sternberg , 1997 : P 484)

وقد قدمت (Reed) نظرية مفصلة عن تسامي الذات، وسيقوم الباحث بالقليل من التوسع في هذه النظرية، كونها من النظريات الأولى التي تحدثت عن هذا المفهوم وهي الأساس في تفسيره، حيث قدمت عالمة النفس الأمريكية (Reed Pamela) نظرية من خلال الأبحاث والدراسات التي قامت بها عن مفهوم تسامي الذات، واعتمدها على الاعتقاد الفلسفي في القوى الكامنة لمعاناة وتحمل الإنسان من أجل الوصول إلى الرفاهية، ومعتمدة في تنظيرها على نظرية كارل روجرز في الإرشاد النفسي وعلم نفس الشخصية . (Reed , 2009 : P 397)

وأشارت (Reed 1993) إلى أن الفرد إذا ركز سعيه للوصول إلى الرفاهية، فلن يحققها بالإجهاد، فالرفاهية لا تطلب ولا تمسك بالأيدي، وإنما تتحقق تلقائياً بالوصول إلى التسامي فوق الذات وبذلك تتحقق الصحة النفسية، وأشارت إلى تسامي الذات هو التفوق والتعالي في التعامل مع الذات ومع الآخر والسعي نحو الكمال الأخلاقي . (Jesse & Reed , 2002 : P 397)

وبحسب وجهة نظرها فإن تسامي الذات هو عملية ديناميكية متحركة وغير ثابتة وهو يتضمن خبرات مفتوحة غير محددة معتادة ومتعددة، والنظر إلى ما وراء

الحواجز والحدود الذاتية، والنظر إلى ما وراء الذات، وإيجاد منظور ومعنى يطل على الروح واستخدام هذه النظرة في أثناء لحظات الضعف للرؤية فيما وراء الحدود الحالية، وترى أن الضعف في بعض حالاته يمكن أن يؤدي إلى تسامي الذات والذي بدوره يقودنا إلى الرفاهية . (Hoshi , 2008 : P 70)

وبذلك يكون لتسامي الذات أولوية تطويرية جيدة جداً بالنسبة لكل الأفراد الذين هم بصحة جيدة، وخاصة إذا كانت الرعاية موجودة لكي تتولد المعرفة، وإيجاد الدعم الذي يسهل هذه العملية المؤثرة التي تقود إلى الشمولية والرفاهية . (Smith & Liehr , 2008 : P 126)

وتؤكد (Reed 2003) أن مفهوم تسامي الذات يتكون من ثلاثة مجالات رئيسية هي: (داخل الشخصية أو الذات ويشير هذا المجال إلى فهم الفرد العميق لذاته في مواقف الضغط والمعاناة ويتضمن هذا المجال (التأمل، والقيم، والارتقاء وصولاً إلى التكامل الروحي والنفسي ، والبيئشخصية وفيه يعبر عن رؤية الفرد لخبراته الذاتية كجزء من الخبرة الإنسانية الكبيرة ويتضمن (الإيثار، والتسامح، والتعاطف، ومشاركة الآخرين وجدانياً وتكون مشاركة إيجابية، والمجال الدنيوي ويقصد به الانفتاح الواعي على عالم الأفكار والمشاعر في الحياة، ويتضمن (الصدق والفضيلة، والصلاة، والصدق، والحب) ، (Reed , 2003 : P 148) وبناءً على هذه الأبعاد عدّت (Reed et al 2010) تسامي الذات مصدراً داخلياً، يُسهّل الاندماج في سلوك الفضيلة والتناسق بين أبعاد الشخصية، وهو مصدر الفرد الداخلي، واستخلاص معنى الشخصيه من جميع جوانبها المادية والروحية والمعنوية . (Reed et al , 2010 : P 29)

وحددت (Reed 2003) الافتراضات الرئيسة لنظريتها في تسامي الذات

وهي :-

- الأولى :- التأكيد على التنمية، وتقصد بها أنها ظاهرة في الطبيعة البشرية، وأن البشر جميعاً يطمحون إلى التوازن النفسي، وهذا لا يمكن إلا من خلال التنمية الذاتية.
- الثانية :- إن الذات تتطور من خلال التفاعل الديناميكي مع البيئة المحيطة ومن خلال التنمية .
- الثالثة :- إن بعض الأفراد يمتلكون إمكانيات لتوسيع حدود الذات في أثناء مراحل البلوغ .
- الرابعة :- مع تقدم عمر الفرد يزداد نمو تسامي الذات؛ إذ تعمل الخبرات على زيادة الوعي بالذات، وتصبح أكثر إسهاماً في وعي تسامي الذات ونموه الذي يجعل الفرد أكثر رفاهية .
- الخامسة :- إن الضعف الناتج عن التقدم في العمر يسهم في بلورة تسامي الذات بشكل إيجابي ويكون الفرد بهذا مدركاً لذاته وأكثر تفهماً.
- السادسة :- إن لتسامي الذات إسهاماً في زيادة وعي وتكامل الفرد، وأنه يتضمن نتائج وجودية عميقة كالاعتراف بالذات والتأمل في المعنى والتعزيز الإيجابي.
- السابعة :- إن تسامي الذات يشمل في أساسه الوعي الفائق وتوسيع الحالة الإدراكية، ويشمل الجوانب الروحية والنفسية والمعنوية والوجودية للفرد .
(Reed , 2008 : P 105 – P 130).

وترى (Reed 2003) هناك مصدرين لتسامي الذات (تسامي الذات النفسي، تسامي الذات الروحي)؛ إذ حددت ستة معايير لتسامي الذات النفسي والروحي يجب أن يمتلكها الفرد، ويكون مؤشر ليصبح ذا شخصية متسامية بذاتها، وهي (الدقة والتأمل الوجودي العميق، والبساطة والتعقيد لفهم الذات، الفائدة الثقافية

والاجتماعية، السلوك الأخلاقي الشجاع، القبول الذاتي العالي والشعور بما هو مقدس، مدى توسع حدود الذات الذي يعتمد على العطاء). (Reed, 2003: P 148) وقد قدم عدد من المنظرين بعض التصورات النظرية عن تسامي الذات؛ فقد عدّ (Cloninger 2006) تسامي الذات سمة من سمات الفرد، وأنه باستطاعته أن يكون أكثر تسامياً للذات من خلال نمو وعيه الذاتي، والذي يؤدي إلى تقديم الافتراضات والاعتقاد عن الحياة، فضلاً عن أن لتسامي الذات إسهاماً كبيراً في تحقيق الهناء النفسي للفرد . (Cloninger , 2006 : P 71) فيما توصل مع مجموعة من الباحثين إلى وجود ثلاثة أبعاد أساسية لتسامي الذات وهي (البعد الأول: نسيان الذات، البعد الثاني: الهوية عبر الشخصية، البعد الثالث: القبول الروحي) . (Cloninger et al , 1993 : P 982) ،

بينما يرى (Piedmont 1999) أن تسامي الذات من السمات الأساسية التي يمتلكها الفرد، ويعدّها مصادراً للدافعية الداخلية التي توجه وتحرك الفرد نحو اختيار السلوك السوي، ويذكر أن تسامي الذات هو قابلية الفرد ليقف خارج إحساسه المباشر بالمكان والزمان ليتمكن من رؤية الحياة من منظور أكبر وأكثر موضوعية، فيما أكد أن تسامي الذات يعمل على توسعة نظرة الفرد للحياة فيعطيهما نظرة شمولية، ويعمل على زيادة تواصله بالآخرين. (Piedmont, 1999: P 988)

بينما يرى كل من (Levenson et al 2005) في نموذجهما عن تسامي الذات أنه يمكن أن يفهم من خلال ثلاثة أمور أو جوانب أساسية وهي:-

- 1- **معارف الذات** :- ويقصد بها وعي الفرد بمصادر إحساسه بذاته؛ إذ إن هذا الإحساس ينشأ من خلال أدوار الفرد وإنجازاته وعلاقته بالآخرين، فضلاً عن معتقداته الذاتية التي تتضمن إحساس الفرد بذاته وذات الآخرين .

2- **الانعزال** :- ويقصد بها فهم الفرد للطبيعة المؤقتة والمتغيرة للأشياء التي من حوله فضلاً عن علاقته بالآخرين وأدواره وإنجازاته التي تُشكل إحساسه بذاته الشخصية.

3- **التكامل** :- ويقصد به إنهاء الانفصال ودمج الذات، والتي تعكس مكانزمات دفاعية من أجل الدفاع عن الأنا ضد التهديدات الخارجية للذات، فضلاً عن التكامل يعمل على عدم التركيز على الجوانب الخارجية للذات بل يعمل على التخلص من الفواصل والحدود الجامدة بين الذات والآخر للسماح للفرد بتسامي ذاته . (Levenson et al , 2005 ; P 128)

بينما قدم (منصور وآخرون 2018) تفسيراً لتسامي الذات من خلال النموذج الذي طرحه وحدد من خلاله عشرة أبعاد أساسية لهذا المفهوم وهي كالآتي :-

1- **الوعي بالذات** :- وهي القدرة على تقييم الذات ومعرفة نقاط قوتها واستثمارها ونقاط ضعفها وتنميتها مع وجود دافعية مستمرة لتعلم مهارات جديدة وممارستها فضلاً عن القدرة على مواجهة مخاوف الذات والتغلب عليها بالإضافة إلى وجود قدر كبير من تقبل الذات مع وجود اهتمامات يتم الاستمتاع بها .

2- **القدرة على إيجاد المعنى** :- وهي القدرة على أن يمتلك الفرد النظرة العميقة للأشياء واستخلاص المعاني الكبرى التي تكمن وراء كل دور من الأدوار المطلوب منه تأديتها في الحياة مما يؤدي إلى الفاعلية، والشعور بالسعادة، والتخفيف من الضغوط.

3- **العلاقات البينشخصية** :- وهي القدرة على الدخول في علاقات اجتماعية مشبعة ومثمرة وناجحة وتقدير حاجات الآخرين والإيثار والقدرة على مشاركة الآخرين وجدانياً .

- 4- **التعامل مع المواقف المختلفة :-** وهي قدرة الفرد على الانفصال عن الموقف الحالي وتقييمه من الخارج تقييماً موضوعياً وعقلانياً مع القدرة على إيجاد البدائل وتعدد الحلول ويمتلك نظرة شمولية للمواقف المختلفة.
- 5- **التأمل :-** وهي قدرة الفرد على التركيز فيما حوله من ظواهر وموضوعات ومتابعتها لمدة زمنية معينة والنظر في ما وراء هذه الظواهر والموضوعات بتمعن وإحساس، وما ينبعث منها من بهجة وطمأنينة .
- 6- **الرجاء :-** وهي قدرة الفرد على تجاوز الحاضر والتوجه نحو المستقبل بكل إيجابية وتفاؤل مع وجود الأهداف البناءة التي توجه الفرد في حاضره وتُساعده على السعي من أجل تحقيقها.
- 7- **الروحانية:-** وهي قدرة الفرد على الشعور بالقيم والفضائل العليا في الحياة وأن يسمو بإحساسه بذاته والوجود مع عدم استغراقه في الأمور المادية في الحياة والعمل على إضافة معانٍ سامية لحياته .
- 8- **الحكمة :-** وهي قدرة الفرد على فهم الحياة وطبيعتها بشكلٍ أعمق مع القدرة على تكوين نظرة شمولية للمفاهيم والموضوعات فضلاً عن إدراكه وجهات نظر الآخرين وتفهمها .
- 9- **الكفاية الزمنية :-** وهي قدرة الفرد على الاستفادة من خبرات الماضي والدروس والعبر المتعلمة منها في الحاضر والتوجه نحو المستقبل الذي يقدم للحاضر أهدافاً ومعاني تتفق مع أهدافه وطموحاته .
- 10- **القيمية :-** وهي قيام الفرد بالالتزام بالمبادئ والقيم الإنسانية والعمل على تطبيقها في الحياة وأن يعمل الفرد على العمل ضمن هذه القيم والمبادئ . (ابو بكر ، 2018 ، 58 و 59) وهذه المبادئ العشرة قد تبناها الباحث من أجل بناء المقياس والبرنامج التربوي .

ب- الدراسات السابقة

نظراً لعدم عثور الباحث على أي دراسة تجريبية ضمن الدراسات السابقة لمتغير (تسامي الذات) سيقوم بعرض مجموعة من الدراسات التي يمكن الاستفادة منها في موضوع البحث، وبعضها دراسات تشمل برامج تربوية لتنمية بعض المتغيرات ودراسات ارتباطية لمتغير تسامي الذات وكما يلي :-

1- دراسة خضير (2010) "أثر برنامج تربوي في تنمية الاستطلاع العلمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مركز محافظة نينوى"

أجريت الدراسة في العراق، وهدفت إلى بناء برنامج تربوي ومعرفة أثره في تنمية الاستطلاع العلمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مركز محافظة نينوى ، ولتحقيق أهداف الدراسة وضع الباحث فرضيتين صفريتين، واختار تصميم المجموعتين المتكافئتين كتصميم تجريبي تم بعدها تحديد مجتمع البحث واختيار عينته، وتم اعتماد مقياس الاستطلاع العلمي الذي أعده (الجبوري 2002) حيث استخرج صدقه وثباته واستناداً لمكونات المقياس قام الباحث ببناء برنامج تربوي تحقق من صدقه وصلاحيته في تنمية الاستطلاع العلمي من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس التربوي ثم عرض المجموعة التجريبية للبرنامج واستخدم عدداً من الوسائل الإحصائية، وقد أظهرت النتائج وجود فرق دال في مستوى الاستطلاع العلمي بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي، ووجود فرق دال بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لمقياس الاستطلاع العلمي عند مستوى دلالة (0,05) ولمصلحة المجموعة التجريبية ووضع الباحث على أساسها مجموعة من التوصيات والمقترحات . (خضير ، 2010 ، 22)

2- دراسة العبيدي وريم (2018) "أثر برنامج تربوي في تنمية التفكير المنظومي لدى طلبة المرحلة الإعدادية"

أجريت الدراسة في العراق وهدفت إلى التعرف على أثر برنامج تربوي في تنمية التفكير المنظومي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، فضلاً عن التعرف على مستوى التفكير المنظومي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وقد وضع الباحثان فرضيات عدة، وتكونت عينة البحث من (100) طالب وطالبة من المرحلة الإعدادية وتم توزيعهم على أربع مجموعات، اثنتان تجريبتان (ذكور/إناث) وأخريان ضابطتان (ذكور/إناث)، وقام الباحثان بإجراء التكافؤ بين المجموعات، وبناء اختبار التفكير المنظومي والمكون من (150) فقرة وتم التحقق من الخصائص السكومترية للمقياس، وقاما ببناء برنامج تربوي لتنمية الذكاء المنظومي والمكون من (13) محاضرة وتم التحقق من صدق البرنامج وصلاحيته من خلال عرضه على مجموعة من المتخصصين وبعد انتهاء التجربة طبق الباحثان البرنامج على المجموعة التجريبية، وقد توصلوا إلى نتائج فاعلية البرنامج التربوي في تنمية التفكير المنظومي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، وفي ضوء الدراسة توصل الباحثان إلى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات. (العبيدي وريم، 2018، 18)

3- الخطيب (2016) "تسامي الذات وعلاقته بكل من التفاؤل والتفتح على الخبرات والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة"

أجريت الدراسة في مصر وهدفت إلى التعرف على العلاقة السببية بين التفاؤل والتفتح على الخبرات وتسامي الذات الشخصي والاجتماعي كمتغير وسيط، والرضا عن الحياة كمتغير تابع، وتكونت عينة الدراسة من (180) طالباً من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس (12) ذكور

و(168) إناث ، طبق عليهم الباحث مقياس تسامي الذات تعريب (محمد أحمد هيبه 2014) ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مطابقة جيدة للنموذج المفترض لتسامي الذات وبيانات عينة الدراسة ، وتوصلت إلى وجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً للتفاؤل والتفتح على الخبرات في تسامي الذات الشخصي وتسامي الذات الاجتماعي، ووجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً لتسامي الذات الشخصي وتسامي الذات الاجتماعي في الرضا عن الحياة . (الخطيب ، 2016 ، 2)

4- الذهبي وعمار (2018) "تسامي الذات وعلاقته بالتفكير الناقد لدى طلبة الجامعة"

أجريت الدراسة في العراق وهدفت إلى التعرف على تسامي الذات لدى طلبة الجامعة والتعرف على دلالة الفروق في تسامي الذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس (ذكور / إناث) ، والتعرف على مدى إسهام التفكير الناقد لدى طلبة الجامعة في تسامي الذات ، وتبنى الباحثان مقياس تسامي الذات لدى طلبة الجامعة وفقاً لنظرية (Reed) والمؤلف من (24) فقرة بعد استكمال الصدق والثبات وتمييز الفقرات ، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة بواقع (200) طالب و(200) طالبة وأظهرت النتائج تمتع طلبة الجامعة بتسامي الذات ويتفوق الذكور على الإناث، وأظهرت أن التفكير الناقد يسهم في تسامي الذات . (الذهبي وعمار ، 2018 ، 799)

منهجية البحث وإجراءاته

وهنا سوف يقوم الباحث بوصف إجراءات إختيار عينته وتصميمه التجريبي وإعداد مقياس تسامي الذات وبمجالاته وفقراته وبرنامجه التربوي واستخراج خصائصهما القياسية ليتلائم مع عينة البحث ، وتحديد أهم الوسائل الإحصائية المناسبة التي يجب أن يستخدمها الباحث لأستعراض ما توصل إليها من نتائج في بحثه وكما يأتي :-

1- مُجتمع البحث

تألف المُجتمع الأصلي من طلبة الصف الخامس الإعدادي وبفرعيه (الأدبي/العلمي) في مركز مدينة الموصل وللسنة الدراسية (2022 - 2023) ، إذ بلغ العدد الكلي (30140)⁽¹⁾، آذ تم توضيح الاعداد في جدول رقم (1)

جدول (1)

مُجتمع البحث لطلبة مرحلة الخامس الإعدادي

المرحلة	العلمي		الأدبي		مجموع كُلي
الجنس	ذُكورا	إِناثاً	ذُكورا	إِناثاً	30140
الخامس	11272	12156	4403	2309	
	23428		6712		

2- عينة تطبيق البرنامج التربوي :- طبق الباحث مقياس تسامي الذات على عينة من طلاب المدارس الإعدادية لتحديد عينة مجموعتي البحث(التجريبية والضابطة)، وقد تم الأختيار بشكلاً عشوائياً وقد بلغت(900)طالب وطالبة من الصف الخامس الاعدادي ولكلاً الفرعين(العلمي/ الأدبي)وبعد أخذ البيانات

(1) تم اخذ البيانات من قسم التخطيط التربوي في مديرية تربية محافظة نينوى/شعبة الإحصاء

وتحليل الاستجابات وأحتساب أوساطها الحسابية للتعرف على مستوى تسامي الذات وبغية تحديد عينة التجربة الأساسية وتوزيعهم على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة)، وبعد تحليل استجابات الطلبة واستخراج اوساطها الحسابية وبالأستنادا على هذه الأوساط الحسابية التي استخرجها الباحث تم تحديد عينة التطبيق الأساسية التي سوف يطبق عليها البرنامج التربوي لتنمية تسامي الذات فوق الأختيار على طلبة إعدادية الحكمة للبنين؛ لكون أن مستوى تسامي الذات لديهم منخفضاً وتحديدًا طلبة الصف الخامس والفرع الأدبي، إذ بالغ عدد أفراد العينة (60) طالبا حيث تم توزيعهم بشكل متساوي؛ إذ تم تقسيمهم على مجموعتين: تجريبية وضابطة وبواقع (30) طالباً في كل مجموعة، علماً أن الباحث كان يشمل خلال تطبيق البرنامج جميع الطلاب في الشعبتين، إلا أنه ركز في معالجتها الإحصائية على الطلبة الذين أُجري التكافؤ عليهم في (الذكاء ، والعمر الزمني ، ومقياس تسامي الذات) .

3- **التصميم التجريبي** :- يُعد التصميم التجريبي بأنه الهيكلية أو البنية الأساسية التي يمكن من خلالها أن يتوصل الباحث إلى الإجابات عن أسئلة البحث وضبط متغيراته. (عباس وآخرون ، 2014 ، 185) ، وترى التميمي (2013) أن التصميم التجريبي من أخطر المهام التي تقع على عاتق الباحث عند قيامه بإجراء تجربة علمية؛ لأن سلامة وصحة التصميم هو الضمان الأساسي للوصول إلى النتائج الموثوق بها . (التميمي ، 2013 ، 26) ، وتؤكد عطية (2009) أن على الباحث تحديد التصميم التجريبي الذي سوف يعتمد في بحثه، على أن يكون ملائماً لبحثه وأهدافه وفرضياته وأن يكون ملائماً لاختبار صحة الفروض التي وضعها وخصائص العينة التي تم اختيارها . (عطية ، 2009 ، 186)، وقد أختار الباحث تصميمًا تجريبيًا ليتلائم مع أهداف البحث وهو ذي المجموعتين (التجريبية/الضابطة) ذات الاختبار (القبلي والبعدي) ، وكما في الجدول (2) .

الجدول (2)

التصميم التجريبي ذات المجموعتين (التجريبية/الضابطة) ذات الاختبار القبلي
والبعدي

المجموعة	الاختبار	المتغير المستقل	الاختبار	الفروق
التجريبية ذكور	قبلي	البرنامج التربوي	بعدي	الفروق
الضابطة ذكور	قبلي	بدون البرنامج	بعدي	الفروق

4- إجراء التكافؤات للمجموعتين التجريبية والضابطة :- بعد أن تم اختيار العينة

الاساسية لتطبيق إجراءات التجربة واختيار تصميماً تجريبياً يتناسب مع أهداف البحث وفرضياته، ومن خلال حرص الباحث، فقد تم التحقق من التكافؤ بين مجموعتي البحث (المجموعة التجريبية/المجموعة الضابطة) وبحسب المتغيرات (معدل الذكاء ، والعمر الزمني ، ومقياس تسامي الذات) وهي كالاتي :-

أ- متغير معدل الذكاء :- قام الباحث بحساب التكافؤ لمتغير الذكاء بين أفراد مجموعتي العينة (التجريبية / الضابطة) حيث اختار اختبار دانيلز للأشكال؛ لأنه مقنن على البيئة العراقية وهو من الاختبارات غير اللفظية لقياس معدل الذكاء، وبعد تصحيح استمارات الاختبار، بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (38.6) والانحراف المعياري (4.52) أما المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (37.6) وبانحراف معياري (3.71) ، وعند استخدام الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج النتائج أظهر الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (0.93) وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (2) بمستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (58) ومن خلال المقارنة بين القيمتين (الجدولية والمحسوبة) نلاحظ أنه لا توجد فروق

دالة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة)، وهذه النتيجة تدل على أن المجموعتين متكافئتان في معدل الذكاء، وكما في الجدول (3) .

الجدول (3)

الأختبار التائي لعينتين مُستقلتين للتكاؤ تبعاً لمتغير معدل الذكاء بين المجموعتين (التجريبية/الضابطة)

المجموعة	عينة البحث	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	القيم التائية		بمستوى الدلالة عند 0.05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	30	38.6	4.52	58	0.93	2.021	غير دال
الضابطة	30	37.6	3.71				

ب- متغير العمر الزمني :- قام الباحث بأحتساب تكافؤ متغير العمر الزمني بـ (الأشهر) لأفراد عينة البحث ولكلا المجموعتين (المجموعة التجريبية / المجموعة الضابطة) لغاية تاريخ (20 / 10 / 2022) وبلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (206.87) والانحراف المعياري (2.06) أما المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (207.03) وبانحراف معياري (2.32) ، وعند استخدام الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج النتائج أظهر الاختبار أن القيمة المحسوبة والتي بلغت (0.82) حيث أنها أصغر من القيمة الجدولية والبالغة (2) بمستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (58)، ومن خلال هذه النتيجة والتي تُظهر أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وتدُل هذه النتيجة بأن المجموعتين متكافئتان في متغير العمر الزمني، وكما في الجدول رقم (4) .

الجدول (4)

الأختبار التائي لعينتين مُستقلتين للتكافؤ تبعا لمتغير العمر الزمني بين المجموعتين
(التجريبية/الضابطة)

المجموعة	عينة البحث	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	القيم التائية		بمستوى الدلالة عند 0.05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	30	206.87	2.06	58	0.82	2	غير دال
الضابطة	30	207.03	2.32				

ث- متغير درجة الاختبار القبلي لمقياس تسامي الذات :- قام الباحث بحساب التكافؤ لمتغير درجات الاختبار القبلي لمقياس تسامي الذات بين (المجموعة التجريبية/المجموعة الضابطة) وطبق المقياس بالصيغة النهائية، إذ بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (101.7) والانحراف المعياري (6.87) أما المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (101.5) وانحراف معياري (8.14)، وعند استخدام الباحث للاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج النتائج أظهر الاختبار أن القيم التائية المحسوبة قد بلغت (0.103) حيث أنها أصغر من القيمة الجدولية والبالغة (2) وبمستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (58) ومن خلال هذه القيمة التائية يظهر أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة، ومن خلال هذه النتيجة والتي تُظهر أن المجموعتين مُتكافئتان في درجات الاختبار القبلي على مقياس تسامي الذات، وكما في الجدول (5) .

الجدول (5)

الأختبار التائي لعينتين مُستقلتين للتكافؤ تبعا لمتغير تسامي الذات بين المجموعتين
(التجريبية/الضابطة)

المجموعة	عينة البحث	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجة الحرية	القيم التائية		بمستوى الدلالة عند 0.05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	30	101.7	6.87	58	0.103	2	غير دال
الضابطة	30	101.5	8.14				

5- أدوات البحث :- ولغرض تحقيق أهداف البحث، وبعد اطلاع الباحث على مجموعة من الأدبيات والدراسات والبحوث فقد تطلبت الحاجة إلى بناء أداة تسامي الذات وبناء برنامج تربوي لتنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية، إذ تضمنت هذه الإجراءات الخطوات التالية :-

أ- مقياس تسامي الذات :- بعد اطلاع الباحث على مجموعة من الأدبيات والدراسات السابقة والمقاييس، والمقاييس ذات العلاقة، منها مقياس (Reed 1986) والمعرب من قبل هيبه (2014) ودراسة ناجي (2016) مقياس منصور وآخران (2018) ودراسة أبو بكر (2020) ودراسة أبو فارة (2022) ودراسة المفرجي (2022)، قام بما يلي:

1- إعداد مقياس تسامي الذات: والمكون بصيغته الأولية من (56) فقرة، بخمسة بدائل وهي: (تنطبق عليّ دائماً، وتنطبق عليّ أحياناً، وتنطبق عليّ نادراً، ولا تنطبق عليّ، ولا تنطبق عليّ أبداً) والأوزان هي بالترتيب (5، 4، 3، 2، 1) وهذه الفقرات موزعة على سبعة أبعاد وهي مستتبطة من الأبعاد العشرة التي وضعها (منصور وآخران، 2018) وهي كالآتي :-

- 1- الوعي بالذات :- ويتكون من 8 فقرات .
- 2- القدرة على إيجاد المعنى :- ويتكون من 8 فقرات .
- 3- العلاقات البينشخصية :- ويتكون من 8 فقرات .
- 4- القيمة :- ويتكون من 8 فقرات .
- 5- التأمل :- ويتكون من 8 فقرات .
- 6- الحكمة :- ويتكون من 8 فقرات.
- 7- الكفاية الزمانية :- ويتكون من 8 فقرات .
- 2- **خصائص مقياس تسامي الذات القياسية :-** ولغرض التحقق من هذه الخصائص قام الباحث بالخطوات الآتية :
 - 3- **صدق مقياس تسامي الذات :-** ولغرض التحقق من صدق مقياس تسامي الذات أستخرج الباحث نوعين من الصدق :
 - أ- **الظاهري :-** نظمت مجالات وفقرات مقياس تسامي الذات والبدائل بالصيغة الأولية في أستبانة تم عرضها على (15) من المحكمين والخبراء من ذوي الاختصاص من أجل الحكم على مدى صلاحية مقياس تسامي الذات، وبناءً على ما قدم الخبراء من ملاحظات وآراء قام الباحث بتعديل بعض فقرات المقياس لتصبح أكثر ملائمة لعينة البحث، وقد أعتمد الباحث على نسبة (75%) فمافوق من آرائهم وملاحظاتهم كمعيار للدلالة على صدق المقياس الظاهري، وبعد جمع الآراء والملاحظات وتحليلها تبين بأن جميع الفقرات حصلت على نسبة (75%) وأكثر بأستثناء (8) فقرات لم تحصل على النسبة الاتفاق التي وضعها الباحث معياراً لنسبة الاتفاق .
 - ب- **البنائي :-** قام الباحث بالتحقق من الصدق البنائي للمقياس من خلال أستخدام (معامل ارتباط بيرسون)، أي عن طريق إيجاد معامل

الأرتباط بين إستجابة كل فقرة من فقرات المقياس مع درجتها الكلية لـ(240)أستمارة وهي ذات الاستمارات عينة التمييز، وبأستخدام الأختبار التائي بدلالة معامل الأرتباط دلت النتائج ان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة(1.96) لـ(48) فقرة أي إن جميع فقرات مقياس تسامي الذات ذات دلالة احصائية بمستوى دلالة(0.05)وبدرجة حرية(238)، وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية يتكون من(48)فقرة.

4- **حساب قوة التمييز:-** قام الباحث بحساب قوة التمييز لفقرات مقياس تسامي الذات، آذ تم سحب عينة عشوائية متساوية من طلبة الصف الخامس الاعدادي ولكلا الفرعين ومن أربعة مدراس مدرستين للذكور(إعدادية اليرموك للبنين، وإعدادية الراية للبنين) ومدرستين للإناث(إعدادية قرطبة للبنات ، وإعدادية المعرفة للبنات) حيث بلغت(240)طالباً وطالبة،وبعد ان تم اختيار العينة وتم تطبيق المقياس على العينة، وبعد تصحيح استجابة الطلبة على المقياس وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة ، ثم تم ترتيب تب الدرجات تصاعدياً من اقل درجة الى اعلى درجة، ومن ثم حدد الباحث نسبة (27%) من المجموعة الدنيا وقد بلغت(66)أستمارة،ونسبة (27%) من المجموعة العليا درجات الدنيا وكانت ايضا(66) استمارة أيضاً، بعد تحديد المجموعتين العليا والدنيا وبأستخدام الحقيبة الأحصائية (SPSS) للعلوم الأجتماعية تم حساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس ومن خلال(الأختبار التائي لعينتين مُستقلتين)،ظهر ان القيمة التائية المحسوبة لفقرات المقياس كانت اكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة(1.96)وبمستوى دلالة (0.05)

، ودرجة الحرية (130) وبهذا أصبح مقياس تسامي الذات يتكون بالصيغة النهائية من (48) فقرة تتوزع على سبعة مجالات.

5- **الثبات** :- ولإيجاد الثبات اعتمد الباحث طريقتين هما :-

أ- **إعادة الاختبار** :- حيث تم تحديد عينة عشوائية أختيرت من مدرستين (إعدادية فلسطين للبنين ، وإعدادية قرطبة للبنات) والتي تم تحديدها بـ (60) طالب وطالبة من طلبة الصف الخامس الإعدادي وبفرعيه (الادبي/العلمي)، وقام الباحث بأجراء تطبيقين لمقياس تسامي الذات بين التطبيق الأول والثاني (15) يوم، ومن ثم أستخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني ، حيث بلغ معامل الثبات (0.80) وهذا يدل على ان المقياس ذو معامل ثبات مقبول وعالي.

ب- **طريقة الفا كرونباخ** :- آذ تأكد الباحث من ثبات مقياس تسامي الذات بـ (طريقة الفا كرونباخ) على عينة الثبات والتي بلغت (60) طالب وطالبة من الصف الخامس الإعدادي وللفرعين العلمي والأدبي، وبعد تطبيق معادلة الفا كرونباخ على درجات عينة الثبات بلغ معامل الثبات للمقياس نسبة ثبات جيدة وهي (0.84).

6- **تصحيح المقياس** :- تضمن مقياس تسامي الذات (48) فقرة وحدد خمسة بدائل (تتنطبق عليّ دائماً ، تتنطبق عليّ أحياناً ، تتنطبق عليّ نادراً، لا تتنطبق عليّ ، لا تتنطبق عليّ أبداً) لكل فقرة وقد تم إعطاء الاوزان لكل بديل بالآتي (1،2،3،4،5)، علماً ان اعلى درجة هي (240) وأقل درجة (48) بينما وسط المقياس الفرضي (144) درجة.

7- **عينة الإستطلاع** :- آذ قام الباحث بأختيار عينة إستطلاعية لمعرفة دقة وضوح وموضوعية تعليمات المقياس وفقراته، فضلاً عن التعرف على

سهولة الفقرات وصعوبتها، حيث تم اختيار عينة عشوائية من طلاب الخامس الإعدادي ولكلا الفرعين من مدرستين: الأولى إعدادية الكندي للبنين، وإعدادية الخنساء للبنات، وآذ بلغ عدد طلاب عينة الأستطلاع (100) طالبة وطالب، وبعد تطبيق المقياس على الطلبة تبينت دقة وضوح وموضوعية تعليمات المقياس وفقراته من خلال ما أبدوه الطلبة من ارتياح للمقياس وكيفية الأجابة عنه فضلاً عن وضوح الفقرات ، كما إن الوقت المستغرق لإجابة الطلبة على المقياس تراوح ما بين (20) إلى (30) دقيقة .

ت-البرنامج التربوي :- ولتحقيق هدف البحث تطلب من الباحث بناء برنامج

تربوي لتنمية تسامي الذات لطلبة المرحلة الإعدادية وفقاً للمبررات الآتية :-

1- بحسب إطلاع الباحث على الدراسات السابقة والبحوث الأدبيات لم يعثر

على أي برامج تربوية جاهزة لتنمية تسامي الذات لدى الطلبة .

2- أعد الباحث برنامجاً تربوياً يتوافق مع طبيعة عينة البحث وبما يتلاءم

مع خصائصهم (المعرفية،السيكولوجية،العقلية،الاجتماعية) .

وتضمنت الإجراءات الخطوات الآتية :-

1- أطلاع الباحث على (بحوث وأدبيات ودراسات سابقة) ذات علاقة مع

متغير تسامي الذات.

2- حلل الباحث الظاهرة المراد دراستها (تسامي الذات) إلى أدق

تفاصيلها.

3- تحديد أهداف البرنامج التربوي وتشمل مايلي :-

أ- هدفاً عاماً :- آذ إنَّ للبرنامج التربوي هدفاً عاماً واحداً هو تنمية

تسامي الذات لأفراد العينة.

ب- هدفاً خاصاً :- فمن خلال الهدف العام تم تحديد أهدافاً خاصة يسعى الباحث لتحقيقها مما تسهم في تنمية تسامي الذات ، آذ تم وضع هذه الأهداف في مقدمة كل مُحاضرة من مُحاضرات البرنامج التربوي .

4- محتوى البرنامج التربوي:- تضمن البرنامج (12) محاضرة آذ تستغرق مدة المُحاضرة الواحدة (45) دقيقة للمحاضرة وتضمنت المُحاضرات عدداً من الدروس والأمثلة ومواقفاً إجتماعية وعرض بعض المقاطع الفيديوية وهي مستنبطة من واقع المجتمع وقد قام الباحث بتوظيفها بما يخدم تحقيق الأهداف العامة والخاصة للبرنامج التربوي ، وقد تضمنت كل مُحاضرة ما يأتي :-
أ- عنوان المُحاضرة .

ب- التعريف بالمُحاضرة:- آذ يقوم الباحث بإعطاء تعريف عن المُحاضرة وما تحتويها.

ت- الأهداف الخاص للمُحاضرة:- إذ أن لكل مُحاضرة هدفاً يجب أن يتوافق مع طبيعة وموضوع الهدف من المحاضرة، ويسعى من خلالها الباحث الوصول الى الهدف ويعمل على تحقيقه .

ث- المبادئ الخاصة بكل مُحاضرة:- ويقصد بها الالتزام بالاخلاقيات والواجبات من أجل تحقيق الأهداف الأساسية من البرنامج وهي تنمية تسامي الذات .

ج- الوسائل والفنيات والأمثلة:- وهي مجموعة من الأمثلة والدروس والتي تكون مستنبطة من واقع الطالبة مع استخدام الفنيات والصور أو الامثلة أو مقاطع الفيديو التي تُساعد الباحث على توضيح مضمون المُحاضرة وأهدافها للطلبة، وهذا يكون من خلال أستعراض محاور المحاضرة للطلبة .



ح- المناقشة :- وهي تتضمن محاوره ونقاش لمجموعة من الاسئلة والافكار يقوم الطلبة بطرحها ويتم مناقشتها مع الطلبة والباحث والتي تخص موضوع المحاضرة.

خ- التمارين :- آذ تتضمن عدداً من التمارين والواجبات، يتم اعطائها للطلبة وفقاً لطبيعة المحاضرة.

د- الواجب البيتي :- حيث تتضمن عدداً من الواجبات البيئية والأسئلة تُعطى للطلبة ويطلب منهم أنجازها .

5- صدق البرنامج التربوي :- عمد الباحث لأستخراج الصدق الظاهري لمعرفة صدق البرنامج؛ إذ نُظمت مُحاضرات البرنامج بصيغتها الأولى في استبانة مُتكونة من (12) مُحاضرة تم عرضها بصيغتها الأولى على الخبراء والمُحكمين والبالغ عددهم (15) وذلك لأبداء الملاحظات والآراء لكل مُحاضرة ومدى ملامتها للعينه وتعديل ما يرونه مناسباً، وقد أبدى المُحكمون والخبراء آرائهم ومُلاحظاتهم حيث تم تعديل بعض المُحاضرات تعديلاً طفيفاً لتكون أكثر ملائمة لطلبة الصف الخامس الإعدادي وحصل البرنامج على نسبة أُتفاق والتي قد بلغت (80 %) ومُفاوق، وتضمن البرنامج التربوي المحاضرات التالية ادناه :-

- المُحاضرة الأولى :- الافتتاحية .
- المُحاضرة الثانية :- القدرة على تقييم الذات وتحديد الهوايات والاهتمامات التي تساعد على تطوير الذات لديهم .
- المُحاضرة الثالثة :- القدرة على الشعور بالسعادة وتخفيف الضغوط واستخلاص المعاني الإيجابية للإفادة منها في الحاضر والمستقبل.
- المحاضرة الرابعة :- كيفية تكوين علاقات اجتماعية مثمرة وناجحة مع الآخرين ومشاركتهم وجدانياً .



- المحاضرة الخامسة :- كيفية تقييم المواقف وتحديد البدائل برؤية شمولية وناضجة.
 - المحاضرة السادسة :- التأمل والتركيز في الظواهر الاجتماعية والموضوعات وتحديد المعاني التي وراءها .
 - المحاضرة السابعة :- الأهداف البناءة وكيفية تحقيقها .
 - المحاضرة الثامنة :- كيف نسمو بالذات والإحساس بأهمية الحياة .
 - المحاضرة التاسعة :- النظرة الشمولية للموضوعات وإدراك وجهات نظر الآخرين.
 - المحاضرة العاشرة :- إثراء الحاضر من خبرات الماضي والتوجه نحو المستقبل.
 - المحاضرة الحادية عشرة :- القيم والمبادئ الإنسانية والالتزام بها .
 - المحاضرة الثانية عشرة :- الختامية
- 6- تطبيق البرنامج التربوي :- ارتأى الباحث أن يتوخى الدقة والموضوعية عند تطبيقه للبرنامج، إذ تم تطبيق البرنامج على طلبة الخامس الأدبي في إعدادية الحكمة للبنين، وقام الباحث بتحديد مواعيد إجراء التجربة بالاتفاق مع إدارة المدرسة، وذلك بأن تكون محاضرة في كل أسبوع بحسب التواريخ المذكورة في الجدول رقم (6)، إذ بدأت عملية التطبيق يوم الإثنين المُصادف (20 / 2 / 2023) وانتهى البرنامج في يوم الخميس المُصادف (2023/5/5) وكانت مدة المُحاضرة الواحدة (45) دقيقة ، وبعد أن أنتهى الباحث من تطبيق التجربة على أفراد عينة البحث قام بتطبيق الاختبار البعدي يوم الأحد المُصادف (2023/5 /7)، والجدول (6) يوضح تواريخ تطبيق التجربة .

الجدول (6)

تواريخ إجراء التجربة وتطبيقها للبرنامج التربوي

المُحاضرة	عنوان المُحاضرة	اليوم	التاريخ
الأولى	الأفتتاحية	الاثنين	2 / 20
الثانية	القدرة على تقييم الذات وتحديد الهويات والاهتمامات التي تساعد على تطوير الذات لديهم	الأحد	2 / 26
الثالثة	القدرة على الشعور بالسعادة وتخفيف الضغوط واستخلاص المعاني الإيجابية للإفادة منها في الحاضر والمستقبل	الأحد	3 / 5
الرابعة	كيفية تكوين علاقات اجتماعية مثمرة وناجحة مع الآخرين ومشاركتهم وجدانياً	الأحد	3 / 12
الخامسة	كيفية تقييم المواقف وتحديد البدائل برؤية شمولية وناضجة .	الأحد	3 / 19
السادسة	التأمل والتركيز في الظواهر الاجتماعية والموضوعات وتحديد المعاني التي وراءها	الأحد	3 / 26
السابعة	الأهداف البناءة وكيفية تحقيقها	الأحد	4 / 2
الثامنة	كيف نسمو بالذات والإحساس بأهمية الحياة	الأحد	4 / 9
التاسعة	النظرة الشمولية للموضوعات وإدراك وجهات نظر الآخرين	الأحد	4 / 16
العاشرة	إثراء الحاضر من خبرات الماضي والتوجه نحو المستقبل	الأربعاء	4 / 19
الحادية عشرة	القيم والمبادئ الإنسانية والالتزام بها	الأحد	4 / 30
الثانية عشرة	الختامية	الخميس	5 / 4

عرض النتائج ومناقشتها

سيتم عرض ما توصل إليه الباحث من النتائج فضلاً عن مناقشة هذه النتائج وفقاً لهدف البحث والفرضيات وهي كالتالي :-

الهدف الأول :- بناء برنامج تربوي لتنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية :- وقد تحقق هذا الهدف من خلال الإجراءات التي قام بها الباحث سابقاً .

الهدف الثاني :- التعرف على أثر البرنامج التربوي في تنمية تسامي الذات لدى الطلبة :- ومن خلال هذا الهدف وضع الباحث الفرضية الصفرية الآتية :-

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات تنمية تسامي الذات بين أفراد مجموعتي البحث على وفق متغيري المجموعة (التجريبية / الضابطة) في الاختبار البعدي على مقياس تسامي الذات بعد تطبيق البرنامج التربوي في تنمية تسامي الذات.

وبعد أن قام الباحث بتطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية تم إجراء الاختبار البعدي لمقياس تسامي الذات لأفراد مجموعتي البحث (التجريبية،/الضابطة) ، وبعد تحليل إستجابات العينة ، ومن خلال استخدام برنامج الإحصائي (SPSS) ، ولغرض أن يتحقق الباحث من صحة فرضيته قام باستخدام الاختبار (التائي لعينتين مُستقلتين) لإيجاد دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لـ (درجات المجموعة التجريبية البالغة (155) وانحرافها المعياري (9.5) ودرجات المجموعة الضابطة والبالغة (135) وانحرافها المعياري (6.4)) وبينت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة والبالغة (2.23) أكبر من الجدولية البالغة (1.98) وتُشير هذه النتيجة أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية ولصالح متوسط درجات المجموعة التجريبية، والجدول (7) يوضح ذلك .

"الجدول (7)"

"نتائج الاختبار التائي لعينتين مُستقلتين في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج التربوي"

المجموعة	العينة	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مُسْتَوَى الدلالة عند 0.05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	30	155	9.5	58	2.23	1.98	دالة إحصائية
الضابطة	30	135	8.4				

ومن خلال هذه النتيجة نرى ارتفاع مُستوى تسامي الذات لإفراد المجموعة التجريبية بالاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج وكان متوسطهم الحسابي على الطالبة ومقارنتهم بالمجموعة الضابطة التي كان المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية أكبر من المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة الضابطة، فإن الفرضية الصفرية ترفض نتيجة عدم تحققها وتقبل الفرضية البديلة ، وهذا ما يثبت ان وجهة (Sternberg , 1997) في تسامي الذات أنه يمثل قدرة الفرد على التمييز بين الأبعاد التي تقع ما وراء المعرفة من النفس والعالم الطبيعي، وإيقاظ حالة من الوعي العالي مصحوبة بالقدرة على التمييز بينهما، أي التمييز بين الذات وبين العالم الخارجي في تقرير المصير، ويتم تحديد القدرات العقلية للفرد على أنها قدرات فائقة ومتسامية، وينظر لهذه القدرات الفائقة على أنها تجاوز للتجربة البشرية أو المادية بغض النظر عن كونها تخضع أو لا تخضع لقيود العالم الطبيعي والمادي. (Sternberg , 1997 : P 484)

الاستنتاجات :-

- 1- تمتع عدد كبير من طلبة المرحلة الإعدادية بمستوى منخفض من تسامي الذات .
- 2- للبرنامج التربوي الذي قام الباحث بإعداده أثر في تنمية تسامي الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية .

التوصيات :-

- 1- تقويم ومتابعة طلبة المرحلة الإعدادية من خلال مقياس تسامي الذات الذي أعده الباحث .
- 2- تضمين منهاج مادة علم النفس معلومات قيمة عن تسامي الذات وكيفية أن يتسامى الفرد بذاته.
- 3- إعداد بعض المناهج التدريبية والأنشطة الاجتماعية والترفيهية التي تساعد على الوعي بالذات والوعي بالحياة وأهميتهما .

المقترحات :-

- 1- إجراء دراسات تجريبية على مراحل مختلفة كالمرحلة الجامعية والمتوسطة .
- 2- إجراء دراسات مقارنة بين طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة نينوى وطلبة المرحلة الإعدادية في محافظات أخرى .
- 3- إجراء دراسات وصفية ارتباطية بين متغير تسامي الذات ومتغيرات نفسية أخرى لمعرفة العلاقة بينهما .

المصادر العربية

1. إبراهيم ، مجدي عزيز (2009) ، معجم مصطلحات ومفاهيم التعليم والتعلم ، الطبعة الأولى ، علم الكتب ، القاهرة ، مصر .
2. أبو بكر ، نشوة كرم (2021) ، التسامي بالذات وأبعاده الفرعية كمنبآت بالاتجاه نحو المهنة والاستغراق الوظيفي لدى عينة من المرشدين النفسيين ، مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية ، جامعة تعز ، المجلد (6) ، العدد (14) ، ص (52) - ص (80) ، تعز ، اليمن .
3. ابو فارة ، عزيزة عبد العزيز عزات (2022) ، تسامي الذات وعلاقته بالهناء النفسي لدى طلبة جامعة الخليل ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا ، جامعة الخليل ، فلسطين .

4. الحاج أحمد ، صلاح حمدان (2017) ، المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة في محافظة غزة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية العلوم والتكنولوجيا للدراسات العليا ، جامعة السودان ، السودان .
5. التلوي ، جميلة جميل محمود (2015) ، دراسة مقارنة للتوافق النفسي لدى أبناء النساء المعنفات وغير المعنفات في شمال غزة في ضوء بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأزهر ، غزة ، فلسطين .
6. التميمي ، محمود كاظم محمود (2013) ، منهجية كتابة البحوث والرسائل ، الطبعة الأولى ، دار صفا للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
7. خضير ، ثابت محمد (2010) ، أثر برنامج تربوي في تنمية الاستطلاع العلمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مركز محافظة نينوى ، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية ، المجلد (9) ، العدد (3) ، ص (22) - ص (54) .
8. الخطيب ، وليد حسن عاشور حسن (2016) ، تسامي الذات وعلاقته بكل من التفاؤل والتفتح على الخبرات والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة، مجلة جامعة عين شمس للقياس والتقويم ، المجلد الخامس ، العدد العاشر ، ص (2) - ص (36) .
9. الذهبي ، جمال حميد قاسم وعمار عبد الجبار قدوري السلماني (2018) ، تسامي الذات وعلاقته بالتفكير الناقد لدى طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية الأساسية ، المجلد (24) ، العدد (101) ، ص (799) - ص (833) .
10. سالمان ، الشيماء محمود (2021) ، المناعة النفسية وعلاقتها بكل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد 19 - Covid لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية ، مجلة البحث العلمي في التربية ، المجلد (22) ، العدد الثالث ، ص (367-402) .
11. السعدي ، رحاب عارف (2016) ، معنى الحياة لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين (دراسة ميدانية في محافظة جنين) ، مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث ، المجلد الأول، العدد (2) ، ص (59) - ص (96) ، أريحا ، فلسطين .

12. الضبع ، فتحي عبد الرحمن (2012) ، الذكاء الروحي وعلاقته بالسعادة النفسية لدى عينة من المراهقين والراشدين ، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، العدد التاسع والعشرون ، الجزء الأول ، ص (135) - ص (176) .
13. العاسمي ، رياض نايل (2017) ، علم النفس الإيجابي السريري ، الجزء الثاني ، دار الإصدار العلمي للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
14. عباس ، محمد خليل وآخرون (2014) ، مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، الطبعة الخامسة ، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان،الأردن .
15. العبيدي ، صباح مرشود منوخ وريم رعد توفيق (2018) ، أثر برنامج تربوي في تنمية التفكير المنطومي لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، الطبعة الأولى ، شركة المؤسسة الحديثة للكتاب ، طرابلس ، لبنان .
16. العبيدي ، عفراء إبراهيم خليل إسماعيل (2016) ، سمو الذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة علوم الإنسان والمجتمع ، العدد (18) ، ص (237) - ص (252) .
17. العبودي ، طارق محمد بدر و علي عبد الرحيم صالح (2018) ، علم النفس الإيجابي ، الدار المنهجية للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
18. عطية ، محسن علي (2009) ، البحث العلمي في التربية - مناهجه - أدواته - ووسائله الإحصائية ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
19. عليان ، رحي مصطفى ، عبد الحافظ سلامة (2003) ، إدارة مراكز مصادر التعلم ، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ، عمان الأردن .
20. الفهادي ، عمار طلال حمد الله (2019) ، أثر برنامج تربوي قائم على استراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية الذكاء المنطومي لدى طلبة المعهد التقني نينوى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة الموصل ، نينوى ، العراق .

21. منصور ، غبريال طلعت ، منى عبد الحميد عبد الحميد ، إيمان فوزي سعيد شاهين (2018) ، بناء مقياس التسامي بالذات والتحقق من كفاءته السيكمترية ، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس / العدد (54)، ص (495) – ص (567).
22. المفرجي ، سالم بن محمد (2022) ، القدرة التنبؤية للتسامي بالذات في الرفاه النفسي لدى معلمي ومعلمات التعليم العام بمكة المكرمة ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، العدد (117) ، ص (259) – ص (326) .

المصادر الاجنبية:

23. Bastian . [Brock , Jetten . Jolanda](#) , [Fasoli](#) . Fabio (2010) : Cleansing the soul by hurting the flesh: the guilt-reducing effect of pain , Psychological Science , Vol (22) , P(334) – P (335) .
24. Cloninger . C . [Robert](#) (2006) : The science of well-being: An integrated approach to mental health and its disorders , World Psychiatry , (5) , (2) , P (71) – P (76) .
25. Cloninger . [C . Robert , Dragan . M . Svrakic & Thomas . R . Przybeck](#) (1993) : A Psychobiological Model of Temperament and Character , Arch Gen Psychiatry , (50) , (12) , P (975) – P (990) .
26. Eckl, Cheryl . Lafferty . (2017) : 7 ways to enhance self-transcendence. Step into the Light of your own True Being. Retrieved from <http://www.cheryleckl.com/articles/unleashing-joy-self-transcendence/7-ways-to-enhance-self-transcendence>.
27. Garcia - Romeu . Albert . M . A (2010) : Self-transcendence as a measurable transpersonal construct ,The Journal of Transpersonal Psychology, Vol (42) , No (1) , P (26) – P (47) .
28. Garcia , Danilo.; Rosenberg, P.; Lester . N & Cloninger, R. (2017) : Self- Transcendence in book, Encyclopedia of Personality and Individual

- Differences . Springer . Editor ; Zeigler Hill , Shachelford, K., Project of "A Ternary Model of Personality .
29. Harris , Alex . H . S & Thoresen , Carl . E (2003) , **Strength - based health psychology : Counseling for total human health** . In W.B. Walsh (Ed) , Counseling psychology and optimal human functioning , P (199) – P (227) .
 30. Hoshi , M . (2008) : **Self-transcendence , vulnerability, and well-being in hospitalized Japanese elders** , Unpublished doctoral dissertation , University of Arizona , Tucson , USA.
 31. Jesse , D . Elizabeth & Reed , Pamela . G. (2004) : **Effects of spirituality and psychosocial well-being on health risk behaviors in Appalachian pregnant women** , Journal of Obstetric , Gynecologic & Neonatal Nursing , Vol (33) , Issue (6) , P (739) – P (747) .
 32. Koltko-Rivera, M.E. (2006). **Rediscovering the later version of Maslow's hierarchy of needs: Selftranscendence and opportunities for theory, research, and unification** , Review of General Psychology the American Psychological Association , Vol (10) , No (4) , P (302) – P (317) .
 33. Le , Thao . N . (2011) : **Live Satisfaction , Openness Value Self – Transcendence , and Wisdom** , Journal of Happiness Studies , Vol (12) , Iss (2) , P (171) – P (182) .
 34. Levenson , Michael . R , Jennings , Patricia . A , Aldwin , Carolyn . M , Shiraishi , Ray . W (2005) : **Self-Transcendence: Conceptualization and Measurement** , The International Journal of Aging and Human Development , Vol (60) , No (2) , P (127) – P (143) .
 35. Piedmont . Ralph . L (1999) : **Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality ? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model** , Journal of Personality , Vol (67) , Iss (6) , P (985) – P (1013) .

36. Reed . Pamela G (2008) : The theory of self-transcendence In M. J. Smith & P. Liehr (Eds) , Middle range theories in nursing , P (145) – P (165) , New York , NY.
37. Reed , Pamela . G (2009) : Demystifying Self-Transcendence for Mental Health Nursing Practice and Research , Archives of Psychiatric Nursing , Volume (23) , Issue (5) , P (397) – P (400) .
38. Romeo-Ratlif , Adena (2014) : An Investigation into the Prevalence of and Relationships Among Compassion Fatigue, Burnout, Compassion Satisfaction, and SelfTranscendence in Oncology Nurses , Doctoral dissertation , Seton Hall University Dissertations and These
39. Smith , Mary Jane , Liehr , Patricia R (2008) : Middle Range Theory for Nursing , (Second Edition) , Springer Publishing Company LLC . New York , NY .
40. Sternberg , J . Robert (1997) : Managerial Intelligence: Why IQ isn't enough , Journal of Management , Vol (23) , Iss (3) , P (475) – P (493) .
41. Texeira , M . Elizabeth , Self-Transcendence : a concept analysis for nursing praxis , Holistic Nursing Practice ,Vol (22), I (1) , P (25)-P(31) .
42. Venter . Henrt and Venter . Elaine (2010) : Globalization and the Psychology of the New World Citizen: How the New Global Citizen Compares to Maslow's Level of Self-Transcendence , The International Journal of Interdisciplinary Social Sciences : Annual Review , Vol (5) , Issue (7) , P (29) – P (36) .
43. Wong , Paul . T . P (2016) ; Meaning-Seeking , Self-Transcendence , and Well-being . In A . Batthyany (Ed.) , Logotherapy and existential analysis : proceedings of the Viktor Frankl Institute , Vol (1) , P(311)-P(322) .