جامعة قاصدي مرباح – ورقلة –

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

مذكرةمكملة لنيل شهادةالماسترأكاديمي

الميدان: علوم إجتماعية

الشعبة :علومالتربية

التخصص :علم النفس التربوي

إعدادالطالبتين :

–زقعيط سمية

–حساسة زينب

بعنوان:

تقدير الذات الأكاديمية وعلاقتها بالتوافق النفسي

دراسة ميدانية لدى تلاميذ الثالثة ثانوي ببعض ثانويات بمدينة ورقلة

نوقشت بتاريخ 07 /06/ 2022

أمام اللجنة المكونة من السادة:

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

الموسمالجامعي: 2021–2022

شكر وعرفان

قال تعالى: { وَلَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ}

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

إهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى من قال فيهما الرحمن

{وأخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل ربي إرحمهما كما ربياني صغيرا امي وابي }

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

إلى التي حملتني وهنا على وهن وربتني على الصفات والأخلاق الحميدة إلى أعز الناس أمي.

إلى زوجي الغالي وبناتي.

إلى من رسمتهن كالحوريات يطفن حولي ويمسحن دمعتي إلى الشموع أخواتي

إلى قرة عيني وبهجة سروري ابني محمد طه.

إلى كل عائلة زقعيط بولاية غارداية وعائلة الأخضري

إلى كل أساتذتي الكرام بجامعة قاصدي مرباح بورقلة

وإلى كل صديقاتي في مشواري الدراسي

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا

كلمة شكر وتقدير

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

فلا يسعنا في هذه اللحظة أن نقدم كل الشكر والامتنان وخالص العرفان والتقدير إلى أستاذنا الفاضل المشرف على هذا العمل الأستاذ الدكتور "لعجال ياسين" على دعمه وتوجيهاته القيمة فجزاها الله ألف خير

كما نوجه أسمى الشكر و التقدير إلى جميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم التربية على تعاونهم معنا لإتمام هذا العمل القيم.

والى كل من قدم لنا يد العون استاذي الفاضل لقوقي الهاشمي

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

- **سمية وزينب**

www.arbfonts.com

ملخص الدراسة:

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

حيث تمت صياغة فرضيات الدراسة على النحو التالي:

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

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

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

حيث اسفرت الدراسة على النتائج التالية:

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

Résumé

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

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

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

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

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

L'étude a abouti aux résultats suivants:

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

فهرس المحتويات

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

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

فهرس الجداول

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

مقدمة

مقدمة

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

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

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

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

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

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

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

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

حيث تكون الجانب النظري من ثلاث فصول.

الفصل الاول: خصص الإطار العام للدراسة تناول إشكالية الدراسة و تساؤلاتها، فرضيات الدراسة، أسباب اختيار موضوع الدراسة، أهداف وأهمية الدراسة ، بالإضافة الى تحديد المفاهيم وعرض الدراسات السابقة ذات صلة بمتغيرات الدراسة وصولا الى التعقيب على هذه الدراسات وابراز مكانة الدراسة الحالية بينها.

الفصل الثاني: تم التناول في هذا الفصل متغير الدراسة الأول ألا وهو تقدير الذات الاكاديمية ، حيث تم التطرق أولا الى ماهية تقدير الذات، ثم ثانيا الى تقدير الذات الاكاديمية.

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

أما الجانب التطبيقي فقسم الى فصلين:

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

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

الفصل الأول:
تقديم مشكلة الدراسة

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

1- مشكلة الدراسة :

يعتبر التعليم الثانوي من ركائز النظام التعليمي والتربوي في العالم وخاصة المرحلة التعليمية الثانوية النهائية والمتواصلة في نفس الوقت ,وهذا بامتحان شهادة الباكالوريا والتي تعد الجسر لمزاولة الدراسات العليا, ضف الى ذلك مرحلة التعليم تقابل أهم وأحرج مرحلة عمرية في حياة الفرد حسب تقييم مراحل النمو الانساني إذ أنه يغطي مرحلة المراهقة.(**بلحاج ،2011، ص170**)

كما تعد مرحلة هامة فيما يتعلق بنمو مفهوم الذات وهذا عبر عنه كل من كارول سيجلمان و دفييد شافرفي قولهما:" ربما لا توجد فترة في حياة الفرد اكثر أهمية بالنسبة لنموالذات في مرحلة المراهقة , في مرحلة بناء الذات وتكوين شخصية ذات اتجاهات وقيم سلمية وهذا ما يعتبر عن الهدف العام للتعليم الثانوي فيما يتعلق في خلق شخصية السوية المتزنة من جميع أبعادها.(**الكفافي، 2008، ص313**).

والمر الذي يحتاج الى تأكيد أن النمو مفهوم الذات في مرحلة المراهقة المتوسطة والمتأخرة ليس عملية إضافات, فالمراهقون لا يقومون ببساطة إضافة أفكار أكثرا تعقيدا وتجريدا عن أنفسهم الى مفاهيمهم المادية السابقة التي كونها في مرحلة الطفولة , الأن المراهق يرى نفسه مختلف فالأفكار السابقة تختفي أو تندمجبالصورة الاكثر تعقيدا.

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

ونظرا للأهمية البالغة لتقدير الذات في حياة الفرد بصفة عامة والمتعلم بصقة خاصة فيما يتعلق بادائه الاكاديمي , نجد ان الكثير من النظريات تفسيره , فقد ذهب أصحاب الانسانية أمثال ماسلو الى القول أن تقدير الشخص لذاته نابع من حاجات أساسية , وقام ماسلو بتنظيم تلك الحاجات على شكل هرم للوصول الى تحقيق الذات الواقع في قمة الهرم , فهو يعتبر أن إشباع الحاجات الاساسية الفسيولوجية كالشعور بالأمن والانتماء وشعور الفرد بتقدير ذاته هو الذي يضمن له الوصول إلى تحقيق الذات.(**بطرس ,2008، ص479**).

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

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

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

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

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

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

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

ليتم بعد ذلك استخدام معامل الارتباط الاستدلال على العلاقات بين دراسة المشاركين في النشطات المحددة ومفهوم الذات الاكاديمي , وتم الحصول على نتائج عديدة مهمة من الناحية الاحصائية منها:

*ارتباط عدد الساعات الاسبوعية الخاصة بالقراءة خلال السنة الاولى بصورة أساسية بادراك المشاركين لذاتهم فيما يتعلق بقدرتهم على القراءة بالقدرة على الإبداع , وعلى العكس يميل الطلبة الذين يقضون معظم الساعات الاسبوعية في القراءة أثناء السنة الاولى الى تحقيق ما يسمى بالإدراك الواطئللذات فيما يتعلق بالقدرة على الانجاز في مادة الرياضيات.

*وأشارت النتائج أيضا أن اداء الطلاب في انواع النشطات المتعددة يقترن بصورة أساسية بالأوجه المتعددة لمفهوم الذات الاكاديمي, وأن أداء الطالب في النشطات المحددة لا يرتبط بصورة ملائمة مع كل جانب من جوانب مفهوم الذات الاكاديمي.(**الجيراني, 2012 ، ص150**).

ودراسة همفريHumphray (2002) بعنوان : تقديرات الطلبة والمعلمين حول تقديرات الذات الأكاديمي لدى طلبة ذوي صعوبات القراءة, وهدفت الدراسة الى معرفة تقديرات المعلمين و الطلبة حول تقديرات الذات الاكاديمية لدى الطفال ذوي صعوبات القراءة من طلبة ذوي صعوبات التعلم, وقد اجريت هذه الدراسة على ثلاث مجموعات من الأطفال: المجموعة الاولى وعددها (23)طفلا وهم ممن يعانون من صعوبة القراءة موجودون في المدارس الحكومية , والمجموعة الثانية وعددها (28) طفلا وهم من الغرف الخاصة والمجهزة للطلبة ذوي صعوبات التعلم, والمجموعة الثالثة وعددها (29) طفلا وهي المجموعة الضابطة وهم الاطفال العاديين , استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس يتكون من عشر فقرات , وبينت نتائج الدراسة ما يلي:

*وجود فروق واضحة بي الطلبة الذين لديهم صعوبات في القراءة الموجودين في المدارس الحكومية, ولكهم غير ملتحقين بغرف صعوبات التعلم , والطلبة الذين يستفيدون من البرامج المقدمةفي غرف صعوبات التعلم في مفهوم تقدير الذات الاكاديمي, كان لصالح الطلبة الملتحقين بغرف صعوبات التعلم.

*أظهر طلاب المدارس الحكومية من ذوي صعوبات القراءة تدنيا في مفهوم الذات الأكاديمي من ناحية بعد الاهمية لهم في الوسط الذي يعيشون فيه , وبعد القدرة على تكوين الصداقات(الشعبية) بالنسبة لطلبة المجموعة الضابطة من العاديين.(**راشد الريموني, 2008، ص53**).

وأن ما يميز تقدير الذات الأكاديمية أنها لا تنمو إلا في المواقف التعليمية المختلفة إذ تعد الخبرات المدرسية المصادر الرئيسية التي تشكل تقدير الذات الأكاديمية, وهذا لا يعني أنها لن تتأثر ببقية العوامل التي يتأثر بها تقدير الذات العام, وإن مجال التعليم أكثر المجلات التي يمكن أن يواجه فيها الفرد العقبات ومشكلات مختلفة وإذا لم يتمكن من حلها يلجأ إلى تعديل أو تغيير سلوكه بما

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

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

ويتعلق التوافق النفسي بقدرة التلميذ إحداث الاتزان بين دوافعه و الضبط النفسي فالشخص السوي المتوافق يصدر عنه سلوك أدائي فعال ويواجه به مختلف المشاكل والضغوطات بإجاد أساليب إيجابية , حيث يرى أنصار النظرية الانسانية أن التوافق النفسي يرتبط بتحقيق المرء لذاته, وإن استطاع الفرد ان يشبع الحاجات الاولية الفسيولوجية, يفسح المجال له للوصول للمستوى الذي يليه حتى يصل الى أعلى المستويات ألا وهي تحقيق الذات ويؤكد "ماسلو" أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية , وتقبل الذات ز الاخرين و الادراك الدقيق للواقع , وأن الشخصية المتوافقة هي التي تتمتع بالتوازن بين الفرد وذاته من جهة , وبينه وبين مجتمعه من جهة أخرى.(**عايش مقبل,2010، ص17**).

فالشخصية المتوافقة تكون سوية بقدر ما تنطوي عليه من حرية ومرونة تجاه متطلبات الفرد البيولوجية من جهة , ومتطلبات العالم الخارجي الاجتماعية والاخلاقية من جهة أخرى, إلا أن هذه المرونة تفتقدها الشخصية سيئة التوافق غير المتزنة, الامر الذي يجعل صاحبها يتصرف بصورة عشوائية وغير عقلانية من أجل الوصول الى أهدافه وغايته , فسوء التوافق النفسي حالة تكرر لدى الفرد وتتميز بأنماط سلوكية لا تتوافق مع المواقف التي يوجد فيها وغالبا ما تنشأ من ظروف الحياة اليومية.(**جنان سعيد، ص374**).

هناك دراسات تناولت موضوع التوافق النفسي منها **دراسة صالح مرحان1984**،حيث اهتمت الدراسة التوافق النفسي وعلاقته بمستوى طموح من عينة متكونة من 432 طالب وطالبة منصف بين الجنسين بالمؤسسات التعليمية بولاية الرباط وتتراوح أعمارهم (14 ـ 21) ويهدف الباحث من دراسة على الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق الشخصي مستوى الطموح لدى المراهقين المغاربة المراهقينالمغاربةمنكلاالجنسينوالفروقبينمنلهمطموحمرتفعومنلهمطموحمنخفضمنحيث التوافقالنفسيالعام،وقداستخدمالباحثاختبارالتوافق" لهيومبل "واستبيانمستوىالطموح" لكامل ياعبد الفتاح"،وأوضحتنتائجالدراسةأنهناكعلاقةموجبةودالةإحصائيابينالتوافقالنفسيالعامومستوى الطموحلدىالمراهقينوالمراهقاتبالمغرب،كماأوضحتوجودعلاقةموجبةبينجميعأبعادالتوافق المنزلي،الصحي،الاجتماعي،الانفعاليومستوىالطموح،وتوصلتأيضاإلىوجودفروقذاتدلالة

إحصائيةبينمستوىالطموحالعاليوالطموحالمنخفضفيمايتعلقبمستوىالتوافقالعاملدىالمجموعتين(ذكور،إناث) . (**جماح ،2016 ، ص12**)

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

(جبرين الجندي و أنوفنار،2016 ، ص269)

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

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

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

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

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

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

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

2-فرضيات الدراسة :

بعد عرضنا لمشكلة البحث والتساؤلات التي تلتها، وللتحقق الإحصائي منها وللتحكم أكثر في متغيرات الدراسة، ارتأينا صياغة فرضيات البحث التي تحاول الدراسة الإجابة عنها، وهي كالتالي:

1.توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي.

2.توجد فروق دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

3.توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات الأكاديمية بين تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص.

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

5.توجد فروف ذات دلالة إحصائية في درة التوافق النفسي بين تلاميذ السنة الاولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص.

3-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية:

1.الكشف عن طبيعة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمية والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة.

2.معرفة إذ ما كانت هناك فروق دالة إحصائيا بين تلاميذ السنة اولى ثانوي في درجة تقدير الذات الاكاديمية تعزى لمتغيري(الجنس و التخصص).

3.معرفة إذا ما كانت توجد فروق دالة إحصائيا بين تلاميذ السنة أولى ثانوي في درجة التوافق النفسي تعزى لمتغيري (الجنس والتخصص).

4-أهمية الدراسة:

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

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

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

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

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

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

5–حدود الدراسة:

تنحصر الدراسة في ما يلي:

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

–الحدود المكانية: بعض ثانويات مدينة ورقلة .

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

6– التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

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

التوافق النفسي : هو قدرة الفرد على إشباعحاجاتهالنفسية بطريقة واقعية تساعده على التوافق مع نفسه والبيئة التي يعيش فيها, معبرا عنها من خلال الابعاد الشخصي و الانفعالي و الاجتماعي و الصحي و الاسري و التي تقاس من خلالها الدرجة التي سوف يصل إليها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من الاجابة على بنود مقياس التوافق النفسي للباحثة إجلال محمد سرى 1986.

الفصل الثاني :
تقدير الذات الأكاديمية

تمهيد

أولا: الذات

1-تعريف الذات

2-تطور مفهوم الذات لدى الفرد

3-خصائص مفهوم الذات

4-أبعاد مفهوم الذات

5-العوامل المؤثرة في نمو الفرد

ثانيا: تقدير الذات

1-تعريف تقدير الذات

2-الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

-3*أهمية تقدير الذات

4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات

5-مستويات تقدير الذات

6-نظريات تقدير الذات

ثالثا: تقدير الذات الأكاديمي

1-تعريف تقدير الذات الأكاديمي

2-أهمية تقدير الذات الأكاديمي

3-بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي

4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي

خلاصة الفصل

تمهـــيد:

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

أولا: الذات

1- تعريف الذات:

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

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

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

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

ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة والمحددة الأبعاد عن العناصر المختلفةلكينونته الداخلية والخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائصالذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو (الذات المدركة)، والمدركاتوالتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الأخرين يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلالالتفاعل الاجتماعي مع الأخرين (الذات الاجتماعية)، المدركات والتصورات التي تحدد الصورةالمثالية للشخص الذي يود أن يكون عليها (الذات المثالية). (**أوشن ،2018،ص71**)

من خلال التعاريف السابقة نستنتج أن مفهوم الذات هو مجموعة من الأفكار والاتجاهاتوالتصورات التي تتكون لدى الفرد من خلال تفاعله مع الأخرين، ويمثل متغيرا هاما في الشخصيةلأننا نفهم الفرد من خلال الصورة التي يكونها عن ذاته.

-2تطور مفهوم الذات لدى الفرد:

"إن مفهوم الذات يبدأ بالتكوين لدى الفرد منذ اللحظة الأولى التي يستكشف الطفل فيها أجزاءجسمه، ويرى (إريكسون » » (Eriksonأن هناك الكثير من العقبات التي يواجهها الفرد فيطريقة تأكيد ذاته، فمثلا قد يتولد لدى الفرد في مرحلة طفولته الشعور بالثقة أو بعدهما اتجاهالأخرين ،ويرجع ذلك، لطبيعة اشباع حاجاته، هل كانت بشكل صحيح أو غير صحيح ،فقد يكونلطبيعة تعامل أولياء الأمور دور في نجاحه أو فشله بالاعتماد على نفسه والاستقلال عن الأخرين،ولطبيعة تعامل الأهل مع الطفل في سن اللعب والدراسة أثر كبير في تطوير مفهوم الذات لديه،ويستمر مفهوم الذات لدى الفرد بالتطور والنمو خلال مراحل نموه المختلفة، مثل مرحلة المراهقةوالتي تعتبر مرحلة "أزمة الهوية " والتي في نهايتها يحدث تعديل في مفهوم الذات وصورتها نتيجةالنضج العقلي الذي يساعده على الموازنة بين استعداداته وقدراته و امكانياته، وكذلك في مرحلةالشباب وما يمر به الفرد من صراعات لتحقيق الذات أو عدمه وما ينتج عن ذلك من أثار وكذلكفي سن الرشد وطبيعة علاقة الفرد مع مجتمعه فإما أن يكون شخصا منتجا ومستقلا، وعلاقتهجيدة بالأخرين أو العكس، وبذلك قد يستطيع الفرد تنمية ثقته بنفسه، أو يركن للانهزام واليأسوالفشل ".(**القطناني، 2011 ،ص56**)

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

3-خصائص مفهوم الذات:

"إن لمفهوم الذات خصائص منها:

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

ب/مفهوم الذات متعدد الجوانب:

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

ج/مفهوم الذات المعرفي:

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

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

إلى المجالات المحددة ضمن المواضيع الرئيسية.

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

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

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

هـ /مفهوم الذات نمائي ومتطور: حيث أن مفاهيم الذات لدى صغار الأطفال كلية أوشاملة، وغير متمايزة ومع بداية بنائهم للمفاهيم واكتسابهم لها ومع عمليات النضج والتعلم يحدثتزايد للخبرات المختزنة وتبدأ عمليات تصنيف الأحداث والمواقف، ومع تزايد العمر الزمني والخبرةيصبح مفهوم الذات أكثر تمايزا، ومع إحداث قدر من التكامل بين مكونات مفهوم الذات يمكن أنتتكامل مظاهر مفهوم الذات، كالبنية والتنظيم والتعدد.

و/ مفهوم الذات متمايز أو فارقي: بمعنى أنه متمايز أو مستقل عن الأبنية الأخرى التييرتبط نظريا بها، فمثلا يمكن افتراض أن مفهوم الذات للقدرة العقلية يبدو أكثر ارتباطا بالتحصيلالأكاديمي من القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية وهكذا.

ز/مفهوم الذات التقويمي: إن مفهوم الذات ذو طبيعة تقويمية وليس وصفية وهذه التقويماتتحدث عن مواجهة المعايير المطلقة كالمثالية، كما تحدث في مواجهة المعايير النسبية (كالواقعية)مثل استقبال تقويمات الأخرين وبعد التقويم يمكن أن يتباين في الأهمية بالنسبة لمختلف الأفرادوالمواقف وهذا التباين ربما يعتمد على خبرات الفرد الماضية وثقافته الخاصة ومركزه وأدواره فيمجتمع **(خيري،2014 ،ص32.33)**

4 –أبعاد مفهوم الذات:

"هناك أراء متعددة ذكرت أبعاد مفهوم الذات ويعتبر "وليام جيمس " أول من ذكر أبعاده

وهي:

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

بالذات المدركة.

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

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

وأضاف جيمس بعدا أخر سماه بالذات الممتدة وتتمثل في كل ما يمتلكه الفرد، وما يشتركبه مع الأخرين مثل العائلة، الوطن، العمل.

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

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

أما أبعاد (لندوهم)landholemفتتسم بالبساطة والوضوح حيث ذكر الذات الذاتية وهي مايعتقده الفرد عن ذاته وهي ليست ثابتة.

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

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

5 –العوامل المؤثرة في نمو مفهوم الذات:

توجد عدة عوامل يمكنها أن تؤثر في نمو مفهوم الذات منها ما هو داخلي متعلق بالفردنفسه، ومنها ما هو خارجي كالبيئة التي يتواجد فيها الطفل خاصة البيئة الأسرية، حيث تلعبالأسرة الدور الأهم في نمو هذا المفهوم وسنتناول هده العوامل بنوع من الشرح والتفصيل تحتعنصرين كبيرين هما: العوامل الشخصية والعوامل الأسرية:

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

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

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

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

ب –العوامل الأسرية:

لا يختلف اثنان في أن الأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأولى المسؤولة عن التنشئةالاجتماعية، والضبط الاجتماعي للفرد ، ولها الدور الأساسي في تزويد الأفراد بالسلوكياتالمختلفة التي تدور داخلها والتي تعتبر هي النماذج التي تؤثر سلبا أو إيجابا في تربية الأطفال،ورغم أن هناك مؤسسات أخرى للتنشئة الاجتماعية إلا أن الاسرة تعتبر أقوى هذه المؤسسات لكونهاالبيئة الأولى التي تتلقى الطفل ويعيش فيها طيلة حياته بصفة مباشرة أو غير مباشرة، فتؤثر فينموه النفسي وفي تكوين شخصيته وتحديد ملامحها، وفي نموه الجسمي والعقلي والاجتماعي، وذلكحسب نمط التنشئة الأسرية السائدة فيها، فالطفل يكتشف من هو (ذاته) داخل اسرته، وهي التيتساعده على تكوين مفهوم ذات إيجابي وسوي أو تؤدي به إلى تكوين مفهوم ذات سالب عن نفسه(**بلقوميدي،2011 ،ص86.85.**)

ثانيا: تقدير الذات

1-تعريف تقدير الذات:

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

تعريف "كوبر سميت" "" Smith Cooper 1976في عكاشة: أن تقدير الذات على أنهالحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية، والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عننفسه، فالصورة الصادقة التي يكونها الطفل عن نفسه تعتمد بالدرجة

الأولى على تقديره لذاته ،انتقدير الذات مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستدعيها الفرد عندها يواجه العالم المحيط به،فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاهنفسه، وقد يكون عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون هذاالحكم بالموافقة أو الرفض " .(**مجذوب ،2015 ،ص27.**)

ويعتبر تقدير الذات مصدرا فعالا مؤثرا في مواجهة الضغوط التي يتعرض لها الافراد، حيث أنالافراد الذين لديهم تقدير الذات عال يكونون أكثر مرونة في مواجهة الأحداث الضاغطة، لأنهميكونون أقل عرضة لمظاهر التهديد الذاتية المرتبطة بالأحداث الضاغطة."

ويعرف روجرزRogers: تقدير الذات هو اتجاهات الفرد نحو ذاته والتي لها مكون سلوكيواخر انفعالي، وأوضح (عبده، 1991)أن التقبل غير المشروط للفرد ممن يحيطون به يساعد هذاالفرد على تكوين مفهوم إيجابي عن ذاته، أما برينجرزBriggs( )فتصف تقدير الذات على أنهمجموع مشاهد الفرد التي يكونها عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها

(بنتراشد الحجري، 2011 ،ص12.11.)

أما التعريف حسب الموسوعة النفسية: " تقدير الذات هو سمة شخصية تتعلق بالقيمة التيبعطيها الفرد لشخصيته، فهو يتعدد كوظيفة للعلاقات بين الحاجات المشبعة ومجمل الحاجات التينشعر بها. كما أن تقدير الذات يحمل شقين:

الشق الأول: احترام الذات ويحوي أشياء مثل الجدارة والكفاءة والثقة بالنفس وقوة الشخصيةوالإنجاز والاستقلالية.

أما الشق الثاني: تقدير الذات الاخرين يتضمن المكانة والتقبل والانتباه والمركز والشهرة."

(بن دهنون ، ماحي ،2014،ص75 .)

ويعرفه روزنبارخ في1978 Rosenberg» اتجاهات الفرد الشاملة سالبة أو موجبة نحونفسه وهذا يعني أن تقدير الذات المرتفع هو أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية، بينما يعني تقديرالذات المنخفض عدم رضا الفرد عن ذاته أو رفض الذات أو احتقار الذات، أي أن تقدير الفردلذاته يعني الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية وتقييم الأخرين له ".

(عبد العزيز، ،2012 ،ص27)

2 –الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

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

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

(أوشن،2015 ،ص76.75)

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

3-أهمية تقدير الذات:

"كلما ينمو الطفل تزداد حاجته الى التقدير ممن حوله في المدرسة، من أقرانه ومدرسيةليحضن بهذا التقدير فيعمل وينشط في مجالات كثيرة في الدراسة، وفي أوجه النشاط المدرسي،وفي النظام حيث يلفت إليه الأنظار ويحظون بالتقدير الاجتماعي المرغوب.

وقد يتمثل تقدير الفرد من الأخرين بمدحه أو الثناء عليه، ونجد كذلك عند البالغين حيثيميل الفرد إلى أن يثاب على عمل أجاده أو مشروع قام به إثابة مادية كالحصول على علاوة منرئيسه أو على درجة أو على تشجيع.

فحصيلة ما يصل إليه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي من تحدد شدة أوضعف الحاجة إلى التقدير لدى هذا الفرد، فعندها يبدأ الفرد في إحداث التغييرات في البيئة المحيطةبه فإن أصابه الفشل عاود المحاولة فيما هو أكثر تعقيدا أو مخاطرة فنتيجة ما يصل إليه الفرد من

موازنة بين ما أصاب محاولته من نجاح وفشل في معالجة أمور البيئة والتحكم فيها فإي، يكتسبالإقدام أو الإحجام عن مثل هذه المحاولات.

ويرى بلماردplumard أنه: "إذا كانت الحاجة النرجسية لم تشبع فإن تقدير الذات السوي هوالذي يسمح للفرد أن يتكيف وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقاته النفسيةنحو معرفة حقائق الحياة. إن الحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية، وهي في الواقعموجودة في أساس كل سلوك بشري". (**أمزيان ،2007 ،ص34.**)

4 -العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

العوامل البيئية الاجتماعية:

يتكون مفهوم الذات لدى الفرد من اللحظات الأولى في حياته، حيث يبدأ في تجميعالمعلومات عن نفسه والأخرين المحيطين به لان الانسان لا يولد ولديه مفهوم الذات، ولكنه ينموالفرد.

وفي ذلك تذكر (بهادر,1974)أنه من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به تتبلورصورة واضحة للفرد عن ذاته تدريجيا وتتضح ملامحها للأخرين بارز ازدياد الخبرات اليومية لتظهرأمام الفرد كما لو كانت لوحة شفافة واضحة، يدرك من خلال النظر فيها والتطلع إليها بجميعالمواقف والأحداث التي تترك تأثيرا إيجابيا أو سلبيا في أعماق نفسه للتصدي لبعضها لإعاقتها

عن النفاد إلى داخل نفسه، والسماح لمرور البعض الأخر منها، والذي يتفق مع المحيطين به،وبالتالي يتكون مفهوم الفرد عن ذاته.

ويرى (2004.robert and other)أن مستوى تقديرنا لشخصياتنا يتأثر بالكيفية التييعاملنا بها الأخرون، فالأفراد الدين تمت معاملتهم باحترام من قبل أشخاص أخرين، كالمعلمينوالزملاء وغالبا ما يكون لهم أراء ومعتقدات مختلفة عن العائلة، التي تعطي تقديرا أكبر، وأحياناينتج من هذه العلاقة مع الرفاق تقدير ذاتي منخفض إذ ما قورن مع تقدير العائلة.

أما العوامل الاجتماعية فتتمثل في:

تعتبر الاسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي تزود الطفل بالقيم والمعايير الأخلاقية والدينيةوالاجتماعية والتي تبدأ فيها عملية التكوين الاجتماعي والتي بواسطته يتفاعل مع الاخرين ويتكيف

معهم بشكل سليم

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

كما تلعب المدرسة أيضا دورا بارزا في إكمال ما بدأت به الاسرة، لما لها من أهمية تربويةكبيرة تساعد على التأثير على شخصية الطفل ولذلك يذهب بعض الباحثين إلى أن مصدر التكيفالاجتماعي في المدرسة هو المعلم، فهو باحترامه لتلاميذه وتقبلهم له يجعل من التعليم عمليةإنسانية غنية تظفي على الحياة عمقا وقيمة، ويجدر بالمعلمين الوعي بحقيقة مؤداها أنه منالضروري بالنسبة لهم أن يستمعوا بالأذن الثالثة، وهذا يعني تقبلا حرا لما يقوم به التلاميذ وبمايقولونه بلغتهم.

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

(عبد ربه علي ،2010 ،ص74.76)

5 -مستويات تقدير الذات:

"**أ-تقدير الذات المنخفض:** يشكل تقدير الذات المنخفض إعاقة حقيقية بصاحبه، فيركزأصحاب هذا المستوى على عيوبهم، نقائصهم وصفاتهم غير الجيدة، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوطالجماعة والإنصات لآرائها وأحكامها كما يضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، كما يتميزالشخص من هذا النوع بفقدان الثقة في قدراته والاضطراب الانفعالي لعدم قدرته على إيجاد الحلاللمشاكله، واعتقاده أن معظم محاولاته ستكون فاشلة، ويعمل باستمرار على افتراض انه لا يمكنأن يحقق النجاح، وبالتالي يشعر بأنه غير جديد بالاحترام، فإن هذا الفرد يميل إلى الشعوربالهزيمة لتوقعه الفشل مسبقا، لأنه ينسب هذا الفشل لعوامل داخلية ثابتة مما يؤدي به إلى لومذاته كما أنه يعمم فشله على المواقف الموالية.

ب -تقدير الذات المرتفع:

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

كما أوضح ("مورك(murk):" " أن الافراد ذوي التقدير المرتفع للذات يكونون أقل عرضةللضغط النفسي وأكثر ثقة بالنفس، فهم يتمتعون بالكفاءة في العديد من المجالات مما يعزز قدراتهموامكاناتهم، فهم يضعون أهدافا لأنفسهم وفقا يودو أن يفعلوا في حياتهم وما يرغبوا في انجاز مايدعم نظراتهمالإيجابية عن ذاتهم وهذا بدوره تغذية راجعة صحيحة لتدعيم تقدير الذات لديهم (**حمري،2012 ،ص22**)

6 -نظريات تقدير الذات:

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

1 -نظرية روزنبرغRosenberg :

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

قد وسع "روزنبرغ" » دائرة اهتمامه فيما بعد لتشمل ديناميات تطور صور الذات الإيجابيةفي فترة المراهقة واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الاسرة في تقدير الفرد لذاته، وسعى الى ابرازالعلاقات بين تقدير الذي يتكون في إطار الاسرة والسلوك الاجتماعي للفرد مستقبلا كما قام روزنبرغبالاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الاحداثوالسلوك، واعتبر "روزنبرغ" ان تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه، كما طرح فكرةأن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وتعد الذات هي احدى هذهالموضوعات، فالفرد يكون اتجاها نحوها لا يختلف عن الاتجاه الذي يكونه نحو الموضوعاتالأخرى، لكنه تراجع فيما بعد ونفى هذه الفكرة معتبرا أن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاههنحو الموضوعات الأخرى وبذلك أكد "روزنبرغ" أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسهوهو يعبر عن أتجاه الاستحسان أو الرفض " .(**حمري ،2012 ،ص19**.)

2 -نظرية كوبر سميث:

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

التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

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

ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات الأول: تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عندالأفراد الذين بالفعل أنهم ذو قيمة، والثاني تقدير الذات الدفاعي ويوجد عند الافراد الذين يشعرونأنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه معأنفسهم والاخرين وقد بين ان هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستوياتالأعلى من تقدير الذات وهي تقبل الأطفال من جانب الأباء، وتدعيم سلوك الأطفال الإيجابي منجانب الأباء، واحترام مبادرة الأطفال وحريتهم في التعبير من جانب الأباء " .(**لقوقي، 2016،ص64**).

3-نظريات روبرت زيلرRopertZeller:

"يعتبر "زيلر" تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات، كما يرى أن تقدير الذات لايحدث في معظم الحالات إلا في الاطار المرجعي الاجتماعي ويصف "زيلر" تقدير الذات باهتقدير يقوم به الفرد لذاته ويؤدي دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذاتوالعالم الواقعي وعلى ذلك فعندما يحدث أية تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعي، فان تقديرالذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك، ولقدافترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات.

كما أن تأكد "زيلر " على العامل الاجتماعي جعله ينمي مفهومه ويوافقه النقاد على ذلكبأنه " تقدير الذات الاجتماعي " وقد ادعى أن المنهاج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذاتلم تعط العوامل الاجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات".

(ناجح سليماني محمد ،2010 ،ص60)

التعقيب على النظريات:

من خلال نظريات تقدير الذات يمكن استخلاص ما يلي:

تعدد مفاهيم تقدير الذات بين العلماء، فمنهم من عرفه أنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمتهالذاتية كما انها تعتبر تقييم الفرد لذاته على نهاية قطب موجب أو سالب بينهما، أو هو مجموعةمن التقديرات الإيجابية والسلبية التي يحددها الفرد، أو مجموعة تقديرات الفرد لذواته الشخصيةوالاجتماعية والأكاديمية والأسرية.

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

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

أما تقدير الذات فهو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه.

ثالثا: تقدير الذات الأكاديمي

1 -تعريف تقدير الذات الأكاديمي:

يعد مفهوم تقدير الذات من المفاهيم الأساسية التي تندرج تحت تقدير الذات العام وتعتبراحدى اشكاله، غير ان غالبا ما ينصب احداهما على دراسة تقدير الذات العام ، اذ نجد انالتعريفات التي تطرقت لهذا المصطلح محدودة على احد اطلاع الطالبتين وفيما يلي استنتاجتعريف تقدير الذات الأكاديمي فهذا الأخير يمكن اعتباره تصور افتراضي يبديه الطالب عن ذاته،ومن خلاله يقيم إمكاناته وقدراته، ومدى تكيفها مع الوسط الجامعي فهو لا يختلف عن تقديرالذات بمفهومه العام من حيث المعنى، والاختلاف يمكن فقط في ان تقدير الذات الأكاديميتخصص أكثر في القيمة التي يعطيها الطالب لذاته من منظور الأداء الأكاديمي عن ذلك.

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

يتلقاها.(من إعداد الطالبتين)

2أهمية تقدير الذات الأكاديمي في التحصيل الأكاديمي:

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

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

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

يركز الكثير من الباحثين في مجال التربية على كيفية وضع برامج وأنظمة تعمل على الرفعمن تقدير الذات الأكاديمي وذلك لمدى أهميتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي للطالب.(من إعدادالطالبتين)

"وهناك بعض الدراسات استهدفت معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي، فقدأكدت هده الدراسات على وجود علاقة قوية إيجابية بينهما ففي دراسة جيرني والتي هدفت إلىمعرفة العوامل المؤثرة في تنمية تقدير الذات بينت أن التحصيل لدى التلاميذ يتحسن نتيجة ارتفاعمستوى تقدير الذات لديهم ". (**بطرس ، 2008 ،ص408.**)

-3بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي:

ان المتصفح للتراث السيكولوجي في موضوع تقدير الذات بصفة عامة وتقدير الذاتالأكاديمي بصفة خاصة يجد نفسه امام مصطلحات عديدة يخلط بينهما الكثيرون نظرا للتداخلالكبير بينهما، ومن هذه المفاهيم: مفهوم الذات الأكاديمي، فعالية الذات الأكاديمي والنجاحالأكاديمي وفيما يلي شرح موجز لهذه المصطلحات.

1académiqueself concept : - مفهوم الذات الأكاديمي

عرفه(2005) tiu a Wang: (بأنه مدركات الطلاب لكفاءتهم الأكاديمية والالتزام والمشاركةوالاهتمام بالعمل المدرسي والذي يعبر عنه الطلاب من خلال استجاباتهم على مقاييس الثقة والجهدالأكاديمي واللذان يمثلان ابعاد هذا المفهوم.

ويذكر الريموني (2008 :)بأنه الرؤية التي ينظر فيها المتعلم إلى نفسه من حيث قدرتهعلى التحصيل وأداء الواجبات الأكاديمية والرؤية المستقبلية وادراكه لأبعاد القوة لديه وقدرته علىتحمل مسؤولياته الصفية بالمقارنة مع الاخرين من طلاب صفه الذين لديهم القدرة على أداءالمهمات نفسها". (**حسين محمود، ،2017 ،ص208 .**)

acadimecseffefficacy:فعاليات الذات الأكاديمي-2

يرىJAKSON 2011أنها مجموعة من المعتقدات بشأن الكفاءة الشخصية في صياغةوتنفيذ مسار عمل معين.

ويعرفها(carr,2004)على انها معتقدات الفرد في قدرته على تنظيم وأداء المهام ضمنمجال محدد لكي يؤدي بفعالية اهداف محددة.

ويعرفها(maddux, 2009) : على انها معتقدات الافراد حول قدراتهم على تحقيق نواتجمرغوبة من خلال سلوكياتهم، أو في أن يبدوا بتكييف ويتحكموا في مواقف التحدي "(**صلاح تعب،2017 ،ص275**)

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

بينما يعرف لونجدر(legendere) النجاح المدرسي أو الأكاديمي يقوله: أنه الكفاءاتوالاتجاهات والقيم والمعارف المكتسبة من طرف التلميذ.

ويذهب بوشارد (1996) :إلى ان مفهوم النجاح الدراسي يشير إلى وضعية الوصول البالأهداف المدرسية المرتبطة بالتحكم في المعارف المحددة، كما هو اكتساب التلميذ لبعض المعارفوالقيموالاتجاهات والسلوكيات التي تسمح له بالاندماج الاجتماعي والمشاركة الكاملة في التحولاتالاجتماعية.

يلاحظ ان هذا التعريف لا يحصر النجاح الدراسي فيما يتحصل عليه التلميذ من نقاط فيمادة دراسية ما، وانما يتعداه الى المكتسبات المتعلقة بالقيم والسلوكيات والاتجاهات باعتبارهامكونات أساسية لبناء الشخصية الإيجابية القادرة على الاندماج في المجتمع " **(زقاوة ،2014 ،ص45.45)**

4 –العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي:

دور المعلم:

ان من يكتب على المعلم يجد نفسه أمام مهمة صعبة للغاية فالمعلم هو طاقة الابداع فيالعملية التربوية التعلمية تصلح بصلاحه وتضعف بضعفه، واذا أردنا الوقوف على مدى نجاحوحداته أي نظام تربوي علينا أن نبدأ بالمعلم فهو العامل الأول في إيصال واقع هذا النظام البالنجاح والحداثة وكذلك فالمعلم هنا الرجل الذي يرتكز عليه البناء الخبري للطلبة وبه يشمخ هذاالبناء أو يتهاون، فقد يكون المنهج الدراسي في غاية الجودة، الا ان هده الجودة تدروها الرياح إذاقام على تنفيذها معلم جيد .

(عزت عطوي، ،2004 ،ص117.)

فلم يعد المعلم هو الناقل للمعرفة والمصدر الوحيد له بل الموجه المشارك لطلبته في رحلةتعلمهم واكتشافهم المستمر، لقد أصبحت مهنة المعلم مزيجا من مهام القائد، ومدير المشروع البحثيوالناقد والموجه.

هذا بالإضافة الى الدور الذي يلعبه المعلم، فهو رائد اجتماعي يسهم في تطوير المجتمعوتقدمه عن طريق تربية الأطفال تربية صحيحة وتسلح تلاميذه بطرق العمل الذاتي التي تمكنهممن متابعة اكتساب المعارف، تكوين القدرات والمهارات.

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

ومن خلال ما تم ذكره يمكن القول أن للمعلم تأثير سواء بالإيجاب أو السلب على شخصيةالطالب، فالمعلم الذي يكون لديه تقدير مدني للذات يجعل الطلبة منغمسون في سلوكيات دافعيةوبدل أن يبين هؤلاء المعلمون الاستقلالية لدى الطلبة فإنهم يميلون الى تعزيز شعورهم والتبعيةوالسلبية.

أما المعلمون الدين لديهم تقدير عالي لذواتهم يمكنون طلباتهم من تنمية ثقتهم بداتهم وتكونلديهم استقلالية كما يمتلكون القدرة على حل مشاكلهم وبالتالي ينمو تقديرهم لذاتهم الأكاديمي بشكلإيجابي.

المنهاج:

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

إن المنهاج بمفهومه الحديث لا يقتصر على ما يدور في غرفة الفصل الدراسي بل أنهأشمل من ذلك.

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

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

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

كما يؤثر أيضا المنهج في مدى ملائمته للقدرات العقلية للطلبة ومدى استجابته لحاجاتهموطموحاتهم التي يسعون الى تحقيقها في تقديرهم لداتهم الأكاديمي كما يؤثر أيضا المنهج ومدىكثافته على كل من الأستاذ، الطالب، يخلق لديهم شعور بالضغط وعدم القدرة، بالإضافة إلىالعوامل السابقة في ثقة الطلبة بأنفسهم وامكانيتهم التحصيلية وبالتالي تقديرهم لذاتهم.

الإدارة المدرسية:

"تغيرت وظيفة المدرسة واتسع مجالها في الوقت الحاضر فلم تعد مجرد عملية روتينيةتهدف الى تسيير المدرسة سيرا روتينيا وفق قواعد وتقليصات معينة كالمحافظة على نظام المدرسةوحصر غياب الطلبة وحضورهم وحفظهم للمقررات الدراسية وصيانة الأبدية وتجهيزاتها، بل أصبحمحور العمل في هده الإدارة يدور حول الطالب وحول توفير كل الظروف والإمكانيات التي تساعدعلى توجيه نموه العقلي والبدني والروحي واعداده لتولي مسؤولياته في حياته الحاضرة والمستقبليةبالإضافة على رفع مستوى أداء المعلمين في تنفيد المناهج الموضوعة من اجل تحسين العمليةالتربوية، ووجدت الغدارة المدرسية نفسها امام مفهوم جديد للمدرسة وللمجتمع، فكيفت اساليبهاوعدلت من طرق العمل بها لتحقق للمدرسة هذا التقارب وتلك المشاركة " .(**عزت عطوي ،2004 ،ص19**)

للإدارة المدرسية تأثير واضح لتقدير الذات الأكاديمي لدى الطلبة فالنمو الإداري الدي تتبعه فيالتعامل مع طلبتها.

خلاصة الفصل:

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

الفصل الثالث:
التوافق النفسي

-تمهيد

1- مفهوم التوافق .

2-مفهوم التوافق النفسي.

3- أهمية التوافق النفسي.

4- أبعاد التوافق النفسي.

5- معايير ومؤشرات التوافق النفسي.

6- نظريات المفسرة لتوافق النفسي.

7-خصائص التوافق النفسي.

8-العومل التي تؤثر على التوافق النفسي.

9-قياس التوافق النفسي.

10-عوائق التوافق النفسي.

خلاصة الفصل

تمهيد:

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

أولا : التوافق

.1تعريف التوافق

أ.لغة:

ورد في لسان العرب لابن منظور أنّ "وَفَقَ الشيء ما لاءمه، وقد وافقه موافقة ووفاقا واتفق معه وتوافقًا."

(ابن منظور ، ص346)

ب. اصطلاحاً:

ويرى مصطفى فهمي "أن التوافق لغويا كلمة تعني التآلف والتقارب واجتماع الكلمة نقيض التخالف والتنافر، والتصادم، وهو غير الاتفاق، الذي يعني المطابقة التامة". **(فهمي، 1970 ، ص11)**

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

يعرف التوافق "بأنه حالة من العلاقة المتآلفة مع البيئة حيث يكون الشخص قاد ا ر على الحصول على إشباع اكبر قدر من حاجاته وعلى أن يواجه كافة المتطلبات الجسمية والاجتماعية التي تفر نفسها عليه(**محمد شاذلي ،2001، ص 92)**

ويتفق هذا التعريف مع تعريف معجم العلوم السلوكية " لولمان " 1973 والذي يرى أن التوافق : هو علاقة متسقة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد، ومواجهة معظم متطلبات الجسمية والاجتماعية التي تفر نفسها عليه، وهو

التغيرات التي تحدث في السلوك والتي تقتضي إشباع الحاجات ومواجهة المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة متسقة مع البيئة . **(عبد الحميد محمد شاذلي، 2001 ، ص97)**

تعريف لا زاروس: "التوافق هو مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على متطلبات والضغوط المتعددة . **(القدافي،1998 ، ص109)**

يشير هذا التعريف إلى أن التوافق هو عبارة عن العمليات النفسية التي يمكن أن يستعين بها الفرد من اجل مواجهة مختلف المواقف التي يمكن أن يتعر لها.(**بن سيتي،29017 ، ص10)**

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

ويعرفه عزت راجح 1973 على النحو التالي: "التوافق حالة التواؤم والانسجام بين الفرد وبيئة، ويظهر ذلك في قدرته على إشباع أغلب حاجاته، وتصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغير سلوكه وعادته عندما يواجه موقفا جديد أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا، تغيرا يتناسب مع هذه الظروف الجديدة."

ويعرفه مصطفى فهمي 1979 : "العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى يغير سلوكه، ويحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى، والبيئة هنا تشمل المؤثرات والإمكانيات للحصول على الاستقرار النفسي والبدني في معيشته ولهذه البيئة ثلاث جوانب : البيئة الطبيعية والمادية، البيئة الاجتماعية ثم الفرد ومكوناته واستعداداته وميوله وفكرته عن نفسه.**(بن سيتي ,2017،ص81)**

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

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

(محمد علي،2004 ، ص126/125)

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

.2بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق

ترجع الأصول المبكرة لمفهوم التوافق إلى علم الحيوان البيولوجي وهو يستخدم دائما في علم الحيوان باسم التكيف AdaptationAdjustment، وقد استعار علماء النفس مفهوم التكيف وأعادوا تسميته بالتوافق .

(السيد وآخرون،1990، ص674)

فهذا المفهوم في الأصل هو مفهوم بيولوجي، يعني قدرة الكائن الحي على التلاؤم مع ظروف البيئة وما يطرأ عليها من تغيرات بحيث تتحقق المحافظة على الحياة. **(مخيمر، 1984 ، ص11)**هذا وقد اختلف موقف المتخصصين في علم النفس من مصطلح التوافق والتكيف فمنهم من يساوي بين التوافق والتكيّف: "هو عبارة عن تلك العمليات الدينامية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى أن يغير من سلوكه ليحدث توافقا أكثر بينه وبين البيئة". **(فهمي ، 1979 ، ص23)**

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

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

(السيد، 1975 ، ص16)

ومنهم من يربط مفهوم التوافق بالصحة النفسية، حيث يرى عبد المنعم حنفي أنّ الصحة النفسية هي حالة من التوافق مع الظروف التي يعيشها الفرد مع العالم الذي يحيط به ويشعر فيه بأنه راضي وسعيد بأحواله، ومتصالح مع الواقع، ويسيطر على انفعالاته وبها يستطيع أن يستغل قدراته الاستغلال الأمثل لصالح نفسه وصالح الناس من حول .(**حنفي،1999، ص09**)

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

(رضوان، 2002، ص23)

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

ثانيا : التوافق النفسي

.1مفهوم التوافق النفسي

.يعرف هو تلك العلاقة التي يحقق بها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، كما يحقق بها أيضا حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي، ويظهر هذا الاتزان من خلال تقبله للآخرين من أفراد أسرته ومدرسته بوجه عام.(**عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001 ، ص55**)

.التوافق النفسي عملية مستمر، كلما تعرض الفرد لمواقف خطرة كلما يسعى إلى التخفيض من التوتر الذي قد ينتجه ذلك الموقف، هذا ما عبر عنه الصفيطي في قوله: " التوافق النفسي لا يتم مرة واحدة وبصفة نهائية بل انه عملية مستمرة باستمرار الحياة وذلك لان الحياة سلسلة من الحاجات يحاول الفرد إشباعها فكلما توترت تهدد اتزان الكائن بالضياع والفرد يسعى جاهدا لإزالة هذه التوترات لإعادة الاتزان من جديد (**فهمي،1979 ، ص23**)

.الفرد المتوافق نفسيا نجده " راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثقا منها كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوتر والصراعات النفسية التي يقترن بمشاعر الذنب والقل

(الصفظي،بدون سنة ، ص5)

•جابلن: Ghaplinعلاقة انسجام الشخص مع البيئة المادية والاجتماعية.

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

(الداهري،2008 ، ص15)

•التوافق النفسي هو حصيلة لجهود الإنسان تتضمن خبراته الماضية والحاضرة للانطلاق نحو المستقبل(**الداهري ،2008 ، ص16**.)

•معجم العلوم السلوكية ولمان عرف التوافق النفسي على أنه " التغيرات في السلوك التي يقتضيها إشباع الحاجات ومواجهته المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة منسقة مع البيئة، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد ومواجهة معظم متطلباته الجسمية والاجتماعية التي تفرض نفسها عليه .

(حسن أبكر،2018 ، ص17)

•يعرف مصطفى فهمي التوافق النفسي هو" تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف لها الفرد إلى أن يغير من سلوكه، لبحث عن علاقة أكثر توافقا بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى. **(فهمي،1979 ، ص21 ـ 22)**

•يعرف حامد عبد السلام زهران " التوافق النفسي عملي ودينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته

(عبد الرحمن، أبوبكر،2018 ، ص131)

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

(زهران،حامد،2005 ، ص28)

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

.2أهمية دراسة التوافق النفسي

لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة تبدو في الميادين الآتية:

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

(محمد علي .2004 ، ص128)

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

وتأثير ذلك كله في كمية نوعية الإنتاج وبالتالي فإن سوء التوافق الناتج عن سيادة الروح العدائية أو الكراهية تجاه الرؤساء نتيجة لأساليب الإدارة الدكتاتورية والشعور بالظلم أو هضم الحقوق أو محاباة البعض على حساب البعض الأخر أو العجز عن إقامة علاقات طيبة مع الزملاء أو العمل في ظل ظروف طبيعية غير مناسبة . (**محمد علي،2004 ، ص128**)

3.ميدان الصحة النفسية: أن سوء التوافق يمثل واحداً من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة وهي مجموعة الأسباب التي تطلق عليها الأسباب المرسبة، ومن هناك فأن دراسة الشخصية قبل المرض، ومدى توافق الفرد مع أسرته وزملائه ومجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية، وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيؤ التوافق أكثر من غيرهم عرضة للتوتر والقلق والاضطراب النفسي(**محمد علي،2004 ، ص129**)

3. أبعاد التوافق النفسي

•التوافق الشخصي :

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

(دوسة، أبكر،2018 ، ص10) .

ويقصد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزنا، كما يجدر الإشارة إلى أنه غالبا ما يسوء التوافق الاجتماعي للفرد إذا ساء توافقه الذاتي.**(عوض، 1989، ص 28–29)**

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

-التوافق الانفعالي:

يعرف بقدرة السيطرة على الانفعالات واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية . **(حسيب ،2006 ، ص10)**.

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

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

(دوسة، أبكر،2018 ، ص11)

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

(الداهري، 2008، ص 69)

4. معايير ومؤشرات التوافق النفسي

لقد حدد " لا زاروسlazawus" : وشافر معايير التوافق النفسي كالأتي

- الراحة النفسية : يقصد بها أن الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه ويقرها المجتمع.

- الكفاية في العمل : تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهارته، من أهم دلائل الصحة النفسية. فالفرد الذي يزاول مهنة أو عملا فنيا، تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته، وتحقيق أهدافه الحيوية وكل ذلك يحق له الرضا والسعادة النفسية.

- مدى استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية: إن بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية، وعلى الاحتفاظ بالصداقات والروابط.

- الشعور بالسعادة: الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، وهي شخصية خالية من الصراع أو المشاكل.

- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية : إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته، أو يكون قادرا على إشباع بع حاجاته، ولديه القدرة على ضبط ذاته وعلى إدراك عواقب الأمور.

- ثبات اتجاه الفرد: إن ثبات اتجاهات الفرد تعتمد على التكامل في الشخصية وكذلك على الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير.

- الأعراض الجسمية : في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق دوما يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية، فالمطلب السيكوموماتي (النفس جسمي) يؤكد لنا كثيرا من الاضطرابات الفيزيولوجية تكون ناتجة أساسا من الاضطراب في الوظائف النفسية.

- اتخاذ أهداف واقعية : الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهداف ومستويات لطموح، ويسعى للوصول إليها حتى ولو كانت تبدوا له في أغلب الأحيان بعيدة المنال. فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل بذل الجهد والعمل المستمر في، سبيل تحقيق الأهداف.

(بلحاج ،2011 ، ص117 ـ 118)

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

.أن تكون نظرة الإنسان إلى الحياة نظرة واقعية.

.أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته.

•الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص.

•أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها : الثبات الانفعالي واتساق الأفق والتفكير العلمي والمسؤولية الاجتماعية والمرونة، وأن يكون مفهومه عن ذاته متطابقاً مع واقعه أو كما يدركه الآخرون عنه.

•أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية التي تبني المجتمع كاحترام العلم وأداء الواجب واحترام الزمن وتقديرات التراث.....إلخ. **(الداهري،2008 ، ص16/17)**

5.مجالات التوافق النفسي:

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

•التوافق العقلي

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

•التوافق الديني

فهو جزء من التركيب النفسي للفرد وكثيراً ما يكون مسرحاً للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة مثال ذلك ما نجده عند كثير من الشباب أصحاب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية، ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة ويعمل على تنظيم المعاملات بين الناس وذواثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن أما إذا فشل الإنسان في التمسك به ساءت وافق هو اضطراب تنفسه وأصبح مهيأ للقلق. **(صبره،شريت،2004 ،ص129 ـ 130)**

•التوافق السياسي:

يتحقق التوافق السياسي عندما يعتنق الفرد المبادئ الأساسية التي تتمشى مع تلك التي يعتنقها المجتمع أو يوافق عليها اي عندما يساير معايير الجماعة التي يعيش فيها وإذا ما خالف تلك المعايير تعرض لكثير من الضغوط المادية والنفسية أوقد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر والقلق وعليه أن يساير الجماعة أو يغير مبادئه السياسية أوان يوفق بينها وبين تلك التي تسود مجتمعه أو أن يقمع هذا المبادئ والأفكار أو أن ينقل إلى المجتمع آخر يرحب بمبادئه حتى يتحقق له التوافق بينه وبين مجتمع **(صبره،شريت،2004 ، ص130)**

•التوافق الجنسي:

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

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

•التوافق الزواجي:

كما يتضمن السعادة الزوجية والرضا ألزواجي ويتمثل في اختيار المناسب للزواج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي. **(محمد علي، شريت، 2004 ، ص130)**

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

•التوافق الأسري:

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

(محمد علي، شريت، 2004 ، ص131)

•التوافق الاقتصادي:

أن التغير الاقتصادي المفاجئ بالارتفاع والانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يحدث اضطراباً عميق في أساليب توافق الفرد ويلعب حد الإشباع دوراً بالغ الأهمية في تحديد شعور الفرد الرضي أو الإحباط فيتغلب على الفرد طابع بالحرمان والإحباط إذا كان حد الإشباع عنده منخفضاً ويغلب علية الشعور بالرضاء إذا كان حد الإشباع عنده مرتفعا. **(صبره،شريت،2004 ، ص131)**

.التوافق الترويحي:

يقوم في حقيقته على إمكانية التخلص مؤقتا من أعباء العمل ومسؤولياته أو التفكير فيه خارج مكان العمل، والتصرف في الوقت بحرّية، وممارسة السلوك الحر التلقائي، الذي يحقق فيه الفرد فرديته ويمارس فيه هواياته رياضية كانت أم عقلية، أو ترويحية، ويتحقق بذلك الاستجمام. **(صبره،شريت،2004 ، ص132)**

•التوافق المدرسي:

حالة تبدو في العملية المستمر التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد دراسية والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينها وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية، فالتوافق الدراسي تبعاً لهذا المفهوم قدرة مركبة، تتوقف على بعدين أساسيين، بعد عقلي وبعد اجتماعي، هي آذن يتوقف لي كفاية إنتاجية وعلاقات إنسانية، أما المكونات الأساسية للبيئة الدراسية فهي الأساتذة والزملاء وأوجه النشاط الاجتماعي ومواد الدراسة والوقت الدراسة ووقت الفراغ ووقت المذاكرة وطرق الاستذكار. **(صبره،شريت،2004 ، ص132)**

•التوافق المهني:

يتضمن الرضاء عن العمل ارضاه الأخر ينفي هو يتمثل في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة وإقناع شخصي والاستعداد لها علمياً وتدريباً والدخول فيها والصلاحية المهنية والكفاءة والإنتاج والشعور بالنجاح والعلاقات الحسنة مع الرؤساء والرؤساء، والتغلب على المشكلات ولا ينبغي أن نتصور أن التوافق يعني هو توافق الفرد لواجبات عمله المحدودة، وذلك أن التوافق المهني يعني أيضا توافق الفرد لبيئة العمل. **(صبره،شريت، 2004، ص 133)**

6. نظريات المفسرة لعملية التوافق النفسي:

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

•النظريةالبيولوجيةالطبية :

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

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

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

- **نظرية التحليل النفسي:**

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

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

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

•النظرية السلوكية:

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

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

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

•النظرية الإنسانية :

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

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

(مرسي ، 1970 ، ص143)

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

ومن أنصار هذا الاتجاه روجرزC.Rojersالذي يشير إلى أنّ الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق، يعبّرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المتّسقة مع مفهومهم عن ذواتهم، ويقرّر أن معايير التوافق تكمن في ثلاثة نقاط هي: الإحساس بالحرية، الانفتاح على الخبرة، الثقة بالمشاعر الذاتية. **(عبد اللطيف، عوض، 1990 ، ص89)**

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

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

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

•النظرية المعرفية:

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

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

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

.7خصائص التوافق النفسي:

نرى أن التوافق عمليةكليةدينامية‌وظيفية، تستند إلى مهمتها الى وجهات النظر النشويةوالزواياالفوتوغرافيةوالاقتصادية على النحو التالي:

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

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

ما استشعره من مرض تجاه ذاته وعالمه.

.2التوافق عمليةوظيفية: بمعنى أن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة وهناك مستوياتمتباينة من الاتزان، ويفرق البعض بين التلاؤم الذي هو مجرد تكييففيزيائي، وبين التوافق بمعنى الكلمة في شموليتهوكليته.

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

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

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

(حشمت، 2006 ، ص68 ـ69)

.8العوامل التي تؤثر على التوافق النفسي:

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

أولا: التوافق النفسي ومطالب النمو: من أهم عوامل إحداث التوافق المباشرة، وتحقيق مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحله وبكافة مظاهره)جسميا، وعقليا، وانفعاليا، واجتماعيا .

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

(زهران،2012 ، ص42)

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

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

(زهران،2012 ، ص43)

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

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

(زهران،2012 ، ص44)

.9قياس التوافق النفسي

يمكن استخدام الأساليبالتاليةلقياس التوافق النفسي:

.1الملاحظة: وهي تأتي من مصدرينأساسين هما :

- الدراسات الميدانية: وهي تشمل ملاحظة الأفراد أثناء توافقهم مع المواقف الطبيعية والطارئة والمثال الحي على هذه الملاحظات، ما قام به عالم النفسي والتوجيهالتحليليبرينوبتلهيم 1960 (ptlhem Brion)حيث قدم حسابات وتحليلاتسيكولوجية للفروق السيكولوجيةوالفيزيقيةغير العادلة التي تعرض لها المسجونون وأشكال التوافق التي قاموا بها وقدكان هو نفسه سجيناعايش الخبرة بنفسه.

- الدراسات التجريبية: وهي تختلف عن الدراسات الميدانية في أن المجرب يصطنع المواقف، فتأتي أبسط من مثيلاتها في الحياةالطبيعية وتكون معتدلة الشدة، لكن المنحنى التجريبي له ميزتين عن المنحنى الميداني وهما: إمكانية إجراء قياساتدقيقة ومضبوطة .

•إمكانية عزل العوامل السلبية الهامة.(**محمد علي،محمد عبد الغني، 2004، ص193**)

الاختبارات والمقاييس والاستخبارات والاستشارات التي تقيس التوفق والصحة النفسية:

وفيمايلي أمثلة لبعض تلك الاختبارات والمقاييس: قائمة بل (Ball) للتوافق من وضع هيوبلHairball)عام 1934 وترجمة للعربية عام 1960 بعنوان اختبار التوافق للطلبة ويتكون من (160) بندا في النسخة الأمريكية والنسخة العربيةيكون من (140) بندا أعدها محمد عثمان نجاتي.

مقياس الصحة النفسية: اقتباس وإعداد عماد الدينإسماعيلوسيد عبد الحميد مرسي .

مقياس الإرشاد النفسي :وضع من طرف بودي ليتون (Leighton و (Bodyأعداد عماد الدينإسماعيلوسيد عبد الحميد مرسي.

مقياس حدد مشكلتك بنفسك (مستوى إعدادي:(تأليف موني (Money) وإعدادمصطفى فهمي وصموئيلمغاريوس.

استفتاء مشاكل الشباب :إعداد أحمد زكي صالح.

مقياس التوافق النفسي : من إعداد زنيب شقير 2003

اختبار التوافق الشخصي والاجتماعي: إعداد عطية محمد هنا .

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

.10عوائق التوافق النفسي:

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

-1-9العوائق الجسمية:

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

-2-9العوائق النفسية:

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

-3-9العوائق الاقتصادية:

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

-4-9العوائق الاجتماعية:

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

(محمدعلي،شريت2004،ص138)

خلاصة الفصل:

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

الفصل الرابع :الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- تمهيد

1- منهج الدراسة

2-الدراسة الاستطلاعية:

2-1الهدف من الدراسة الاستطلاعية

2-2عينةالدراسةالاستطلاعية(المكان-الزمان -الطريقة)

2-3 الخصائص السكومترية لأدوات الدراسة

3-الدراسة الأساسية

3-1وصف عينة الدراسة

3-2وصف أدوات الدراسة الأساسية

3 -3الاساليب الإحصائية المستخدمة

خلاصة

تمهيد:

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

1-منهج الدراسة:

يقصد بمنهج البحث الطريقة التي يتبعها العالم في دراسة الظاهرة وتفسيرها ووصفها والتنبؤ بها، ويعرف المنهج كذلك على أنه مجموعة الإجراءات المتبعة في دراسة الظاهرة أو مشكلة البحث باستكشاف الحقائق المرتبطة بها،وللإجابة عن الأسئلة التي أثارتها الأساليب المتبعة في تحقيق أو نفي فرضيات. (**العيساوي,2012 ، ص19**)

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

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

(عباس ، 2007، ص 79).

2-الدراسة الاستطلاعية:

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

(محي الدين، 1995، ص45).

2-1الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

قبلالبدءفي الدراسة الميدانيةوجبعلعلينالقيامبالدراسةالاستطلاعيةمن

أجلالوصولإلىتصورشاملللمايستوجبالقيامبه في الدراسةالنهائية،وتهدف

الدراسةالاستطلاعيةإلى:

- ✓ التعرفعلىمجتمعالدراسةوكيفيةانتقائهعلىضوءملائمتهلموضوعالدراسة.
- ✓ جمعالمعلوماتالضرورية للدراسة
- ✓ التحققمنمدىوضوحالعباراتومدىتمكنالتلاميذمنفهمها .

- ✓ الكشفعنالصعوباتالتييمكنأنتصادفهاالدراسةالاستطلاعيةوبالتالي محاولةضبطهاوتجاوزهاأثناءتطبيقالدراسةالأساسية.
- ✓ تحديدالوقتاللازمللإجراءاتالأساسية .
- ✓ اختيارأدوات الدراسة ومعرفةثباتهاوصحتهاوالتأكدمنشموليتهالبنود

الأدواتفيتغطيةأهدافالدراسةوموضوعيتها.

2-2 وصف عينةالدراسةالاستطلاعية:

لقد تمثلت عينة الدراسة الاستطلاعية في 30 تلميذ وتلميذة ببعض ثانويات مدينة ورقلة تم اختيارهم بطريقة عشوائية موزعون على حسب المتغيرات التصنيفية التالية:

- .الجنس: (ذكر ـ أنثى)
- .الشعبة : (علوم ـ أداب)

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

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

-وصف أدوات الدراسة:

1-استبيان تقدير الذات الأكاديمية:

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

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

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

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

& موافق 03 درجات .

&محايد 02 درجات .

&لا أوافق درجة واحدة .

أما العبارات السالبة على النحو التالي :

& موافق درجة واحدة.

&محايد 02 درجة.

&لا أوافق 03 درجات.

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

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

أ.الصدق التمييزي بالمقارنة الطرفية:

بعد الصدق التمييزي شكلا من أشكال الصدق المعتمد عليها في دراستناللتأكد من صلاحية اداة الدراسة ثم ترتيب هذه درجات افراد العينة الاستطلاعية تنازليا وأخذت نسبة 27 % من درجات الافراد في الفئة العليا و 27 % من درجات الافراد في الفئة الدنيا للاستبيان المكون من38 فقرة وبتطبيق اختبار(ت) لعينتين متجانستين متساويتين ثم الحصول على النتائج الموضحة في الجدول.

الجدول رقم 2يوضح الصدق التمييزي لاستبيان تقدير الذات الأكاديمية

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

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

***الثبات:**

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

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

النصفية (بنود فردية وبنود زوجية), حيث تم اختيار عينة استطلاعية قدر عددها ب:30تلميذا وتلميذة من تلاميذ الثالثة ثانوي, وتم توزيع استبيان تقدير الذات الأكاديمية على أفراد العينة بتاريخ14أفريل 2015.

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

2.مقياس التوافق النفسي من إعداد إجلال محمد سرى(1986):

***وصف المقياس:**

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

1.التوافق الشخصي : ويضم العبارات من 1الى9.

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

3.التوافق الاسري : ويضم العبارات من 12 الى30.

4.التوافق الانفعالي : ويضم العبرات من 31الى 40.

***طريقة التصحيح:**

تكون طريقة تصحيح المقياس من خلال العبرات حيث يحتوي المقياس على عبارات موجبة وعددها20عبارة إذا اجاب عليها المفحوص بنعم تعطى له درجة (1) أما إذا أجاب عليها (لا) فتعطى له درجة (0) , والعبارة السالبة وهي 20 عبارة إذا أجاب عليها المفحوص (لا) تعطى له درجة(1) وإذا اجاب (نعم) تعطى له درجه (0).

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

***الثبات :**

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

***الصدق التمييزي:**

للتأكد من صدق مقياس التوافق النفسي وزعناه على عينة استطلاعية قوامها(30) تلميذ وتلميذة, وبعد تفريغ الدرجات وترتيبها ترتيبا تنازليا, لتؤخذ نسبة 27 % من درجات الفئة العليا و27 % من درجات الفئة الدنيا, للاستبيان المكون 40 فقرة ، ثم حساب الفرق بين متوسطي المجموعتين باستخدام اختبار "ت"

والجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها:

الجدول رقم 3يوضح الصدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي

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

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

3-الدراسة الأساسية:

3-1وصف عينة الدراسة الأساسية:

طبقتهذهالدراسةعلىتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، تم توزيع 140استمارةمنتلاميذ السنة الثالثة ثانوي فقد تم إسترجاع134 استمارة،واختيروابطريقةغير العشوائية(اعتراضية) من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ببعض ثانويات مدينة ورقلة على المؤسسات التالية:

-ثانوية مالك بن نبي .

- ثانوية محمد العيد .

الجدول رقم 4 يوضح حجم العينة المسحوبة من مجتمع الدراسة.

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

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

3-3الأساليب الإحصائية:

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

1-المتوسط الحسابي:

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

2-الانحراف المعياري.

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

3- معامل الارتباط بيرسون:

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

4-اختبار(ت)T test:

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

خلاصة

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

الفصل الخامس : عرض مناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى

2. عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية

3. عرض و مناقشة نتيجة الفرضية الثالثة

4.عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة

5.عرض ومناقشة الفرضية الخامسة

- خلاصة الدراسة

-التوصيات والمقترحات

تمهيد:

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

1.عرض وتفسير ومناقشة فرضيات الدراسة :

1-1عرض وتفسير نتيجة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه :

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

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

الجدول رقم 5

متغيرات الدراسة	العينة	قيمة معامل الارتباطrp	مستوى الدلالة
تقدير الذات الاكاديمية	134	0.46	0.01
التوافق النفسي			

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

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

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

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

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

2-عرض وتفسير نتيجة الفرضية الثانية:

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

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

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

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية(df)	الدلالة الاحصائية
ذكور	**53**	**80.92**	**12.41**	**-3.79**	**132**	**دال إحصائيا عند0.05**
إناث	**81**	**88.37**	**10.17**			

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

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

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

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

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

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

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

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

3-عرض وتفسير نتيجة الفرضية الثالثة:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

إذن يتبين مما سبق أن التخصص لم يؤثر على تقدير الذات الاكاديمية لدى أفراد عينة الدراسة وهو أمر يمكن غزوه الى أنه لم يعد هناك تخصصات أحسن من الاخرى، و تضاءلت النظرة التي تفصل التخصص العلمي على التخصص الأدبي، هذا بالإضافة الى أن هناك عوامل ذاتية متعلقة بالتلميذ نفسه التي تؤثر على تقديره لذاته الأكاديمية إما إيجابا أو سلبا، كاقتناع التلميذ باختياره ورضاه عن التخصص الذي يزاول فيه دراسته و مدى ملاءمته لقدراته واستعداداته.

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

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

4.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

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

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

وبغية معرفة إذا ما كان يوجد بالفعل اختلاف بن الذكور والإناث في توافقهم النفسي تم الإعتماد على اختبار T وفيما يلي عرض لنتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

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

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

...

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

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

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

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

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

5.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الاخيرة في الدراسة على:

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

ومن أجل التحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) والجدول رقم(9) يوضح النتائج المتحصل عليها بعد المعالجة الإحصائية للبيانات.

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

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

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

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

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

كما يمكن إرجاع عدم وجود فروق بين تلاميذ في التوافق النفسي تبعا لمتغير التخصص إلى كون أن التعليم الثانوي يمنح كل التلاميذ باختلاف شعبهم تكوينا ثقافيا أساسيا قصد تحقيق أهداف معرفية وسلوكية تسمح لهم باكتساب مهارات أكاديمية وإجتماعية تساعدهم على التوافق النفسي والإندماجالإجتماعي، ويسعى القائمون بشؤون الثانوية من إداريين ومعلمين ومشرفين وتربويين ومستشار التوجيه والإرشاد إلى إشراك جميعالتلاميذ باختلاف شعبهم أو تخصصاتهم في النشاطات والمسابقات الفكرية التي تنظم على مستوى الثانوية، الأمر الذي لا يظهر فروقا جوهرية بين هؤلاء التلاميذ باختلاف تخصصاتهم الدراسية.

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

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

الاستنتاج العام:

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

تحصلنا على النتائج التالية:

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

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

* عدم وجود فروق دالة إحصائيا في تقدير الذات الاكاديمية بين تلاميذ شعبة العلوم وتلاميذ شعبة الآداب.

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

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

وتبقى المدرسة المكان الذي يقضي فيه التلميذ معظم وقته، لذا تعد فضاءا حيويا يتيح للتلاميذ فرصة اكتساب عدة مهارات أكاديمية كما يتعلم منها القيم والمعايير الأخلاقية والإجتماعية، التي تكفل له تحقيق توافقه النفسي و الاجتماعي، ويؤثر المحيط المدرسي بمختلف عناصره من معلمين وأقران وزملاء وإداريين على تقدير التلميذ لذاته من الناحية الأكاديمية، نتيجة لعملية التفاعل التي تحدث بين هذه الأقطاب، كما تؤثر النتائج المدرسية على تقييم التلميذ لذاته، فهي ذات أهمية بالغة ليس بالنسبة للتلميذ فحسب، بل أيضا للأسرة والقائمين على عملية التعليمية التعلمية، مما يشكل في كثير من الأحيان ضغطا كبيرا لا يمكن للتلميذ مواجهته لوحده، الأمر الذي يؤدي به الى سوء توافقه النفسي نتيجة نظرة الآخرين إليه.

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

التوصيات والمقترحات:

نتيجة لما أسفرت عنه الدراسة من نتائج يمكننا اقتراح مايلي:

1- دراسة العلاقة بين تدني مستوى تقدير الذات الأكاديمية و بعض المشكلات السلوكية لدى المراهق.

2- دراسة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمية والنجاح الأكاديمي.

3- دراسة العلاقة بين تقدير الذات الاكاديمية والطموح المهني لدى التلاميذ.

4- إجراء المزيد من الدراسات حول تقدير الذات الاكاديمية نظرا للأهمية البالغة لهذا المفهوم في الأداء الاكاديمي للتلميذ.

الخاتمة

الخاتمة :

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

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

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر و المراجع :

الكتب:

1.عبدالحميدمحمدالشاذلي،الواجباتالمدرسيةوالتوافقالنفسيالمكتبةالجامعيةبالإسكندريةمصر، 2001

2.إجلال محمد سري، علم النفس العلاجي، عالم الكتب للنشر والطباعة والتوزيع، القاهرة، ط2، 2000

3.أديب الخالدي، المرجع في الصحة النفسية، ط1 الدار وائل للنشر والتوزيع، عمان.

4.أشرف محمد عبد الغني شريت : الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق. المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية 2002م.

5.بشير معمرية، لقياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية، ط2، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة العقيد الحاج الأخضر، باتنة الجزائر، 2007.

6.حسين احمد حشمت ومصطفى باهي، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ط 1،الدار العالمية للنشر والتوزيع، مصر، 2006.

7.الداهري، صالح حسن،أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات)،ط1،دار صفاء للنشر والتوزيع،عمان، 2008.

8.زهران، حامد عبد السلام .الصحة النفسية والعلاج النفسي،ط3،عالم الكتب،القاهرة،1995.

9.زهران، حامد عبد السلام .الصحة النفسية والعلاج النفسي،ط4،عالم الكتب،القاهرة،2005.

10.سامر رضوان جميل، الصحة النفسية، دار الميسرة للنشر والتوزيع . الأردن،.2002

11.سبع محمد أبولبدة،، مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي، ط1، دار الفكر، عمان، 2008.

12.سعد عبد الرحمن،،القياس النفسي،النظرية والتطبيق، ط3،دار الفكر العربي،القاهرة،1998.

13.سيد عثمان، علم النفس الاجتماعي التربوي الجزء الثاني، المسايرة والمغايرة، مكتبة أنجلوالمصرية، القاهرة،1974.

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

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

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

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

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

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

20.عبد الرحمان عدس، محي الدين توف، المخل إلى علم النفس،ط 5، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن، 1997.

21.عبد المنعم الحنفي، الموسوعة النفسية (علم النفس في حياتنا) ط1995،1م.

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

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

24.عوده محمد مرسي، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام،ط1، دار القلم، دولة الكويت، 1.1970

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

مذكرات تخرج:

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

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

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

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

مجلات ومقالات:

40.محمد بشير السيسي وأبا بكر سو، علاقة لكفاءة الذاتية بالمستوى التوافق النفسي لدى طلبة المغتربين وغير المغتربين،مجلة دولية دراسات تربوية ونفسية، العدد4،جامعة ملك سعود، السعودية، 2019.

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

ج–الرسائل:

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

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

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

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

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

47.سالمة بنت راشد بن سالم الحجري(2011):فاعلية إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدىالمعاقين بصريا في سلطنة عمان، رسالة ماجيستير، قسم التربية، جامعة نزوى.86

49.سهيلة أحمادي ، مسعودة سالمي (2015):قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانيةلدى طلبة الجامعة ، رسالة ماستر في علوم التربية ، جامعة الشهيد لخضر، الجزائر.

50.عايدة محمد العطا (2014):تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيلالدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجيستر، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان.

51.عبد ربه علي شعبان (2011):الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقينبصريا، رسالة ماجستير، قسم التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.

52.علاء سمير القطناني (2011):الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموحلدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء نظرية محددات الذات، رسالة ماجيستر، قسم علم النفس، غزة .

53.لقوقي دليلة (2016):مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

54.مجذوب أحمد محمد قمر (2015):تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبلوبعض المتغيرات الديموغرافية، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة دنقلا.

55.المشيخي غالب محمد علي(2009):قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوىالطموح لدى عينة من طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.

د–المجلات:

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

- **57**.حنان حسين محمود (2017):مفهوم الذات الأكاديمي ومستوى الطموح الأكاديمي وعلاقتهمابالاندماج الأكاديمي لدى عين من طالبات الجامعة، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، الجز،02العدد الثاني، جامعة القصيم.
- **58**.زقاوة أحمد (2014):محددات النجاح الدراسي، مقاربة سوسيو سيكولوجية، مخبر تطويرالممارسات النفسية والتربوية المركز الجامعي غليزان، العدد12.
- **59**.صبرين صلاح تعب (2017):مفهوم الذات الأكاديمي وفعالية الذات الاكاديمية داخل مجالعلم النفس، مجلة كلية التربية، العدد 96،الجزء 1،جامعة عين الشمس.
- **60**.منى الحمودي (2010): التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات –دراسة ميدانية على عينةمن تلاميذ الصف الخامس بمدارس محافظة دمشق الرسمية–المجلد 26،جامعة دمشق.

–مراجع باللغة الأجنبية:

61. Cooper Smith, Manuel inventaire d'estime de soi(s.e.i)1éretrimestre les édition de centre de psychologie, 1994.

62. Freden, L'aspect psycho sociaux de la dépression, pierre mendoya, Bruxelles,Belgique,1983.

– مواقع إلكترونية :

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

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

قائمة الملاحق

الملاحق

ملحق(01):استبيان تقدير الذات الاكاديمية

جامعة قاصدي مرباح –ورقلة–

كلية العلوم الإنسانية و لاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

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

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

التعليمات:

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

الجنس: ذكر ☐ انثى ☐

التخصص الدراسي: شعبة العلوم ☐ شعبة الآداب ☐

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

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

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

الملحق(02):مقياس التوافق النفسي:

جامعة قصدي مرباح – ورقلة–

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

أخي التلميذ / أختي التلميذة تحية طيبة .....

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

التعليمات:

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

لا تضع أكثر من علامة للعبارة الواحدة .

البيانات الخاصة:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

التخصص الدراسي: شعبة العلوم ☐ شعبة الآداب ☐

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

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

االملحق(08) نتائج الصدق التمييزي لاستبيان تقدير الذات الاكاديمية (spss) .

Statistiques de groupe

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

Test des èchantillonsindèpendants

	Test de levene sur l'ègalitè des variances	Test pour ègalitè des moyennes

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

Test des èchantillonsindèpendants

		Test pour ègalitè des moyennes		
		Sig. (bilatèral)	Diffèrence moyenne	Diffèrence erreur standard
Validity	Hypothèse de variances ègales	,000	21,50000	2,51779
	Hypothèse de variances inègales	,000	21,50000	2,51779

Test des èchantillonsindèpendants

		Test pour ègalitè des moyennes	
		Intervalle de confiance de la diffèrence a 95%	
		Infèrieur	Supèrieur
Validity	Hypothèse de variances ègales	16,09987	26,90013
	Hypothèse de variances	16,06564	26,93436

الفئة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
inègales				

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

Statistiques de groupe

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

Test des èchantillonsindèpendants

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

Test des èchantillonsindèpendants

	Test pour ègalitè des moyennes		
	Sig. (bilateral)	Diffèrence moyenne	Diffèrenceerreur standard
الصدق التمييزي Hypothèse de variances ègales	.000	14.12500	.77776
Hypothèse de variances Inègales	.000	14.12500	.77776

Test des èchantillonsindèpendants

	Test t pourègalitè des moyennes	
	Intervalle de confiance de la difference à 95%	
	Infèrieur	Supèrieur
الصدق التمييزي Hypothèse de variances ègales	12.45687	15.79313

Hypothèse de variances inègales	12.44347	15.80653

Notes

Group Statistics

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

Independent Samples Test

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

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

Note

Group Statistics

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

IndependentSamples Test

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

	F	Sig.	t	df	2 tailed)	Difference	or Difference	Interval of the Difference	
								lower	Upper
تقدير الذات الأكاديمية Equal Variances assumed	,147	,702	-,617	132	,538	-1,25180	2,02882	-5,26502	2,76141
Equal Variances Not assumed			-,615	125,041	,539	-1,25180	2,03404	-5,27740	2,77379

Notes

Group Statistice

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

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-t test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig.(2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
التوافق النفسيEqual Variances assumed	1,530	,218	-,517	132	,606	-,50850	,98286	-2,45269	1,43591
Equal Variances Not assumed			-,506	102,856	,614	-,50850	1,00503	-2,50178	1,48478

Notes

Group Statistics

			Std.	

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

Independent Samples Test

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

Correlations

Notes

Correlations

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

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