

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

Badji Mokhtar - Annaba University

جامعة باجي مختار – عنابه

كلية الآداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية

Université Badji Mokhtar – Annaba



قسم علم النفس

مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس

تقدير الذات وعلاقته بالمشكلات الانفعالية عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي

تخصص: الإرشاد النفسي و التوجيه التربوي المهني

تحت إشراف:

إعداد الطالب:

أ.د. لوكيا الهاشمي

بواسطة لطفى

لجنة المناقشة:

المؤسسة:

الصفة:

الرتبة:

الاسم واللقب:

جامعة عنابة

رئيسا

أستاذ تعليم عالي

أ.د/ بوخدير عمار

جامعة قسنطينة

مشرفا و مقرا

أستاذ تعليم عالي

أ.د/ لوكيا الهاشمي

جامعة عنابة

عضوا

أستاذ محاضر

د/ لعريط بشير

السنة الجامعية:

2012 - 2011

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

كلمة شكر و تقدير

مع نهاية هذا البحث لا يسعني إلا أن أشكر الله وأحمده ، إذ منحني القوة والعزم وأمدني بعونه وتوفيقه لإتمامه . كما أتقدم بأجمل عبارات الشكر والتقدير للأستاذ الفاضل الذي كان له الفضل في إنجاز هذا البحث . الأستاذ الدكتور لو كيا الماشمي . لذا يسعدني ويشرفني أن أتقدم بعظيم شكري و تقديرني على تفضله بقبول الإشراف على هذا البحث، برحابة صدره وما بذله من جهد مخلص في كل مراحل إعداد البحث، وما قدمه لي من إرشادات وملاحظات قيمة وقراءته لفصول البحث، وكانت لأرائه القيمة وتوجيهاته الصائبة، الأثر الفعال في إنجاز هذا البحث بشكله النهائي.

كما لا يفوتني أن أتقدم بشكري الخاص للأستاذة المحكمين الذين لم يبخلوا بإعطاء ملاحظاتهم.

كما يشرفني أن أتقدم بشكري لكل من أعضاء لجنة المناقشة و كل من ساعدني في إنجاز هذا البحث، أخص بالذكر الطالب لعور عاشور .

الطالب : بوبطة لطفي

ملخص البحث:

حاولت هذه الدراسة الموسومة بـ : **تقدير الذات و علاقته بالمشكلات الانفعالية عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي** أن تجيب على التساؤلات التالية :

- هل هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور بعض المشكلات الانفعالية (القلق الخجل ، الغضب) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي ؟

- هل مستوى تقدير الذات منخفض عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي ؟

- هل هناك فروق في تقدير الذات عند المراهقين تبعاً لمتغير الجنس و المستوى الدراسي ؟

- هل هناك بعض المشكلات الانفعالية (القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي؟

- هل هناك فروق في ظهور بعض المشكلات الانفعالية(القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الجنس و المستوى الدراسي ؟

و عبر دراسة نظرية و ميدانية اختبرت الفرضيات التالية:

- هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور بعض المشكلات الانفعالية (القلق الخجل ، الغضب) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي .

- هناك مستوى تقدير ذات منخفض عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي .

- هناك بعض المشكلات الانفعالية (القلق، الخجل، الغضب) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي .

- لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الجنس و المستوى الدراسي .

- لا يوجد اختلاف في ظهور بعض المشكلات الانفعالية(القلق، الغضب، الخجل) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الجنس و المستوى الدراسي .

واشتملت الدراسة على جانبين **جانب نظري** و **جانب ميداني** ، النظري اشتمل على أربع فصول ، فصل تمهيدي ، فصل خاص بتقدير الذات ، وفصل تناول المراهقة فصل تناولنا فيه المشكلات الانفعالية ، أما **الجانب الميداني** فاشتمل على فصلين فصل تناولنا فيه الإجراءات المنهجية للبحث ، و الفصل الثاني عرض و تحليل ومناقشة النتائج.

اعتمدنا في بحثنا على **المنهج الوصفي** ، وتكونت عينة البحث من **366** فرداً من تلاميذ و تلميذات ثانوية أم الطوب بولاية سكيكدة. وباستخدام أدوات البحث التالية :

مقياس كوبر سميت لتقدير الذات (1967)، استبيان المشكلات الانفعالية من إعداد الطالب . وبعد معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية ، النسب المئوية ، معامل الارتباط بارسون ، مربع كاي (ك2) المعدل لحساب الفروق توصلنا إلى النتائج التالية:

- يتراوح مستوى تقدير الذات عند التلاميذ بين مستوى عالي إلى متوسط .
- يعاني التلاميذ من ظهور بعض المشكلات كالقلق و الخجل و الغضب بنسب متفاوتة.
- يختلف ظهور مشكلة القلق بين الذكور والبنات، حيث تبين لنا أن البنات أكبر عرضة لمشكلة القلق من الذكور.

- يختلف ظهور مشكلة الخجل بين الذكور والبنات، حيث تبين لنا أن البنات خجولات أكثر من الذكور.

- يختلف ظهور مشكلة الغضب بين الذكور والبنات، حيث تبين لنا أن الذكور أكبر قابلية للغضب .
- هناك اختلاف في مستوى تقدير الذات عند التلاميذ باختلاف جنسهم حيث سجلنا أن الذكور يتمتعون بمستوى تقدير الذات أعلى من البنات.

- هناك اختلاف في مستوى تقدير الذات عند التلاميذ باختلاف مستواهم الدراسي، حيث سجلنا مستوى عالي عند تلاميذ السنة الأولى، وبعدها تلاميذ السنة الثانية، وأخيرا تلاميذ السنة الثالثة .
- هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة القلق، حيث كلما كان مستوى تقدير الذات عالي كلما قل ظهور مشكلة القلق عند التلاميذ والعكس صحيح.

- هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة الخجل، حيث كلما كان مستوى تقدير الذات عالي كلما قل ظهور مشكلة الخجل عند التلاميذ والعكس صحيح.
- هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة الغضب، حيث كلما كان مستوى تقدير الذات عالي كلما قل ظهور مشكل الغضب عند التلاميذ والعكس صحيح.

- Résumé du projet:

Cette étude sous le nom de: **l'estime de soi et de sa relation à des difficultés émotionnelles chez les adolescents au cours des études secondaires** a tenté de répondre aux questions suivantes:

1 le niveau de l' estime de soi chez les adolescents au cours de l'étude secondaires est t'il faible?

2 Ya t-'il des différences concernant l'estime de soi chez les adolescents selon le facteur sexe?

3 Ya t-'il des différences concernant le niveau de l'estime de soi chez les adolescents selon le facteur niveau scolaire ?

4 ya t-'il quelque difficultés émotionnels (l'anxiété, la colère, la timidité) chez les adolescents au cours de l'étude secondaires?

5 Ya t'il des différences dans l'apparition de certains difficultés émotionnels (anxiété, colère, timidité) chez les adolescents selon le facteur niveau scolaire ?

7 Ya t-'il des différences dans l'apparition de certains difficultés émotionnels (anxiété, colère, timidité) chez les adolescents selon le facteur sexe ?

Et à travers une étude théorique et sur terrain qui a testé les hypothèses suivantes:

- il ya une relation entre le niveau de l'estime de soi et l'apparition de certains problèmes émotionnelles (anxiété, colère, timidité) chez les adolescents au cours de l'étude secondaires.

- Il ya un bas niveau de l'estime de soi chez les adolescents au cours de l'étude secondaires

- Il existe des difficultés émotionnelles (anxiété, timidité, colère) chez les adolescents au cours de l'étude secondaires.

- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans l'estime de soi chez les adolescents au cours de l'étude secondaires.

Selon les variables. Sexe. Niveau scolaire.

- Il n'y a pas de différence dans l'apparition de certaines difficultés émotionnelles (anxiété, colère, timidité), chez les adolescents au cours de l'étude secondaires selon les variables. sexe. Niveau scolaire

Cet étude comprend deux parties : une partie théorique et une partie pratique. La partie théorique comprend quatre chapitres. un chapitre introductif, un chapitre traite d'estime de soi, un chapitre traite l'adolescence, un chapitre traité les difficultés émotionnelles, concernant la partie pratique elle comprend deux chapitres, les procédures méthodique de l'étude, et la deuxième chapitre comprend, l'exposé, l'analyse la discussions a des résultats.

on a adopté dans cette étude la **méthode descriptive**,

L'échantillon de l'étude : il se compose de (**366**) personnes les élèves du secondaire du lycée d'oum toub Skikda. on a utilisé 2 types d'outils, **inventaire d'estime de soi Cooper Smith (1967)** ; **questionnaire de difficultés émotionnelles** de la part de l'étudiant.

Après le traitement des données en utilisant des méthodes statistiques, nous parvenus aux résultats suivants:

- le Niveau d'estime de soi chez l'élèves varie entre haut niveau et moyen.
- les élèves souffrent de l'apparition de certaines difficultés émotionnelles tels que (anxiété, timidité, colère) avec des proportions différentes.
- l'apparition de l'anxiété diffère chez les garçons et les jeunes filles, car nous avons constaté que les filles sont beaucoup plus exposées au problème de l'anxiété que les garçons.
- l'apparition de la timidité diffère chez les garçons et les jeunes filles, car nous avons constaté que les filles sont beaucoup plus timides que les garçons.
- l'apparition de la colère diffère chez les garçons et les jeunes filles, car nous avons constaté que les garçons sont plus susceptibles à la colère que les filles.
- Il y a une différence dans le niveau de l'estime de soi chez les élèves selon le sexe, car nous avons constaté que les garçons bénéficient d'un niveau d'estime de soi plus élevé que chez les filles.
- Il y a une différence dans le niveau de l'estime de soi chez les élèves selon leur niveau scolaire, car nous avons enregistré un niveau élevé chez les élèves de la première année, suivi des élèves de la deuxième année, et enfin les élèves de la troisième année..
- Il existe une relation inverse entre le niveau d'estime de soi et l'apparition du problème de l'anxiété, en effet chaque fois que le

niveaux d'estime de soi augmente ,l'apparitions du problème
anxiété diminue et inversement .

- Il existe une relation inverse entre le niveau d'estime de soi et
l'apparition du problème de timidité, en effet chaque fois que le
niveau d'estime de soi augmente, l'apparition du problème de la
timidité diminue et inversement.

- Il existe une relation inverse entre le niveau d'estime de soi et
l'apparition du problème la colère , en effet chaque fois que le
niveaux d'estime de soi augmente ,l'apparitions du problème de la
colère diminue et inversement .

| الصفحة | العنوان : |
|--------|--------------------------------|
| | كلمة شكر |
| | ملخص البحث |
| | فهرس المحتويات |
| | فهرس الجداول |
| 1 | المقدمة |
| | الجانب النظري |
| | الفصل الأول : |
| | الإطار المفاهيمي للبحث |
| 4 | إشكالية البحث |
| 12 | فرضيات الدراسة |
| 12 | أهمية الدراسة |
| 13 | أهداف الدراسة |
| 14 | تحديد مصطلحات الدراسة |
| 18 | الدراسات السابقة |
| | الفصل الثاني : |
| | تقدير الذات |
| 40 | تمهيد |
| 40 | الذات |
| 40 | طبيعة مفهوم الذات |
| 42 | تطور نمو الذات |
| 43 | مرحلة الرضاعة |
| 43 | مرحلة ما قبل المدرسة |
| 44 | مرحلة المدرسة الابتدائية |
| 44 | مرحلة المراهقة |
| 45 | الذات عند الراشدين |
| 45 | الذات عند كبار السن |
| 47 | تقدير الذات |
| 47 | تعريفه |
| 49 | نظريات تقدير الذات |
| 49 | نظرية روزنبرج |
| 50 | نظرية كوبر سميث |
| 51 | نظرية زيلر |
| 51 | أهمية تقدير الذات |
| 54 | نمو تقدير الذات |
| 55 | العوامل المؤثرة في تقدير الذات |
| 57 | أنواع تقدير الذات |
| 57 | تقدير الذات المرتفع. |

| | |
|-----|---|
| 59 | تقدير الذات المنخفض |
| 61 | تقدير الذات عن المراهقين |
| | المراهقة : الفصل الثالث : |
| 64 | تمهيد |
| 65 | معنى المراهقة |
| 66 | الاتجاهات المفسرة للمراهقة |
| 66 | الاتجاه البيولوجي |
| 67 | الاتجاه التحليلي النفسي |
| 68 | الاتجاه الأنثروبولوجي |
| 69 | الاتجاه التفاعلي |
| 70 | الاتجاه التفاعلي المراحل الزمنية للمراهقة |
| 72 | أشكال المراهقة |
| 72 | المراهقة المتكيفة |
| 73 | المراهقة الإنسحابية المنطوية |
| 73 | المراهقة العدوانية المتمردة |
| 74 | المراهقة المنحرفة |
| 75 | مظاهر النمو في مرحلة المراهقة |
| 75 | النمو الجسمي و الوظيفي أو الفسيولوجي |
| 76 | النمو الجنسي |
| 77 | النمو العقلي |
| 80 | النمو الانفعالي |
| 80 | الخواص الانفعالية للمراهق |
| 83 | النمو الاجتماعي |
| 85 | نمو هوية الذات في مرحلة المراهقة |
| 88 | حاجات المراهقة |
| 90 | مشكلات المراهقة |
| 91 | المشكلات الشخصية |
| 92 | المشكلات النفسية و الانفعالية |
| 93 | المشكلات السلوكية |
| 94 | مشكلات اجتماعية |
| 96 | مشكلات متعلقة بالجنس. |
| | المشكلات الانفعالية : الفصل الرابع : |
| 99 | تمهيد |
| 100 | تعريف الانفعال |

| | |
|---------|---|
| 100 | نمو الانفعالات |
| 102 | جوانب الانفعال |
| 104 | أنواع الانفعال |
| 104 | الانفعال و التوافق النفسي |
| 106 | بعض المشكلات الانفعالية |
| 115-106 | - القلق |
| 120-116 | الخجل |
| 126-121 | الغضب |
| | الجانب التطبيقي |
| | الفصل الخامس : الإطار المنهجي للدراسة |
| 130 | تمهيد |
| 130 | حدود الدراسة |
| 130 | الدراسة الاستطلاعية |
| 133 | المنهج |
| 134 | عينة البحث |
| 136 | أدوات جمع البيانات |
| 141 | الأساليب الإحصائية |
| | الفصل السادس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج |
| 145 | عرض نتائج الدراسة |
| 234-153 | مناقشة الفرضيات في ظل النتائج |
| 234 | التوصيات و الاقتراحات |
| 237 | الخاتمة |
| 238 | مراجع البحث |
| | الملاحق |

فهرس الجداول :

| الصفحة | الرقم |
|--------|-------|
| 131 | 01 |
| 135 | 02 |
| 136 | 03 |
| 145 | 04 |
| 146 | 05 |
| 148 | 06 |
| 151 | 07 |
| 162 | 08 |
| 162 | 09 |
| 163 | 10 |
| 163 | 11 |
| 164 | 12 |
| 164 | 13 |
| 165 | 14 |
| 165 | 15 |
| 166 | 16 |
| 166 | 17 |
| 167 | 18 |
| 167 | 19 |
| 168 | 20 |

| | | |
|-----|--|----|
| 168 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم14 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 21 |
| 169 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم15 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 22 |
| 169 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم16 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 23 |
| 170 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم17 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 24 |
| 170 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم18 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 25 |
| 171 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم19 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 26 |
| 171 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم20 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 27 |
| 172 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم22 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 29 |
| 172 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم23 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 30 |
| 173 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم24 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 31 |
| 173 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم25 مقياس تقدير الذات حسب الجنس | 32 |
| 174 | يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير الجنس متغير تقدير الذات. | 33 |
| 175 | يوضح كما مربع المحسوبة مستوى تقدير الذات حسب الجنس . | 34 |
| 177 | يوضح كما مربع المحسوبة مستوى تقدير الذات حسب المستوى الدراسي . | 35 |
| 177 | يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي. | 36 |
| 179 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم03 مشكلة القلق حسب الجنس. | 37 |
| 180 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم04 مشكلة القلق حسب الجنس. | 38 |
| 180 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم09 مشكلة القلق حسب الجنس | 39 |
| 181 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم10 مشكلة القلق حسب الجنس | 40 |
| 181 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم11 مشكلة القلق حسب الجنس. | 41 |
| 182 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم16 مشكلة القلق حسب الجنس. | 42 |
| 182 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم17 مشكلة القلق حسب الجنس . | 43 |

| | | |
|-----|--|----|
| 183 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم18 مشكلة القلق حسب الجنس . | 44 |
| 183 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم27 مشكلة القلق حسب الجنس. | 45 |
| 184 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم32 مشكلة القلق حسب الجنس . | 46 |
| 184 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم32 مشكلة القلق حسب الجنس. | 47 |
| 185 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم03 مشكلة القلق حسب الجنس . | 48 |
| 185 | يوضح مج كما مربع المحسوبة مشكلة القلق حسب الجنس. | 49 |
| 188 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم01 مشكلة الخجل حسب الجنس . | 50 |
| 188 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم07 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 51 |
| 189 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم08 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 52 |
| 189 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم14 مشكلة الخجل حسب الجنس | 53 |
| 190 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم15 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 54 |
| 190 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم21 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 55 |
| 191 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم22 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 56 |
| 191 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم23 مشكلة الخجل حسب الجنس | 57 |
| 192 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم25 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 58 |
| 192 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم28 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 59 |
| 193 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم29 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 60 |
| 194 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم31 مشكلة الخجل حسب الجنس. | 61 |
| 194 | يوضح مج كما مربع المحسوبة مشكلة الخجل حسب الجنس. | 62 |
| 197 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم02 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 63 |
| 197 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم05 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 64 |
| 198 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم06 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 65 |

| | | |
|-----|---|----|
| 198 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 12 مشكلة الغضب حسب الجنس | 66 |
| 199 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 13 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 67 |
| 199 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 19 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 68 |
| 200 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 20 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 69 |
| 200 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 24 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 70 |
| 201 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 26 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 71 |
| 201 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 30 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 72 |
| 202 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 34 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 73 |
| 202 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 35 مشكلة الغضب حسب الجنس. | 74 |
| 203 | يوضح مج كما مربع المحسوبة لمشكلة الغضب حسب متغير الجنس. | 75 |
| 204 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 03 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 76 |
| 204 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 04 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 77 |
| 204 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 09 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 78 |
| 206 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 10 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 79 |
| 206 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 11 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 80 |
| 207 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 16 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 81 |
| 207 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 17 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 82 |
| 208 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 18 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 83 |
| 208 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 27 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 84 |
| 209 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 32 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 85 |
| 209 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 33 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي | 86 |
| 210 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 03 مشكلة القلق حسب لمستوى الدراسي | 87 |

| | | |
|-----|--|-----|
| 210 | يوضح مج كا مربع المحسوبة لمشكلة القلق حسب لمستوى الدراسي | 88 |
| 211 | يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي. | 89 |
| 212 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 01 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 90 |
| 213 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 07 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 91 |
| 213 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 08 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 92 |
| 214 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 14 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 93 |
| 214 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 15 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي. | 94 |
| 215 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 21 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 95 |
| 215 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 22 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 96 |
| 216 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 23 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 97 |
| 216 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 25 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 98 |
| 217 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 28 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 99 |
| 217 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 29 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 100 |
| 218 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 31 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 101 |
| 218 | يوضح مج كا مربع المحسوبة لمشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي . | 102 |
| 219 | يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي. | 103 |
| 220 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 02 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 104 |
| 220 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 05 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 105 |
| 221 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 06 مشكلة الغضب حسب المستوى لدراسي . | 106 |
| 221 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 12 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 107 |
| 222 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 13 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 108 |
| 222 | يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 19 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 109 |

| | | |
|-----|---|-----|
| 223 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم20 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 110 |
| 223 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم24 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 111 |
| 224 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم26 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 112 |
| 224 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم30 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي | 113 |
| 225 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم34 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 114 |
| 225 | يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم35 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي. | 115 |
| 226 | يوضح مـج كما مربع المحسوبة مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي | 116 |
| 226 | يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي. | 117 |

مقدمة :

يشعر معظم الناس بالحاجة إلى مفهوم ايجابي عن الذات يعتمد على تقييم إيجابي ويكون ثابت نسبياً، كما يعتمد على تقدير الآخرين لهم. ويتضح ذلك، بصفة رئيسية في علاقة تلك الحاجة بمجموعتين من الرغبات، فالفرد قد يعبر عن حاجته للتقدير والاحترام من خلال ما يشعر به من رغبة في القوة والإنجاز، والتمكن، والكفاءة، والاستقلال، والحرية، وقد ينشد بالإضافة إلى ذلك مكانة مرموقة، وهيبة واحتراماً ومنزلة رفيعة واهتماماً به، وكرامة وتقديراً وإعجاباً واعترافاً به ، وإن إشباع تلك الحاجة إلى تقدير الذات يؤدي إلى ثقة الفرد بذاته، وشعوره بقيمة نفسه، وتوافقه النفسي . وعلى العكس من ذلك فإن عجزه عن إشباعها قد يؤدي به إلى الإحساس بالدونية والضعف وشعوره بالإحباط والقلق والتوتر مما قد يؤثر على توافقه الشخصي و الاجتماعي الدراسي . وتعتبر مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان، فهي بداية لميلاد جديد للفرد، ينتقل خلالها من مرحلة الطفولة إلى الرشد. وتصادف هذه مرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية وعقلية وانفعالية واجتماعية، لذلك تعد مرحلة حرجة في حياة الفرد، وحلقة من حلقات النمو، تتأثر بالمرحلة التي تسبقها، وتؤثر على المراحل التي تليها. وتوصف مرحلة المراهقة بأنها مرحلة مشكلات، وقد يرجع سبب ذلك إلى التغيرات التي تصاحبها، فقد يكون لهذه التغيرات تأثيرات سلبية تعوق تكيف المراهق وتوافقه مع الآخرين.

فصحة الفرد النفسية تتوقف إلى حد ما على اجتياز تلك المرحلة اجتيازاً يتسم بالطمأنينة والاستقرار. فالمشكلات التي قد تعترض حياة المراهق تحد من أدواره الاجتماعية، وأنشطته، وتؤدي في بعض الأحيان إلى تفوقه حول ذاته، أو حتى على اتسامه ببعض الصفات العدوانية، أو قد يكون تأثيرها واضحاً على تحصيله الدراسي، أو علاقاته الاجتماعية مع أسرته، أو أصدقائه، أو المجتمع بكافة أفرادها. فالنمو الجسماني السريع، والتغيرات الفسيولوجية الناتجة عن إفرازات بعض الغدد الصماء، تفوق كثيراً سرعة التطور النفسي للمراهقين، فيحدث نوع من الصراع بين الثورة الفسيولوجية وبين

القدرات الجسمية من جهة، والقدرات العقلية المحدودة وديناميكية النفس في هذه المرحلة من جهة أخرى، في محاولة لإثبات الذات.

واشتملت دراستنا على جانبين جانب نظري و جانب تطبيقي :

الفصل الأول: تناولنا فيه الإطار المفاهيمي للبحث تناولنا فيه الإشكالية و تساؤلات الدراسة وفرضياتها و كذلك أهمية الدراسة و أهدافها و أخيرا تحديد المصطلحات الأساسية الدراسات السابقة .

الفصل الثاني: تناول احد المتغيرات الأساسية في الدراسة و هو تقدير الذات حيث تطرقنا في الأول إلى التعريف بالذات و مراحل تطورها و التفسيرات المختلفة لها ، ثم تناولنا فيما بعد تقدير الذات ، تعريفه و النظريات المفسرة له و كذلك نمو تقدير الذات و العوامل المؤثرة في نموه ، إضافة إلى أنواع تقدير الذات و أخيرا تناولنا تقدير الذات في مرحلة المراهقة .

الفصل الثالث: تكلمنا فيه عن المراهقة تعريفها و خصائص النمو خلال هذه المرحلة و قبلها الاتجاهات المفسرة للمراهقة كما تناولنا تقسيم فترات المراهقة و تطرقنا إلى أشكال المراهقة و كذلك حاجات المراهقة و المشكلات المختلفة في هذه المرحلة .

الفصل الرابع: فخصناه للمشكلات الانفعالية انطلاقا من تحديد مفهوم الانفعال ، وعلاقته بالتوافق النفسي ، ثم عرضنا بعض المشكلات الانفعالية التي تناولناها في البحث و هي القلق و الخجل و الغضب و ذلك بشيء من التفصيل .

أما الجانب الثاني فهو الجانب التطبيقي اشتمل على فصلين.

الفصل الخامس : الإطار المنهجي للبحث تناولنا فيه الدراسة الاستطلاعية و المنهج و كذلك مجتمع و عينة البحث إضافة إلى الأدوات المستعملة لجمع البيانات و أخيرا الأساليب الإحصائية المستعملة في معالجة البيانات .

الفصل السادس : عرض نتائج الدراسة و مناقشتها .

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار المفاهيمي للبحث

1- إشكالية الدراسة :

تعد الذات جوهر الشخصية الإنسانية والمحور الأساسي لها، وقد اتخذت منها معظم الدراسات النفسية التي دارت حول هذه الشخصية الإنسانية مجالاً لها باعتبارها تمثل نسفاً معاشاً من الخبرة، عايشته الذات خلال مراحل حياتها المختلفة ولهذا كانت تنمية الشخصية الإنسانية هو هدف وغاية نسعى إليها جميعاً حتى نستطيع استثمار الطاقات وتوظيف القدرات والإمكانات لدى هذه الذات بما يحقق لنا التوافق النفسي و الصحة النفسية ، كما أن معظم الناس يشعرون أنهم بحاجة إلى مفهوم ايجابي عن الذات يعتمد على تقديرهم لأنفسهم وتقدير الآخرين لهم .

وتقدير الذات كأحد المفاهيم في نظرية الذات بدأ في الظهور في أواخر الخمسينات و سرعان ما أخذ مكانته المتميزة في كتابات الباحثين و العلماء بجانب المصطلحات الأخرى في نظرية الذات، و التي زودت بها الأدب السيكولوجي وقتذاك مثل مفهوم الذات الواقعية الذي يشير إلى إدراك الفرد لذاته كما هي في الواقع و مفهوم الذات المثالية الذي يشير إلى الصورة المثالية أو النموذجية التي كان يتمنى المرء أن يرى نفسه على منوالها ، ومفهوم تقبل الذات و هو المفهوم الذي يشير إلى الفرق بين المفهومين السابقين أو بين ذات الفرد الواقعية و ذاته المثالية ، ثم ظهر مفهوم تقدير الذات و الذي يشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير المرء لذاته و شعوره بجدارتها و كفايتها.¹

ويرى هامشك (Hamacheck) أن تقدير الذات يشير إلى حكم الفرد على أهميته الشخصية ، فالأشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يعتقدون أنهم ذوو قيمة و أهمية و أنهم جديرون بالاحترام والتقدير، كما أنهم يثقون بصحة أفكارهم ، أما الأشخاص الذين

¹ فيوليت فواد إبراهيم ، دراسات في سيكولوجية النمو (الطفولة و المراهقة)، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة ، 2002، ص 191

لديهم تقدير ذات منخفض فلا يرون قيمة أو أهمية في أنفسهم و يعتقدون أن الآخرين لا يقبلونهم و يشعرون بالعجز¹.

في حين يذهب كوبر سميث (Cooper Smith) إلى القول أن ظاهرة تقدير الذات أكثر تعقيدا لأنها تتضمن اتجاهات نحو الذات تتسم بالعاطفة ، كما تتضمن استجابات دفاعية و يعرف تقدير الذات بأنه ذلك التقييم الذي يتوصل إليه الفرد و يتبناه عادة فيما يتعلق بذاته ، ويرى أن هذا المفهوم يعبر عن اتجاه موافقة أو عدم موافقة من جانب الفرد اتجاه ذاته .

ويرى روزنبرج (Rosenberg) أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وان الفرد يكون اتجاهات نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ، و الذات إحدى هذه الموضوعات ، إلا أن الاتجاه نحوها يختلف عن جميع الموضوعات الأخرى ويرى أن تقدير الذات العالي لدى الفرد يعني شعوره بأهمية نفسه واحترامه لذاته في صورتها التي هي عليها .

وبذلك فان تقدير الذات هو التقييم العام لدى الفرد لذاته في كليتها و خصائصها العقلية و الاجتماعية و الانفعالية و الأخلاقية و الجسدية و ينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته ، شعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها و جدارتها وتوقعاتها منها².

ويعرف كل من جابر عبد الحميد وعلاء كفاي تقدير الذات تعريفا معجميا بأنه اتجاه الفرد إلى تقبل الذات والرضا عنها و احترامها وان مشاعر استحقاق الذات و جدارتها مقوم أساسي في الصحة النفسية . كذلك فإن نقص تقدير الذات ومشاعر عدم الجدارة هي أعراض اكتئابية شائعة.

كما عرف تقدير الذات بأنه تقييم يضعه الفرد لذاته و بنفسه ، ويعمل على المحافظة عليه ، كما عرف بأنه مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستدعيها الفرد عند مواجهة العالم المحيط به ، فيعطي تقدير الذات تجهيزا عقليا كما أن تقدير الذات يعني إدراك الفرد لذاته ومن ثم التعبير السلوكي الذي يفصح الفرد من خلاله عن تقديره لذاته ومن ناحية أخرى يرى كل من سيكورد وباكمان & Secord أن الأطفال

¹ صالح محمد علي أبو جادو ، سيكولوجية التنشئة الاجتماعية ، دار الميسرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، الأردن ، 1998 ، ص 152

² نفس المرجع السابق ، ص 153

عامة و المراهقين خاصة يهتمون كثيرا بذواتهم ، ويرى لورانس (lowrence) أن الأطفال و المراهقين يميلون إلى الاهتمام برأي الأفراد الذين يملكون تأثيرا قويا عليهم و الدين يمكن تسميتهم الآخرون ذوو الأهمية في حياة الفرد وهم الوالدان و المعلمون و الأقران ، وبذلك يمكن القول أن تقدير الذات يمثل تقييم الفرد لنفسه بنفسه وبالأخرين المهمين حوله من وجهة نظره هو¹.

و تقدير الذات يساوي الشعور بالرضا الذي ينشا عند الفرد نتيجة تلبية حاجاته ، وكذلك فان تقدير الذات هو ما يعتقد الفرد ويشعر به إزاء صورته عن نفسه ، وتقدير الذات هو أيضا إدراك الفرد لأهميته التي تدفعه إلى التصرف تجاه نفسه و الآخرين فالأشخاص الذين لديهم تقدير ذات عالي ينظرون إلى أنفسهم نظرة واقعية يستطيعون أن يحددوا نقاط الضعف و القوة لديهم ، يستند تقديرهم لأنفسهم على تغذية راجعة صحيحة و ليس كما يعتقدون عن أنفسهم ، يقيمون علاقات مع الآخرين ،ينسجمون مع الدين هم في وسطهم العمل المدرسة الجامعة ، أما الدين يتميزون بتقدير ذات متدن يبدو عليهم أنهم أكثر اهتماما بالحفاظ على شعورهم بالاحترام أو الفشل بشرف من الاهتمام ببذل الجهد لإحراز النجاح ، كما ينشغلون بسلوكيات دفاعية لمنع الآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الذي يشعرون به، و تتمثل هذه الآليات الدفاعية في التمرد المقاومة ،التحدي توجيه اللوم للآخرين ،الانسحاب ، الخجل أو الاستغراق في أحلام اليقظة².

ويلعب تقدير الذات دورا مهما في زيادة دافعية الفرد للإنجاز و التعلم و تطوير الشخصية وجعلها اقل عرضة للاضطرابات النفسية المختلفة ، فقد تبين أن تقدير الذات العالي يرتبط بالصحة النفسية و الشعور بالسعادة في حين أن تقدير الذات المنخفض يرتبط بمشكلات نفسية عديدة تتضمن الاكتئاب و القلق و التوتر ، و تنشأ مشكلة تقدير الذات المنخفض عندما يقيم الأشخاص أنفسهم على أساس سلوكهم وانجازاتهم أو أعمالهم التي تظهر عدم كفايتهم و أخطائهم وفشلهم .

¹ فيوليت فؤاد إبراهيم ، نفس المرجع ، ص 194

² مريم سليم ، تقدير الذات و الثقة بالنفس ، دار النهضة العربية ، بيروت ،لبنان ، 2003،ص 8-18

و يحدث تطور تقدير الذات طوال فترة الطفولة و المراهقة و الرشد ، وقد لخص روبنس و ترزنسنيوسكي (Ribins et Trzesniewski 2005) أهم التغيرات التي تحدث في تقدير الذات من الطفولة حتى الشيخوخة ، ففي الطفولة يكون تقدير الذات عاليا نسبيا و ينحدر أثناء المراهقة و يرتفع تدريجيا خلال الرشد و من ثم ينخفض بشكل حاد في الشيخوخة.¹

وفترة المراهقة كأحد مراحل النمو التي ينمو فيها و يتطور تقدير الذات يرى الكثير من الباحثين في النمو والشخصية أنها من أهم مراحل حياة الإنسان، فهي بداية لميلاد جديد للفرد ينتقل خلالها من مرحلة الطفولة إلى الرشد، وتصاحب هذه مرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية وعقلية وانفعالية واجتماعية، لذلك تعد مرحلة حرجة في حياة الفرد وحلقة من حلقات النمو، تتأثر بالمرحلة التي تسبقها، وتؤثر على المراحل التي تليها. وتوصف مرحلة المراهقة بأنها مرحلة مشكلات، وقد يرجع سبب ذلك إلى التغيرات التي تصاحبها، فقد يكون لهذه التغيرات تأثيرات سلبية تعوق تكيف المراهق وتوافقته مع الآخرين.

فصحة الفرد النفسية تتوقف إلى حد ما على اجتياز تلك المرحلة اجتيازاً يتسم بالطمأنينة والاستقرار. فالمشكلات التي قد تعترض حياة المراهق تحد من أدواره الاجتماعية وأنشطته، و تؤدي في بعض الأحيان إلى تفوقه حول ذاته، أو حتى على اتسامه ببعض الصفات العدوانية، أو قد يكون تأثيرها واضحا على تحصيله الدراسي، أو علاقاته الاجتماعية مع أسرته، أو أصدقائه، أو المجتمع بكافة أفرادها فالنمو الجسماني السريع والتغيرات الفسيولوجية الناتجة عن إفرازات بعض الغدد الصماء، تفوق كثيرا سرعة التطور النفسي للمراهقين، فيحدث نوع من الصراع بين الثورة الفسيولوجية وبين القدرات الجسمية من جهة، والقدرات العقلية المحدودة وديناميكية النفس في هذه المرحلة من جهة أخرى، في محاولة لإثبات الذات، وينجم عن ذلك ظهور بعض المشكلات النفسية والاضطرابات السلوكية في هذه المرحلة من حياة الإنسان.

¹ عبد الكريم جرادات ، العلاقة بين تقدير الذات و الاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد 2 ، عدد 3 ، 2006 ، ص 143

وذكر يونج (young) أن سبب المشكلات التي تعصف بحياة المراهق يرجع إلى انه يمر بمرحلة ظهور الأنا و نموها ، وعبر عنها بأنها مرحلة الولادة النفسية و التي توصف أحيانا بأنها الولادة الجديدة له ، حيث يحاول المراهق أن يميز بين محتويات نفسه أو مكوناتها النفسية لوالديه . فهو يحاول بجهد الذاتى أن ينفطم نفسيا ولهذا فهو يعبر عن هذه المرحلة بالفطام النفسي وتبرير ذلك هو أن النمو الجسمي وما يصاحبه من تغيرات نفس جسمية يقترن بنشوء صراع نفسي أقرب إلى الثورة النفسية لدى المراهق ولأنه يمر بفترة يتوافق أو يتوازن فيها ظهور الأنا مع ما يطراً عليه من تغيرات جسمية عنده ، وكثيرا ما يتعرض المراهق خلال هذه المرحلة إلى مشكلات كثيرة تكون ناجمة في معظمها من جراء ما لديه من توترات داخلية تتطلب إشباعا نفسيا ، وان حدوث المعوقات الخارجية مما يحول دون إشباع حاجاته الملازمة لمرحلة نموه الجديد فيترتب على هذا أن تتولد عنده الكثير من الإحباط و الصراع تجعله أكثر تعرضا للقلق .

وقد حاول ليفين (Living) أن يفسر المشكلات التي تملأ حياة المراهق بان هذه الفترة تشكل تغيرا في الانتماء الاجتماعي، فبعد أن كان ينتمي إلى فئة الأطفال فانه يرى نفسه في مرحلة المراهقة و قد أصبح في عداد الراشدين. وهذا التصور عنده وهذا الانتقال يشكل مسألة معقدة بالنسبة للمراهق، لأنه يكون قد تحول و انتقل إلى عالم مجهول غير معروف لديه من الناحية النفسية. لهذا يلزمه القلق فلا يدري في أي اتجاه يتحرك.¹

إن هذا المعاش الموسوم بالتوتر و القلق يزداد بفضل طرح المراهق للعديد من التساؤلات على نفسه، وتعد هذه التساؤلات في هذه الفترة أحد أهم العوامل التي تسبب له القلق كأن يسأل من يكون ؟ ، وما الذي يريد فعله في هذا العالم ؟، وما هو دوره في هذه الحياة ؟ ، إضافة إلى أسئلة كثيرة حول أهدافه وموقعه وسط محيطه و نظرة الآخرين له ، وكيفية بناء علاقات معهم ؟ ، وكيف يحكم على الأشياء ووفق أي معيار ؟. إن المطلب الأساسي لمرحلة المراهقة إذن هو بناء المراهق إحساسا جديدا بالهوية

¹ عبد العلي الجسماني، سيكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية ، الدار العربية للعلوم ، بيروت لبنان ، 1994 ، ص 297-

الذاتية وذلك بمحاولته البحث عن أفكار و إدراكات وقيم خاصة به متميزة عن الغير مع محاولة تحديد أهداف وادوار تلبي حاجاته ومتطلباته كراشد.¹

ولقد قرر كثير من علماء النفس أن المراهقة تتسم بالتوتر النفسي و القلق أو هي فترة تتسم بتقلبات عنيفة تتحدد ملامحها في الثورة و التمرد على الوالدين و المحيطين به في بيئته و مدرسته ، و التذبذب بين الانفعال الشديد و التبلد و الهدوء الزائد ، كما تتسم بالتناقض الواضح في انفعالاته بين الفرح و الحزن و الانقباض أو التهيج و تفسير ذلك أنه في مرحلة المراهقة يكون قد أنتقل جزئيا من حياة الطفولة و دخل جزئيا إلى مرحلة أخرى هي حياة الراشدين ، وهنا يدفع به إلى أن يكون في موقف اضطراب و عدم وضوح أو عدم ثبات أو تقرير لهذه الانفعالات ، فسلوكه الطفولي ما زال يرغب في بعضه ولكن من ناحية أخرى لم يعد سلوكه هذا مقبولا من الكبار حوله مما يثير لديه اضطراب و إعاقة لسير النمو عامة كما أنها تؤثر في شخصيته وتبدو في سلوكه بشكل أو بآخر.²

و تعد المدرسة اليوم الموئل الأول للمراهق لما تكون عليه من إمكانيات ولما لها من امتيازات تتمتع بها . وأول مصدر من الإمكانيات هذه هي القدرات المتمثلة في الهيئات التدريسية ، وفي المهارات الكثيرة التي يكون المدرسون قد اكتسبوها ، فهم مؤهلون لمواجهة مشكلات المراهقة ، وغالبا ما ينشد المراهق فردا يسدي إليه النصح و الإرشاد بشأن الجوانب الجسمية و الانفعالية و يوجه توجيهها صائبا يتصل بالنمو الاجتماعي على خير وجه كما يرجو إلى جانب هذا أن يجد من يرشده إلى عما يمكنه أن ينتهج في الحياة ، وما ينتظر منه وما ينبغي عليه أن يفعل ، و تتوافق مرحلة المراهقة مع مرحلة التعليم الثانوي التي يكون فيها التلاميذ معرضون لعدة صعوبات بعضها يتعلق بالامتحانات واختيار نوع الدراسة وبعضها يتعلق بالتكيف المدرسي وشروطه وعوامل النجاح فيه كما إن التلاميذ في هذه المرحلة يعانون من عدة مشكلات وصعوبات بعضها يرجع إلى مرحلة النمو وبعضها يرجع إلى الجو المدرسي و إلى التفكير في مستقبله لذلك كثيرا ما نرى تلاميذ المرحلة الثانوية يعانون من صراعات نفسية وقلق تظهر من

¹ علاء الدين كفاي ، الارتقاء النفسي للمراهق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 2006 ، ص 294

² مجدي أحمد محمد عبد الله ، علم النفس التربوي بين النظرية و التطبيق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 2003 ، ص 281

خلال سلوكياتهم وكلامهم والوسائل الدفاعية التي يتبعونها ، الشيء الذي قد يؤثر على توافقهم عموماً و انجازهم المدرسي خاصة و من هذه المشكلات الشعور بالقلق الدائم و التوتر و الانفعال لأبسط الأسباب و الشعور بالحزن و الاكتئاب و الضيق ، الشرود و السرحان و عدم القدرة على التركيز ، الأرق ، لوم الذات ، و المشكلات العاطفية¹ .

و تشير الدراسات النفسية التي تناولت المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي أن من بين المشكلات التي يعاني منها المراهقون مشكلات تتعلق بالمجال النفسي و الانفعالي ، ففي دراسة للمركز القومي للبحوث الاجتماعية و الجنائية في مصر سنة (1966) على عينة قوامها (16222) من طلاب المرحلة الثانوية في جميع محافظات مصر و طبق عليهم استبيان مقتبس من قائمة موني للمشكلات الخاصة بالمراهقين وتم التوصل نتيجة للبحث أن من بين المشكلات الأكثر إلحاحاً من سواها في المجال النفس و الانفعالي نجد (كثيراً ما اشعر بتأنيب الضمير ، اسرح كثيراً في الخيال ، أجد صعوبة في تركيز الانتباه ، أعاني من تقلب حالتي المزاجية ، أجد صعوبة في التعبير عن آرائي.)

و في دراسة قام بها خالد الطحان بسورية (1972) على عينة من طلاب الثانوية عددها (648) طبق عليهم استبيان مقتبس من قائمة موني . ونتيجة لتلك الدراسة اتضح أن أهم المشكلات التي يعاني منها المراهق السوري في مجال التكيف الشخصي و الاجتماعي (المعاناة من الخجل ، السرحان في الخيال ، الخوف من ارتكاب الأخطاء ، عدم الإحساس بالسعادة ، شدة الحساسية ، سرعة الانفعال ، الارتباك عند مقابلة الناس ، التأثير من انتقاد الآخرين، عدم احترام مشاعرهم).

وتشير العديد من الدراسات إلى مدى ارتباط تقدير الذات بالعديد من المشكلات الانفعالية ففي دراسة أجراها ميتشال (Mitchell) عن العلاقة بين القلق و تقدير الذات على مجموعة من الطالبات الجامعيات و جد أن هناك علاقة سلبية بين القلق و تقدير الذات ، كما وجد لامب (lamp) في دراسة مقارنة عن مجموعة من الأفراد إحداهما مرتفعة في تقدير الذات و الأخرى منخفضة ، أن الأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات كانوا أعلى في القلق من ذوي التقدير المنخفض، كما أرتبط الخجل

¹ محمد قاسم عبد الله ، مدخل إلى الصحة النفسية ، دار الفكر العربي للنشر و التوزيع ، الأردن ، ط 2 ، 2004 ، ص 443

بتقدير الذات المنخفض حيث بينت دراسة كانيكار kanikar عن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و علاقته بكل من الخجل و تقدير الذات ، أن هناك علاقة ارتباطيه سالبة بين الخجل و تقدير الذات لدى الإناث و يذهب كل من fehr et stamps في دراستهما على الخجل أن الخجولات يتصفن بالشعور بالذنب و ارتفاع معدل القلق وانخفاض تقدير الذات لديهم . وتوصل كل من واسكول وكيرنس (1996) بدراستهما عن مستوى تقدير الذات كمؤشر للدافعية للإنجاز والأسباب التي تؤدي إلى الغضب لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي إلى أن الأطفال الذين يعانون من تقدير الذات المنخفض يحصلون على درجات منخفضة في التحصيل ويصبحون أكثر غضبا في المواقف التي تهدد تقديرهم . واستنادا إلى التراث النظري و الدراسات السابقة ، و الدراسة الاستطلاعية في الميدان سعت الدراسة إلى محاولة الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات و بعض المشكلات الانفعالية عند المراهقين و التي تقف دون تحقيق التوافق العام لدى المراهق الأمر الذي قد يؤثر على مستقبله الدراسي و المهني وعليه يمكن أن نطرح التساؤل الرئيسي التالي :

– هل هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور بعض المشكلات الانفعالية عند

المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي ؟

التساؤلات الفرعية:

- 1- هل مستوى تقدير الذات منخفض عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي ؟
- 2- هل هناك فروق في تقدير الذات عند المراهقين تبعا لمتغير الجنس ؟
- 3 - هل هناك فروق في مستوى تقدير الذات عند المراهقين تبعا لمتغير المستوى الدراسي ؟
- 4 - هل هناك بعض المشكلات الانفعالية (القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي؟
- 5- هل هناك فروق في ظهور بعض المشكلات الانفعالية(القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعا لمتغير الجنس ؟

6- هل هناك فروق في ظهور بعض المشكلات الانفعالية (القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي ؟

2-1 - فرضيات الدراسة :

1-2-1- الفرضية العامة:

- هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور بعض المشكلات الانفعالية (القلق الخجل ، الغضب) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي .

2-2-1 - الفرضيات الجزئية :

1- هناك مستوى تقدير ذات منخفض عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي.
2- هناك بعض المشكلات الانفعالية (القلق، الخجل، الغضب) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي .

3-2-1 - الفرضيات الصفرية :

1 - لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الجنس .
2 - لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي باختلاف مستوياتهم الدراسية .
3 - لا يوجد اختلاف في ظهور بعض المشكلات الانفعالية(القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الجنس .
4 - لا يوجد اختلاف في ظهور بعض المشكلات الانفعالية(القلق، الغضب، الخجل،) عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي تبعاً للمستوى الدراسي .

1-3- أهمية الدراسة ودوافع اختيار الموضوع:

تستمد الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي يهدف إلى دراسة العلاقة بين تقدير الذات و المشكلات الانفعالية عند المراهقين في مرحلة مهمة من التعليم وهي مرحلة التعليم الثانوي ، كما أن موضوع تقدير الذات لم يؤخذ القدر الكافي من الدراسة خاصة في الوطن العربي وبالأخص في الجزائر حسب علم الطالب ، هذا من جهة ومن جهة أخرى الأهمية الكبيرة التي يحتلها تقدير الذات في تكوين شخصية الفرد واحد المفاهيم الأساسية للصحة النفسية والتوافق النفسي، خاصة في مرحلة المراهقة التي تتميز بالتقلبات و الأزمات النفسية و عدم الثبات الانفعالي ، فالمرهق في هذه المرحلة في أمس الحاجة إلى الدعم والإرشاد من قبل المختصين من أجل تخطي هذه المرحلة بسلام لان هذه المرحلة كما يقول علماء النفس ليست منفصلة عن باقي المراحل العمرية الأخرى فهي تتأثر بما سبقتها و تؤثر في المراحل اللاحقة ، فالمرهق في مرحلة التعليم الثانوي مقبل على الكثير من الانجازات على الصعيد المعرفي و المهني ، فهو مقبل على شهادة البكالوريا من جهة ومن جهة أخرى مقبل على اختيار مستقبله المهني، ومنه يمكن أن تفيد هذه الدراسة في إزاحة الغطاء على بعض الغموض في شخصية المراهق كما تفيد في وضع برامج إرشادية تساعد المراهقين في تجاوز هذه المرحلة ، حيث يشير العديد من الباحثين إلى أن المشكلات الانفعالية تعيق توافق الفرد النفسي العام بجوانبه المختلفة ، فالقلق المستمر يعيق المراهق على تكوين معارفه وبعيقه على التعلم وتحقيق التوافق ، زد على ذلك انفعال الخجل و الغضب يؤثران على التفاعل السليم للمراهق مع المحيط الدراسي وتجعله ينسحب من المدرسة وهذا ما قد يؤثر على مستقبله الدراسي و المهني .

1-4- أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين مستوى تقدير الذات و بعض المشكلات الانفعالية كالقلق و الخجل و الغضب عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي ، كما تهدف إلى الكشف عن مستوى الفروق في تقدير الذات عند المراهقين الذكور و الإناث

و الفروق في تقدير الذات بالنسبة للمراهقين باختلاف مستواهم الدراسي ، كما تهدف إلى الكشف عن بعض المشكلات الانفعالية (القلق ، الخجل ، الغضب) وكذا الاختلاف في ظهور هذه المشكلات بين المراهقين الذكور و الإناث وكذلك حسب المستوى الدراسي .

1-5-5 - تحديد مصطلحات الدراسة:

1-5-1 - تقدير الذات :

يعرفه كوبر سميث : " هو ذلك التقييم الذي يتوصل إليه الفرد و يتبناه عادة فيما يتعلق بذاته ، و يرى أن هذا المفهوم يعبر عن اتجاه موافقة أو عدم موافقة من جانب الفرد تجاه ذاته ، كما يرى أيضا أن هذا المفهوم يشير إلى مدى اعتقاد الفرد تجاه ذاته باعتبارها ذاتا قادرة ناجحة ذات أهمية أو شان ."¹

و يذهب عبد الرحيم بخيت في تعريفه " لتقدير الذات "والذي لا يختلف كثيرا عن تعريف سميث بأنه "مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، ومن ثم فإن تقدير الذات يعطى تجهيزًا عقليًا يعد الشخص للاستجابة طبقًا للتوقعات الناجحة والقبول والقوة الشخصية، أي أن تقدير الذات هو حكم الشخص تجاه نفسه وقد يكون الحكم والتقدير بالموافقة أو الرفض."²

و عليه فان تقدير الذات هو الاتجاهات و الأفكار التي يتبناها المراهق فيما يخص ذاته على أنها قادرة أو ذات مكانة أو أنها ليست ذوات قيمة أو أهمية و كيف ينظرون الآخريين إليها . و يقاس بمقياس كوبر سميت النسخة المختصرة المعتمد في الدراسة.

¹ فيوليت فؤاد إبراهيم ، مرجع سابق ، ص 193
² نفس المرجع ، ص 194

1-5-2 - المراهقة :

يعرفها دوبيس (Debesse) "بأنها مجموعة من التحولات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد ."¹

المراهقة هي مرحلة الولادة الجديدة من الناحية النفسية ، والتي تبدأ من سن 12 - 20 عاما في المتوسط ، يحدث فيها عديد من التغيرات البيولوجية و الاجتماعية و النفسية كما تعتبر المراهقة من أدق و أهم مراحل النمو التي يمر بها الأبناء ، و التي تؤثر في مستقبل حياتهم، لذلك يعتبرها علماء النفس ميلادا ثانيا للشخصية الإنسانية.²

من الناحية التعليمية مرحلة المراهقة هي مرحلة التعليم الثانوي، أما من الناحية النفسية فان مرحلة المراهقة هي من أدق المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته، الأمر الذي دعا بعض علماء النفس إلى القول بأن الطفل حين يراهق يولد ولادة جديدة بمعنى أن التغيير الذي يعتريه سواء من الناحية الجسمية أو من الناحية النفسية يكاد يكون تغيرا عاما.³

1-5-3 - المشكلة:

ويعرفها محمد السيد عبد الرحمن بأنها : صعوبة أو عقبة محسوسة للفرد تحول بينه وبين تحقيق أكبر قدر ممكن من التوافق النفسي والاجتماعي والصحي والدراسي.⁴

1-5-4 - المشكلة الانفعالية:

عرفها أحمد عزت راجح " على أنها حالة انفعالية مؤلمة تنشأ من الإحباط الموصل لدافع أو أكثر من الدوافع القوية وتقترن بحالة من التردد والحيرة والقلق والتوتر."⁵

¹ نادية شرادي ، التكيف المدرسي للطفل و المراهق على ضوء التنظيم العقلي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 2006 ، ص

235

² مجدي محمد الدسوقي ، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة ، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة ، 2003 ، ص 145

³ أحمد علي حبيب ، المراهقة ، مؤسسة طبية للنشر و التوزيع، القاهرة، 2006 ، ص 09

⁴ محمد السيد عبد الرحمن ، دراسات في الصحة النفسية ، الجزء الأول، دار قباء للطباعة والنشر، 1998 . ص 176

⁵ راجح أحمد عزت ، أصول علم النفس ، مطبعة الأهرام التجارية ، القاهرة ، 1991 ، ص 447

والمشكلات الانفعالية في هذه الدراسة هي مشكلات المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي و المتمثلة في (القلق ، الخجل ، الغضب) و التي تقاس بالاستبيان المعد للدراسة .

1-4-5-1- القلق:

يعرف دافيد شيهان. "القلق بأنه خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عندما يشعر بخوف أو تهديد من شيء يصعب عليه تحديده .وغالبا ما تصاحب هذه الحالة بعض التغيرات الفسيولوجية كارتفاع ضربات القلب، وفقدان الشهية، وفقدان الفرد قدرته على السيطرة على ما يقوم به من أعمال، وعدم القدرة على التفكير بصورة مناسبة.¹ و يعرفه مسرمان (messer man) "بأنه حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ من خلال صراعات الدوافع و محاولات الفرد للتكيف".² و القلق في الدراسة هو الحالة الانفعالية التي تصاحب الخوف الغامض لدى المراهقين والذي يهدد استقرار الذات و مستقبله ، يقترن بمظاهر التوتر و فقدان القدرة على التركيز بصورة مناسبة مما يعيق توافقه العام وهو ما تقيسه بنود القلق في استبيان المشكلات الانفعالية المعدة للدراسة.

1-4-5-2- الخجل:

تعرفه زينب محمد شقير " بأنه حالة انفعالية يتسم صاحبها بالميل إلى تجنب التفاعل و المشاركة في المواقف الاجتماعية ، يصاحبها شعور بالقلق و التوتر و عدم الارتياح خاصة في مواقف مواجهة الآخرين والحساسية المفرطة اتجاه الذات".³

و يعرفه جونز و آخرون Jones et al :

" بأنه انتباه عصبي مفرط للذات في المواقف الاجتماعية ، و يظهر في صورة خوف أو رعب أو صمت عن الحديث ، يكون له مظاهر انفعالية كالشعور بعدم الارتياح و القلق و الرؤية المفرطة للذات".⁴

¹ فقيه العيد ، أهمية الصحة النفسية للطلاب الجامعي ، (دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة ، جامعة تلمسان الجزائر) ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد 23، العدد الثاني، 2007، ص 278

² مصطفى فهيم ، الصحة النفسية (دراسات في سيكولوجية التكيف)، مكتبة الخانجي، القاهرة ، ط 3 ، 1995، ص 199

³ زينب محمد شقير ، الشخصية السوية و المضطربة، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، ط 2 ، 2002، ص 282

⁴ حسين علي فايد ،دراسات في الصحة النفسية ، المكتب الجامعي الحديث،الإسكندرية ، 2001، ص 07

الخلل في الدراسة الحالية هو مجموعة متألّفة من الاتجاهات و المشاعر التي تتدخل في قدرة الفرد و تجعله يتأثر انفعاليا بالآخرين و بالمواقف الاجتماعية مع صعوبة في التفاعل مع الوسط الذي يعيش فيه داخل المدرسة و المقاس ببنود الخلل في استبيان المشكلات الانفعالية المعد للدراسة .

1- 5- 4- 3- الغضب:

عرفه كمال دسوقي " استجابة انفعالية حادة يثيرها أي نوع من عدة مواقف تنبيه منها التهديد ، و العدوان الظاهر، و التقيد، و الهجوم الكلامي ، أو خيبة الأمل ، أو الإحباط ، و يتميز بردود فعل قوية في الجهاز العصبي المستقل."

و يعرفه نوافكو novaco " الغضب هو حالة انفعالية تتحدد بوجود إثارة فسيولوجية و عنصر إدراكي معرفي ، و هو يرى أن العنصر الإدراكي أو المعرفي لا يشترط أن يكون غضبا بالمعنى الدقيق ، بل قد يكون العنصر على مستوى لفظي قريب من تعابير إنسان منزعج أو متهيج أو مثار أو ما شابه ذلك ."

و الغضب في الدراسة هو مدى استجابة المراهق للمثيرات الخارجية في المدرسة والتي تجعله يتأثر انفعاليا بمواقف التهديد الموجه للذات و الإحباط الناتج عن عدم إشباع الحاجات النفسية و محاولة التكيف مع المحيط و المقاس إجرائيا ببنود الغضب في استبيان المشكلات الانفعالية المطبق في هذه الدراسة .¹

¹ محمد السيد عبد الرحمان و آخرون ، مقياس الغضب كحالة و سمة ، دار الباء للنشر و التوزيع ، القاهرة ، 1998 ، ص 8 - 10

- الدراسات السابقة :

حسب علم الطالب لم نجد هناك دراسات سابقة تناولت متغيرات الدراسة ككل و مجتمعة ، لدى ارتأينا إلى الإشارة إلى بعض الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة و علاقتها بمتغير تقدير الذات .

- 1 الدراسات العربية :

1- دراسة: أمزيان زبيدة 2007 بالجزائر

بعنوان : علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته و حاجاته الإرشادية ، دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس .دراسة ميدانية جامعة باتنة

وهدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الارتباط بين تقدير الذات و المشكلات التي يعاني منها المراهق و المراهقة .

- معرفة إذا كانت هناك علاقة ارتباط بين تقدير الذات و الحاجات الإرشادية لدى المراهقين.

- معرفة إذا كانت هناك فروق بين دوي التقدير المتدني و دوي تقدير الذات المرتفع في المشكلات و الحاجات الإرشادية لدى الجنسين .

- معرفة إذا كان هناك اختلاف بين الذكور و الإناث في ترتيب عبارات المشكلات

و الحاجات الإرشادية حسب مستوى تقدير الذات .

وتكونت عينة الدراسة من 200 تلميذ 100 ذكور 100 إناث من 5 تخصصات

(آداب و علوم إنسانية ، علم الطبيعة و الحياة ، علوم شرعية ، محاسبة ، إعلام آلي)

وتكونت أدوات الدراسة من ، استبيان المشكلات النفسية من إعداد الباحثة ، استبيان

الحاجات الإرشادية من إعداد الباحثة ، و مقياس تقدير الذات من إعداد كوبر سميث

النسخة المختصرة ، وقامت الباحثة بحساب ثبات المقياس على البيئة المحلية وكانت النتائج : معامل الارتباط 0,796 ، رث ك - 0,886 ، صدق إحصائي - 0,941

ومن نتائج الدراسة :

توجد علاقة ارتباطيه عكسية بين تقدير الذات و مشكلات الأمن و الاستقلال عند الذكور .

و توجد علاقة ارتباط موجبة بين تقدير الذات و جميع المشكلات (الفسيولوجية ، الأمن الاستقلال ، الانتماء ، الانجاز) .

وفيما يخص علاقة الارتباط بين تقدير الذات والحاجات الإرشاد فان الدراسة أثبتت عدم وجود ارتباط دال إحصائيا بالنسبة للمراهقين للذكور على عكس المراهقات الإناث كانت العلاقة دالة إحصائيا .

وفيما يخص الفروق بين ذوي التقدير المتدني والعالى الذكور عند مشكلات الأمن الاستقلال ، الانجاز ، الحاجات الإرشادية فقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق بين المراهقين الذكور، وترجع الباحثة السبب في المشكلات إلى طبيعة المرحلة .

أما الفروق في المشكلات بالنسبة لدوي التقدير المتدني و التقدير العالى بالنسبة للمراهقات ، كانت دالة في جميع المشكلات إضافة إلى الحاجات الإرشادية .

نستخلص من الدراسة أنها تناولت فئة المراهقين و هذا ما يتناسب مع عينة الدراسة في بحثنا ، كما أنها تناولت احد المتغيرات الأساسية في دراستنا

2- دراسة عبد الكريم جرادات الأردن 2005

بعنوان : العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين

هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر كل من الجنس و المستوى الدراسي على تقدير الذات و الاتجاهات اللاعقلانية وكذلك العلاقة بين تقدير الذات و الاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة في مستوى البكالوريوس ، وبشكل أكثر تحديد هدفت الدراسة إلى الإجابة على التساؤلات التالية :

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين الذكور و الإناث على بعد تقدير الذات ؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 على بعد تقدير الذات تعزى إلى المستوى الدراسي؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 على بعد تقدير الذات تعزى إلى التفاعل بين عاملي الجنس والمستوى الدراسي ؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين الذكور و الإناث في الأداء على البعد الكلي و الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية ؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين الذكور و الإناث في الأداء على البعد الكلي و الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية ؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 في الأداء على الأبعاد الفرعية و البعد الكلي لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية تعزى إلى المستوى الدراسي؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 على البعد الكلي و الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية تعزى إلى التفاعل بين عاملي الجنس و المستوى الدراسي ؟

- هل هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين درجات الأداء على بعد تقدير الذات و الدرجات على الأبعاد الفرعية و البعد الكلي لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية؟

وتم اعتماد معيار الجنس و المستوى الدراسي في اختيار عينة الدراسة ، فقد تم اختيارها بالطريقة القصدية ، وذلك باختيار احدى شعب مساق العلوم العسكرية ، وتكونت عينة الدراسة من 397 طالبا وطالبة ممثلين للتخصصات و المستويات الدراسية المختلفة في جامعة اليرموك ، بمعدل 203 إناث و194 ذكور ، يتراوح سنهم بين 18- 23 سنة ومن أدوات الدراسة اعتمد الباحث على:

- مقياس تقدير الذات إعداد روزنبرغ (Rosenberg. 1965)،

قام الباحث بترجمة المقياس إلى العربية ويتكون المقياس من 10 فقرات تقيس تقدير الذات العام لدى المراهقين و الشباب تكون الإجابة وفق أسلوب ليكرت ذي التدرج الرباعي .

- مقياس الاتجاهات اللاعقلانية الذي طوره كلاقس (Klages, 1989) ، وقام الباحث بترجمته من اللغة الألمانية إلى اللغة العربية و يتكون المقياس من 30 عبارة تتم الإجابة عليها وفق أسلوب ليكرت السداسي.

وأظهرت النتائج انه لا توجد فروق بين الجنسين في مستوى تقدير الذات ، كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين المستويات الدراسية الأربعة في تقدير الذات ، وكذلك من النتائج التي توصلت إليها الدراسة هناك فروق بين الجنسين في الاتجاهات اللاعقلانية ، حيث أظهرت اعلى مستويات لها على المقياس الكلي و الفرعي لصالح الإناث مما هي عند الذكور ، وبينت النتائج كذلك عدم وجود فروق بين السنوات الدراسية في الاتجاهات اللاعقلانية ، وفيما يتعلق بالعزو الداخلي للفشل فقد تبين أن العزو الداخلي لدى الإناث اعلى منه لدى الذكور، و أظهرت النتائج كذلك أن هناك علاقة ارتباط دالة إحصائية بين تقدير الذات و الاتجاهات اللاعقلانية لدى أفراد العينة ،

وان قوة هذه العلاقة لدى الإناث تختلف عما هي عند الذكور ، حيث كانت هناك علاقة سلبية دالة بين تقدير الذات و الدرجة الكلية على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية .

3- دراسة العنزي 2005 : الكويت

هدفت إلى اختبار العلاقة بين الانجاز الأكاديمي و المتغيرات التالية تقدير الذات و القلق و التفاؤل و التشاؤم . وقد تكونت عينة الدراسة من 400 طالبا و طالبة من كلية التعليم الأساسي في الكويت .

أظهرت النتائج وجود ارتباط ايجابي دال بين الانجاز الأكاديمي و تقدير الذات و لم يكن هناك فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في متغيرات تقدير الذات و الانجاز الأكاديمي ، كما انه لم يظهر هناك ارتباط بين العمر و تقدير الذات .¹

4 دراسة : الحميدي محمد ضيدان الضيدان 2003

بعنوان : تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض

هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة وتحديد مدى العلاقة بين تقدير الذات وأبعاده الثلاثة (العائلي ، المدرسي الرفاقي جماعة الأصدقاء) وأبعاد السلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة كما هدفت إلى معرفة أي من أنواع تقدير الذات السابقة مؤشراً أكثر على السلوك العدوانى، كما سعت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين تقدير الذات والسلوك العدوانى وفقاً لتقدير الطالب في العام الماضي، المستوى التعليمي لولي الأمر، المستوى التعليمي للأم، وظيفة ولي الأمر ووظيفة الأم.

لقد تم اعتماد أسلوب العينة العنقودية العشوائية من طلاب الصف الثالث المتوسط موزعين على (14) مدرسة بواقع مدرستين من كل مركز إشرافي بمجموع (798) طالب من طلاب المرحلة المتوسطة الصف الثالث بواقع 56 طالباً تم اختيارهم بصورة

¹ عبد الكريم جرادات، مرجع سابق، ص 145

عشوائية من الصف الثالث المتوسط لكل مدرسة بنسبة 8,2 % تقريباً لكل مدرسة أعمارهم بين

13- 19 سنة وقد استجاب منهم (511) طالب من طلاب المدارس الذين تم توزيع الاستبيانات عليهم.

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على أداتين رئيسيتين هما:

مقياس تقدير الذات لبروس أ رهير (Bruss.R.Hair) 1985 م

مقياس السلوك العدواني إعداد معتز عبد الله وسيد أبو عباة 1995 م

وخلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائياً عند مستوى 0,01 بين مستويات تقدير الذات تقدير الذات العائلي، تقدير الذات المدرسي، تقدير الذات الرفاعي جماعة الأصدقاء والسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

- توصلت النتائج إلى أن تقدير الذات العائلي، وتقدير الذات المدرسي منبئان للسلوك العدواني وأشارت النتائج إلى أن تقدير الذات العائلي يعتبر أكثر إسهاما في التنبؤ بالسلوك العدواني من تقدير الذات المدرسي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات تقدير الذات المرتفع، المتوسط، المنخفض والسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة لصالح تقدير الذات المنخفض، وتقدير الذات المتوسط.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 في تقدير الذات باختلاف التقدير الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة لصالح التقدير الضعيف، والمقبول، والممتاز.

- لا وجود لفروق دالة إحصائياً في السلوك العدواني باختلاف التقدير الدراسي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين تقدير الذات والتقدير الدراسي من جهة، والسلوك العدواني من جهة أخرى لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات ووظيفة ولي الأمر من جهة والسلوك العدواني من جهة أخرى لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض.

- ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمستوى التعليمي لولي الأمر من جهة، والسلوك العدواني من جهة أخرى لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض.¹

5 - دراسة متولي ، عباس إبراهيم 1997 :

بعنوان : بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالخلل لدى طلاب الجامعة. هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الخجل وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة وهي تقدير الذات وقوة الأنا والقبول والرفض الوالدي والتخصص الدراسي

حيث تكونت عينة الدراسة الكلية من عدد (246) طالباً وطالبة من الغرفة الثالثة بكلية التربية بدمياط من العشب العلمية والأدبية وتتراوح أعمار عينة الدراسة ما بين 19 - 21 بمعدل 120 طالب - 126 طالبة .

توصلت نتائج الدراسة تؤكد الدراسة على وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الخجل لصالح الإناث وتوجد ارتباطات سالبة دالة إحصائية بين الخجل وكل من تقدير الذات وقوة الأنا والدفء والمحبة

وجود تأثير دال للتفاعل بين الجنسين وتقدير الذات على درجات الخجل لدى الذكور والإناث.

¹ الحميدي محمد ضيدان، الضيدان، اشراف عبد الحفيظ سعيد مقدم ، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الاجتماعية ، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية، 2003 رسالة ماجستير نوع pdf

وجود تأثير دال للتفاعل بين الجنس وقوة الأنا على درجات الخجل لدى الذكور والإناث

1.

6- دراسة عثمان عبد الفتاح : 1995

بعنوان " :الخجل وعلاقته بتقدير الذات والتحصيل الدراسي للأطفال" هدفت الدراسة إلى : معرفة العلاقة بين الخجل وكل من تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى الأطفال، وبحث تأثير متغيري الجنس والصف الدراسي لدى الأطفال، وبحث التفاعلات الثنائية والثلاثية وبحث مسار العلاقة بين الخجل وتقدير الذات والتحصيل الدراسي . تكونت عينة الدراسة من : تلاميذ وتلميذات الصفين الرابع والخامس الابتدائي.

واستخدم الباحث في الدراسة : مقياس الخجل للأطفال إعداد الباحث ، واختبار تقدير الذات للأطفال إعداد عبد الفتاح دسوقي.

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن :

لا يوجد ارتباط بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى الأطفال .وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين درجات الخجل ودرجات التحصيل الدراسي لدى عينة الذكور بالصف الرابع، وعينة الإناث بالصف الخامس، وكان الارتباط غير دال في باقي المجموعات .وجود تفاعل ثلاثي دال إحصائياً بين الجنس والصف الدراسي والخجل علي درجات التحصيل الدراسي .ووجود فروق بين الذكور والإناث في الخجل لصالح الإناث .ولا يوجد تأثير لمتغير الصف الدراسي وتقدير الذات والتحصيل الدراسي علي درجات الخجل .ولا توجد تفاعلات ثنائية أو ثلاثية بين متغيرات الجنس والصف الدراسي وتقدير الذات علي درجات الخجل .ولا توجد تفاعلات ثنائية أو ثلاثية بين متغيرات الجنس والصف الدراسي والتحصيل الدراسي.²

¹ مروان سليمان سالم الددا ، فعالية برنامج مقترح لزيادة الكفاءة الاجتماعية للطلاب الخجولين في مرحلة التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، قسم علم النفس ،الجامعة الإسلامية ،غزة 2008 ، ص 101

² عثمان عبد الفتاح ، الخجل وعلاقته بتقدير الذات و التحصيل الدراسي للأطفال ، مجلة دراسات نفسية في الخدمة الاجتماعية و العلوم الإنسانية ، العدد 5 المجلد 12 جامعة الكويت ، 1995 ، ص 112 - 235

7- دراسة : محمد شوكت 1993 مصر

بعنوان : تقدير المراهق لذاته، وعلاقته بالاتجاهات الوالدية، والعلاقات مع الأقران.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى دراسة الفروق بين ثلاث مجموعات تمثل ثلاثة مستويات لتقدير الذات هي :مرتفع، متوسط، منخفض، وذلك في الاتجاهات الوالدية، كما يدركها الأبناء، والعلاقات مع الأقران.

تكونت عينة الدراسة من 150 طالبًا اختيروا من 388 طالبًا من طلاب الصف الثاني الثانوي العام بمدينة الإسمايلية بجمهورية مصر العربية.

اشتملت أدوات الدراسة على مقياس تقدير الذات لدى المراهقين، ومقياس الاتجاهات الوالدية كما يدركها الأبناء، ومقياس العلاقات الاجتماعية بين الطلاب وجميعها من إعداد الباحث، واختبار توني للذكاء، واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة .

- توجد فروق دالة إحصائيًا بين المجموعات الثلاثة في إدراك اتجاهات الآباء التي تتسم بالديمقراطية مقابل التسلطية، والاستقلال مقابل الاتكال. فالمرهقون ذوا المستوى المرتفع من تقدير الذات أدركوا اتجاهات الآباء بأنها تتسم بالاستقلال والديمقراطية.

- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين المجموعات الثلاثة في اتجاهات الأمهات كما يدركها الأبناء.¹

8 - دراسة : علاء الدين كفاي 1989

بعنوان : تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية، والأمن النفسي، دراسة في عملية تقدير الذات.

¹ المرجع سابق ص 70

هدف الدراسة : هدفت الدراسة إلى إبراز العلاقة بين تقدير الذات، وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن ترتبط به ارتباطًا عاليًا، وهي التنشئة الوالدية كما يدركها الأبناء والشعور بالأمن النفسي.

تكونت عينة الدراسة من (153) من طالبات المرحلة الثانوية، من الطالبات القطريات وغيرهن من الجنسيات العربية الأخرى.

واعتمد الباحث على ثلاث أدوات قياس :

- مقاييس التنشئة الوالدية من إعداد الباحث.

- ومقياس الأمن من وضع "إبرا هام ماسلو".

- ومقياس تقدير الذات من وضع " كوبر سميث".

وتوصلت نتائج الدراسة إلى :

أن التنشئة الوالدية كما يدركها الأبناء تؤثر على درجة تقدير الطالبات لذاتهم .

كما أن هناك علاقة موجبة بين الشعور بالأمن، وتقدير الذات.¹

9- دراسة محمد بيومي علي حسن 1989: المملكة العربية السعودية

بعنوان : تقدير الذات لدى التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي المنخفض

و كان الهدف من الدراسة إعداد وتقنين مقياس لتقدير الذات ليتناسب مع البيئة السعودية وقد تحددت مشكلة الدراسة في السؤالين التاليين :

- إلى أي مدى يختلف تقدير الذات للتلاميذ ذوي التحصيل الدراسي المنخفض عن التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي غير المنخفض ؟

¹ فيوليت فؤاد إبراهيم. مرجع سابق ، ص 198

- إلى أي مدى يختلف تقدير الذات للتلاميذ ذوي التحصيل الدراسي المنخفض باختلاف أعمارهم؟

واستخدم الباحث عينة تتكون من 184 تلميذا من تلاميذ الصف الأول بالمرحلة المتوسطة بالمدينة المنورة ممن تتراوح أعمارهم بين 12- 18 سنة قسموا لى مجموعتين متساويتين

(92) في كل مجموعة .

وقد استعان الباحث بأداتين هما:

- استمارة لجمع البيانات.

- مقياس تقدير الذات في مرحلة المراهقة المبكرة و الوسطى إعداد الباحث.

وقد انتهت الدراسة إلى التحقق من صدق الفرض الأول للدراسة وهو أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي المنخفض عل مقياس تقدير الذات و التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي الغير منخفض لصالح التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي الغير منخفض .

في حين لم يتحقق الفرض الثاني للدراسة القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي المنخفض الكبار في مقياس تقدير الذات و التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي المنخفض الصغار لصالح الصغار ، بمعنى أن النتائج كانت لصالح التلاميذ الكبار.¹

10- دراسة :علي محمود شعيب 1988

بعنوان : نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات، والقلق، والتحصيل الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي

¹ المرجع السابق ، ص 198

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى الاختلاف بين المراهقين الذكور و الإناث في المجتمع السعودي في درجة تقدير الذات ، كما سعت إلى الكشف عن الارتباط بين التحصيل الدراسي لدى المراهقين والقلق لديهم ، كما هدفت إلى الكشف عن إمكانية وضع نموذج للعلاقة السببية بين كل من التحصيل الدراسي ، والقلق، وتقدير الذات لدى المراهقين في المجتمع السعودي.

عينة الدراسة :اعتمدت الدراسة على عينة من تلاميذ وتلميذات نهاية المرحلة المتوسطة، بمدينة" مكة "المكرمة مقدارها(148) ذكور و (144) من الإناث حيث بلغ متوسط عمر الذكور 15,4 عامًا، بينما بلغ متوسط عمر الإناث 15,2 عامًا ولقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من بين التلاميذ والتلميذات في نهاية المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، هذا ولم يشترط في العينة شروط خاصة مثل، المستوى الاقتصادي، أو الاجتماعي، أو نسب الذكاء.

اعتمدت الدراسة على مقياس القلق الصريح إعداد كاستانيدا (Castanida, 1956) وهي أداة تستخدم في قياس القلق لدى الأطفال والمراهقين . وقد قام الباحث بنقل المقياس إلى العربية .

ومقياس تقدير الذات إعداد" رونالد شيني "وهي أداة تستخدم لقياس تقدير الذات لدى المراهقين وتتكون الأداة من (45) عبارة

ومن أهم نتائج الدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من تلاميذ المرحلة المتوسطة في درجة تقديرهم للذات أو الأبعاد المكونة له كما ارتبط التحصيل الدراسي لدى كل من الذكور والإناث في نهاية المرحلة المتوسطة سلبياً مع درجة القلق لديهم ، و أن للقلق تأثيراً سلبياً مباشراً على لتحصيل الدراسي لدى المراهقين في المجتمع السعودي كما أن بعض مكونات تقدير الذات كتقدير المراهق لذاته كقيمة في الحياة والتكيف

المدرسي، ليس بينها وبين التحصيل الدراسي علاقة سببية، وانه أن ثمة علاقة سببية ظهرت بين التقدير الاجتماعي والتحصيل الدراسي.¹

11- دراسة عبد الرحيم بخيت 1985 مصر

بعنوان : دور الجنس في علاقته بتقدير الذات .

هدفت الدراسة إلى :

التعرف على محددات سمة الذكورة و الأنوثة في ضوء الجنس والتخصص و الزواج وعدم الزواج .

التعرف على طبيعة العلاقة بين سمة الذكورة وسمة الأنوثة وبين تقدير الفرد لذاته .

التعرف على الدور الجنسي في ضوء المستويات المرتفعة والمنخفضة لتقدير الذات لدى المتزوجين وغير المتزوجين .

وقد تكونت عينة الدراسة من (444) طالبا وطالبة بالتعليم الثانوي و الجامعة الدراسات العليا

و اعتمد الدراسة على أداتين لجمع البيانات:

استبيان دور الجنس من إعداد ساندر ليبستز (S Lipsitz 1981) وقام الباحث بإعداده للبيئة المصرية .

مقياس تقدير الذات لكوبر سميت (Cooper smith 1967) وقد أعده الباحث للبيئة المصرية.

وقد انتهى الباحث إلى النتائج التالية :

- أن التعليم الثانوي الفني يتطلب صفات ذكورية أكثر مما يتطلبه التعليم الثانوي العام

¹ علي محمود شعيب ، نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات و الفلق و التحصيل الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي ، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد رقم 16، عدد رقم 01 ، جامعة الكويت ،صيف 1988 ص 135 - 153

- الشعب الأدبية بالتعليم الجامعي تتطلب صفات أنثوية أكثر مما تطلبه الشعب العلمية
- الإناث بالتعليم الثانوي العام والتعليم الجامعي الأدبي لديهن صفات أنثوية أعلى من صفات الذكورة .
- صفات الذكورة مطلوبة لغير المتزوجين الرجال و صفات الأنوثة مطلوبة لغير المتزوجين الإناث .
- صفات الذكورة ترتبط بتقدير الذات لدى البنين بالتعليم الثانوي الفني العام و الجامعي ولدى البنات بالتعليم الجامعي علمي.
- صفات الأنوثة ترتبط بتقدير الذات لدى البنات بالتعليم الثانوي العام ولدى البنين و البنات بالتعليم الجامعي في الشعب الأدبية .
- تقدير الذات يحدد الدور الجنسي للمتزوجين و غير المتزوجين من الجنسين بمرحلة الدراسات العليا .¹

12- دراسة الدماطي :

دراسة حول علاقة الخجل بالسلوك التوكيدي و تقدير الذات و تكونت عينة الدراسة من 117 طالبا و 11 طالبة من جامعة الملك سعود تبين أن هناك علاقة ارتباطيه عكسية بين السلوك التوكيدي و بين الخجل و كذلك علاقة ارتباطيه عكسية بين تقدير الذات و الخجل . و قد تأكدت هذه النتيجة من خلال بعض الدراسات السابقة و التي توصلت إلى أن هناك ارتباطية بين الخجل و تقدير الذات المنخفض .²

2- الدراسات الغربية :

1- دراسة بوكراجاك بوليان و زيفسك بيسيريفك (pokrajac , Bullian & zivcic becirevic . 2005) التي بحثت الفروق بين الجنسين في مركز الضبط

¹ فيوليت فؤاد إبراهيم. مرجع سابق ، ص 199

² مایسة أحمد النیال ، مدحت عبد الحمید أبو زید ، الخجل و بعض أبعاد الشخصية دراسة في ضوء عوامل الجنس و العمر و الثقافة ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، 1999 ، ص 41

و تقدير الذات و عدم الرضا الجسمي لدى عينة من الطلبة الجامعيين الكرواتيين .
تكونت عينة الدراسة من 717 طالبا و طالبة .

و قد بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث على كل المتغيرات.
و كان تقدير الذات لدى الذكور اعلى مما هو لدى الإناث .

2- دراسة كونر وبويرازلي و فيرر ريدر و جراهام (Conner ,porazli, ferrer) (wereder,& gramame 2004) :

دراسة هدفت البحث العلاقة بين العمر و تقدير الذات . كما اختبرت ما إذا كان هناك
فروق بين الجنسين في تقدير الذات . تكونت العينة من 149 طالبا و طالبة في الصفوف
من السادس و حتى الثاني عشر، اختيروا من مدرستين تختلفان عن الاتجاه الأكاديمي
السائد.

أظهرت النتائج أن العمر لم يرتبط بشكل دال إحصائيا بتقدير الذات . كما انه لم يظهر
اثر للجنس على تقدير الذات .

3- دراسة كوتمان وواطسون (Quatman& watson 2001) :

دراسة هدفت إلى بحث الفروق بين الجنسين في تقدير الذات لدى المراهقين .
و تكونت عينة الدراسة من 545 مراهقا و مراهقة .

وقد تم التوصل إلى أن درجات الذكور على مقياس تقدير الذات كانت أعلى مما كانت
عليه درجات الإناث ، و لم يظهر هناك اثر لمستوى الصف على تقدير الذات.¹

4- دراسة : أليس، إس جي Ellis. S. J 1999

بعنوان : مفهوم تقدير الذات عند المراهقين دراسة نيوزيلندية.

¹ عبد الكريم جرادات ، مرجع سابق ، ص 144- 145

هدفت الدراسة إلى بحث أساليب تقدير الذات عند المراهقين، ومعرفة إلى أي مدى تتوافق آراؤهم أو تتعارض مع النظريات الحالية لعلماء النفس في تقدير الذات.

اعتمدت الدراسة على أسلوب المقابلة من خلال الحصول على الموافقة من الأبوين في مشاركة الطلاب في هذه المقابلة، بحيث يعرف كل طالب نبذة مختصرة عن هدف هذه الدراسة، وأن له الحق في الانسحاب في أي وقت يريده مع إمداده بالثقة اللازمة، وعدم ذكر اسمه في المناقشة وإخباره أن هذه المقابلة سيتم تسجيلها في شريط كاسيت، وأن مدة مقابلة كل طالب 30 دقيقة.

تم اختيار العينة من 24 طالبا يتراوح عمرهم بين 14-15 سنة، من مدرستين ثانويتين في مقاطعة وايكاتو بنيوزيلندا، وذلك لمعرفة مفهومهم عن تقدير الذات، وقد روعي أن يتم الاختيار بالتساوي حيث يكون من كل مدرسة 12 طالبًا، وعدد الذكور ومعظم المشاركين من أصل أوروبي، والأقلية منهم من أصل نيوزيلندي.

ومن نتائج الدراسة :

- اقترح 19 طالبًا أن سلوك الفرد في المدرسة يتعلق بتقديره لذاته، كما اقترح 9 طلاب أن الحصول على درجات مرتفعة أو النجاح في المدرسة يعطي للفرد تقدير ذات مرتفع.

أجمع أغلبية الطلاب أن العائلة والرفاق لديهما تأثير كبير في تقدير الفرد لذاته، وكما تعتمد على الأسلوب الذي يتعامل به هؤلاء الأشخاص مع الطالب، وما هي فكرتهم عنه؟ بينما أشار 18 طالبًا على أن التقليل من شأن الطالب أو إهانته يكون له تأثيره السلبي على تقدير الذات . كما أشاروا إلى أن المدح، والثناء، أو الإعلاء من شأن الطالب له تأثيره الإيجابي في تقدير الذات.

كما اقترح 12 طالبًا أن تقدير الذات لا يعتمد على رأي الآخرين تجاه الفرد، ولكن يعتمد على ما إذا كان الفرد سيقبل هذا الرأي أم يرفضه.

يرى 05 من الطلاب أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الداخلية للفرد، وبالتالي فتقدير الذات يعتبر بعيداً عن أي عوامل اجتماعية. وبناء على ذلك فإن الطالب هو الذي يحدد مصيره. بينما اقترح 02 من الطلاب أن تقدير الذات يختلف طبقاً لإرادة الفرد، ويرى ثلاثة آخرون أن تقدير الذات يرتبط بالمقارنة مع الآخرين.

أثبتت الدراسة أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية وليست الداخلية، ومن هذه العوامل: الإنجازات الدراسية، المدح والثناء، مساعدة الآخرين، وذلك عند الأغلبية. بينما رأى الأقلية أن تقدير الذات شيء يتقلب ويتغير طبقاً لإرادة الفرد والأحداث اليومية التي يتعرض لها.¹

5- دراسة: جوب فرثمان و روس (Chubb ,fertman&Ross) 1997:

هدفت إلى اختبار ما إذا كان هناك فروق بين الجنسين في تقدير الذات أثناء سنوات المدرسة الثانوية. إذ بلغ عدد الأفراد عينة الدراسة 174 طالباً وطالبة كانوا في الصف التاسع عام (1989) و تم إجراء مسح لهم كل ربيع لمدة أربع سنوات وقد أظهرت النتائج

أن تقدير الذات لم يختلف بشكل ذال إحصائياً خلال أربع سنوات المدرسة الثانوية . كما أن تقدير الذات لدى الذكور كان اعلى مما هو لدى الإناث.²

6 - دراسة لورانس و بينيت (lawrence & bennett 1997):

حيث توصل الباحثان الى ان المستويات المرتفعة من الخجل بشقيها التلازمي و الموقفي يرتبطان بمستويات مرتفعة من القلق و العصابية ، في حين تربط المستويات المنخفضة من الخجل : التلازمي / الموقفي بمستويات مرتفعة من تقدير الذات و الانبساط و قد بلغ قوام عينة الدراسة (560) مراهقا ومراهقة تراوحت اعمارهم بين

¹ الحميدي محمد ضيدان الضيدان. مرجع سابق ،ص 75

² عبد الكريم جرادات ، مرجع سابق ، ص 144

11- 18 عاما ، و قد طبق على عينة الدراسة بعض مقاييس التقدير الذاتي متضمنه اختبار إيزنك للشخصية و قائمة القلق . (حالة - سمة) .

7- دراسة كروزير 1995 CROZIER :

هدفت دراسة كروزير إلى بحث العلاقة بين الخجل وتقدير الذات وبحث الفروق بين الجنسين في الخجل لدى مجموعات من الأطفال من أعمار مختلفة تمتد من 9 - 12 سنة واشتملت عينة الدراسة على 137 طفل وطفلة وطبق عليهم جميعاً مقياس الخجل من إعداد الباحث – كروزير ومقياس كوبر سميث لتقدير الذات Cooper smith .

و كانت النتائج :

- وجود ارتباط سالب دال إحصائياً عند مستوى 0.01 بين الخجل وتقدير الذات لدى أفراد عينة البحث .

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال في الأعمار المختلفة في الخجل.

- وجود فروق غير دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الخجل.

و أوضح في دراسته أن الخجل يميل إلى التقييم السلبي لذاته في المواقف الاجتماعية ، كما أشار أيضاً إلى أن ارتباط سمة الخجل بالعصابية اعلى من ارتباطها بالانطواء ، فالخجلون لديهم مشكلات نفسية و اجتماعية حيث يميلون إلى العزلة أو الشعور بالدونية و الوحدة النفسية ، و الإحساس بعدم الكفاءة و بارتفاع مستوى القلق.¹

8- دراسة كاماث و كانيكار 1993 kamath & kanekar :

عن الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بكل من الخجل وتقدير الذات ، ذلك بهدف معرفة الفروق الجنسية في الشخصية المستعدة لتوقع حدوث الشعور بالوحدة النفسية ، والخجل واحترام الذات ، وقد استخدم الباحثان عينة قوامها 50 طالب ذكر و 50 طالبة أنثى من طلاب الكليات الذين يدرسون في جامعة بومباي توصل الباحثان لنتائج مؤداها ارتباط الشعور بالخجل إيجابياً بالتقدير السلبي للذات لدى طلاب وطالبات الجامعة أفراد العينة

¹ مایسة أحمد النیال ، مدحت عبد الحمید أبو زید ، مرجع سابق ، ص 62 - 63

، وكذلك ارتبط الشعور المرتفع بالوحدة النفسية سلبيا بالتقدير الإيجابي المرتفع للذات ، كما لم توجد تأثيرات للمواقف والثقافة لهذه المتغيرات ، ولم تظهر فروق في الجنسين في تلك المتغيرات.¹

9- دراسة كل من واسكول وكيرنس 1996 :

بدراسة مستوى تقدير الذات كمؤشر للدافعية للإنجاز والأسباب التي تؤدي إلى الغضب لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي وقد توصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين يعانون من تقدير الذات المنخفض يحصلون على درجات منخفضة في التحصيل ويصبحون أكثر غضباً في المواقف التي تهدد تقديرهم.²

10 - دراسة مارون وكايسون (marron& kaysson 1984).

التي هدفت إلى معرفة أثر الجنس و المستوى الدراسي على تقدير الذات لدى طلبة الكليات . وتكونت عينة الدراسة من 160 طالبا و طالبة .

و بينت النتائج أن تقدير الذات لدى الذكور كان اعلى مما هو لدى الإناث ، كما أن تقدير الذات لدى الخريجين كان اعلى مما هو لدى الطلبة الجدد.³

11- دراسة فاهر وستامبس 1979 Feher & Stamps :

هدفت هذه الدراسة بحث العلاقة بين الخجل والشعور بالذنب بعض السمات التي تتسم بها الخجولات ، و أجريت الدراسة على عينة مكونة من 54 طالبة من طالبات الجامعة ، طبق فيهما الباحث عدة اختبارات لقياس الشعور بالذنب ، الخجل ، سمة القلق ، العدوانية ، تقدير الذات لكوبر سميت .

¹ Kamath, M. & Kanekar, s. (1993): Loneliness, Shyness, self – esteem, and extraversion. The Journal of Social Psychology. Vol 133,N (6). pp, 855-857.

² عبد الكريم جرادات ، مرجع سابق ، ص 144 - 145
³ عبد الكريم جرادات ، مرجع سابق ، ص 144

وتوصلت الدراسة عن ارتباط موجب دال بين الخجل والشعور بالذنب بأبعاده الثلاثة حيث تتميز الخجولات بالشعور بالذنب والإثم تجاه مشاعرهن وأفعالهن في حيث كان الارتباط سالباً ذا دلالة بين الخجل وتقدير الذات حيث أن الخجولات يتميزون بانخفاض مستوى تقدير الذات مما يجعلهن يشعرن بعدم الكفاءة في الأداء . كما يتميزون بضعف الثقة بالنفس . بينما كان الارتباط موجباً ودالاً بين الخجل والقلق بشقيه الحالة والسمة.¹

12 - دراسة كوبر سميت 1967 : Cooper Smith

بعنوان : تطور تقدير الذات

كان الهدف من الدراسة معرفة علاقة تقدير الذات لدى الأطفال بالوسط الذي ينموا فيه ، حيث قام بتصنيف عدد من التلاميذ من الذكور و الإناث ممن تراوحت أعمارهم بين 10- 12 عاما إلى فئات ثلاثة : مرتفعي ، متوسطي ، منخفضي تقدير الذات وذلك وفق ما أدلى به التلاميذ عن ذواتهم وما قدره المدرسون عن هؤلاء التلاميذ فضلا عن تطبيق عدد من الاختبارات النفسية ، وقد كشفت الدراسة عن أن الأطفال من ذوي تقدير الذات المرتفع يتميزون بقدرتهم العالية على الانجاز الأكاديمي وكذا الاجتماعي ، ولديهم رغبة عالية في التعبير عن آرائهم و لكنهم حساسون نحو النقد ، متفائلون نحو قدراتهم ، بالمقارنة بهؤلاء الأطفال ذوي تقديرا لذات المنخفض ، إذ وجدهم كوبر سميت يتميزون بالاكتئاب و القلق ، لا يستعطون التعبير عن أنفسهم ، ليس لديهم أي ثقة نحو قدراتهم ، و عندما قام كوبر سميت بمقابلة أولياء أمور هؤلاء الأطفال من ذوي تقدير الذات الايجابي تبين أن آبائهم يتميزون بتقدير ذات موجب ، في حين وجد أن آباء الأطفال ممن يتميز تقدير الذات لديهم بالانخفاض أنهم قليلو الاهتمام بأبنائهم ، لا يستعطون اتخاذ القرارات.²

¹ حسين علي فايد ، محمد السيد أبو النيل، دراسات في الصحة النفسية ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية ، 2001 ، ص 14
² فيوليت فؤاد إبراهيم. مرجع سابق ، ص195

الفصل الثاني

تقدير الذات

2- تقدير الذات :

تمهيد:

مصطلح تقدير الذات بدأ في الظهور في أواخر الخمسينات وسرعان ما أخذ مكانته المتميزة في كتابات الباحثين و العلماء بجانب المصطلحات الأخرى في نظرية الذات و التي زودت بها الأدب السيكولوجي أنداك .

و تتمثل الذات بمفهومها العام في كيان الفرد ككل بمختلف مكوناته العضوية والذهنية ، و هذا الكيان المركب يتضمن مختلف المكونات و الخصائص المميزة لشخصية الفرد ومدركاته و تصوراته وانطباعاته و معارفه و طرق استجاباته وأنماطه التوافقية وميوله واتجاهاته و اهتماماته و انشغالاته ، و كل هذه العناصر المكونة لكيان الفرد الذاتي وما يماثلها و يرتبط بها من ظواهر نفسية تنمو وتتبلور من خلال تفاعل خبرات الفرد المتراكمة و تجربته في الحياة وشعور الفرد بهويته الذاتية ككيان مستقل ينمو تدريجيا و بالتوازي مع مظاهر النمو الأخرى كالنمو الجسدي و النفسي و الاجتماعي و الذهني ، حيث تتكون تصورات الفرد وانطباعاته عن نفسه و عن الآخرين نتيجة الخبرات التي يمر بها ، وعمليات تفاعله مع الآخرين.

و قبل أن نتطرق إلى مفهوم تقدير الذات نتطرق إلى احد المفاهيم الأساسية في نظريات الشخصية ألا و هي الذات.

2-1- الذات :

2-1-1- طبيعة مفهوم الذات:

نظرا لأهمية الذات في تكوين شخصية الفرد فقد اختلف العلماء في تحديدهم لمفهوم الذات و سنتطرق في عرضنا هذا إلى بعض العلماء الذين أحتل هذا المفهوم ركنا أساسيا في نظرياتهم الشخصية .

يعتبر كولي من أوائل علماء النفس الاجتماعي الذين تعرضوا لمفهوم الذات . فهو صاحب المقولة المشهورة أن المجتمع مرآة يرى فيها الفرد نفسه .

و هو يعرف الذات بأنها ما يشار إليه في الكلام الدارج بضمائر المتكلم (أنا الفاعلة وياء المتكلم ، وياء الملكية و نفسي) . فقد ذكر أن ما يعتبره الفرد من ذاته يؤدي إلى انفعالات أقوى مما يعتبره الفرد بعيدا عنها ، و لا يمكن تحديد الذات إلا من الشعور الذاتي للفرد وكان يرى أن الحالة الوجدانية تنتج من الاعتقاد أن المرء له سيطرة على الأحداث وبالتميز المعرفي ، كما هو الحال في معرفة الشخص بان جسمه يختلف عن الآخرين.

و يعتبر و ليم جيمس من العلماء الطليعيين في علم النفس الذين كتبوا بإفاضة عن الذات و قد حدد أسلوبين مختلفين تماما أحدهما يعتبر الذات ذاتا عارفة أو لها وظيفة تنفيذية ، و ثانيهما ينظر إلى الذات كموضوع . و كان يرى انه لا توجد قيمة للذات العارفة لفهم السلوك و انه يجب التخلي عنها لموضوع الفلسفة . أما الذات كموضوع فقد عرفها بأنها تتضمن أي شيء يرى الفرد انه ينتمي إليه .

و تتضمن الذات كموضوع .

أ - الذات المادية

ب - الذات الاجتماعية

ج - الذات الروحية

فالذات المادية هي ذات ممتدة تحتوي بالإضافة إلى جسم الفرد أسرته و ممتلكاته . أما الذات الاجتماعية فتتضمن و جهة نظر الآخرين نحو الفرد ، و تتضمن الذات الروحية انفعالات الفرد و رغباته . وقد اعتبر الاتجاهات الوجدانية عناصر هامة و أطلق عليها مظاهر الحفاظ على الذات . فكأنه يرى أن الذات تعبر عن نفسها بالانفعالات السلبية أو الايجابية نحو تقدير الذات .

و توسع (جورج ميد) في شرح الذات حيث يرى أن مفهوم الذات ينبثق من التفاعل الاجتماعي و كنتيجة لاهتمام الفرد بالطريقة التي يستجيب بها الآخرين نحوه ، و يسمى **ميد الآخرين** (العموميين) و يتمثل الشخص في داخله تقديرات الآخرين العمومية للطريقة التي سوف يستجيب بها بالنسبة لأفعال معينة ، و يكتسب الفرد بذلك مصدرا للتنظيم الداخلي الذي يساعده على توجيهه و تثبيت سلوكه في حالة غياب الضغوط الخارجية¹ .

و تعتبر الذات مفهوما مركزيا عند كارل روجرز الذي عرفها بأنها تنظيم عقلي معرفي للمدركات و المفاهيم و القيم الشعورية التي تتعلق بالسمات المميزة للفرد و علاقاته المتعددة و تنمو ذات الفرد من خلال تفاعله مع المجال الفينومونولوجي (الظواهري) ، و الذات هي الجزء المتمايز الذي يدركه الفرد من هذا المجال حيث تنزع الذات إلى الاتساق و التكامل ، كما أشار روجرز إلى وجود دافع مركزي لطاقة الفرد و هو الميل إلى تحقيق الذات .و أشار كذلك إلى أن توافر المناخ النفسي المشبع بجو الحب و التقبل و الحرية و الدفاء يساعد الفرد على النمو النفسي و الصحة النفسية² .

2-1-2 - تطور نمو الذات :

يتكون مفهوم الذات منذ الطفولة و عبر مراحل النمو المختلفة و في ضوء محددات معينة ، حيث يكتسب فيها الفرد و بصورة تدريجية فكرته عن نفسه و ستطرق فيما يلي إلى مراحل نمو الذات بداية من مرحلة الرضاعة ثم مرحلة ما قبل المدرسة وصولا إلى

¹ سعد جلال ،الطفولة و المراهقة ،دار الفكر العربي ، بدون بلد النشر، ط2، 1985، ص 174 - 175

² أحمد السيد محمد إسماعيل ، مشكلات الطفل السلوكية و أساليب معاملة الوالدين ،دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية، ط2، 1995 ،

للآخرين رغبة في ثواب أو تجنباً لعقاب ، و لا يتوقع أن تسيره مصالحه الفردية إلا في نهاية هذه المرحلة.

و تفيد دراسات حديثة أن الأطفال يبذون بادراك دواتهم في سن ثلاث سنوات و فيما بين الثالثة و الرابعة يميزون بين دواتهم الجسمية و دواتهم النفسية . و يبذون باستشعار الخصائص المميزة لهذه الذات ، من بينها الخصائص الخارجية ، كالمظهر الخارجي ، مكان السكن ، الأنشطة التي يحبونها ، أما الخصائص النفسية فلا ينتظر ظهورها قبل نهاية هذه المرحلة و بداية مرحلة المدرسة الابتدائية. و من هذه الخصائص : مشاعرهم الشخصية و علاقتهم بالآخرين ¹.

2-1-2-3 - مرحلة المدرسة الابتدائية :

إن الطفل في مرحلة المدرسة الابتدائية يمكنه أن يعي ذاته و ينعكس هذا الوعي على سلوكه الدال على قدرته على ضبط هذه الذات و حسن إدارتها ، و إن هذا الوعي ينسجم مع ما يصل إليه من تطور معرفي و انفعالي ، و ما يحققه من استقلالية ، و يمر وعي الطفل بذاته في مراحل تبدأ بإعطاء أوصاف بسيطة عامة ، ثم إطلاق سمات عامة عندما يتحدث عن هذه الذات ، و من المهم أن هذا الوعي يخلق اتجاهها لديه نحو ذاته ، فيكون تقديرها لها مرتفعاً أو منخفضاً أو معتدلاً و قد لوحظ أن درجة هذا التقدير في علاقة ترابطية مع فهمه و تفسيره لسلوكه و لسلوك الآخرين، وسيؤثر بالتالي على علاقته بالآخرين ، هؤلاء الذين يشكلون بالنسبة إليه مصدر التغذية الراجعة في تقييمه لذاته ، و مساعدته أن يفرق بين ذاته الواقعية كما هي فعلاً ، و ذاته المثالية كما يتمناها أن تكون ².

2-1-2-4 - مرحلة المراهقة :

إن الجوانب أو الأبعاد المختلفة للذات و التي يمكن ملاحظة و جودها في المراهقة تميل إلى الاتحاد و التمازج مع مرور الزمن و نتيجة لزيادة الخبرة .

¹ نفس المرجع السابق ، ص 146 - 147

² نفس المرجع السابق ، ص 147

و أول هذه الأبعاد يتصل بادراك الفرد الحقيقي لإمكانياته ، و هذا يتصل بالصورة التي يقدمها الفرد عن للعالم الخارجي على أن فكرة الفرد عن ذاته يمكن أن تتعدل و تتطور إذ توافر لدا الفرد قسط كاف من الذكاء مع المهارة الضرورية في معالجة المشاكل المستجدة عليه بطريقة صحيحة و سليمة .

أما البعد الثاني المتصل بذات المراهق فهو ما يدعى بمرحلة الإدراك الانتقالي أو العابر لذاته أن هذه المرحلة هي التي تتصادم فيها الدوافع الداخلية للذات بالدوافع الخارجية عنها ، حيث أن الفرد في هذه الفترة الانتقالية يكون أكثر ميلا إلى الاهتمام بمشاكله الداخلية أكثر من اهتمامه بالإنتاجية و التحصيل ، و يكون إدراك الذات في هذه المرحلة الانتقالية على الأغلب من النوع السلبي .¹

أما البعد الثالث فهو الخاص بالذات الاجتماعية حيث يبدأ المراهق يفكر كيف ينظر الآخريين إليه ، و لا يشترط في هذا أن تتسجم نظرة الآخريين إليه كما يرى ذاته هو و هنا يرتبك و يسود تصرفه الحيرة لأنه متشكك فيما إذا كان سلوكه مسائرا للنزعة الاجتماعية بجانبها المحدد و العام . فإذا كون المراهق انطبعا عن نفسه بان الآخريين يعتقدون بأنه مختلف دراسيا مثلا ، أو انه غير مرضي عن تصرفه من الوجهة الاجتماعية فانه ينظر إلى ذاته ولا ريب من خلال هذه الجوانب السلبية التي قد تحمله على الجنوح عملا بمبدأ التعويض . على هذا يجب إشعاره بأنه مرغوب فيه اجتماعيا و توفير الطمأنينة النفسية له .²

أما البعد الرابع في شخصية المراهق فهو يتصل بالذات المثالية ، و هي الذات التي يطمح في الوصول إليها ، و لا يخفى أن هذا الأمر يتصل بمستوى القدرات و القابليات الموجودة عند المراهق و بحسن إدراكه لحقيقتها و كذلك بمستويات طموحه و بمدى بعدها أو قربها من طاقاته و إمكاناته .³

2-1-2 - الذات عند الراشدين :

¹ نفس المرجع السابق ، ص 150- 151

² عبد العلي الجسماني ، مرجع سابق ، ص 206 - 207

³ صالح محمد ابو جادوا ، مرجع سابق ، ص 151

إن مفهوم الذات عند أي من الراشدين هو بمثابة حصيلة محاولاته الأولى من الخطأ و الصواب أو النجاح أو الفشل . لقد أصبح على الأقل معتادا على ذاته ، انه يعرف مواطن ضعفه و قوته ، و قد تعلم كيف يلعب أدوارا مختلفة تبعا لذلك ، لقد أصبح أكثر معرفة بالتغيرات التي تطرأ على حيات الفرد ، هذه التغيرات في حياة الراشد تصبح أكثر و وضوحا لديه و ذلك فيما يتصل بأمور نموه الجسدي .

2 - 1 - 2 - 6 - الذات عند كبار السن :

و في سن الشيخوخة فان مفهوم الفرد لذاته يتأثر إلى درجة كبيرة بطبيعة التاريخ التكويني لعاداته من جهة و بنظرة المجتمع المحيط به إلى الشيخوخة ، بما في ذلك من تقبل أو رفض من جهة أخرى . أن المناخ الحضاري الذي يشكل مفهوم الذات في هذا السن يضم ترتيبات السكن للمسنين ، إمكانية الاتصالات الاجتماعية ، نوعية الفرص المتاحة أمام الواحد منهم لاتخاذ القرارات المتصلة بحياته الخاصة و ما شابه ذلك ، و الأهم من كل ما سبق فان مفهوم الذات في هذا السن يتأثر إلى حد كبير بفكرة الفرد الخاصة عن الشيخوخة و المعايير التي يضعها هو لذلك¹ .

من خلال ما سبق نلاحظ أن الطفل في بداية تكوين الذات لا يملك تكوينا نفسيا متميزا يمكن أن يسمى ذات و لا أي إحساس حولها ففي فترة الرضاعة نلاحظ انه لا يميز بعد بين ذاته و العالم الخارجي و شيئا فشيئا تبدأ الذات عند الطفل تتأسس نتيجة وعي الطفل بجسمه ونمو اللغة ، و بفضل المزيد من النمو و تميز خبرة الطفل خاصة في فترة المدرسة الابتدائية يصل الطفل إلى تكوين صورة ثانية عن نفسه فيدرك شخصيته ككل موحد و منسجم مع نفسه كما تظهر عنده الذات الاجتماعية للآخرين،

أما في فترة المراهقة فان فكرة الفرد عن ذاته تبدأ في التمازج و الاتحاد و هذا نتيجة إلى التطور المعرفي للمراهق و نتيجة خبرته ، كما نجد أن الراشدين في نظرهم لذاتهم

¹ المرجع السابق ، ص 152

تكون ; أكثر واقعية نظرا لما وصل إليه الراشدين من نضج و خبرة مكنته من معرفة مواطن الضعف و القوة في شخصيته ، لكن نظرة المسن لذاته تختلف عنها عند الراشد وهذا نظرا إلى تأثير المسنين بنظرة المجتمع ، إضافة إلى أن نمو الذات يتأثر بشكل كبير بالمحيط و الثقافة و نمط التنشئة الاجتماعية .

2-2 - تقدير الذات :

2-2-1 - تعريفه:

أختلف الباحثين في علم النفس و الشخصية في تعريفهم لتقدير الذات و عليه يمكن الإشارة إلى البعض منها :

- يعرفه كوبر سميث (Cooper): " هو ذلك التقييم الذي يتوصل إليه الفرد و يتبناه عادة فيما يتعلق بذاته ، و يرى أن هذا المفهوم يعبر عن اتجاه موافقة أو عدم موافقة من جانب الفرد تجاه ذاته ، كما يرى أيضا أن هذا المفهوم يشير إلى مدى اعتقاد الفرد تجاه ذاته باعتبارها ذاتا قادرة ناجحة ذات أهمية أو شان ."

- ويعرف (روزنبرج) Rosenberg: " تقدير الذات بأنه اتجاهات الفرد الشاملة ساليه كانت أم موجبه نحو نفسه."

- أما كوهن (Cohen) : " تقدير الذات هو الدرجة التي تتطابق عندها الذات المثالية و الذات الواقعية " ¹.

- و يعرفه ديمو (Demo): " تقدير الذات يشير إلى وجود مشاعر ايجابية نحو الذات ، والى الشعور بالنجاح و القدرة والى قبول الذات والى أن الذات مقبولة من الآخرين ."

¹ فيو ليت فؤاد إبراهيم ، مرجع سابق ، ص 192

- أما جارا رد (Gurard): " تقدير الذات هو نظرة الفرد الايجابية إلى نفسه ، بمعنى أن ينظر الفرد إلى ذاته نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية ، كما تتضمن إحساس الفرد بكفاءته و جدارته و استعداده لتقبل الخبرات الجديدة " .

- ويرى هامشك (cHhamache) : " أن تقدير الذات يشير إلى حكم الفرد على أهميته الشخصية" ¹.

- كما يعرف عبد الرحيم بخيت " تقدير الذات بأنه مجموعه من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، ومن هنا فإن تقدير الذات يعطي تجهيزاً عقلياً، كما أن تقدير الذات يعني إدراك الفرد لدلته و من ثم التعبير السلوكي الذي يفصح الفرد من خلاله عن تقديره لذاته ."

- و يشير كل من جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاي إلى أن : " تقدير الذات هو اتجاه نحو تقبل الذات و الرضا عنها و احترامها ،وان مشاعر استحقاق الذات و جدارتها مقوم أساسي في الصحة النفسية. "

ويعرف فيوليت فؤاد إبراهيم تقدير الذات : "عبارة عن تقييم يقوم به الفرد نحو ذاته فضلاً عن كونه تقدير و تعبير سلوكي يعبر الفرد من خلاله عن مدى تقديره لذاته" ².

- و تذهب مريم سليم في تعريفها إلى أن: " تقدير الذات هو الميل إلى النظر إلى الذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة و أنها تستحق النجاح و السعادة ، كما انه مجموع المشاعر التي يكونها الفرد عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات و جدارتها" ³.

من خلال التعريفات السابقة نلاحظ أن مختلف التعريفات السابقة تتفق و تتقارب في الأفكار و الاتجاهات فجميعهم لا يخرجون عن فكرة أن تقدير الذات ما هو إلا نتاج لتلك الصورة التي يكونها الفرد عن ذاته و تقييمه لها سلباً أو إيجاباً ، و ذلك من خلال

¹صالح محمد علي أبو جادوا ، مرجع سابق ، ص 152

²فيوليت فؤاد إبراهيم ، مرجع سابق ، ص 194

³مريم سليم ، مرجع سابق ، ص 7

خبراته و تفاعله مع المجتمع الذي يعيش فيه ،واستجاباته الانفعالية تجاه المواقف الحياتية المختلفة.

2 - 2 - 2 - نظريات تقدير الذات :

2 - 2 - 2 - 1 - نظرية روزنبرج (Rosenberg) :

تدور أعمال " روزنبرج " حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد خلال وقد اهتم روزنبرج بصفة خاصة بتقييم المراهقين لدواتهم، ووسع دائرة اهتمامه بعد ذلك بحيث شملت ديناميات تطور صورة الذات الايجابية في مرحلة المراهقة ، واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته ، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد .

واعتبر روزنبرج أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه ، وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وما الذات إلا احد هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى ، لكنه عاد فيما بعد واعترف بان اتجاه الفرد نحو ذاته ربما يختلف و لو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى.

والمنهج الذي استخدمه روزنبرج هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق و اللاحق من الأحداث و السلوك.¹

وأوضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته و يقيّمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها.²

¹صالح محمد علي أبو جادوا ، مرجع سبق ذكره ،ص 154
² فيوليت فؤاد إبراهيم ، مرجع سابق ، ص 192

2 - 2 - 2 - 2 - نظرية كوبر سميث (Cooper Smith):

أما أعمال " كوبر سميث فقد تمثلت في درسته لتقدير الذات عند الأطفال ما قبل المدرسة الثانوية ، وعلى عكس " روزنبرج "الم يحاول" كوبر سميث "أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر وأكثر شمولاً، ولكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب؛ ولذا فإن علينا ألا ننغلق داخل منهج واحد أو مدخل معين لدراسته بل علينا أن نستفيد منها جميعاً لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم، ويؤكد " كوبر سميث " بشدة على أهمية تجنب فرض الفروض غير ضرورية .

وإذا كان تقدير الذات عند روزنبرج ظاهرة أحادية البعد ، بمعنى أنها اتجاه نحو موضوع نوعي ، فإنها عند كوبر سميث ظاهرة أكثر تعقيداً لأنها تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات ، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية ، فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه ، متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق . ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين :التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها، والتعبير السلوكي ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته، التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.¹

ويميز " كوبر سميث "بين نوعين من تقدير الذات :تقدير الذات الحقيقي ، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة .وتقدير الذات الدفاعي ، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور و

¹ صالح محمد علي ابو جادو ، مرجع سابق ، ص 154

التعامل على أساسه مع أنفسهم و مع الآخرين . وقد افترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي : النجاحات، والقيم والطموحات، والدفاعات.

ويذهب كوبر سميث إلى انه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات العالية و أصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات من الأطفال، فان هناك ثلاثا من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي: تقبل الأطفال من جانب الآباء، وتدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء، واحترام مبادرة الأطفال، وحريرتهم في التعبير من جانب الآباء.¹

2-2-3- نظرية زيلر Zeller :

نالت نظرية زيلر شهرة اقل من سابقتها و حظيت بدرجة اقل من الذبوع و الشبوع و الانتشار ، وهي في نفس الوقت أكثر تحديدا و اشد خصوصية فزيلر يرى أن تقدير الذات ، ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات وينظر " زيلر " إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي . ويصف " زيلر " تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويلعب دور المتغير الوسيط، أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي . وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعًا لذلك .

وتقدير الذات طبقًا " لزيلر " مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى . ولذلك فإنه افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه . إن تأكيد " زيلر " على العامل الاجتماعي جعله يسهم مفهومه و يوافق النقاد على ذلك، بأنه تقدير الذات الاجتماعي وقد ادعى أن

¹ نفس المرجع السابق ، ص 155

المناهج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعطِ العوامل الاجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات.¹

2 - 2 - 3 - أهمية تقدير الذات :

يسلم كثير من أصحاب نظريات الشخصية بأهمية تكوين الفرد لاتجاه ايجابي نحو ذاته ، و يشاركونهم في التأكيد على هذه الأهمية العديد من الاكلينكيين و علماء النفس الاجتماعيين ، و في هذا السياق أشار "RuthWyllie" في كتابه مفهوم الذات (the self concept) أن الأشخاص الذين يطلبون مساعدة نفسية كثيرا ما يصرحون بأنهم يشعرون بالعجز والدونية فهم يعتبرون أنفسهم غير قادرين على تحسين وضعيتهم ، و أن لديهم نقص في الموارد و الإمكانيات الداخلية الضرورية لتحمل أو تقليص القلق الناتج عن الأحداث اليومية الضاغطة ، كما أظهرت دراسات إكلينيكية بأن إحدى الأسباب الأساسية للقلق و شعور الفرد بالفشل وعدم التوافق بين الانجازات و التوقعات يرجع إلى تقدير الذات ، كما أكدت عدة بحوث ميدانية ومخبرية ملاحظات العاديين حول أهمية تقدير الذات في الحياة الشخصية والعلاقات الاجتماعية ، حيث تبين أن الأشخاص ذوي تقدير منخفض للذات اقل قدرة على تحمل الضغوط الخاصة المرتبطة بآراء الآخرين و قليلا ما يدركون أن لديهم قدرات للتأثير ، بينما ذوي التقدير المرتفع للذات لديهم تسهيلات وأهداف الشخصية .

كما أن تقدير الذات مهم جدا في عملية التكيف ، و قد تبين أن هناك ارتباطا عاليا بين الشعور بالنقص و المعانات من أعراض القلق و الاضطرابات النفسية والجسدية كما أن التقبل السلبي للذات يؤدي إلى الصراع و القلق و يركز علماء النفس مثل أدلر Adler على صلة العصاب بالشعور بالنقص أي تقدير الذات المنخفض ، وأن هناك ارتباط بين

¹ المرجع نفسه ، ص 155 - 156

تقدير الذات المنخفض و التكيف السلبي و الضعف في ثبات الشخصية بينما يوجد ارتباط بين تقدير الذات المرتفع و التكيف الايجابي و الثبات في السلوك¹.
وقد كشفت دراسة لكوبر سميت Cooper Smith عن الأطفال من ذوي تقدير الذات المرتفع أنهم يتميزون بقدر عال من الانجاز الأكاديمي و كذا الاجتماعي، لديهم رغبة عالية في التعبير عن آرائهم و لكنهم حساسون نحو النقد متفائلون نحو قدراتهم بالمقارنة بهؤلاء الأطفال ذوي تقدير الذات المنخفض، إذ وجدهم "كوبر سميت"² يتميزون بالاكتئاب و القلق، لا يستطيعون التعبير عن أنفسهم ليس لديهم أي ثقة نحو قدراتهم².

ويشير woolfolk إلى أن الإنسان الذي يكون تقديره لذاته مرتفعا يستطيع أن يواجه الصعاب وتحديات الحياة. أما الإنسان الذي يميل إلى تقدير ذاته بشكل منخفض، فإنه يشعر بالدونية، ويكون عرضة للإصابة بالأمراض والاضطرابات النفسية الناتجة عن عدم تحقيقه لذاته³.

كما يعد تقدير الذات مؤشرا للصحة النفسية فكما يرى روجرز Rogers فإن جزء من التوافق النفسي يعد وظيفة لمفهوم تقدير الذات، فكلما كان تقدير الذات مرتفعا وإيجابيا كان ذلك دليلا على الصحة النفسية، فتقدير الذات يعزز روح التفاؤل والإبداع في مواجهة تحديات و مصاعب الحياة، فيكون الفرد أكثر مرونة و متقبلا للحقائق المتجددة في حياته و لديه القابلية لأن يتعلم المزيد عن نفسه، فيصل إلى تقدير أكثر واقعية لذاته، و على العكس فإن ضعف تقدير الذات يرتبط بشكل ملحوظ بالاكتئاب و القلق و التوتر و العدوانية و قلة الشعور بالرضا عن الحياة، و يعد ذلك سببا رئيسيا لمعظم المشكلات الاجتماعية و الشخصية التي يعاني منها كثير من الأشخاص⁴.

¹ آيت حمودة حكيمة، إشراف الأستاذ الدكتور رشيد مسيلي، دور سمات الشخصية وإستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة الجسدية والنفسية، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية، جامعة الجزائر، 2006، ص 147-148.

² فيوليت فؤاد ابراهيم، مرجع سابق، ص 195.

³ محمد خالد الطحان، فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند الى النظرية الانسانية في كل من مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية و تقدير الذات لدى النساء في فلسطين، مجلة البصائر، جامعة عمان العربية المجلد 12، العدد 2، أيلول، 2008، ص 203.

⁴ نسرين بنت صلاح بن عبد الرحمن جمبي نادية، إشراف محمد بن جعفر جمل الليل، تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى السعودية، 2008، ص 25.

كما أن لتقدير الذات أهمية في المجال الدراسي و التحصيل العلمي فقد وجد purky أن تقدير الذات يرتبط ببعض مكونات النجاح سواء في النواحي الأكاديمية أو النواحي الوظيفية ، كما وجد كوفمان Kaufman أن تقدير الذات يرتبط ايجابيا ببعض أبعاد الشخصية مثل الدخل و المكانة الاجتماعية و الترقيات في مجال العمل و الرضا الوظيفي و كلها أبعاد و وظيفية بحتة ، و لقد وجد كوفمان أيضا أن فقد الفرد لوظيفته يعتبر احد الدلائل عن الانخفاض الشديد في تقدير الذات ، ولقد توصل إلى نتائجه من خلال دراسته لعينة من المهندسين و الباحثين .¹

2-2-4 - نمو تقدير الذات :

يبدأ تقدير الذات في التطور منذ الطفولة .و يعتمد في تطور على اتجاهات الوالدين و آراء الآخرين إلى جانب خبرة الأطفال في السيطرة على البيئة التي يعيشون فيها .في السنين الأولى من العمر تنشأ مشاعر الأطفال حول قيمهم وقدراتهم من داخلهم و تعتمد بشكل اقل على الاستجابات الفورية الصادرة عن أولئك الذين حولهم .و بمرور الوقت يصبح لتطور تقدير الذات صلة بالجماعات الأخرى مثل الأسرة و الأصدقاء . إذ يحاول الأطفال أن يجدوا مكانتهم في الجماعات من خلال الأصدقاء و الأندية . فعندما يكتشف الأطفال المشي يستكشفون بيئتهم و يلعبون و يتحدثون و ينخرطون في جميع أنواع التفاعلات الاجتماعية ، و هم ينظرون إلى والديهم و الراشدين الآخرين من اجل ردود أفعالهم .²

و من المعروف أن استجابة الوالدين لمحاولات الطفل الأولى في المشي أو تعلم النظافة أو استخدام الحمام لها أثر على تقديره لذاته ، كما أن الجهود التي يبذلها الطفل للتعرف على مفردات (أنا) و (لي) تضيف له شعورا بالهوية الذاتية كفرد مستقل عن الآخرين ، و عندما يحين موعد الروضة تكون العناصر الأساسية لتقدير الذات قد تكونت .

و عندما يبلغ الأطفال سن المراهقة فان العوامل التي لها اشد الأثر على تقديرهم لدواتهم تبدأ بالتحول من إرضاء الكبار إلى كسب قبول الأقران ، و لذا فانه من الممكن بالنسبة

¹ علي محمود شعيب مرجع سابق ذكره ، ص136
² عبد الكريم جرادات، مرجع سابق ، ص143

للتلاميذ الذين اظهروا تقديرا عاليا للذات بسبب قدرتهم على إسعاد الكبار أن يعانون في هذه المرحلة من تدني في مستوى تقدير الذات إذا ما وجدوا أنفسهم معزولين اجتماعيا ، الشيء الذي يدفعهم إلى البحث عن طرق تشعرهم بأهمية أنفسهم و قد تكون هذه الطرق منحرفة كتعاطي الكحول و المخدرات و التفاخر بالعلاقات الجنسية و القيام بمجازفات غير حكيمة .

و عندما يصل المراهق إلى المرحلة الثانوية فان القلق بشأن الامتحان يزداد و تقل أهمية الشعبية الاجتماعية و تعطى أهمية لتقييم الفرد لقدراته،و مع بداية مرحلة الرشد تعطى الأهمية للنجاح و الانجاز و الدخل في حين تعطى أهمية اقل للمهارة الرياضية و الشعبية و الوضع الاجتماعي و التي كانت مهمة في المراهقة¹ .

و هكذا فان تقدير الذات يتطور مبدئيا نتيجة للعلاقات الشخصية داخل الأسرة فالمدرسة ثم المجتمع الأكبر ، و يتأثر تقدير الذات عند الأطفال الذين يكونون في سن المدرس بشكل رئيسي بالأشخاص المهمين في حياتهم مثل الوالدين و المعلمين والأقران .

و يحدث تطور تقدير الذات طوال فترة الطفولة و المراهقة و الرشد و لقد لخص روبنس ترزيسنيوسكي (Trzesniewski &Robins .2005) أهم التغيرات التي تحدث في تقدير الذات من الطفولة إلى الشيخوخة ففي الطفولة يكون تقدير الذات عاليا نسبيا ، و ينحدر أثناء المراهقة ، و يرتفع تدريجيا خلال الرشد ، و من ثم ينخفض بشكل حاد في الشيخوخة² .

2- 2- 5 - العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

تتدخل عدة عوامل في تحديد موقف الفرد من نفسه و تقديره لذاته و يمكن تصنيف

هذه العوامل المختلفة إلى أربع فئات كما يلي :

1- عوامل ذاتية

2- عوامل أسريه

3- عوامل اجتماعية

4- عوامل وضعية شخصية

¹ مريم سليم ، مرجع سابق ،ص 15-9

² عبد الكريم جرادات ، مرجع سابق ،ص 143

2 - 2 - 5 - 1 - العوامل الذاتية : تتمثل في مختلف الخصائص الشخصية و المعطيات الذاتية للفرد كالقدرات العضوية و الذهنية و الحالة الصحية و النقائص الملاحظة ، و كذا المعارف و التصورات و المدركات و الخبرات و المهارات و الطموحات ، و أنماط السلوك التوافقي و طرق إشباع الحاجات ، إلى غير ذلك من الخصائص الشخصية المؤثرة في نظرة الفرد إلى نفسه و تقديره لذاته .¹

2 - 2 - 5 - 2 - عوامل أسرية :

تناول كوبر سميت سميث علاقة أساليب المعاملة الوالدية بتقدير الذات و أشار إلى أن الأساليب الوالدية في تنشئة الأطفال تعتبر متغير مهم يؤثر في نمو مفهوم تقدير الذات لدى الأطفال ، و أشار إلى أن التقدير المرتفع لدى الأطفال مرتبط بشدة القبول الوالدي و بالحب و الحنان الوالدي تجاه أطفالهم .

و في دراسة حديثة لـ "كواش" و زملائه عن تأثير و علاقة السلوك الوالدي في تنشئة الأبناء على تقديرهم لذاتهم و انتهى إلى أن تقدير الذات المرتفع لدى الأطفال ارتبط إيجابا بالتقبل و الدفء لدى الجنسين وان كان ذلك أكثر وضوحا بالنسبة للأولاد عن البنات . كما ارتبط تقدير الذات المرتفع لدى الأولاد بالضبط اللين و منح الاستقلال في حين ارتبط تقدير الذات لدى البنات بالضبط الصارم و منح الاستقلال .²

2 - 2 - 5 - 3 - العوامل الاجتماعية :

أما العوامل الاجتماعية فتتمثل خصوصا في مواقف أفراد المحيط الاجتماعي تجاه الفرد ، و كيفية معاملتهم له و تقديرهم لشخصيته ، حيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين له . لكن الملاحظات و الانتقادات و مظاهر الإشادة و التنويه التي تصدر عن الآخرين ليست كلها متساوية في تأثيرها على الفرد في تقديره لذاته حيث يوم الفرد عادة بتفسير ما يصله من تنبيهات تتضمن آراء الآخرين و ملاحظاتهم و اتجاهاتهم نحوه، و معاملاتهم له حسب خصائص الأشخاص الذين تصدر منهم الملاحظات و كذا الملابسات و الظروف التي تصدر فيها و العلاقات التي تربط الفرد المعني بأصحاب

¹ جمال يحيوي، دراسات في علوم النفس، دار الغرب للنشر و التوزيع، وهران ، الجزائر ، 2003 ، ص 551
² أحمد السيد محمد اسماعيل ، مرجع سابق ، ص 122 - 123

هذه الملاحظات . فالملاحظة الآتية من الصديق ذو المعرفة الواسعة و الثقة المؤكدة مثلا لا تقدر و تفسر مثل الملاحظة التي يبديها أي شخص آخر ، بالإضافة إلى ذلك فان الفرد يستعن بخبراته السابقة و معارفه المكتسبة في تفسير المنبهات الاجتماعية .

و الملاحظ أن الفرد يتأثر خصوصا بالمظاهر المعمة أو المشتركة بين معظم الناس أو التي يتميز بها معظم الناس ولاسيما أولئك الذين يقدرهم الفرد المعني و يحترمهم.¹

2-2-5-4 - العوامل الوضعية :

أما العوامل الوضعية فتتمثل خصوصا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقديره لذاته .فقد تتضمن هذه الظروف مثلا تنبيهات معينة تجعل الشخص المعني يراجع نفسه و يتفحص تصوراته ، و يقوم بتعديل اتجاهاته و تقديراته تجاه ذاته و تجاه الآخرين .فقد يكون الفرد مثلا في حالة مرضية أو تحت ضغوط مخيفة أو في ضائقة اقتصادية أو اجتماعية .كل هذه الحالات و الأوضاع الشخصية تؤثر على نفسية الفرد و توجه تقديراته سواء بالنسبة لذاته أو بالنسبة للآخرين .أما درجات تأثير هذه الحالات و الأوضاع على تقديرات الفرد فتتحدد حسب مدى تأثر الفرد بمظاهرها ، و مدى إمكانية تكيفه معها .²

2-2-6 - أنواع تقدير الذات :

يميز الباحثون في علم النفس و الشخصية بين نوعين من تقدير الذات و هما تقدير الذات المرتفع و تقدير الذات المنخفض .

2-2-6-1 - تقدير الذات المرتفع :

و يسمى كذلك تقدير الذات الايجابي أو تقدير الذات العالي . ويعني التقدير الإيجابي للذات، قبول الطفل لذاته على ما هي علي ه، وإدراكه لذاته وإعجابه بها على أنه شخص ذو قيمة وجدير باحترام الآخرين .³

¹ جمال يحيواوي ، مرجع سابق ، ص 551 - 552

² المرجع نفسه ، ص 552

³ صلاح عبد السميع السقا باشا ، الفروق في مركز التحكم وتقدير الذات بين التلاميذ العاديين وذوي صعوبات التعلم في الصف الخامس الابتدائي،مجلة بحوث التربية النوعية ، جامعة المنصورة ، العدد السابع ، يناير ، 2006 ، ص52

و يعرف روزنبرغ Rosenberg تقدير الذات المرتفع " تقدير الذات العالي لذى الفرد يعني شعوره بأهمية نفسه و احترامه لذاته في صورتها التي هي عليها . "سماح و يعرفه كذلك : "تقدير الذات المرتفع يعني أن الفرد يعتبر نفسه ذوا قيمة وأهمية. "

2-2-6-1-1 - مميزات ذوي التقدير المرتفع (العالي)

- الذين لديهم تقدير عال للذات ينظرون إلى أنفسهم نظرة واقعية .
- يقبلون أنفسهم كأشخاص مقبولين .
- يستطيعون أن يحددوا نقاط الضعف و نقاط القوة لديهم.
- يستند تقديرهم لأنفسهم على تغذية راجعة صحيحة و ليس كما يحبون أن يعتقدون عن أنفسهم .
- يقيمون علاقات مع الآخرين و يكون لديهم مجموعة من الأصدقاء .
- ينسجمون مع معظم الدين في وسطهم (العمل ، المدرسة ، الجامعة ...).
- يعملون في اغلب الأحيان كقادة ايجابيين .
- يشعرون بالرضا عن انجازاتهم لأنهم يشعرون بالمسؤولية إزاء النتائج .
- عندما يواجهون بأخطائهم أو مخالفاتهم فإنهم يستطيعون عادة أن يقرروا بأخطائهم .
- يضعون أهداف لأنفسهم .

- لديهم آراء قوية و لا يخشون من التعبير عنها .¹

و يشير كل من أيزنك و ولسون Eysenck & Wilson إلى أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة في تقدير الذات لديهم قدرة كبيرة من الثقة في ذواتهم و قدراتهم و يعتقدون في أنفسهم الجدارة و الفائدة و أنهم محبوبون من قبل الأفراد الآخرين.²

و لاحظ كل من jean & Morval أن الأفراد الذين لديهم تقدير عال للذات ينظرون إلى أحاسيس الآخرين بمنظور إيجابي و يميلون أكثر إلى حب الغير ، كما أنهم يتصفون غالبا بالمبادرة الشخصية و يحبون المشاركة في النشاطات و مناقشة الجماعة و يميلون إلى التأثير في الآخرين و في نفس السياق يضيف كل من Cohen &

¹ مريم سليم ، مرجع سابق ، ص 16 - 17

² فيوليت فؤاد ابراهيم ، مرجع سابق ، ص 192

korman بان الأفراد الذين يتميزون بتقدير مرتفع للذات أقل تأثرا بالمؤثرات والأحداث الخارجية . كما يرى كوبر سميت Cooper Smith أن الأشخاص ذو تقدير الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم أشخاصا هامين يستحقون الاحترام و الاعتبار كما أنهم يملكون فهما طيبا لنوع الشخص الذي يكونونه ، و يتمتعون بالتحدي عند الشدائد ، فالتقدير المرتفع للذات يأتي غالبا من القدرة على فعل أشياء بطريقة أحسن من معظم الأفراد الآخرين . و يضيف روزنبرغ Rosenberg أن تقدير الذات المرتفع يعني أن الفرد يحترم نفسه و يعتبر انه ذو جدارة و لا يعتبر نفسه بالضرورة أفضل من الآخرين ، و لكنه لا يعتبر نفسه اقل من الآخرين .¹

تقدير الذات المنخفض :

و يسمى كذلك بتقدير الذات المتدني او تقدير الذات السلبي . و يعرفه روزنبرغ Rosenberg " تقدير الذات المنخفض هو عدم رضا الفرد عن ذاته أو رفض الذات أو احتقارها .² التقدير السلبي للذات يشير إلى عدم قبول الفرد لنفسه وتقليله من شأنها وشعوره بالنقص عند مقارنته لنفسه بالآخرين.³

2-2-6-2 - مميزات ذوي التقدير المنخفض (المتدني):

- يبدوا عليهم أنهم أكثر اهتماما بالحفاظ على شعورهم باحترام الذات أو الفشل بشرف من اهتمامهم ببذل الجهد لإحراز النجاح .
- ينشغلون بسلوكيات دفاعية لمنع الآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الذي يشعرون به .
- و تشمل هذه الآليات الدفاعية :
- التمرد، المقاومة، التحدي، الرد .
- الشك في الآخرين، مضايقتهم أو احتقارهم .
- الكذب و الغش .

¹ أحمد السيد محمد اسماعيل ، مرجع سابق ، ص 119

² فيوليت فؤاد ابراهيم ، مرجع سابق ، ص 192

³ صلاح عبد السميع السقا باشا ، مرجع سابق ، ص 52

- توجيه اللوم للآخرين عند حدوث فشل أو خطأ.

- الفشل في تحمل مسؤولية تصرفاتهم.

- الاستقواء على الآخرين و تهديدهم .

- الانسحاب، الخجل، أو الاستغراق في أحلام اليقظة.

- إبتاع أساليب الهروب بما فيها التأخر و التخيب .

- تعاطي المسكرات و المخدرات.¹

كما أن الأشخاص ذوي التقدير المنخفض لديهم فكرة سلبية عن ذاتهم بل يعتقدون أنهم فاشلون و غير جديرين بالاهتمام فضلا عن قلة جاذبيتهم.

و في دراسة لبيكر Baker على (796) طفل تراوحت أعمارهم بين (6-15) سنة ممن يعانون من مشكلات نفسية كالخوف ، الاكتئاب ، اضطرابات النوم ، الصراع مع الآخرين ،كشفت نتائج الدراسة أن الأطفال الذين كانوا يعانون من مرض الخوف و الاكتئاب كانوا اقل تقديرا لذاتهم.²

و يرى كل من "Schutz & Rosenberg" أن الأفراد ذوي تقدير المنخفض للذات يفضلون من الناحية الاجتماعية الابتعاد عن النشاطات الاجتماعية و لا يقلدون مناصب قيادية ، فهم يخجلون و يظهرون ميل إلى الخضوع و التبعية و يمتازون بقلة الثقة في النفس و الميل إلى الوحدة ، و يضيف روزنبرغ بان التقدير المنخفض للذات مرتبط بمشاعر محبطة و أعراض القلق و الاكتئاب ، كما وجد Cooper Smith أن ذوو التقدير السلبي للذات يعتبرون أنفسهم غير هامين جدا أو محبوبين ،ولا يستطيعون فعل أشياء كثيرة يودون فعلها ،هذا فضلا عن أنهم لا يستطيعون التحكم فيما يحدث لهم و يتوقعون سيئ الأمور.³

و في دراسة لمكلينان " MacIennan " هدفت إلى البحث عن علاقة الاكتئاب وتقدير الذات و الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من الطلبة و غير الطلبة الاستراليين توصلت

¹ مريم سليم ، مرجع سابق ، ص 16 - 17

² فيوليت فؤاد ابراهيم ، مرجع سابق ، ص 196

³ أيت حمودة حكيمة ، مرجع سابق ، ص 144

النتائج إلى وجود أفكار لا عقلانية ذات علاقة بتقدير الذات المنخفض و الاكتئاب ومن بين هذه الأفكار ،التوقعات الذاتية العالية ، و الاهتمام الزائد ، و تجنب المشكلات ¹.

2-2-7 - تقدير الذات عن المراهقين :

توضح نتائج الدراسات التي تمت حول المراهقين و تقديرهم لذواتهم أن المراهقين ذوي التقدير المنخفض للذات يكونون عرضة للنقد و الرفض من الآخرين بسبب المدعمات اللائمة و الساخرة و المثيرة للخلج التي يصنعونها لأنفسهم عن طريق آرائهم المتدنية في ذواتهم . و كنتيجة لذلك فإنهم قد يتجنبون المواقف الاجتماعية ليس لأنهم لا يريدون أن يكونوا مع الناس و لكن لأنهم يريدون أن يتجنبوا الإحراج والظروف غير المريحة المحتملة ، كما أنه من السهل تأثرهم بالآخرين ، و يحدث ذلك في جزء منه بسبب أنهم يريدون أن يحبهم الآخرين و يوافقون على سلوكهم ويؤيدونهم في مواقفهم ، و في جزء منه انه ينقصهم تقدير الذات اللازم لعمل القرارات الخاصة بهم . كذلك التقدم التحصيلي في المدرسة يتأثر بمفهوم المراهق عن نفسه و مدى تقديره لذاته . فأصحاب المفهوم الايجابي عن الذات و الدين يقدرون أنفسهم تقديرا عاليا أو معقولا يحققون انجازات مدرسية أفضل من الآخرين من ذوي التقدير المنخفض .

و في دراسة "لروبرتا سيمونس" ورفاقها "Simmons& al" عن مفهوم الذات و تقديره عند الأطفال و المراهقين في فئات عمرية 1-8 عاما 12-15 عاما فأكثر ووجد أن أكثر المشكلات الخاصة بمفهوم الذات و انخفاض الذات في الفئة 12-14 فقد كانت هذه الفئة أكثر انخفاضا في تقدير الذات و أكثرهم في الشعور بالذات كما كانوا أكثر إقرارا بان أوصافهم لذواتهم قابلة للتغير .

و لكن الواضح أن المراهق ما أن يعبر مرحلة عدم التوازن في بداية المرحلة حتى يستعيد كثيرا من جوانبه الايجابية ، بحيث يعود المراهق إلى نفس مستوى أدائه قبل البلوغ ، و لذا لا يبقى - في معظم الحالات - منهم من يقلل من تقديره لذاته قبل المراهقة ، أي إن المراهقين يخرجون من المرحلة بنفس درجة تقدير الذات التي كانت لديهم قبل

¹ عبد الكريم جرادات ، مرجع سابق ، ص 145

دخولهم لها ، وما يحدث داخل المراهقة هو مراجعة مفاهيمهم عن دواتهم بطرق أكثر موضوعية و اكتسبوا التقدير الموجب للذات بعد خبرة التغيرات الجسمية و المعرفية و الاجتماعية المرتبطة بالمرحلة .

أما المراهقين الذين يخبرون بعض الشكوك حول قدراتهم عندما يدخلون مرحلة المراهقة فإنهم - في الظروف العادية - يحصلون زيادات و إن كانت متواضعة و تدريجية في تقدير الذات طوال المرحلة حتى يصل في نهاية المرحلة - و هو على عتبة الرشد- و قد حظا بقدر ملحوظ من تقدير الذات .¹

خلاصة الفصل :

نستخلص مما سبق أن تقدير الذات هو حكم الفرد علي درجة كفاءته الشخصية ، كما إنه يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه أو معتقداته، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة ، والتقدير الذي يضعه الفرد لنفسه يؤثر بوضوح في تحديده لأهدافه ولاتجاهاته ولاستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه ،

¹ علاء الدين كفاي ، الارتقاء النفسي للمراهق ، دار المعرفة الجامعية ، الازارطة، مصر ، 2006 ، ص 319 - 320

الفصل الثالث

المراهقة

3 - المراهقة:

تمهيد :

يمر الفرد في حياته بمراحل نمائية متعددة، ومن الثابت علمياً أن كل مرحلة من هذه المراحل تتأثر بما قبلها، وتمهد لما بعدها، أي أن النمو عملية متصلة ومستمرة والنمو في جوانبه المتعددة سواء كانت بيولوجية، أو معرفية، أو اجتماعية، لا تقف عند مرحلة

المراهقة فقط ، بل يستمر النمو . فالفرد ينتقل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد مروراً بمرحلة المراهقة التي تأخذ شكلاً متميزاً ومميزاً لها في جوانب النمو المختلفة. وتعتبر مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان، فهي بداية لميلاد جديد للفرد، ينتقل خلالها من مرحلة الطفولة إلى الرشد. وتصاحب هذه مرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية وعقلية وانفعالية واجتماعية، لذلك تعد مرحلة حرجة في حياة الفرد، تتأثر بالمرحلة التي تسبقها، وتؤثر في المراحل التي تليها وتوصف مرحلة المراهقة بأنها مرحلة عواصف، وقد يرجع سبب ذلك إلى التغيرات التي تصاحبها، فقد يكون لهذه التغيرات تأثيرات سلبية تعوق تكيف المراهق وتوافقته .

3-1 - معنى المراهقة :

- تعني كلمة المراهقة في اللغة الاقتراب و الدنو من الحلم ، يقال رهق الغلام غشي أو لحق و دنا ، و راهق أي قارب . و المراهق هو الفتى الذي يدنو من الحلم و اكتمال الرشد .

و الكلمة المقابلة في اللغة الانجليزية و الفرنسية (Adolescence) المشتقة من الفعل اللاتيني . (Adoleseere)، الذي يعني التدرج نحو النضج الجسمي و العقلي و الانفعالي.¹

و تعرفها موسوعة علم النفس على أنها مرحلة إعادة تبيين عاطفي و فكري للشخصية ، و عملية تفردين و هضم للتحويلات الفسيولوجية المرتبطة بتكامل الجسد جنسيا .²

ولقد عرف جيرزلد المراهقة تعريفا وظيفيا حينما وصفها بأنها امتداد في السنوات التي يقطعها البنون و البنات متجاوزين مدارج الطفولة إلى مراقي الرشد ، حيث يتصفون بالنضج العقلي و الانفعالي و الاجتماعي و الجسمي.³

أما دوبس (Debesse) فيرى أن المراهقة مجموعة من التحويلات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد .⁴

و يذهب ذروتى روجرز إلى أنه يمكن تحديد مفهوم المراهقة من عدة طرق فمثلا هي فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية و مرحلة زمنية ، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة .⁵

و المراهقة بمعناها الشامل تعني النمو و التطور الديناميكي عند الفرد فهي بهذا يمكن أن تطلق إجمالاً على مختلف المراحل التي يمر بها الفرد قبل مشاركة عتبة النضج بمعناه المجازي.⁶

نستخلص من خلال ما سبق أن المراهقة لغة تعني الدنو من الحلم و أن المراهقة كلمة ذات أصل لاتيني تعني التدرج نحو النضج الجسمي و العقلي و الانفعالي ، و هي إعادة

¹ عفاف أحمد عويس ، النمو النفسي للطفل ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الاردن ، 2003 ، ص 256

² رولاند دورون ، فرانسوا زبارو، موسوعة علم النفس ، عويدات للنشر و الطباعة، لبنان، مجلد 1 ، 1997، ص 44

³ عبد العلي الجسماني ، مرجع سابق ، ص 191

⁴ نادية شرادي ، مرجع سابق ص 235

⁵ مصباح عامر ، التنشئة الاجتماعية و السلوك الانحرافي لتلميذ المدرسة الثانوية ، شركة دار الأمة ، الجزائر ، 2003 ، ص 174

⁶ عبد العلي الجسماني ، مرجع سابق ، ص 191

بناء لشخصية الفرد حسب الموسوعة النفسية ، في حين يذهب جرزد إلى القول أنها فترة تحول يقطعها الفرد من الطفولة إلى الرشد ، أما روجرز أنها نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية يسعى المراهق من خلالها إلى البحث عن الاستقلالية إضافة إلى أنها فترة تتميز بعدة تحولات نفسية.

من خلال التعريفات السابقة للمراهقة يتبين أن المراهقة هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد تتميز بعدة تحولات جسمية و عقلية و نفسية و اجتماعية.

3-2- الاتجاهات المفسرة للمراهقة :

ليس هناك تحديد مطلق يشير إلى اتجاه معين في تفسير المراهقة و إنما هناك بعض النظريات و الأفكار و الاتجاهات التي بنى عليها بعض العلماء أفكارهم عن المراهقة و التي سننظر إلى البعض منها ، كالاتجاه البيولوجي ، الاتجاه التحليلي ،الاتجاه الانثروبولوجي ، الاتجاه التفاعلي .

3-2-1- الاتجاه البيولوجي :

يعتبر ستانلي هول (S. hall) أول علماء النفس الذين تمكنوا من صياغة نظرية في المراهقة ، حيث اعتقد أن التغيرات الجسمية الرئيسية التي تحدث في هذه الفترة تسبب تغيرات نفسية كبيرة ، و يرى أن الجهود التي يبذلها المراهقون من اجل التكيف مع أجسامهم المتغيرة تؤدي إلى جعل هذه الفترة مرحلة عاصفة و مضطربة و يعتقد أن هذه المرحلة تتميز بشدة الانفعالات و تقلبها ، الأمر الذي يساعد المراهقين على تحقيق المزيد من التطور الأخلاقي¹.

و يضيف أن هذه التغيرات الفسيولوجية التي تطرأ على الغدد و من حيث هي كذلك فإن نتائجها النفسية تكون متشابهة و عامة عند جميع المراهقين ، و لما كانت هذه الفترة بمثابة ميلاد جديد للمراهق ، فإن التغيرات التي تحدث تكون غير مستقرة و لا يمكن

¹ صالح محمد علي أبو جادو ، علم النفس التطوري (الطفولة و المراهقة)، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، الاردن، 2004، ص443

التنبؤ بها ، كما تكون الفترة كلها فترة ضغط و ثورة أو فترة عاصفة و شدة نتيجة السرعة في التغيرات و الطبيعة الضاغطة لناحية التوافق في هذه المرحلة¹ .
و قد وضعت قواعد هذه النظرية بناء على الدراسة العلمية للمراهقة و ما تبعها من أعمال قام (هول) بنشرها في كتابه المراهقة عام 1904 و رغم أن عدد من الافتراضات التي استند إليها هول قد ثبت خطأها بالفعل ، إلا أن هول ظل له تأثير فعال في هذا المجال لسنوات عديدة² .

فقد أوضحت الدراسات العلمية الكثير من الحقائق و الأفكار التي تدحض نظرية هول و من بين الدراسات تلك التي قامت بها (HullingWorth) عن علاقة النضج الجنسي و التوتر الانفعالي في المراهقة ، أوضحت أن هذه التوترات الانفعالية تستمر فترة طويلة حتى بعد اكتمال النضج الجنسي عند الفرد³ .

3-2-2 - الاتجاه التحليلي النفسي :

أما زعيم مدرسة التحليل النفسي سيجموند فرويد ، فيرى أن الصراع يمثل تجربة لإعداد المراهقين للمرحلة الجنسية ، حيث تعمل المتغيرات الفسيولوجية التي تصاحب عملية البلوغ على إيقاظ الليبدو (libido) الذي يعتبر بمثابة المصدر الرئيسي للطاقة التي تحرك الدوافع الجنسية ، و حتى يصل المراهق إلى النضج الجنسي يجب عليه أن يتغلب على المشاعر الجنسية نحو الأب و الأم من خلال استخدام الآليات الدفاعية التي تتضمن التعبير المعاكس لما يشعر به المراهق في حقيقة الأمر فيستبدل الرغبة الجنسية التي يفشل في إشباعها بالسلوكيات العدائية .

وعموما فإن فرويد يرى أن هذه المرحلة عاصفة و مضطربة لا يمكن تجنبها و أعتبرها جزء من ظاهرة معروفة في مرحلة المراهقة أطلق عليها اسم تمرد المراهق⁴ .

¹ محمد مصطفى زيدان ،النمو النفسي للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية منشورات الجامعة الليبية ، البيضاء ليبيا،1972،ص

151-152

² هدى محمد قناوي ،سيكولوجية المراهقة ،مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ،1992،ص15

³ محمد مصطفى زيدان ، مرجع سابق ص 153

⁴ صالح محمد أبو جادو، مرجع سابق ،ص444

أما أنا فرويد (Anna Ferreud) فقد وضعت بعض ديناميكيات نظرية التحليل النفسي للنمو في المراهقة و سارت على خطى والدها ، فهي تعتقد أن عدم استمرارية النمو سببه التغيرات البيولوجية التي يسببها البلوغ و التي تؤدي إلى نشاط الوظيفة الجنسية و قد تسبب الرغبة الجنسية المتزايدة لدى المراهق تكرار الموقف الليبيدو الذي يجب أن يحل العلاقات الجنسية ، ملائمة بين الجنسين مثل تكوين صداقات مع الجنس الآخر .

و تعتبر أنا فرويد المراهقة فترة من الاضطرابات في الاتزان النفسي تظهر نتيجة النضج الجنسي و ما يسبقه من يقظة القوى الليبيدية و عودة نشاطها ¹.

3-2-3 - الاتجاه الانثروبولوجي :

يركز هذا الاتجاه على المحددات الخارجية للسلوك ، المحددات الاجتماعية و الثقافية و القيم المكتسبة، و قد تزعمت هذا الاتجاه مارغريت ميد ، فقد توصلت ميد (Mead) عالمة الانثروبولوجيا التي درست المراهقة لدى قبائل (السامو) في جزر الباسفيك الجنوبية إلى أن العوامل الثقافية تلعب دور مهما في الانتقال إلى مرحلة المراهقة .

حيث لاحظت ميد في هذه القبائل على سبيل المثال عدم وجود فترة عاصفة و مضطربة في حياة المراهقين ، بل لاحظت حدوث انتقال سلس و تدريجي لدى الأفراد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ².

كما أن المراهقة لدى تلك القبيلة تعتبر سنا سارة ليس بها توترات أو عواصف أو ضغوط مثل تلك التي يتعرض لها الشباب الأمريكي و الأوروبي ، ففي تلك الحضارات البدائية يكون سن النضج قصيرا و يصبح الفرد ناضجا ربما في ليلة و هو ليس مضطرا لان ينتظر خمس سنوات أو أكثر قبل أن يحصل على حقوق و مزايا و مسؤوليات ترتبط بشخص ناضج جسمانيا ³.

¹ هدى محمد قناوي ، مرجع سابق ،ص20

² صالح محمد أبو جادو، مرجع سابق ،ص443

³ مجدي احمد محمد عبد الله، علم النفس التربوي بين النظرية و التطبيق ،دار المعرفة الجامعية ،الإسكندرية،2003،ص258

3-2-4 - الاتجاه التفاعلي :

إن السلوك البشري حسب هذا الاتجاه يتحدد ليس فقط بالحالة البيولوجية للفرد و إنما أيضا بالعوامل الاجتماعية و الثقافية التي يعيش فيها الفرد ، فإذا كان للظواهر و التأثيرات الاجتماعية دور واضح فإن الكائن الحي نفسه يلعب دورا لا يقل أهمية عن دور البيئة و يعد احد المتغيرات الهامة التي لا يمكن إغفالها ، و هذا الاتجاه الأخير عبر عنه بوضوح (سولنبرجر, Sollenberger) في مقالة نشرها سنة 1939 بعنوان : مفاهيم عن المراهقة ، حيث يقول : " أما هؤلاء الذين يهتمون بتوافق المراهق مع الدور الاجتماعي الذي يفرضه عليه المجتمع مع إغفال علاقة ذلك بحالة الفرد الفسيولوجية فإننا نقترح لهم تسمية جديدة لموضوع بحثهم هي علم النفس الاجتماعي للمراهق ". و باختصار يمكن القول أن المجتمع نفسه لا يعطي المراهق فرصة كافية للقيام بالدور الذي يتفق مع مستويات نضجه الجسمي و العقلي و نزعته إلى التحرر و الاستقلال، و من هنا ينشأ الإحباط و الصراع الذي تتسم به المراهقة إلا أن هذه المشكلات و هذا الصراع ليس وليد الثقافة و حدها بل هو نتيجة التفاعل المتبادل بين العوامل البيولوجية و العوامل الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد.¹

من خلال عرضنا لبعض الاتجاهات المختلفة في تفسير المراهقة انطلقا من الاتجاه البيولوجي الذي يشير إلى أن المراهقة تتحكم فيها التغيرات السريعة التي تحدث أثناء النمو ، هذه التغيرات الفسيولوجية تؤثر بشكل كبير في النمو النفسي للمراهق و تجعله يعيش في فترة توتر و قلق و عاصفة حسب رأي أصحاب هذا الاتجاه ، أما الاتجاه التحليلي فيذهب إلى تفسير الصراع الذي يحدث أثناء فترة المراهقة على انه نتاج عن ضغط الطاقة الليبيدية الجنسية و سعي المراهق لإيجاد مخرج لهذه الطاقة الجنسية، و هذا ما ذهب إليه فرويد و أنا فرويد، و على خلاف ذلك ذهب أصحاب الاتجاه الانثروبولوجي إلى القول أن العوامل الثقافية و القيم السائدة في المجتمع هي التي تحدد طبيعة المراهقة، إلا أن الاتجاه التفاعلي يذهب إلى القول أن المراهقة تحددها تفاعل

¹ محمد مصطفى زيدان ، مرجع سابق ، ص 154

العديد من العوامل منها العوامل البيولوجية و الثقافية و الاجتماعية و طبيعة التنشئة الاجتماعية للفرد .

و عليه يمكن القول أن المراهقة مرحلة ذات أهمية في نمو الفرد تتطلب العديد من المطالب و الحاجات حتى يستطيع الفرد تجاوزها بسلام، تستوجب تضافر عدة عوامل من ظروف صحية و تنشئة أسرية سليمة و إشباع للحاجات ، و تكوين اتجاهات ايجابية نحو الأسرة و المجتمع وتحقيق الولاء للقيم الأخلاقية و الدينية التي تسود المجتمع الذي يعيش فيه .

المراحل الزمنية للمراهق :

لا يمكن في الحقيقة فصل حياة الإنسان بعضها عن البعض الآخر ،فهي وحدة متكاملة،فكل مرحلة من مراحلها ترتبط بسابقتها وبملاحقتها ، ولكنه تسهيلا للدراسة العملية الدراسة في خصائص كل مرحلة ،ومشكلات النمو فيها ، فقد تم تقسيم مرحلة المراهقة إلى التقسيمات التالية:

المراهقة المبكرة (12- 15 سنة) :

تمتد هذه الفترة من بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفسيولوجية الجديدة بعام تقريبا وهي مدة تتسم بالاضطرابات المتعددة حيث يشعر المراهق خلالها بعدم الاستقرار النفسي و الانفعالي و القلق و التوتر و يحاول المراهق في هذه المرحلة التخلص من كل أنواع الرقابة و رموز السلطة (كالأب في الأسرة المدرس في المدرسة) وترتبط هذه المرحلة بثلاثة مظاهر عامة هي :

- الاهتمام بتفحص الذات وتحليلها ووصف المشاعر الذاتية اتجاه النفس والآخرين.
- الميل إلى المظاهر الطبيعية(الاستمتاع بالطبيعة)وقضاء أكبر وقت خارج البيت.
- التمرد عمى التقاليد القائمة والمعايير والقيم الموجودة والسائدة في المجتمع.¹

المراهقة الوسطى (15 - 17 سنة):

¹ رمضان محمد القدافي ،علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ، المكتبة الجامعية ،الإسكندرية، 1997، ص 253

هي فترة تستمر لسنتين وهي أقرب إلى المراهقة المبكرة تمتاز هذه المرحلة بالهدوء والسكينة وبالالتجاء إلى تقبل الحياة بكل ما فيها من اختلافات وتتوفر لدى المراهق طاقة هائلة وقدرة على العمل وإقامة علاقات مع الآخرين.

وهي كذلك مرحلة استعادة التوازن لدى المراهق حيث يخف لديه التمرکز حول الذات ومراقبة ما يجري في داخله من تغيرات ويحل محلها الانفتاح على عالم الكبار من أجل العمل على تحقيق التوازن بين الرغبات والإمكانات.¹

المراهقة المتأخرة (17 - 21):

هناك من يطلق عليها مرحلة الشباب، تتميز هذه الأخيرة بالتوازن واتخاذ القرارات، إذ يتميز المراهق بالقوة والشعور بالاستقلالية ووضوح الهوية والالتزام والاستقرار في اتخاذ القرارات.²

ويشير العلماء إلى أن المراهقة المتأخرة تعتبر مرحلة التفاعل وتوحيد أجزاء الشخصية والتنسيق فيما بينها بعد أن أصبحت الأهداف واضحة والقرارات مستقلة فنجد المراهقة في هذه المرحلة يبتعد عن العزلة وينخرط في نشاطات اجتماعية ذلك أنه أصبح يتمتع بنضج ديني واجتماعي وجسدي.³

نستخلص مما سبق أن المراهقة في بداية ظهورها تكون مضطربة بالنسبة للمراهق وهذا راجع إلى الانتقال من مرحلة الطفولة حيث الاعتمادية تكون هي الميزة الأساسية عند الطفل في حين في المراهقة يكون الميل إلى البحث عن الاستقلالية أكثر زد على ذلك التغيرات المفاجئة التي تطرأ على الطفل المراهق، حيث تبدأ هذه الثورة في الهدوء النسبي كلما تقدم في العمر حتى يصل إلى الهدوء التام في المرحلة الأخيرة.

3 - 3 - أشكال المراهقة :

لا يوجد نمط واحد للمراهقة فقد حاول علماء النفس وضع تقسيم للمراهقة بحسب الأنماط السلوكية السائدة في كل جماعة و سنتطرق في دراستنا إلى البعض منها .

¹ المرجع نفسه ، ص 256

² أحمد محمد الزعبي، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، الأسس النظرية والمشكلات، و سبل معالجتها، دار زهران للنشر و التوزيع ، الأردن، 2001 ، ص 323

³ رمضان محمد القدافي، مرجع سابق ، ص 257

3-3-1 - المراهقة المتكيفة :

و فيها يتميز سلوك المراهقين بالهدوء النسبي و الاتزان الانفعالي و تكوين علاقة طيبة مع الآخرين ، و عدم التمرد على الوالدين أو المدرسين و فيها يشعر المراهق بمكانته في الجماعة و بتوافقه معها و لا يسرف في أحلام اليقظة أو غيرها من الاتجاهات السلبية ، و لا يكثر التفهم أو يطيل التفكير في مشكلاته الخاصة أو الذاتية و لا تستولي المسائل الدينية أو الفلسفية على تفكيره إلا نادرا ، و في هذا الشكل من المراهقة نجد أن سلوك المراهق ينحو نحو الاعتدال في كل شيء ، و نحو الإشباع المتزن و تكامل الاتجاهات .

و من العوامل التي تؤثر في هذا الشكل من أشكال المراهقة المعاملة الأسرية المتزنة التي تنطوي على قدر من الحرية ، و على تفهم حاجات المراهق و على احترام رغباته ، و على توفير جو من الثقة للمراهق ¹ .

3-3-2 - المراهقة الإنسحابية المنطوية:

وفيهما يتميز سلوك المراهق بالانطواء، و العزلة و الشعور بالعجز أو النقص ، و لا يكون له مخارج و مجالات خرج نفسه عدا أنواع النشاط الانطوائي مثل قراءة الكتب الدينية ، أو كتابة المذكرات التي يدور أغلبها حول انفعالاته ، و نقده للصور المحيطة و النظم الاجتماعية ، و الثورة على أسلوب تربية الوالدين ، كما ينتابه الكثير من الهواجس و أحلام اليقظة ، التي تدور موضوعات حرمانه من الملبس أو المأكل أو المركز المرموق أو الجنس ، مما يؤدي إلى إسرافه في الاستمناء أو مزاوله العادة السرية تخلصا مما يشعر به من ضيق و كبت و توتر ، نتيجة لعدم ميله إلى مجالات علمية خارج نفسه كالرياضة أو النشاط الاجتماعي ² .

كما يتميز هذا النوع من المراهقة بالاكنتاب و التردد و الخجل و القلق ، و يتأثر هذا النوع بعدة عوامل منها اضطراب الجو الأسري ، السيطرة و السلطة الوالدية تركيز

¹ مجدي محمد الدسوقي ،مرجع سابق ،ص 148

² نفس المرجع ،ص 149

الأسرة على النجاح الدراسي و التفوق ، مما يثير قلق الأسرة و قلق المراهق إضافة إلى جهل الوالدين لوضع المراهق الخاص في الأسرة و ترتيبه بين إخوته .¹

3-3-3 - المراهقة العدوانية المتمردة :

و فيها يتميز أسلوب المراهق بالمتمردة العدوان على الأسرة و المدرسة و أشكال السلطة ، و يسلك عديدا من الطرق في سبيل تحقيق ذلك منها محاولات التشبه بالرجال ، أو إتيان عديد من الأساليب الاحتيالية مثل التدخين ، أو اصطناع الوقار في المشي و الكلام ، و إطلاق الشارب و اللحية أحيانا ، أو اختراع قصص المغامرات و المحاولات الجريئة مع الجنس الآخر . و في هذا الشكل من أشكال المراهقة يقترن سلوك المراهق بشعوره بأنه مظلوم ، و بان الآخرين لا يقدرون موهبته و قدراته و إمكاناته . و تلعب أساليب المعاملة الوالدية الخاطئة دورا رئيسيا في ظهور هذا الشكل من أشكال المراهقة ، فأساليب التربية التي تتسم بالقوة و الصرامة و التزمّت و التساهل و التسامح في كل شيء تساعد على ظهور شخصية منكشحة انطوائية ، أو شخصية ثائرة عدوانية متمردة .

و تتفق العوامل المسؤولة على عن حدوث المراهقة الانسحابية المنطوية ، مع العوامل المسؤولة عن حدوث المراهقة العدوانية المتمردة .²

3-3-4 - المراهقة المنحرفة:

يتميز سلوك المراهق في هذا الشكل من المراهقة بالانحلال الخلقي التام أو الانهيار النفسي الشامل ، و تتفق العوامل المسؤولة عن حدوث هذا الشكل مع الشكليات السابقين مع اشتداد في درجة هذه العوامل ، مع إضافة عوامل أخرى منها ، مرور المراهق

¹ حامد عبد السلام زهران ، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة - عالم الكتب ، القاهرة ، ط5 ، 1995 ، ص 111
² مجد محمد الدسوقي ، مرجع سابق ، ص 149

بخبرة شاذة مريرة أو صدمة عاطفية عنيفة ، إلى جانب انعدام الرقابة الأسرية أو تخاذلها و ضعفها إلى جانب القسوة الشديدة في معاملة المراهق و تجاهل رغباته و حاجاته و التدليل الزائد ، و تكاد تكون الصحة السيئة عاملا مشتركا كما أن اقتران التوحد مع جماعة الرفاق بعيوب التربية في المنزل يساعد على ظهور هذا النمط من أنماط المراهقة¹.

كما أن مراهق هذا النمط لم ينجح في تطوير معايير الأخلاقية و بناء الضمير و تتسم علاقاتهم مع الآخرين بالبرود، يبحثون عن المتعة الشخصية و الحصول على اللذة أينما كانت، و الإشباع الفوري دون حساب للعواقب، و دون شعور بالذنب تصرفاتهم تتسم بعدم التفكير، و طموحاتهم تتسم بالأنانية².

نستخلص مما سبق أن للمراهقة أنماط يمكن أن نحدد من خلالها السمات و المميزات التي تميز المراهق انطلاقا من السلوكات التي تصدر من طرفه فنجد أن التنشئة الأسرية الجيدة و إشباع حاجات المراهقين تساعد على ظهور مراهقة متكيفة ، في حين أن إحباط إشباع حاجات المراهق و عدم توفير الجو الملائم يؤدي إلى عدم توافق المراهق مع المحيط و مع نفسه و بالتالي يلجأ عادة إلى الانسحاب من جهة و إلى العدوان من جهة أخرى كوسيلة دفاعية للتخلص من الإحباط و كعملية تكيفيه مع الوضع و المحيط و هذا ما نسميه بالمراهقة الإنسحابية و المراهقة العدوانية ، أما إذا لم يجد المراهق الاهتمام من طرف المحيط خاصة الأسرة إضافة إلى الاندماج مع جماعة سيئة ، وكثرة الإحباطات ولم تنجح الميكانيزمات الدفاعية في كبحها ، يلجأ أحيانا المراهق إلى طريق الجنوح و هذا ما نسميه بالمراهقة المنحرفة .

3-4-4 - مظاهر النمو في مرحلة المراهقة :

3-4-1 - النمو الجسمي و الوظيفي أو الفسيولوجي :

في هذه الفترة تحدث تغيرات فسيولوجية واضحة من نمو العضلات والعظام

¹ المرجع نفسه ، ص 149-150

² هدى محمد قناوي ، مرجع سابق ، ص 154

و تتضمن سرعة النمو مختلف أطراف الجسم و أعضائه . فبعض الأطراف و الأعضاء ينمو بسرعة ، و بعضها الآخر ينمو ببطء . كما تكتمل مظاهر النمو في بعض النواحي الجسمية ، بينما يستمر النمو في نواحي أخرى حتى بعد فترة المراهقة ولو خلال فترة قصيرة . فالقامة مثلا تزداد طولاً بحوالي 20 أو 25 سنتيمتر. كما تزداد الساقان طولاً سريعاً يؤدي أحياناً إلى حدوث تشققات جلدية على مستوى المفاصل . و بالتوازي مع مظاهر النمو يزداد الهيكل العظمي طولاً و سمكاً ، لكن الجمجمة تنمو ببطء ملحوظ .

وينمو القلب بسرعة كبيرة خلال النصف الأول من مرحلة المراهقة، حيث يتضاعف حجمه تقريباً . أما المخ فلا ينمو بسرعة بل يميل إلى الاستقرار بعد سن الرابعة عشر . و يلاحظ انخفاض نبضات القلب لدى المراهقين إلى حوالي 75 نبضة عند الأولاد ، و حوالي 80 نبضة لدى البنات و ذلك بالمقارنة مع سرعة نبضات السابقة التي كانت عند الولادة تصل إلى 135 نبضة و 90 نبضة في الدقيقة قبيل المراهقة . أما بالنسبة للتنفس فيلاحظ انخفاض نسبي في السرعة مقابل زيادة في القوة ، كما يلاحظ ارتفاع تدريجي في ضغط الدم .

و على مستوى الوجه يلاحظ نمو الأنف بسرعة و ازدياد حجمه ، مع ازدياد الفك عرضاً ، كما تبرز معالم الوجه و تتحد ملامحه أكثر ، حيث يفتح لون البشرة ويبدو أكثر صفاءً ، فتكتمل سحنة الوجه في صورتها الإجمالية وتصبح أكثر وضوحاً ، فوجه الفتاة مثلاً يصبح براقاً ، بينما تظهر صفات البلوغ الخارجية على الذكر ، حيث ينبت الشعر على الوجه بالإضافة إلى أماكن أخرى من الجسم . كما تتغير نبرات صوته . و على المستوى العضلي تزداد العضلات قوة و تتضاعف قبضة اليد ، و ذلك بدرجات متفاوتة بين الذكور و الإناث . كما تبرز النهود لدى الفتيات و يزداد الجسم وزناً بصفة عامة¹ .

3-4-2 - النمو الجنسي :

¹ جمال يحيوي ، مرجع سابق ذكره ، ص 296

يعتبر النمو الجنسي من الملامح المائية البارزة و الواضحة في مرحلة المراهقة و علامة بارزة للانتقال من مرحلة الطفولة إلى المراهقة .

و يعتبر النمو الجنسي في مرحلة المراهقة نتيجة منطقية لمجموعة التغيرات البيوكيميائية في هذه المرحلة ، فقد أوضح فتشاد و ريان (Fetshad & Rian) في كتابه "بيولوجية المراهقة " ، أن التغيرات البيولوجية و الكيميائية هي المسئول الأول عن التغيرات التي تحدث للمراهق و منها التغيرات الجنسية و أن الهرموجلوبين و خلايا الدم الحمراء تزداد في الذكور عن الإناث لمواجهة المجهودات العقلية التي يقوم بها المراهق.¹

و من أهم التغيرات التي تحدث في سن المراهقة تلك التي تحدث بالجهاز التناسلي و التي تؤثر على جميع صفات الفرد مثلا في الأولاد الذكور يحدث نمو شعر الوجه و شعر العانة و تدلي الخصيتين و إفراز الحيوانات المنوية ، وفي البنات يكبر الثديان ، وينمو شعر العانة و يبدأ حدوث الطمث.²

و على المستوى الغددي تفرز بعض الغدد المتخصصة حاثاتها أو هرموناتها المتعلقة بتنظيم مظاهر النمو خلال هذه المرحلة ، و مع نمو مظاهر البلوغ و تزايد التأثيرات الهرمونية ، و لاسيما هرمون تحت المخية و الهرمونات الجنسية أو التناسلية ، التي يفرزها المبيض عند الإناث ، و تلك التي تفرزها الخصية بالنسبة للذكور، يتكون لدى الفتيان و الفتيات الدافع الجنسي و نزعة الميل إلى الجنس الآخر .

وهذا الدافع الجنسي ، الذي يبدأ غامضا في البداية ثم يتضح أكثر مع اكتمال البلوغ ، يجعل المراهق بصفة عامة في وضعية حرجة يشعر فيها بالقلق و الحيرة والخجل معا ، و لاسيما في البيئات الاجتماعية التي لا تسمح فيها القيم و المعايير الاجتماعية و العادات و التقاليد السائدة للمراهق بالتعبير عن دوافعه الجنسية ، و في مثل هذه الحالات خصوصا يبقى المراهق و حده يتخبط في مشاكله الناتجة عن بلوغه.³

¹ كامل محمد عويضة ، علم النفس النمو ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، لبنان ، 1996 ، ص 180- 181

² مجدي احمد محمد عبد الله ، مرجع سابق ، ص 283

³ جمال يحيوي ، مرجع سابق ، ص 298 - 299

نستخلص مما سبق أن النمو يزداد في فترة المراهقة مقارنة بغيرها في المراحل المختلفة من حياة الفرد ، فنجد أن نمو أطراف الجسم و العضلات يزداد بشكل سريع الشيء الذي يزيد من قلق المراهق و حيرته و عدم فهمه لأصل هذه التغيرات التي لم يألف عليها من قبل ، كما نلاحظ النمو الجنسي يزداد و إفراز الغدد المسؤولة على النمو الجنسي لأول مرة هرمون الذكورة و الأنوثة و ظهور السمات المميزة للذكور و الإناث، إضافة إلى القيم و العادات السائدة في المجتمع التي تمنع المراهق من التعبير عن هذه الرغبات بطرق غير مشروعة ، هذا ما يزيد من قلقه و اضطرابه .

3-4-3 - النمو العقلي :

لاشك أن النمو العقلي للمراهق يعتبر عاملا محددًا في تقدير قدراته العقلية و يساعد هذا على أن يفهم المراهق نفسه و سيتبصر بما ينتظم شخصيته من ذكاء و قدرات عقلية مختلفة و من سمات شخصية اتجاهات و ميول .. الخ. كما أن هذا النمو يساعد على تنشئة المراهق بتنشئته بشكل سليم يتفق و ما لديه من هذه الإمكانيات الشخصية و من أبرز مظاهر النمو العقلي في مرحلة المراهقة:

3-4-3 - 1 - الذكاء :

يصل الذكاء إلى اكتمال نضجه فيما بين سن 15 سنة إلى 18 سنة و ذلك بالنسبة لغالبية أفراد المجتمع أما المتفوقين و الأذكياء فان نسبة ذكائهم تتوقف فيما بين سن 20 _ 21 سنة¹.

3-4-3 - 2 - الانتباه :

يلاحظ تزايد قدرة المراهق على الانتباه الإرادي سواء من حيث المدة أو من حيث المدى ، و يستطيع استيعاب مشاكل طويلة و معقدة في يسر و سهولة ، أن تلميذ المدرسة الثانوية يصبح قادرا على الاستمرار في الدرس الواحد لمدة أطول ، كما يمكن أن يفكر باستمرار في موضوع واحد معقد دون ملل لمدة أربع ساعات كما في الامتحانات العامة ، أو الانهماك في كتابة موضوع إنشائي أو مسالة رياضية صعبة .

¹ مجدي احمد محمد عبد الله ، مرجع سابق ، ص 288

3-4-3 — 3 — التذكر:

إن لتلميذ المدرسة الابتدائي قدرة كبيرة على التذكر الآلي ، عن طريق السرد دون فهم تام ، أما تلميذ المدرسة المتوسطة و الثانوية فإن تذكره يبني على الفهم و الميل فالتذكر عند المراهق يعتمد على القدرة على استنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكرة ، و لذلك لا يتذكر الموضوع جيدا إلا إذا فهمه فهما تاما و ربطه بغيره مما سبق أن مر به في خبراته السابقة ووضعه في الكل المنظم الذي تتبلور فيه خبراته ¹.

3-4-3 — 4 — التخيل :

يتجه خيال المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ ، أي على الصور اللفظية و لعل ذلك يعود إلى أن عملية اكتسابه اللغة تكاد تدخل في طورها النهائي من حيث أنها القالب الذي تصب فيه المعاني المجردة ، و يتضح تخيله في ميله إلى الرسم و الموسيقى و الشعر و كذلك أحلام اليقظة ، و لا شك أن نمو قدرة المراهق على التخيل تساعده على التفكير المجرد في مواد كالحساب و الهندسة ما يصعب عليه إدراكها في المرحلة السابقة من التعليم ².

3-4-3 — 5 — التفكير و الاستدلال :

ومع نضج الذكاء يتكامل الاستعداد للتفكير المنطقي المجرد الذي يتمثل في شكل سلسلة متتابعة من المعاني أو المفاهيم الرمزية الكلية تثيرها مشكلة ما و تهدف إلى غاية .

¹ عفاف أحمد عويس ، مرجع سابق ، ص 267

² عبد الفتاح دويدار ، سيكولوجية النمو و الارتقاء ، دار المعرفة الجامعية للطبع و التوزيع ، الإسكندرية ، 1994 ، ص 251

و يستخدم هذا التفكير كل الفعاليات التي نضجت في المراحل السابقة ، وهكذا يمتلك فكر الراشد محسوسات ، مفاهيم عامة ، أحكام ، استدلال ، ثم نزولا إلى معرفة الحالات الخاصة بالاستنتاج¹.

3-4-3 — 6 — الميول:

في فترة المراهقة تتنوع الميول ، و لقد أشارت بعض الأبحاث إلى أن الميل إلى أعمال النجارة و نشاط الأندية يزداد عند البنين أثناء المراهقة ، في حين يقل ميلهم نحو اللعب الميكانيكي و الطلاء و الرسم مثلا . أما الفتيات فيظهرن ميلا أكثر نحو الخياطة و الطرز و نشاط الأندية و يتضاءل لديهن الميل إلى أعمال المنزل ، و لهذا وجب تعميم أندية اجتماعية في هذه المرحلة يتوفر فيها أوجه نشاط متباينة تحت إشراف قائد يتفهم هذه المرحلة ، و بهذا يمكن إصلاح الميل الطبيعي نحو الجنوح في هذه المرحلة أو نحو الانطواء و البعد عن الجماعات و شرود الفكر الذي يشيع في هذا الوقت².

نستخلص من خلال ما سبق أن النمو العقلي لدى المراهق ينمو بشكل سريع فبعدها كان حسي حركي أصبح تجريدي حيث تصل إلى حدها الأقصى في هذه المرحلة و تصل إلى حد الاكتمال .

3-4-4 - النمو الانفعالي :

لقد قرر كثير من علماء النفس أن المراهقة تتسم بالتوتر الانفعالي و القلق والاضطراب، أو هي فترة تتسم بتقلبات انفعالية عنيفة تتحدد ملامحها بالثورة والتمرد على الوالدين و المحيطين به في بيئته، وكذا التذبذب بين الانفعال الشديد والتبلىد أو الهدوء الزائد، تتسم بالتناقض الواضح في انفعالاته بين الفرح و الحزن والانقباض و التهيج، و هذا لانتقاله من حياة الطفولة إلى حياة الراشدين، و هذا يدفع به إلى أن يكون في موقف اضطراب و عدم وضوح لهذه الانفعالات فسلوكه الطفلي مازال يرغب في بعضه، ولكنه من ناحية أخرى لم يعد سلوكه هذا مقبولا من طرف الكبار مما يثير لديه الاضطراب الانفعالي³.

¹ عفاف أحمد عويس ، مرجع سابق ، ص 268

² عبد الفتاح دويدار، مرجع سابق ، ص 252

³ مجدي احمد محمد عبد الله ، مرجع سابق ، ص 290

3-4-4-1 - الخواص الانفعالية للمراهق :

3-4-4-1-1 - القلق و الحيل الدفاعية :

المراهقة فترة قلق انفعالي وهذا القلق نتيجة التغيرات النفسية و الجسمية التي تحدث في هذه الفترة فهو لم يعد ذلك الصغير الذي لا يهتم به الناس بل أصبح في طريقه إلى الرجولة النمو الكامل ، إلا انه مع ذلك لم يتحرر بعد من كل صفات الطفولة فلا زال بعضها موجودا¹.

وعليه فان التغيرات التي تعترى جسم المراهق تختلف عن التغيرات التي تحدث له أثناء فترة الطفولة . و هنا يتساءل المراهق ماذا يحدث ؟ و ما هي الطريقة التي ينظر من خلالها و يشعر ، و عليه يظهر القلق كشعور ينشأ من مختلف الضغوط التي يتعرض لها المراهق و لذلك نجده دائما يستخدم الحيل الدفاعية لكي يقلل من شعوره بهذا القلق الناجم عن الإحباطات و الصراعات التي لم تحل².

3-4-4-2-1 - الصراع النفسي:

يعاني المراهق صراعا نفسيا يتجلى في تطرفه الانفعالي و في تقلبه بين النقيضين في مظاهر الانفعال و هو يريد ما يرفضه بعد قليل . فإذا غضب لا يستطيع التحكم في أعصابه و مظاهره الجسمية ، و إذا فرح فانه يقوم بحركات لا تدل على الاتزان الراشد من قفز أو صياح أو غناء أو هز عنيف لمن كان أمامه أو دوران على رجل واحدة حول نفسه بحركة بهلوانية ... الخ³.

و نتيجة الصراع الحادث في نفسية المراهق و انتقاله من حالة انفعالية إلى أخرى فهو يتأرجح بين التهور و الجبن وبين المثالية و الواقعية ، و باختصار أن المراهق شخصية مضطربة قلقة غير مستقرة فالصراع في تفكيره ناتج عن الصراع بين انفعالاته .

¹ عبد الفتاح دويدار، مرجع سابق ، ص 257

² مجدي احمد محمد عبد الله ، مرجع سابق ، ص 292

³ عفاف أحمد عويس ، مرجع سابق ، ص 261

وهناك مظهر آخر للصراع في سلوك المراهق الاجتماعي و الفردي ألا و هو الصراع بين اعتداده لذاته جسمي و بين الخضوع للمجتمع الخارجي العنيف¹.

3-4-4-1 - 3 - عدم الثبات في المظهر الانفعالي :

تتميز انفعالات المراهق بالحدة و التذبذب و التناقض و نقص القدرة على التحكم في التعبير عنها ، و تشبه هذه الانفعالات إلى حد كبير انفعالات الطفل ، إلا أن الاختلاف بينهما يكون في نوع المثيرات ، حيث يثور المراهق لانتقاده أو حرمانه من بعض الامتيازات أو التدخل في أموره الشخصية .

كما أن انفعالات المراهق عادة تكون حادة والتعبير عنها لا يخضع للتحكم أو السيطرة ، و على الرغم من ظهور بعض أعراض سوء التوافق نتيجة لذلك ، إلا أن السلوك الانفعالي للمراهق يتحسن عاما بع عام ، و مع الاقتراب من مرحلة الرشد نجد أن النمو الانفعالي للمراهق يتجه نحو الاستقرار ، شأنه في ذلك شأن الجوانب الأخرى للنمو كالنمو الجسمي و النمو العقلي².

3-4-4-2 - 2 - مظاهر النمو الانفعالي في فترة المراهقة

3-4-4-3 - 1 - الحساسية الشديدة :

يتأثر المراهق سريعا لأتفه المثيرات الانفعالية ، فهو مرهف الحس رقيق الشعور تسيل دماعه منعزلا أو بين الآخرين . و يتأثر حين ينقده الناس و لو كان النقد هادئا و صحيحا. ثم انه شديد الحساسية بما يسمع من مواظ خلقية و قصص تاريخية أو بطولية .

و ترجع هذه الحساسية إلى اختلاف في هرمونات الغدد ، و إلى النمو الجسمي السريع و عدم قدرة الفتى على التكيف مع البيئة المعقدة التي تطلب منه تصرفا أكثر تعقلا بينما هو لا يزال عاجزا عن التحكم الكامل في جسمه و تعبيراته³.

3-4-4-3 - 2 - الكآبة:

¹ عبد الفتاح دويدار، مرجع سابق ، ص 257

² مجد محمد النسوقي، مرجع سابق ، ص 165

³ عفاف أحمد عويس ، مرجع سابق ، ص 261

يتعرض بعض المراهقين لحالات من اليأس و الحزن و القنوط نتيجة لما يلقونه من فشل و إحباط بسبب أمانهم العريضة و عجزهم عن تحقيقها. يدفعهم ذلك إلى العزلة و الانطواء على الذات. و قد يشتد بهم اليأس و يسوقهم إلى التفكير في التخلص من الحياة و أعبائها و هنا تظهر بعض حوادث الانتحار في المجتمعات.¹

3-4-4-3 - الانطلاق :

إذ كثيرا ما يندفع المراهق وراء رغباته و اهتماماته ، فيقدم على عمل أشياء، ثم يتخاذل عنها في ضعف و تردد ، و يلوم نفسه، و لذلك نجده سرعان ما يستجيب لسلوك الجماهرة و المظاهرات الثائرة في طيش قد يرمي به إلى التهلكة.²

3-4-4-4 - أحلام اليقظة:

وهي تلك النوبات التي يسلم فيها المراهق نفسه لخياله ينطلق به جامحا ، و يعيش فترة من الزمن بعيدا عن الواقع مفضلا عليه حياة أخرى جميلة من صنعه ، و أحلام اليقظة سلاح ذوا حدين فقد تكون دافعا و قد تكون عائقا . فهي دافع إذا كان تخيل المراهق نفسه في مركز مرموق و اتخذ من ذلك هدفا و عمل على أن يحققه بالعمل و بدل الجهد أما إذا استغرق معظم وقته في التخيل فإنها تكون عائقا و تعبيراً عن سوء التوافق مع الوسط الذي يعيش فيه و عدم قدرته على التحقيق و الانجاز في الواقع . و بالتالي فإن درجة استغراق المراهق في أحلام اليقظة هي مؤشر على كم الإحباطات التي يواجهها المراهق في حياته الواقعية.³

3-4-4-5 - الرغبة في مقاومة السلطة:

من خلال الموقف السلبي من المجتمع عند بعض المراهقين يتمثل في الثورة و التمرد. و يشمل هذا السلوك الأسرة و المدرسة و النادي و كافة المؤسسات الاجتماعية التي يتعامل معها المراهق فالتمرد ينصب على كل صور السلطة. و يعتقد المراهق أن نصائح الآباء و المعلمين تدخلا في شئونه الخاصة و رغبة منهم في التحكم فيه. و يعتقد

¹ المرجع نفسه ، ص 262

² محمود عبد الحليم منسي و آخرون ، مبادئ علم النفس و النمو ، مركز الاسكندرية للكتاب ، مصر ، 2000 ، ص 404

³ علاء الدين كفاي ، مرجع سابق ، ص 290

المراهق أن الآباء و المعلمين لا يزالون يعاملونه كما لو كان صغيرا و لا يعطونه ما يستحق من معاملة. و لذا يكون رد الفعل لديه إزاء المعاملة المحيطين به من آباء و معلمين هي الثورة و التمرد والعناد و الرفض بدون تدبر أو تفكير فيما يقال أو يعرض عليه. و نجد كثيرا من المراهقين يرفضون من الآباء ما يقبلونه من الأصدقاء و الزملاء.¹

3-4-5 - النمو الاجتماعي:

تتميز العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة بأنها أكثر تمايزا ، و أكثر اتساعا و شمولاً عنه في مرحلة الطفولة ، فبنمو الفرد تزداد آفاق علاقاته الاجتماعية و تتسع لتتابع مراحل النمو المضطرب ، و تستمر عملية التطبيع الاجتماعي و التنشئة الاجتماعية.

و باتساع دائرة العلاقات الاجتماعية خلال التفاعل الاجتماعي، يتخلص المراهق من بعض جوانب الأثرة و الأنانية التي تطبع سلوكه في مرحلة الطفولة فيحاول أن يأخذ و يعطى و يتعاون مع الآخرين.

و أثناء تفاعل المراهق و تعامله تتأكد لديه مظاهر الثقة بالنفس ، و تأكيد الذات ، و لذا ميل المراهق للعناية بمظهره و ملبسه و طريقة حديثه ، و يتولد لدى المراهق شعوره بالولاء و الانتماء لجماعة الرفاق.²

واهم ما يميز الخصائص الاجتماعية هو سلوكه الاجتماعي بين الآخرين و السمات المميزة لهذا السلوك التي يمكن إجمالها فيما يلي:

- يميل المراهقون إلى اختيار الأصدقاء و الاندماج في جماعات من نفس السن ، و يعملون على مسايرة جماعات الرفاق في سلوكها و اهتماماتها ، قصد إشباع الحاجة إلى الانتماء و تحقيق الأمن و استبدال سلطة الأسرة بسلطتها ، نتيجة البحث عن استقلالية الشخصية .

¹ نفس المرجع ، ص 288-299

² عبد الفتاح دويدار، مرجع سابق ، ص 252

- التأكيد على الذات و البحث عن المركز الاجتماعي في المجتمع و المغالاة في البحث عن الزعامة و حب الظهور ، قصد تحقيق الاعتراف الاجتماعي بشخصيته و جلب أنظار أقرانه إليه .
- الشعور بالمسؤولية الاجتماعية و الرغبة في الزواج ، و البحث عن رفيقة الحياة و هذا يؤدي به إلى الاختلاط بالجنس الآخر ، و يهتم أكثر بجسمه و هندامه ليجلب انتباه الجنس الآخر إليه .
- الرغبة في تحقيق الاستقلالية الاجتماعية عن الأسرة ، و اتخاذ نمط حياة خاص به ، و يتبع ذلك بالعمل على تحقيق الاستقلال الاقتصادي و الاعتماد على النفس و توفير المال .
- مقاومة السلطة ، سواء تمثلت السلطة في ابسط صورها (الأسرة) أو كانت السلطة العامة للمجتمع أو المدرسة و تظهر هذه الخاصية في الثورة و الغضب و التبرم بالقيم و التقاليد الاجتماعية ، و التهديد بالهروب من المنزل ، أو محاولة إيجاد عمل و ترك الأسرة .
- اتساع دائرة العلاقات الاجتماعية للمراهقين ، و العمل على ربط حياتهم بجملة من العلاقات التي توفر لهم الحرية و إبراز الذات ، وهذا ما يؤدي إلى اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي للمراهقين .
- وتجدر الإشارة إلى أن هناك نسبة كبيرة في توفر مثل هذه الخصائص في شخصية المراهق ، و ذلك راجع إلى الظروف التي نشأ فيها المراهق و نمط التنشئة الاجتماعية التي تلقاها.¹

3-4-6 - نمو هوية الذات في مرحلة المراهقة :

لقد كان عالم النفس التحليلي إريكسون (Erikson) أول من أدرك أن بناء الهوية الذاتية يعتبر من أهم انجازات الفرد في مرحلة المراهقة ، و هو خطوة حاسمة في قدرة الفرد على الوصول إلى الإنتاجية و السعادة في مرحلة الرشد ، و يتضمن بناء الهوية

¹ مصباح عامر ، مرجع سابق ، ص 182-183

معرفة الفرد لذاته و القيم التي يتبناها و الاتجاهات التي يختارها لتحديد طريقة حياته ، و أطلق اريكسون على الصراع النفسي في مرحلة المراهقة اسم الهوية مقابل اضطراب الهوية ، حيث اعتقد أن النتائج الناجحة للمراحل السابقة تمهد الطريق لحل هذه الأزمة بطريقة ايجابية ، و لعل الشيء الأكثر أهمية حول تطور الهوية في مرحلة المراهقة و لاسيما في السنوات المتأخرة منها ، أن التطور الجسدي و المعرفي و النفسي و الاجتماعي يتقدم لأول مرة إلى النقطة التي تمكن الفرد من تصنيف و تركيب خصائص هويته في مرحلة المراهقة تمهيدا للوصول إلى النضج في مرحلة الرشد .

و خلال مرحلة المراهقة تصبح وجهات نظر العالم المحيط بالفرد أكثر أهمية للمراهق الذي يدخل من وجهة نظر اريكسون ما يطلق عليه اسم التوقف النفسي عن القيام بالأنشطة و الأدوار المستحقة في هذه المرحلة ، وهذا يشير إلى الفجوة بين الأمن الذي يشعر به الفرد في مرحلة الطفولة و الاستقلالية التي يميل إلى تحقيقها في مرحلة الرشد .¹

و يكون على المراهق أن يجيب على أسئلة كثيرة حول من هو ؟ و ماذا يريد ؟ و ما موقعه في وسط العالم الذي يعيش فيه ؟ و كيف يحدد علاقته بالمحيطين به ؟ و كيف يحكم على الأشياء و التصرفات و يقيمها بالمعايير التي تحكم هذا التقييم ؟ . كل هذه الأسئلة و غيرها لا يجد لها جوابا إلا في إطار هوية شخصية يكونها لنفسه . و يظل المراهق يعاني الحيرة و التخبط إلى أن يكون له هوية تكون له بوصلة هادية و توجه سلوكه . و من هنا فان الطلب النمائي الأساسي في مرحلة المراهقة هو أن يتبنى المراهق إحساسا جديدا بالهوية الذاتية ، و ذلك بتعديل الإدراكات و الأهداف و القيم القائمة لديه و تبني إدراكات و أهداف و قيم جديدة، تبدأ هذه العملية عند (11-13 سنة) حينما يخبر العديد من الأطفال طفرة النمو الجسدي ، و تأخذ ما يقرب من (4-8) سنوات لاستكمال دائرة النمو الجسدي و الوصول إلى النضج الفزيولوجي و يحتاج

¹ صالح محمد علي ابو جادو ، مرجع سابق ، ص 445- 446

المراهق تقريبا إلى وقت ما لكي يحصل أو يحقق مرة أخرى الثبات الانفعالي و الاجتماعي ، و لكي يكون لديه إحساس دائم بالهوية الشخصية¹ .
و يعتقد إريكسون أن تشكل الهوية يتكون من مرحلتين يسعى الأفراد في الأولى للإجابة على السؤال : (من أنا؟)، فبسبب شعور المراهقين بعد الارتياح نتيجة عدم قدرتهم على التنبؤ بالتغيرات الجسمية و التطور الجنسي و عدم التأكد من أدوارهم الاجتماعية ، يصبحون أكثر انشغالا بمن يكونون فعلا و كيف يبدوون في نظر الآخرين ، وفي الغالب يتبنى المراهقون أسلوب محاكاة الأبطال و الالتزام بالمعتقدات المثالية في ثقافتهم ، كما أن البعض يتمسكون بهذه المثل أملا في استمرار عملية التحسن أثناء مرورهم بالتغيرات السريعة التي تشهدها المرحلة ، و على أي حال فان بعض المراهقين يميلون إلى تجنب التعبير عن التزاماتهم بشكل نهائي و حاسم ويمكن أن يلجؤا إلى أسلوب النقد الساخر للتعبير عن عدم ثقتهم و مخاوفهم فضلا عن حاجاتهم إلى ترسيخ معتقداتهم حول هذه المثل .

و عندما يكتمل تشكيل الهوية في هذه المرحلة، فان الفرد سيكون واثقا من انه يمتلك إحساسا داخليا بالاستمرارية و التماثل مع الآخرين ، حيث ينتقل إلى المرحلة الثانية من مراحل تشكيل الهوية التي أطلق عليها إريكسون اسم مرحلة الالتزام العميق ، و تشير هذه المرحلة إلى قدرة الفرد على الالتزام نحو شيء أو شخص معين وتطوير القوة الأخلاقية اللازمة لتحقيق هذا الالتزام حتى عندما يتطلب الأمر التضحية والوصول إلى تسويات ، و يمكن أن يصل العديد من الناس إلى هذه المرحلة قبل دخول المدرسة في حين يصل إليها آخرون في العشرينات من أعمارهم ، أو حتى في فترات متأخرة من مرحلة الرشد² .

و يرى مار شيا (Marcia) أن المراهقين الذين فشلوا في تكوين الهوية و تعرضوا لتميع الدور قد يجدون أنفسهم أمام وجه من أوجه أربعة هي: الابتسام و الهوية السلبية و تميع الدور و التأجيل.
أما الابتسام فيتضمن أن المراهق يميل إلى تبني الأدوار التي تلائم الأعمار الأكبر

¹ علاء الدين كفاي ، مرجع سابق ، ص 294
² صالح محمد علي أبو جادو ، مرجع سابق ، ص 447

و يحدث هذا في الحالة التي يستجيب فيها المراهق إلى أو انه استجاب إلى الرغبات الو
الدية من قبل أن يتدبر البدائل التي ربما تكون أكثر مناسبة لحاجاته و شخصيته .
و بعض المراهقين يرفض الأدوار و الاختيارات التي يرشحها لهم الآباء أو يفضلونها
لهم ، لكنهم مع ذلك يجدون صعوبة في إيجاد البدائل التي تناسبهم و في الحالات الشديدة
منها أو المزمنة أو التي تستغرق وقتا طويلا هي التي تحدث فيها الهوية السلبية .
و بعض المراهقين الذين يعانون من تمييع الهوية - و التي تسمى أيضا تشتت الهوية -
يكونون لا مبالين حول إيجاد هوية، و يكون لديهم التزامات و قيم و أهداف قليلة سواء
كانت من اختياراتهم أو من اختيار آبائهم . و يبدو هؤلاء المراهقين كما لو كانوا عديمي
الدافعية و غير مكثرئين لمثل هذه الأمور .

و تأجيل الهوية أو التوقف المؤقت للاختيار و اتخاذ القرار يحدث أيضا في كثير من
الحالات و ربما يحدث هذا التأجيل قبل اكتمال تكوين الهوية ، و هذه الأزمة التي لم
تحل قد تتضاعف بالتغيرات الفسيولوجية الحادة في المراهقة مما يسبب مشكلة حادة في
تحديد هويته ، و قد تسبب مشكلات سلوكية أو جناح¹ .

3-4-7 - حاجات المراهقة:

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات في حاجات المراهقين، و لأول وهلة
تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين . إلا أن المدقق يجد فروقا واضحة
خاصة بمرحلة المراهقة. و لعلنا لا نبالغ إذا قلنا أن الحاجات و الميول و الرغبات تصل
في مرحلة المراهقة إلى أقصى درجة من التعقيد.

الحاجات البيولوجية :

و على وجه التخصيص الحاجات الجنسية التي تظهر في شكل ميل إلى الجنس الآخر ،
و إقامة علاقات ودية ، و التفكير في الزواج² .

3-4-7-1 - الحاجة إلى الأمن :

و تتضمن الحاجة إلى الأمن الجسدي و الصحة الجسمية ، الحاجة إلى الشعور بالأمن
الداخلي ، الحاجة إلى البقاء حيا ، الحاجة إلى تجنب الخطر ، الحاجة إلى الشفاء عند

¹ علاء الدين كفاي، مرجع سابق ، ص 296-297

² مصباح عامر ، مرجع سابق ، ص 188

المرض أو الجرح ، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة الحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع الحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية¹.

3-4-7-2 - الحاجة إلى الحب و القبول:

وتنظم الحاجة إلى الحب و المحبة ، الحاجة إلى القبول و التقبل الاجتماعي ، الحاجة إلى الأصدقاء ، الحاجة إلى الشعبية ، الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات ، الحاجة إلى إسعاد الآخرين .

3-4-7-3 - الحاجة إلى مكانة الذات :

و تشمل الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق ، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية ، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة ، الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين ، الحاجة إلى التقبل من الآخرين ، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي ، الحاجة إلى أن يكون قائد و أن يتبع قائد ، الحاجة إلى أن يحمي الآخرين ، الحاجة إلى تقليد الآخرين ، الحاجة إلى المساواة مع رفاق السن و الزملاء في المظهر و الملابس .

3-4-7-4 - الحاجة إلى النمو العقلي :

و تتضمن الحاجة إلى التفكير و توسيع قاعدة الفكر و السلوك ، الحاجة إلى تحصيل الحقائق ، الحاجة إلى تفسير الحقائق ، الحاجة إلى التنظيم ، الحاجة إلى الخبرات الجديدة و التنوع ، الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل ، الحاجة إلى النجاح و التقدم الدراسي ، الحاجة إلى التعبير عن النفس ، الحاجة إلى المعلومات و نمو القدرات الحاجة إلى التوجيه و الإرشاد العلاجي و التربوي و المهني و الأسري و الزواجي .

3-4-7-5 - الحاجة إلى تحقيق الذات و تأكيدها :

¹ صلاح الدين العمريه ، علم النفس النمو ، مكتبة المجتمع العربي للنشر ، الأردن ، 2005 ، ص 293

و تشمل الحاجة إلى النمو ، الحاجة إلى أن يصبح سويا و عاديا ، الحاجة إلى التغلب على العوائق ، الحاجة إلى العمل نحو هدف ، الحاجة إلى معارضته للآخرين ، الحاجة إلى معرفة الذات ، الحاجة إلى توجيه الذات .
إضافة إلى هذه الحاجات هناك حاجات أخرى منها :

3-4-7-6 - الحاجة إلى الاستقلال :

و هذا ما يظهر من خلال حرص المراهقين على الاستقلال عن الأسرة و الثورة على السلطة¹.

3-4-8 - مشكلات المراهقة :

لا يعني بحثنا عن مشكلات هذه المرحلة أن مشكلاتها تفوق أهميتها مراحل النمو الأخرى ، إذا إننا نتفق مع (هافجرسيت) في أن لكل مرحلة من مراحل النمو عملياتها الارتقائية التي يفرضها المجتمع في كل مرحلة بعينها ، و يتوقف على تحقيقها إشباع الحاجات الفردية و تكيف الفرد مع مجتمعه و هذه العمليات كحتميات اجتماعية في كل مرحلة من مراحل النمو .

و الفرد تسيره حاجاته الفسيولوجية و الاجتماعية و فكرته عن نفسه ، و تعبر الحاجات عن نفسها عن طريق السلوك الظاهر ، فادا لم تشبع هذه الحاجات إشباع مناسباً يصبح لدينا موقف يبعث على التوتر ، و بالتالي يختل توازن الفرد مع بيئته ، و حينئذ يمكن القول أن لدى الفرد مشكلة².

كثيرة هي المشكلات التي يواجهها المراهقون في هذه المرحلة ، و بطبيعة الحال فانه ليس من الممكن التعرض لكل هذه المشكلات نظرا لكثرتها و اتساع مدى تأثيرها و تباينها بشكل كبير من ثقافة إلى أخرى لكننا سنتطرق إلى أبرزها و أكثرها انتشارا و هذا بشكل موجز و مختصر من خلال عرضنا للمشكلات في شكل فئات كما يلي :

¹ صلاح الدين العمري ، مرجع سابق ، ص 294
² سعد جلال ، مرجع سابق ، ص 238

مشكلات الشخصية، مشكلات نفسية و انفعالية ، مشكلات سلوكية، مشكلات متعلقة بالجنس، مشكلات اجتماعية.

3-4-8-1 - المشكلات الشخصية :

يتطلب دخول المراهق في مرحلة المراهقة و انفصاله عن فترة الطفولة تعديل فكرته عن نفسه ، و بالتالي إعادة النظر في دوره و مركزه و يسعى الشاب في خضم التغيرات التي يمر بها إلى البحث عن ذاته و دوره و مركزه ، فتتعدل فكرته عن جسمه الذي كان جزء من ذاته في الطفولة ، و يشعر المراهق بالقلق من جراء تشوقه إلى أن ينمو جسمه ليبلغ مبلغ الرجال لذا نجد أن مصادر قلق المراهق من ناحية جسمه في ها السن متعددة ، فالنحافة الزائدة أو السمنة الزائدة كذا الطول أو القصر أو عدم تناسق أجزاء جسمه مع بعضها البعض ، و حجم العضو التناسلي و ما إلى ذلك ، تحتل مركز اهتمامه و يسعى إلى مقارنة نفسه بالغير فيها ، و قد يدفع هذا إلى محاولة استكمال شعوره بالنقص من ناحية جسمه إلى ممارسة الألعاب الرياضية العنيفة ، ممارسة العادة السرية ، القيام بمغامرات جنسية ليؤكد بها رجولته.¹

و من النادر قبول المراهق لذاته الجسمية حيث تعد الجاذبية الجسمية معيارا أساسيا للقبول الاجتماعي ، مما يزيد في صعوبة تقبله لذاته الجسمية و تأكيد شعوره بان هناك خطأ ما في طوله أو وزنه أو في بشرته أو في شعره أو في درجة نضجه أو في جوانب أخرى من العيوب الذاتية ، التي تصبح محور اهتمامه و تؤدي في كثير من الأحيان إلى رفضه لذاته ، إضافة إلى أن هناك علاقة مهمة بين التكيف و التوافق النفسي و بين

¹ المرجع السابق، ص 243

مفاهيم المراهق عن ذاته و لاسيما المظهر و التي قد تدفعه في كثير من المواقف لتبني بعض الانحرافات السلوكية تعويضا عن تلك المشاعر.¹

3-4-8-2 - المشكلات النفسية و الانفعالية :

يتعرض بعض المراهقين لحالات من الاكتئاب و الانطواء و الحزن و الآلام النفسية نتيجة لما يعانونه من صراع بين الدوافع و بين تقاليد المجتمع و معاييره ، وهذا الصراع ناتج من اعتداده بنفسه و بين خضوعه للعالم الخارجي .

كما نلاحظ مشاعر الغضب و الثورة و التمرد نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة و المجتمع ، و معروف أن الغضب من أهم أعراضه الحساسية الشديدة واهم مثيراته هنا هو الشعور بالظلم و الحرمان و إساءة استغلاله ، و شعوره أن الآخرين لا يفهمونه أو قسوة الضغوط الاجتماعية .

و يلاحظ الخوف في بعض المواقف عندما يتعرض المراهق للخطر ،حيث يستجيب المراهق للخوف و مواقف الخوف ذات الطابع الاجتماعي التي يدرك أنها تهدد مكانته الاجتماعية.²

كما يعاني المراهق كذلك من القلق الذي ينشأ من مراقبة الفرد للمثيرات و المواقف المؤلمة ، أو لسبب ترددي الأوضاع الأسرية مثل الخلافات الأسرية بين الآباء أو المرض ، و كثيرا ما تبدو على المراهق مظاهر الشعور بالهبوط و الانحطاط القوي التي تدوم بضعة أيام أو أسابيع و يرافقها الشعور بالفشل و عدم الفائدة .

¹ بدر إبراهيم الشيباني، سيكولوجية النمو (تطور النمو من الإخصاب حتى المراهقة)، مركز المحفوظات و التراث و الوثائق، الكويت 2000، ص216

² كامل محمد عويضة ، مرجع سابق، ص155-156

كما تظهر استجابة انفعالية تنشا من الغضب كالغيرة، و تظهر في صورة قوية عندما يبدأ المراهق الاهتمام بالجنس الآخر ، و تظهر الغيرة كذلك في غير المراهق على زملائه الذين يكون تحصيلهم عال¹.

و من المشكلات الانفعالية كذلك عند المراهق الخجل و الحساسية المفرطة ، فهو يخشى غشيان الاجتماعيات و المناسبات الاجتماعية خاصة إذا كان بمفرده ظنا منه انه سيكون محط أنظار و تعليقات الحاضرين ، و تزداد هذه الخاصية عند من سبق لهم أن تعرضوا لمواقف اجتماعية محرجة ، و يكون نصيب البنات أكثر من نصيب البنين من ظاهرتي الخجل و الحساسية ، و تتوقف درجة الحساسية أيضا على تربية الطفل و نوع المعاملة التي تلقاها في الصغر و فكرته عن نفسه².

3-4-8-3 - المشكلات السلوكية :

3-4-8-3-1 - السلوك العدوانى :

يكثر انتشار هذا النمط من السلوك بين تلاميذ الإعدادية والثانوية ، و يتمثل هذا السلوك في مظاهر كثيرة منها التهيج في الفصل و الاحتكاك بالمعلمين و عدم احترامهم والعناد و التحدي و تخريب أثاث المدرسة و الإهمال المتعمد لنصائح و تعليمات المعلم و بالتالي للمناهج الدراسية و لنظمها و قوانينها ، و لا يمكن إرجاع هذا السلوك العدوانى إلى عامل بالذات بل ترجع غالبا هذه الأنماط السلوكية إلى عوامل كثيرة متشابكة منها عوامل شخصية و أخرى اجتماعية و منها :

- الشعور بالخيبة الاجتماعية و التأخر الدراسي و الإخفاق في حب الوالدين و المعلمين

- المبالغة في تقييد الحرية و التدخل في الشؤون الخاصة للمراهقين

- التغيير في السلطة الضابطة و عدم ثباتها

- توتر الجو المنزلى الذي يعيش فيه المراهق

¹ أحمد محمد الزعبي ، مرجع سابق ، ص450
² علاء الدين كفاي ، مرجع سابق ، ص289

- وجود نقص جسمي في الشخص مما يضعف قدرته على مواجهة المواقف أحيانا¹.

3-4-8-3 - الجنوح و الجناح :

الجناح درجة شديدة أو منحرفة من السلوك العدوانى حيث يبدر عن المراهق تصرفات تعتبر ذات دلالة على سوء الخلق و الفوضى و الاستهتار و قد يصل بهم الحال إلى الجريمة ، و قد يصل الجناح إلى صورة الاعتداء المادي على المعلم أو الأب ، أو قد يظهر في الانحراف الجنسى و إدمان المخدرات و إيذاء النفس .

و قد ينتهي الحال في بعضها إلى انتقام الفرد من نفسه بالانتحار ، و يرجع الجناح لعدة عوامل منها عدم قدرة المراهق على التكيف تكيفا سليما في المنزل أو المدرسة و قد يرجع لضعف في قدرة المراهق العقلية أو لعاهة جسمية واضحة أو الفشل المتكرر في المدرسة أو الضعف في صحته أو نتيجة لمعانات من قلق انفعالي أو عدم إشباع للحاجات النفسية الأساسية ، فالمراهق الذي ينقصه الحب و يحس بالحرمان و الذي لا يحس بالأمن هو المراهق الذي يميل للعدوان نحو والديه أو نحو المجتمع بعد ذلك².

3-4-8-4 - مشكلات اجتماعية :

تأخذ المشكلات الاجتماعية في مرحلة المراهقة ثلاث أشكال من الثورة و التمرد.

3-4-8-4-1 - ثورة المراهق على السلطة الأسرية:

ليس من الضروري في ثورة المراهق وتمرده أي دليل على انحرافه أو شدوده أو جنوحه فالثورة هنا ليس معناها الكره و الحقد بل أنها خاصية طبيعية تتميز بها هذه المرحلة ، و هي تكون موجهة إلى الأب و الأم والأقارب ، لان هؤلاء هم الدين يحيطونه بالعطف و الرعاية ، و هذا الحنو هو قيد من قيود الأسرة يحاول المراهق أن يكسر ، لان هذا القيد يذكره بأيام الطفولة بما فيها من خضوع ، و هذه الثورة تتخذ مظاهر متعددة منها ثورة المراهق إذ لم يجد الطعام المناسب ، أو ثورته لتدخل أبيه أو

¹ عبد الفتاح دويدار ، مرجع سابق ، ص 169
² المرجع السابق ، ص 270

أمه في شؤونه الخاصة أو دراسته أو إظهار سلطانه أو نفوذه على إخوته الصغار ، و غالبا ما تكون هذه الثورة غير مناسبة مع أهمية الموقف .

و هذه الثورة قد تكون ايجابية صريحة يجهر بها المراهق أو قد تكون سلبية عندما يخلو لنفسه و يبدو ذلك واضحا في أحلام اليقظة أو عند كتابة المذكرات .

فالطفل عندما يصل إلى مرحلة المراهقة يعيد المراهق النظر في روابطه التي تربطه بأسرته و رفقاء طفولته لاستبعاد ما لم يعد متفقاً و نظرتة الجديدة إلى نفسه و إلى ما يحيط به ، كما يصبح المراهق ميالا للنقد و مناقشة ما يعرض عليه من آراء و أفكار و يضيق عندما يتدخل الآباء في شؤونه التي يزعم أنها خاصة به ، و يرى أن هذا التدخل تصغيراً من شأنه و احتقار لقدراته و عدم اعتراف من الآخرين بما و صل إليه من نضج¹ .

3-4-8-4-2 - ثورة المراهق على السلطة المدرسية :

أما المدرسة فليس من السهل أن يفعل فيها كذلك في أغلب الأحيان فقد يؤخذ مظهرا سلبيا للتعبير عن ثورته كاصطناع الغرور و الوقار المتكلف أو الاستهانة بالدرس أو قد تصل به الثورة أحيانا لدرجة التمرد و الخروج عن السلطة المدرسية بوجه عام و على المدرسين بوجه خاص لدرجة قد تصل إلى العدوان .

و تمرد المراهق على السلطة المدرسية يزيده قربا من رفقائه في المدرسة لإن هؤلاء الرفاق إنما هم امتداد لذاته فهم يحسون بإحساسه و يشعرون بنفس شعوره ، و بادل هذه الأحاسيس و الرغبات يشعر المراهق بان ما يقوم به من مقاومة للسلطة المدرسية أو تمرد عليها ليس فيه إحساس بالذنب أو أي شذوذ لأنه يفعل ذلك و هو ليس وحيدا ، بل في ظل شلته و رفقائه .

3-4-8-4-3 - ثورة المراهق على المجتمع :

¹ نفس المرجع السابق ، ص 271-273

يقف المراهق أيضا موقف الثورة و التمرد والنقد للمجتمع بنظمه و تقاليده و عاداته و قيمه الأخلاقية و الدينية ، فالمراهق يبحث عن نواحي النقص و العيوب السائدة في المجتمع و يحاول أن ينقدها إما في مذكراته الخاصة أو على صفحات مجلته المدرسية أو يجاهر بذلك عندما تتاح له فرصة المناقشة ، و هذا نتيجة رغبته في تأكيد رجولته و أحقيته للانضمام إلى مجتمع الرجال و رغبته أيضا في تقديم خدمة للمجتمع الذي يعيش فيه .

3-4-8-5 - مشكلات متعلقة بالجنس :

يرجع اهتمام المراهقين بالمسائل الجنسية و العاطفية إلى نموهم الجسدي و الفسيولوجي و الجنسي ، و اكتمال الوظائف التناسلية في مطلع مرحلة المراهقة و ما يصاحب ذلك من تغيرات جسمية تشمل الأعضاء الجنسية الأولية و التغيرات الثانوية التي تغير جسم المراهق تغيرا يحوله من طفل إلى رجل . و من الطبيعي أن يثير هذا التغيير اهتمام المراهقين أنفسهم ، كما يؤدي إلى تغير سلوك الآخرين نحوهم ، و يصاحب التغيرات الجنسية التغيرات الفسيولوجية كمزاولة الغدد الجنسية ووظائفها مما يجعل الميول الجنسية تتضح بعد فترة كمون طويلة في مرحلة الطفولة و التي تهز المراهق هزا عنيفا ، فاستيقاظ الدوافع الجنسية و الرغبات الجنسية الملحة تزيد من مشاعر المراهقين بالذنب و ذلك لان المراهق يعلم أنها رغبات محظورة يقابلها المجتمع بشتى وسائل القمع¹.

و يواجه المراهق هذا الحادث بالخوف و القلق و يحدث خاصة عند الفتاة التي لم يعدها أهلها إعدادا كافيا لهذا الحادث ، و بسبب القدرات و الرغبات المتنوعة و القوية التي يحملها المراهق و صعوبة تحقيقها ، فانه يتعرض للإحباط و في حالات كثيرة يجد هذا الإحباط مخرجه في المقاومة أو الرفض ، أو التعقل و التبصر ، و إذا فشل هذا المخرج فانه يؤدي إلى الاستمناء كأسلوب تكيفي ، و يسمع الكثير عن هذه العادة فيشعر بالقلق و الذنب و من الصعوبات التي يواجهها التلميذ في المدرسة الثانوية تكوين علاقات مع

¹ المرجع السابق ، ص 276 - 275

أفراد الجنس الآخر و الاقتراب منهم و يؤدي ذلك عنده إلى إحياء بشأن الجنس ثم خوف و شعور بالذنب و يدفعه ذلك إلى التسلط على رفقاءه الآخرين لكي يرد اعتباره لذاته و كثيرا ما يؤدي ذلك إلى الانحراف و الجنوح .¹

خلاصة:

إن المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد خلال فترات نموه ، وهذا نتيجة للتغيرات الكثيرة التي تحدث في كل جانب من جوانب الشخصية ، ولهذا فالفرد المراهق يعيش في جملة من الصراعات النفسية والاجتماعية ، وتواجهه مجموعة من المشكلات النفسية ، الجنسية ، الأسرية ، المدرسية . ويتوقف مرور المراهق من هذه المرحلة على الدور الذي تلعبه المؤسسات الاجتماعية في تكوين وتعديل شخصية المراهق ، فإذا كانت الأسرة تمثل الأرض الذي تنبت فيه الشخصية ، فإن المدرسة بمختلف وسائلها تساهم في تعديلها إما إيجابا أو سلبا دون أن ننسى دور جماعة الرفاق في ذلك إذ حتى هي الأخرى لها دور في تشكيل شخصية المراهق باعتباره يقضى أغلب الأوقات معها ، فالتعاون بين مختلف المؤسسات الاجتماعية وخاصة التربية الأسرية السليمة المبنية على التفاهم لمطالب وحاجات هذه المراهقة يساعدها إلى حد كبير في تجاوز العقبات التي تعترضها ومن ثمة المرور من هذه المرحلة بسلام .

¹ محمد قاسم عبد الله ، مرجع سابق ذكره ، ص 444 - 445

الفصل الرابع

المشكلات الانفعالية

4 - المشكلات الانفعالية :

تمهيد :

تعتبر استجابات الفرد الانفعالية من النواحي الأساسية في تكوين شخصيته و إنما نلاحظ أن انفعالات الفرد لها اتصال وثيق بسعادته و بؤسه و بالأخص بسلوكه و يتضمن هذا

السلوك ميوله وعاداته و صحته العقلية و قدرته على ملائمة نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه و تعد مشكلة الانفعالات من أهم المشاكل الجديرة بالاهتمام في الوقت الحاضر بسبب تعقد الحياة وكثرة المطالب وسوء المعيشة الاقتصادية وقلة الدخل و تغيير الظروف الطبيعية و الاقتصادية ، و للانفعالات آثار اجتماعية و نفسية على الشخص و الأسرة ، و يمكن القول أن للانفعالات جوانب ايجابية و سلبية إلى أن إثارة السلبية أكثر من الايجابية كونها تؤثر على الفرد و الأسرة و الأصدقاء و المحيطين به كما تؤثر على التحصيل العلمي للتلميذ خصوصا في فترة المراهقة الأمر الذي يؤدي إلى سوء توافقه النفسي العام .

فالانفعالات باعتبارها تتعلق بالمشاعر التي تنتابنا من فرح أو حزن أو غضب تعرف بأنها حالة من اللاتوازن بين العضوية والمنبهات الخارجية التي تقف بشكل مفاجئ في صورة وقتية زائلة تدفعنا للاقتراب من شيء أو الابتعاد عنه وتكون مصحوبة باضطرابات جسدية خارجية وحشوية .فالأصل أن تتصف حياة الفرد بتوازن يقوم بين مطالبها الفسيولوجية والاجتماعية من جهة والمنبهات الخارجية من جهة أخرى فإذا طرأ منه ما كأن يسمع الفرد بنبأ محزن أو مسر مثلاً أو عندما يعاق دافع عن بلوغ غرضه كأن يحال بين فرد عطش والماء أو ما شابه ذلك ، فإن الفرد يوضع في موقف جديد مغاير لما ينبغي أن يكون عليه من الاتزان أي أنه يكون عند ذلك في موقف انفعال ويختبر نمطاً ما من الانفعال.

4-1- تعريف الانفعال :

يعرف أحمد راجح الانفعال بأنه حالة جسمية نفسية تائرة أو حالة الاهتياج العام تعبر عن نفسها في شعور الفرد و جسمه و سلوكه ولها القدرة على حفزه على النشاط.

الانفعال حالة نفسية قبل أن يكون استجابة أو فعلا ، أو هو استجابة لمؤثر داخلي عضوي ، يعمل على تنشيط الكيان العضوي للكائن الحي ، أو هو حالة نفسية ذات صفة ووجدانية مصحوبة بتغيرات فسيولوجية سريعة و بحركات تعبيرية.¹

و عرفه حامد زهران " هو حالة شعورية مركبة يصحبها نشاط جسمي و فسيولوجي مميز والسلوك الانفعالي سلوك مركب يعبر عن السواء الانفعالي أو يعبر عن الاضطراب الانفعالي.²

ويعرف الانفعال عالم النفس جورج ميلر **GORG Miller** بأنه أي خبرة ذات شعور قوي يصاحبها تغيرات جسمية كتغير الدورة الدموية والتنفس وإفراز العرق كما يصاحبها أفعال قهرية عنيفة، و يعد مقابلاً لحالة الهدوء والاسترخاء والسكون.³

أما إنجليش **English** فيرى أنها" حالة معقدة من الشعور تصاحبها بعض الأفعال الحركية والغدية ، أو أنه ذلك السلوك المعقد الذي يسود فيه النشاط الحشوي أو الداخلي . "أي أن الانفعال هو ضرب من السلوك تظهر مظاهره على الجسم كله يحدث تغيرات في داخل الجسم وخارجه، كما تكون هذه التغيرات مصحوبة بإثارة وجدانية ذات مشاعر قوية فيأخذ السلوك شكلا معينا.⁴

4-2 - نمو الانفعالات :

يختلف الأطفال عند الميلاد في الاستشارة الانفعالية كما يوضحها الصراخ و حركات الجسم و سرعة دقات القلب عندما يتعرضون للقلق ، و في السنة الأولى تكون معظم الانفعالات مرتبطة و مركزة ، و في مرحلة الطفولة المبكرة تظهر الانفعالات شديدة و مبالغ فيها و تظهر الانفعالات المركزة حول الذات و يزداد الخوف و يقل في نهاية المرحلة .و في مرحلة الطفولة الوسطى الانتقال من حالة انفعالية لأخرى نحو الثبات و تتكون العواطف و العادات الانفعالية ، و في الطفولة المتأخرة يلاحظ ضبط الانفعالات

¹ محمد جاسم محمد ، مشكلات الصحة النفسية أمراضها و علاجها ، مكتبة دار الثقافة و التوزيع ، عمان ، الاردن ، ط 1 ، 2004 ، ص

34

² زهران حامد عبد السلام ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، عالم الكتب ، القاهرة ، ط2 ، 1987 ، ص 505

³ عيسوي، عبد الرحمن ، الإسلام والعلاج النفسي الحديث ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1988 ، ص 157

⁴ فقيه العيد ، مرجع سابق ، ص 278

و تسمى مرحلة الطفولة الهادئة، و تؤثر الضغوط الاجتماعية في النمو الانفعالي و تعتبر مرحلة هضم و تمثيل الخبرات السابقة .

و في مرحلة المراهقة المبكرة يلاحظ السيولة الانفعالية و عدم الثبات و ظهور التذبذب الانفعالي و السعي نحو تحقيق الاستقلال الانفعالي ، أما في المراهقة الوسطى تطور مشاعر الحب و الميل نحو الجنس الآخر و تظل الانفعالات قوية يلونها الحماس و ملاحظة الحساسية الانفعالية و يزداد شعور المراهق بذاته في مرحلة المراهقة المتأخرة حدوث تطور في النواحي التالية ، القدرة على المشاكسة الوجدانية ، الأخذ و العطاء ، زيادة الولاء الواقعية في فهم الآخرين ، الرأفة و الرحمة ... ثم الوصول إلى النضج الانفعالي.¹

و لا شك أن المراهق يعيش عادة حياة انفعالية حادة ، حقيقة أن هذا يرجع إلى التغيرات الغددية و الفيزيوية التي تحدث له أبان هذه الفترة من حياته ، إلا أن العوامل الاجتماعية كذلك تلعب دورا هاما في هذه الإثارة الانفعالية ، فالمراهق (من سن 12 - 18 سنة تقريبا) يقع في فئة غير مستقرة ، فلا هو طفل ولا هو ببالغ ، وشك المراهق في دوره الاجتماعي و في مشاعره يسبب له الكثير من المشكلات التي يعيشها بالإضافة إلى صراعاته مع والديه و المشكلات العاطفية و علاقته مع أقرانه .

و عندما يصل الفرد إلى نهاية العشرينيات من عمره و أوائل الثلاثينيات يكون قد حل تقريبا معظم مشاكله التوافقية ، إذ يكون قد بدا حياة العمل .

و الخبرة الانفعالية للبالغ في حياته اليومية تختلف في مدى تكرارها ، فالتفاعلات الحادة كالغضب و الفرح لا تلعب دورا هاما في حياتنا اليومية ، كما يلعب القلق و الضيق .

كما تعد فترة الشيخوخة فترة حرمان في حياة أي إنسان ، فالظروف الأسرية تتغير ، و يترك الأبناء و البيت و يفقد الفرد عمله و يفقد أصدقائه بموتهم . كما أن تناقص القدرة البدنية يدفع الرجل المسن إلى التخلي عن كثير من أوجه نشاطه التي كانت تجلب له الإشباع في الماضي ، كذلك تقل موارد دخله و يزداد قلقه .

¹ محمد جاسم محمد ، مرجع سابق ، ص 37 - 38

وكل هذه الإحباطات تسبب له مشاعر انفعالية غير سارة.¹

4-3 - جوانب الانفعال :

ولمعرفة كيف يتكون الانفعال لا بد من استعراض تحليلي لجوانب الانفعال نفسه كما يلي:

أ - جانب المثير الذي يسبب الانفعال سواء أكان داخليا في الإنسان كالم في المعدة أو وجع في الأضراس أو تذكر حادثة تؤلمه وقد يكون المثير خارجياً كروية وحش كاسر مفترس هائج قادم نحو الإنسان . أو إحاطة نار بالفرد.

ب - جانب شعوري شخصي ذاتي في تكوين الإنسان نفسياً فهو يشعر باضطراب انفعالي ويكون هذا الاضطراب شعورياً يحسه الفرد أول الأمر ويمكن أن يدركه عن طريق التأمل الباطني إذا كان الشعور معتدلاً، أما إذا تطرف الانفعال فقد يفقد الفرد الوعي الكافي أو التوازن الإدراكي.

ج - جانب تعبيرى ظاهري خارجي مما يصدر عن المنفعل من كلمات وحركات وإشارات وتعبيرات في قسمات الوجه وما إليه وهذا الجانب يساعدنا علي معرفة الانفعال عند الآخرين من الناس قياساً علي أنفسنا.

د - جانب عضوي داخلي في أحشاء الإنسان المنفعل في تغيرات هامة في نشاط القلب والدم والتنفس والضغط والغدد وهذا جانب يمكن ملاحظته بأجهزة علمية متخصصة. هذه الجوانب ليست جوانب منفصلة أو ينتج بعضها عن بعض ، بل استجابات متكاملة تصدر عن الإنسان بأسره من حيث هو وحدة نفسية اجتماعية . و الواقع إن اصطلاح التعبير عن الانفعال ، اصطلاح مظل لأنه يوحي بان مظاهر الانفعال الخارجية ليست جزء من الانفعال نفسه . ومما يذكر أن الشعور الداخلي هو الذي يطبع الانفعال بطابعه الخاص و يميزه عن غيره من الانفعالات.²

4-4 - الاستجابات الداخلية والخارجية:

عندما يتعرض الفرد لموقف مثير للانفعال فإن رسالة أو إشارة حسية تصل إلى أحد المراكز داخل لحاء المخ يسمى Hypothalamus في هذا المركز تقوم المثيرات

¹ جابر خليفة ، مبادئ علم النفس ، دار أسامة للنشر و التوزيع ، عمان الأردن ، 2003 ، ص 144-146

² أحمد عزت راجح ، مرجع سابق ، ص 130

العصبية بإرسال نمطا إما غريزياً أو متعلما، من أنماط السلوك عن طريق إرسال رسائل عصبية إلى العضلات المختصة. إن المثيرات العصبية أيضا تذهب إلى المراكز العليا في المخ وتؤثر في العمليات الفسيولوجية المتصلة بالانفعال كذلك تهبط هذه المثيرات إلى الجهاز العصبي المستقل أو الذاتي هذا الجهاز هو الذي يتحكم في التغيرات الفسيولوجية في الانفعال، ففي حال انفعال الغضب الشديد فإن لب الغدة الأدرينالية الذي يقع في نهاية الجانب العلوي من كل كلية، فإنه يفرز الأدرينالين في الدم. هذا الإفراز يصل إلى الكبد، وعندما يصله يجعل السكر ينساب إلى الأوعية الدموية وبذلك يساعد الدم علي بذل طاقة أزيد، أو يقاوم التعب أكثر.¹

و هناك تغيرات أخرى منها :

- تغيرات تجعل الدم يتجلط أو يتكتل أو يجمد بسرعة.

- زيادة ضغط الدم.

- زيادة في سرعة النبض.

- اتساع الممرات الهوائية الموصلة للرئتين.

- اتساع حدقة العين.

- إفراز العرق وبعض التغيرات المتشابهة.

— تغير نظام التنفس .

— توتر العضلات و الارتعاش .

— حدوث انقباضات في الجهاز الهضمي أحيانا .²

كل هذه التغيرات تحدث من أجل حصول تكيف الفرد أو حدوث التوافق بينه وبين البيئة الخارجية .

4-5 - أنواع الانفعال:

الانفعالات كثيرة ومتنوعة بحيث لا تقع تحت حصر وهي تختلف باختلاف الأفراد وظروف البيئة والأوضاع التي يعيشها كل منهم.

وهناك تقسيمات عديدة للانفعالات فمنهم من يقسمها إلى :

¹ عبد الرحمان العيسوي ، ص 504

² إبراهيم عصمت مطوع ، علم النفس و أهميته في حياتنا ، دار المعارف ، القاهرة ، 1981، ص 34- 35

- أ - انفعالات أولية: وهي ثمرة الاستجابة الغريزية .
- ب - انفعالات مركبة: وهي التي ينشأ كل منها من امتزاج اثنين أو أكثر من الانفعالات الأولية
- ج - انفعالات مشتقة: وهي تنبعث عن رغبة خاصة بها.
- د - انفعالات ثانوية: منها الإعجاب و إذا اختلط الخوف بالإعجاب ظهر انفعال آخر هو الرهبة .
- ومنهم من يصنفها إلى انفعالات بسيطة وانفعالات مركبة:
- فالبسيطة لا تتضمن أكثر من جانب وجداني واحد مثل انفعال الخوف، الغضب، الفرح، الحزن، الشعور، الذنب، اليأس.
- والمركبة تتضمن أكثر من جانب أو بعد وجداني مثل انفعال الحسد، الغيرة، الزهد، الحياء.¹

4-6- الانفعال و التوافق النفسي :

من الطبيعي أن يحس الفرد بالمنبهات التي تؤثر على جهازه العصبي لتشكل مصدرا لسلوكه الناشئ ، و أن تستثار الدوافع و الحاجات الإنسانية الكامنة كمصدر لسلوكه الفطري ، فيشعر بالخوف و القلق تارة و بالأمن و الطمأنينة تارة أخرى ، و الحزن و الكآبة حيناً و بالفرح و السرور حيناً آخر ، و يمتلكه الغضب فترة من الوقت ، و يسود الهدوء و السكينة فترة أخرى . هكذا هو الإنسان يتقلب بين المظاهر الشعورية المتباينة مما يجعل للحياة طعماً ، و هكذا هي الحياة لا تدوم للإنسان على حال .

و لكل إنسان دوافعه ورغباته الخاصة ، و إحباط أي دافع أو رغبة يدفعه للقيام بالنشاط أكثر و بدل مجهود إضافي مما يساهم في إشباعه ، و تسمى تلك العملية بالتوافق ، و بذلك فإن الحياة سلسلة من عمليات التوافق المتلاحقة ، و لا يقتصر التوافق على إشباع الحاجات البيولوجية و الدوافع النفسية ، بل يتعدى إلى إشباع عدد من الدوافع الاجتماعية التي تنشأ عن الحضارة و التفاعل الإنساني.²

¹ محمد جاسم محمد ، مرجع سابق ، ص 44

² عصام نجيب محفوظ ، ديناميات السلوك الإنساني و إستراتيجية ضبطه و تعديله ، دار البركة للنشر و التوزيع ، عمان الأردن ، 2001 ، ص 143 ،

بعض المشكلات الناجمة عن عدم إشباع الحاجات:

إن للإنسان حاجات ينبغي إشباعها بطريقة تحقق التوازن مع محيطها المادي والاجتماعي، فعملية الإشباع تتطلب جهدا لإزالة المشكلات التي تعترض سبيل الشخص دون تحقيق رغباته، فإذا عجز الشخص عن إشباع حاجاته، فإنه يجد نفسه في مواقف تصيب سلوكه بالاضطراب وتوازنه بالاختلال، فيعبر عن ذلك بمظاهر جسمية ونفسية تبدو على ملامحه وذلك هو الانفعال، ويكون في شكل حزن بسبب الحرمان أو الخوف بسبب انعدام الأمن، ومن بين هذه الميكاليزمات.

الصراع: يستخدم مصطلح الصراع في علم النفس العام للإشارة إلى الموقف الذي يكتسب فيه منبه ما قيمتين متناقضتين، إحداهما إيجابية والأخرى سلبية، فإن أي موقف يتميز بتعدد الاختيارات أو تعارض الرغبات وتصادم الحاجات مع عوائق من أي نوع قد ينشأ حالة من الصراع لدى الفرد، مما يترتب عليه شعور بعدم الارتياح، وقد يكون الصراع على مستوى الشعور وهو الصراع الذي يحدث في الحياة اليومية، وقد يكون على مستوى اللاشعور فيرتبط حينئذ بالأمراض النفسية والعقلية.¹

الإحباط: يستخدم علماء النفس مصطلح الإحباط للدلالة على أنها حالة تظهر حينما تتدخل عقبة ما دون تحقيق حاجة ما، فاختلاف الحاجات والأعمال من فرد لآخر يجعل مجموعة من الظروف محبطة لفرد وغير محبطة لآخر، فهو حالة من العجز تفرز إحساسا بالتوتر والألم والغضب بسبب الفشل الذي يتعرض له الفرد. إن العواقب التي تنجم عن الإحباط ترتبط ارتباطا واضحا بقوة الحاجة ومدى حيويتها وقيمتها المادية أو المعنوية، فكلما كانت الحاجة قوية كان الإحباط الذي ينجم عن عدم إشباع الحاجة مؤلما مما يؤدي إلى أنواع من السلوك غير المتوازن وغير المتوافق مع المحيط.²

7-4 - بعض المشكلات الانفعالية :

4-7-1 - القلق :

¹ بدرة معتصم ميموني، الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2003، ص 92
² مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990، ص 108

يعد القلق من الانفعالات الإنسانية الأساسية و جزء طبيعي في كل آليات السلوك الإنساني و هو يمثل أحد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد وتوافقه ، إضافة إلى تأثيره السلبي على مجالات الحياة المختلفة .

لذلك يعتبر القلق من العوامل الرئيسية المؤثرة في الشخصية الإنسانية ، و موضوع القلق كان و لا يزال من أهم الموضوعات التي تفرص نفسها دائما على اجتهادات الباحثين في العلوم النفسية لما له من أهمية و عمق و ارتباط بأغلب بل بكل المشكلات النفسية و الانفعالية . فما هو القلق، الأسباب المؤدية له، أعراضه، أنواعه الاتجاهات التي قامت بتفسيره ، و علاجه ، وطبيعة القلق في مرحلة المراهقة .

4-7-1-1 - مفهوم القلق :

يعرفه معجم علم النفس و التحليل النفسي القلق بأنه شعور عام بالفزع و الخوف من شر مرتقب و كارثة توشك أن تحدث ، و القلق استجابة لتهديد غير محدد كثيرا ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية و مشاعر عدم الأمن و النزعات الغريزية من داخل النفس و في الخالتين يعبئ الجسم إمكاناته لمواجهة التهديد فتتوتر العضلات و يتسارع التنفس و نبضات القلب ¹.

و يعرفه فرويد S. freud بأنه " نوع من الانفعال المؤلم يكتسبه الفرد خلال المواقف التي يصادفها ،فهو يختلف عن بقية الانفعالات الأخرى غير السارة كالشعور بالإحباط أو الغضب أو الغيرة لما يسببه من تغيرات جسمية داخلية و أخرى خارجية تظهر على ملامحه بوضوح " ².

كما تعرفه هورني K . Horney : القلق هو استجابة انفعالية لخطر يكون موجه إلى المكونات الأساسية للشخصية ومن هذه المكونات ما هو عام بين كل الناس مثل الحرية حب الحياة إنجاب الأطفال ، ومنها ما هو خاص تختلف قيمته حسب الشخص و ثقافته و بيئته و مرحلة نموه و جنسه ، ويتخذ القلق مظاهر سلوكية مختلفة كالحذر و الحيطة و

¹ فرج عبد القادر ، معجم علم النفس و التحليل النفسي ، دار النهضة العربية ،بيروت ، 1990 ، ص 219
² أديب الخالدي ، المرجع في الصحة النفسية - نظرة جديدة - دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن ، 2002 ، ص 116

الخوف وهذا القلق يسلب بالتدريج السمات الأصلية للفرد و يرمي به بعيدا عن ذاته الحقيقية¹.

و يعرف ماسرمان Masser man القلق قائلا : "انه حالة من التوتر الشامل الذي ينشا خلال صراعات الدوافع و محاولات الفرد وراء التكيف"².

كما يعرف القلق بأنه حالة توتر شامل و مستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو حادث و يصاحبه خوف غامض و أعراض نفسية و جسمية ، و هو مركب انفعالي من الخوف المستمر بدون مثير ظاهر و التوتر و الانقباض³.

4-7-1-2 - أسباب القلق :

هناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى ظهور القلق وسنتطرق في عرضنا هذا إلى الأسباب الوراثية ، نفسية واجتماعية ، ذاتية .

4-7-1-2-1 - أسباب وراثية :

تلعب العوامل الوراثية دورا مهما في ظهور القلق ، بل و من المحتمل أن يكون أكثر العوامل أهمية في تحديد القلق ، هذا ما بينته الدراسات المختلفة أن الوراثة تلعب الدور المهم و الأساسي في الاستعداد للقلق ، فقد دلت النتائج أن نسبة القلق في التوائم المتشابهة التي تعد متماثلة في كل الجوانب بسبب توفر الطبيعة الوراثية نفسها تصل إلى 50 % ، بينما تصل إلى 4 % في التوائم غير المتشابهة و حوالي 15 % في أبناء و إخوة مرضى القلق⁴.

4-7-1-2-2 - أسباب نفسية و اجتماعية :

يلعب الضعف النفسي و الشعور العام بالتهديد الداخلي و الخارجي لمكانة الفرد و أهدافه و التوتر النفسي الشديد و الأزمات أو المتاعب أو الخسائر المفاجئة و الصدمات

¹ حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، عالم الكتب القاهرة ، ط3 ، 1992 ، ص 379

² زينب محمود شقير ، مرجع سابق ، ص 320

³ محمد جاسم محمد ، مرجع سابق ، ص 49

⁴ مجدي أحمد عبد الله ، 2006 ، ص 150

النفسية و الشعور بالذنب و الخوف من العقاب و توقعه دورا هاما في ظهور القلق ، إضافة إلى الشعور بالنقص و العجز و تعود الكبت بدلا من التقدير الواعي حيث إن الفشل في الكبت ينقلب إلى قلق.¹

و يرى شيفر و ميلمان أن "الإحباط الزائد يؤدي إلى مشاعر القلق و لا يتمكن الأشخاص في كثير من الأحيان من التعبير عن غضبهم و قد يكون الإحباط ناتجا عن ارتفاع مستوى الأهداف ، أو تدني مستوى التقويم الذاتي و يؤدي الشعور المستمر بضعف الأداء إلى درجة عالية من القلق " .²

فضلا عن المؤثرات الاجتماعية من تربية و عادات و تقاليد و قيم و أعراف و أدوار حياتية في تهيئة الجنسين لاستجابات متباينة وكذا المراحل العمرية ، ففي الطفولة يتأثر الطفل بالأسرة و الجو العائلي ، أما في مرحلة المراهقة فيتأثر الفرد بجماعة الرفاق أما في مرحلة الشباب فيهتم الأفراد بإبراز الشخصية و بالعلاقات الثنائية ، أما في سن النضوج فيفكر الإنسان في تدعيم الوضع الاجتماعي و المهني و الاقتصادي وتأمين المستقبل ، بينما في خريف العمر الاهتمام بصلات الأرحام والاهتمام بالذرية .³

4-7-1-2-3 - أسباب ذاتية :

يعد التكوين النفسي للفرد و خصائص الشخصية التي يتميز بها من أهم العوامل المسببة للقلق ، فبعض الناس بحكم تكوينهم لديهم استعداد للإصابة بالقلق أو الاكتئاب أو غيره من الاضطرابات النفسية عند التعرض لأي ضغط خارجي طفيف يمكن لغيره تحمله .⁴

4-7-1-3 - أعراض القلق :

¹ زهران حامد عبد السلام ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، عالم الكتب ، القاهرة ، ط4، 1994 ، ص 398
² شيفر ، شالز و ميلمان ، هارود، مشكلات الأطفال و المراهقين و أساليب المساعدة فيها ، ترجمة نسيمه دؤود و آخرون ، منشورات الجامعة الأردنية ، عمان ، 1989 ، ص 116
³ السباعي ، زهير أحمد عبد الرحيم ، شيخ إدريس ، القلق و كيف تتخلص منه ، دار القلم ، بيروت ، 1991 ، ص 32
⁴ المرجع السابق ، ص 34

يمكن تقسيم أعراض القلق إلى أعراض جسدية و أعراض نفسية اجتماعية

4-7-1-3-1 - الأعراض الجسمية :

شحوب الوجه، و اتساع فتحة العين ، و تعبير الخوف على الوجه ، برودة الأطراف و سرعة ضربات القلب ، و ارتفاع ضغط الدم ، و سرعة التنفس و الشعور و الاختناق ، جفاف الحلق ، و صعوبة البلع ، و عسر الهضم ، و آلا المعدة و الأمعاء و خاصة الأمعاء الغليظة و صعوبة التبول .

و من الأعراض الجسمية للقلق أيضا الضعف العام و نقص الطاقة و الحيوية و النشاط و المثابرة ، و توتر العضلات ، و النشاط الحركي الزائد ، و اللزمات العصبية مثل : قتل الشارب ، مص الإبهام ، وقضم الأظافر ، و رمش العينين .¹

4-7-1-3-2 - الأعراض النفسية و الاجتماعية :

الشعور بالخوف و عدم الراحة الداخلية و ترقب حدوث مكروه ، و يترتب على ذلك تشتت الانتباه ، و عدم القدرة على التركيز و النسيان ، و كذلك الأرق ، و عدم القدرة على النوم .

و تسيطر على الفرد في حالات القلق مشاعر الاكتئاب و الشعور بالعجز عند اتخاذ قرارات حاسمة ، أو سرعة اتخاذ قرارات لا تنفذ مع الميل الشديد لنقد ووضع متطلبات صارمة على ما يجب عمله .

كما يبدو الشخص القلق في حالة اضطراب في توافقه مع الآخرين ، حيث يميل للعزلة و البعد عن التفاعلات الاجتماعية و يبدو عليه عدم القدرة على إحداث تكيف بناء مع الظروف و الأشخاص و الموافق الاجتماعية .²

4-7-1-4 - أنواع القلق :

¹ العناني حنان عبد الحميد ، الصحة النفسية ، دار الفكر للطباعة و النشر ، 2000 ، ص 114
² إبراهيم عبد الستار ، العلاج السلوكي المعرفي الحديث ، دار الفجر للنشر و التوزيع ، القاهرة ، 1994 ، ص 24

ينقسم القلق من حيث مصادره المثيرة له إلى:

4-7-1-4 - قلق موضوعي:

يكون مثير القلق خارجي و معروف سببه و في ذلك يتفق القلق مع الخوف ، و هو رد فعل لإدراك خطر خارجي أو لأدى يتوقعه الشخص ويراه مقدما ، و قد أطلق فرويد على هذا النوع تسميات أخرى : القلق الخارجي ، القلق الصحيح ، القلق السوي .¹

4-7-1-4 - قلق عصابي :

وفيه يكون الفرد في حالة خوف لا يعرف الأسباب الذاتية لهذا الخوف أو مصدره .
كما أن القلق تثيره مثيرات كافية أي ضغوط بيئة خفيفة و يبدو في الصورة توجس هائم طليق حر و يتوقع الفرد الشر من كل شيء و من كل مصدر و هو داخلي المصدر و أسبابه لا شعورية مكبوتة لا مبرر لها و ينشا عندما تهدد (الهو) و مكبوتاته بالتغلب على دفاعات (الأنا).²

4-7-1-4 - القلق الخلفي :

و فيه يكون المثير داخليا كخوف الفرد من تأنيب الضمير و اعتزام الخطأ ، أي أنه ينشا نتيجة لإحباط دوافع الذات العليا .³

و هناك أنواع أخرى من القلق هي :

قلق حالة وقلق السمة : يُعدّ كاتيل (Cattell) هو أول من أشار إلى مفهومى الحالة والسمة ومن ثم طور سبيلبيرجر (, Spielberger) ذلك. وسمة القلق تشير إلى استعداد ثابت نسبياً للقلق لدى الفرد. وحالة القلق إلى استجابة انفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التوتر والخشية والعصبية والانزعاج. ويمكن توضيح العلاقة بين سمة

¹ زينب محمود شقير ، مرجع سابق ، ص 327

² محمد جاسم محمد ، مرجع سابق ، ص 50

³ زينب محود شقير ، مرجع سابق ، ص 328

القلق وحالة القلق بأن سمة القلق هو الاستعداد للقلق يكمن داخل الفرد وعند إثارته بمثيرات مهددة تبرز كحالة قلق.¹

وهناك أنواع أخرى لقلق السمة مثل قلق الامتحان ، قلق الموت ، قلق المرض ... الخ.

4-7-1-5 - الاتجاهات المفسرة للقلق :

اهتم علماء النفس والباحثين بالقلق في دراساتهم وأبحاثهم منذ الثلاثينات من القرن الماضي، وخصوصاً بعد أن تناوله فرويد في كتاباته، حيث أستخدمه أصحاب نظرية التحليل النفسي الآخرين، وأصحاب النظريات السلوكية والانسانية المعرفية من بعده.

4-7-1-5 -1- الاتجاه التحليلي:

وضع الباحث فرويد عدة نظريات في القلق ، في الأولى رأى أن القلق يتولد من كبت الخوف فالدين يعانون من الكبت الجنسي يشكون من القلق و هذا الأخير ناتج عن تعرض الفرد لحالة الخطر ، و المكون الأساسي لهذا الخطر هو زيادة التنبيه و الإثارة دون أن يكون للفرد القدرة على السيطرة على دوافعه الغريزية تختلف باختلاف مراحل النمو.

و الخوف من الأنا الأعلى هو الذي يثير القلق في مرحلة الكمون ، و العصبيون هم الذين لا زالوا يستجيبون لحالات الخطر الحالية بأساليب الاستجابة لحالات الخطر السابقة و هكذا يرى فرويد في نظرية أن القلق يؤدي للكبت بعد أن جعل الكبت يؤدي إلى القلق .²

و يفسر اوترانك القلق على أساس الصدمة الأولى و هي صدمة الميلاد ، فانفصال الوليد عن الأم هو الصدمة الأولى التي تثير القلق ، لأنه يتضمن انفصال عن ثدي الأم ، و الذهاب للمدرسة يثير القلق لأنه يتضمن الانفصال عن الأم ، فالقلق حسب اوترانك هو الخوف الذي تتضمنه هذه الانفصالات .

¹ عبد الخالق أحمد محمد ، قلق الموت ، سلسلة عالم المعرفة ، العدد 111 ، الكويت ، 1987 ، ص 29
² فيصل محمد خير الزراد ، علاج الامراض النفسية ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1998 ، ص 48

وانطلق يونغ yung من نظريته في اللاشعور الجمعي التي تؤكد تأثير الخبرات اللاشعورية الموروثة من الأجيال السابقة كأساس لتكوين الشخصية وتفسير القلق. وعدّ القلق، ردّ فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة من اللاشعور الجمعي.

و ترى هورني أن القلق استجابة انفعالية تكون موجهة إلى المكونات الأساسية للشخصية ، كما ترى أن القلق يرجع إلى ثلاث عناصر هي : الشعور بالعجز ، و الشعور بالعداوة ، و الشعور بالعزلة ، و تعتقد القلق ينشأ من انعدام الدفاء العاطفي في الأسرة و المعاملة التي يتلقاها الطفل و البيئة التي يعيش فيها تسهم إسهاما ايجابيا في نشأة القلق ¹.

4-7-1-5-2 - الاتجاه السلوكي :

حسب المنظور السلوكي، يتعلم الإنسان القلق كما يتعلم أي سلوك آخر .

ويرى السلوكيون إن القلق له دور مزدوج، فهو يمثل حافزاً، ويُعدُّ مصدر تعزيز عن طريق خفض القلق. فمثلاً، يؤدي العقاب إلى كف السلوك غير المرغوب فيه وبالتالي يتولد القلق كصفة تعزيزيه سلبية تؤدي إلى تعديل السلوك ويرى سكينر Skinner إن السلوك إجمالاً ينتج عن مرور الفرد بخبرات مثيرة للقلق عززت بدرجة جعلت منها مثيراً قوياً ومستمراً. أما دولارد وميللر Dolard & Miller فإنهما يُعدّان القلق، نتاج لتوقع الألم الذي يرتبط بالمشيريات الخارجية من جهة وبالعمليات الداخلية من جهة أخرى وعلى أنها حالة غير سارة تحدث نتيجة الصراع الذي ربما يأخذ أشكال عدة ومن شأنه أن يولد حالة عدم الاتزان. ²

4-7-1-5-3 - الاتجاه الإنساني :

¹ فاروق السيد عثمان ، القلق و إدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001 ، ص 22 - 24
² المرجع السابق ، ص 25

يرى أصحاب المذهب الإنساني أن القلق هو الخوف من المستقبل وما يمر به من أحداث تهدد وجود الإنسان، أو كيانه الشخصي ، فالقلق ينشأ من توقعات الإنسان لما قد يحدث، والقلق ليس ناتجاً عن ماضي الفرد.

ويرى هؤلاء أن الإنسان هو الكائن الحي الوحيد الذي يدرك أن نهايته حتمية ، وأن الموت قد يحدث في أي لحظة، وأن توقع الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان .

وقد تحدث روجرز Rogers عن القلق في مواقع مختلفة في بنين نظريته العلاج النفسي المتمركز حول العميل ، فتحدث عنه أثناء شرحه لقابلية التعرض للتهديد أو الحساسية ، وأثناء حديثه عن كيفية تحريف أو إنكار الخبرات المؤلمة، وأثناء حديثه عن تشكيل الاضطراب النفسي وذلك في مؤلفاته العلاج المتمركز حول العميل وكيف تصبح شخصاً ،وبداية فإنه ينظر إلى القلق كأحد الأبعاد الأساسية التي تشكل في مجموعها رؤيته للتوتر.¹

4-5-1-7-4 - الاتجاه المعرفي :

يفسر إيس دور الأفكار اللاعقلانية في السلوك المضطرب من خلال نظرية تعرف باسم أ ب ج ، حيث يرمز الحرف (أ) إلى الأحداث أو الخبرات المثيرة والمنشطة ، و يعبر الحرف (ب) عن نظام التفكير لدى الفرد ، بينما يرمز الحرف (ج) إلى النتيجة او الاضطراب الانفعالي كالقلق و الاكتئاب و غيرهما ،حيث يرى انه على الرغم من أن (أ) هو الحادث الذي يقع قبل ظهور الاضطراب الانفعالي فانه ليس السبب الرئيسي المباشر للنتيجة ، و إنما ينتج هذا الاضطراب عن نظام أو نسق التفكير الموجود لدى الفرد الذي يرمز له بالحرف (ب).²

4-6-1-7-4 - علاج القلق :

¹ الشناوي محمد محروس ، نظريات الارشاد و العلاج النفسي ، دار غريب للطباعة و النشر ، القاهرة ، 2000 ، ص 365
² محمد السيد عبد الرحمن ، مرجع سابق ، ص 441

4-7-1-6-1 - العلاج النفسي:

نتبع في معظم الحالات العلاج النفسي المباشر والمقصود به التفسير، والتشجيع والإيحاء، والتوجيه والاستماع إلى صراعات المريض، أما التحليل النفسي فيحتاج لكثير من الوقت والجهد والمال، ولذا يستحسن عدم إتباعه إلا في الحالات الشديدة المزمنة، التي يتطلب علاجها الوقت والمال.

وأكثر أنواع العلاج النفسي شيوعاً في الوقت المعاصر في اضطراب القلق هو العلاج النفسي المعرفي، وهو محاولة تغيير النظم المعرفية في التفكير، من خلال هذا العلاج المتخصص.¹

4-7-1-6-2 - العلاج الكيميائي :

لا يفيد العلاج النفسي منفرداً في الحالات الحادة السابق ذكرها مع الخوف والرعب والإعياء، بل يجب إعطاء المريض كميات كبيرة من المنومات والمهدئات في بدء الأمر، ثم بعد الراحة الجسمية نستطيع البدء في العلاج النفسي.

أما في حالات القلق الشديدة فلا مانع من إعطاء بعض العقاقير، التي تقلل من التوتر العصبي، مثل : مجموعة البنزوديازيبين، مما يعطي إحساساً بالهدوء والاسترخاء والراحة.

ويفضل عدم الاستمرار على هذه العقاقير أكثر من ستة أسابيع وقاية ضد الاعتماد إلا في حالات خاصة.²

4-7-1-6-3 - العلاج السلوكي :

خاصة في حالات الخوف المرضي؛ حيث يدرّب المريض على الاسترخاء، إما بتمرينات الاسترخاء العضلية والتنفسية أو تحت تأثير عقاقير خاصة بالاسترخاء، ثم يعطى منبهات أقل من أن تصدر قلقاً، أو تسبب ألماً ونزید المنبه تدريجياً حتى يستطيع المريض مواجهة موقف الخوف، وهو في حالة استرخاء، ودون ظهور علامات القلق، وهنا ينطفئ الترابط الشرطي المرضي ويتكون لديه ترابط شرطي سوي.³

¹ أحمد عكاشة، الطب النفسي المعاصر، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 2003، ص 149

² نفس المرجع، ص 149

³ أحمد عكاشة، مرجع سابق، ص 150

4-7-1-6-4 - العلاج العقلاني المعرفي :

و هو أسلوب علاج يعتمد على تعديل الأفكار السلبية الخاطئة لدى الفرد ، باعتبار أن تلك الأفكار الخاطئة هي المسببة للاضطراب ، و مناقشتها منطقيا ، و العمل على إثبات أنها أفكار خاطئة و لا يجب التعود عليها¹.

4-7-2- الخجل :

يعد الخجل من الحالات النفسية الانفعالية التي يختلف الباحثون في إمكانية تعريفها كونها تقاس بمقاييس متفاوتة في الكم والمحتوى، الأمر الذي صعب من مهمة العاملين في مجال العلوم النفسية من حيث القدرة على الخروج بتصوير واضح ومقبول للخجل كحالة من الحالات النفسية الانفعالية.

و سنتطرق في ما يلي إلى مفهوم الخجل ، أسبابه ، أعراضه ، أنواعه ، التفسيرات المختلفة للخجل ، الوقاية و العلاج.

4-7-2-1 - مفهوم الخجل :

¹ زينب محمود شقير ، مرجع سابق ، ص 332

بالنسبة لمفهوم الخجل فقد حظي بعدد كبير من التعريفات. إلا أنها تدور في معظمها حول القلق الشديد والمخاوف الزائدة من المواقف الاجتماعية وفي أثنائها، ويرجع تباين وجهات النظر الخاصة بتعريف الخجل إلى طبيعته المركبة ومن هذه التعريفات ما يلي: وجد في المعاجم اللغوية معجم أكسفورد أن كلمة الخجل مكتوبة في قصيدة الأنجلو ساكسون منذ ألف عام قبل الميلاد، وتعني الخوف أو الرعب البسيط.¹

يعرف الخجل في موسوعة علم النفس بأنه حالة عاطفية أو انفعالية معقدة، تنطوي على شعور سلبي بالذات أو على شعور بالنقص والعييب لا يبعث على الارتياح والاطمئنان النفسي.²

عرف فؤاد البهي الخجل بأنه معدل الحالة الانفعالية التي قد تصاحب الخوف عندما يخشى الفرد الموقف الراهن المحيط به وأنه ينشأ من الشعور المرهف بالذات.³ ويعرف السمادوني الخجل بأنه مجموعة متألّفة من الاتجاهات والمشاعر التي تتدخل في قدرة الفرد وتجعله يتأثر انفعالياً بالآخرين والمواقف الاجتماعية.⁴ و يعرفه عبد المعطي بأنه الميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة.⁵

وعرفه جونز وزملاؤه Jones & al بأنه انتباه عصبي مفرط للذات في المواقف الاجتماعية يظهر في صورة خوف أو رعب أو صمت عن الحديث، ويكون له مظاهر انفعالية كالشعور بعدم الارتياح، والقلق والتركيز الزائد على الذات.⁶

4- 7- 2- 2 - أسباب الخجل :

نظرا لطبيعة الخجل المركبة فان هناك العديد من الأسباب التي تكون خلف ظهور الخجل منها :

4- 7- 2- 2- 1 - العامل الجسمي : كأن يكون الفرد مصاباً بعاهة وتشوه أو يعاني من

سمنه شديدة أو ضعف وهزال وهذه تعرضه للشعور بالنقص وعدم ثقته بنفسه.¹

¹ حسين علي فايد ، محمد السيد أبو النيل، مرجع سابق ، ص 5

² رزق أسعد ، موسوعة علم النفس ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1982 ، ص 111

³ فؤاد البهي ، الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط4 ، 1975 ، ص 293

⁴ عبد المعطي ، حسن مصطفى ، الاضطرابات النفسية في الطفولة و المراهقة ، مكتبة القاهرة للكتاب ، القاهرة ، 2001 ، ص 324

⁵ نفس المرجع السابق ، ص 331

⁶ حسين علي فايد ، محمد السيد أبو النيل ، مرجع سابق ، ص 7

- الشعور بعدم الأمان الأطفال الذين يشعرون بقلّة الأمن لا يستطيعون المغامرة.
- التدليل والحماية الزائدة : الأطفال الذين تقدم لهم حماية زائدة يصبحون سلبيين وخجولين.
- عدم الثبات : أسلوب التناقض وعدم الثبات في معاملة الطفل وتربيته يساعد على وجود الخجل.
- اللقب بالخجل : يتقبل بعض الأطفال أنفسهم بأنهم خجولين كصفة ملازمة لهم.
- النموذج الأبوي : أن الآباء الخجولين غالباً ما يكون لديهم أطفالاً خجولين إذ أن هناك ارتباط بين الخجل الوراثي والعيش مع نماذج خجولة من الناس.²

4-7-2-2- التآخر الدراسي:

إن تأخر الطفل الدراسي عن باقي زملاءه من الأمور الجوهرية التي تشعره بالخجل، وأنه أقل من مستوى زملائه، ولكن لا يعني ذلك أن كل تلميذ خجول متأخر دراسياً، فكثير من التلاميذ الأوائل في المدرسة يعانون من الخجل لأسباب أخرى.³

4-7-2-3- مكونات الخجل :

4-7-2-3-1 - مكون فسيولوجي للخجل : ويسميه الباحثان الوميض الداخلي ويتضح في زيادة إفراز الأدرينالين واحمرار الوجه وإفراز العرق وزيادة النبض وجفاف الحلق وبرودة اليدين.

4-7-2-3-2- مكون معرفي للخجل : يتمثل في زيادة الانتباه للذات وزيادة الوعي بها وعدم التوقع وقد أشار إيزنك ، وإيزنك إلى المكون المعرفي بوصفه نقص السلوك الظاهر فضلاً عن انتباه مفرط للذات ووعي زائد بالذات وصعوبات في الإقناع والاتصال.

4-7-2-3-3- مكون سلوكي للخجل : يتمثل في حالة من عدم الارتياح والارتباك والحيرة والتردد والتذبذب والصمت.

¹ فرحة خليل ، الموسوعة النفسية ، دار أسامة ، عمان ، 2000 ، ص 124
² العزة سعيد حسني ، سيكولوجية النمو في الطفولة ، الدار العلمية الدولية للنشر و الثقافة ، عمان 2002 ، ص 156-159
³ نادر طالب عيسى شوامر ، أنماط التنشئة الوالدية و علاقتها بالخجل لدى طلبة الاولى ثانوي في محافظة رام الله و البيرة ، رسالة ماجستير توجيه وإرشاد نفسي غير منشورة، جامعة الخليل، القدس - فلسطين ، 2008 ، ص 76

4-7-2-3-4 - مكون وجداني للخجل : ويتمثل في الحساسية وضعف الثقة بالنفس والاستثارة النرجسية واضطراب المحافظة على الذات.

4-7-2-3-5 - مكون انفعالي للخجل : ويتمثل في الخوف والرعب والقلق.¹

4-7-2-4 - أعراض الخجل :

رغم تعدد أعراض الخجل ومظاهره، من موقف لآخر ومن شخص لشخص آخر إلا انه يمكن أن نجمل بعضها فيما يلي :

4-7-2-4-1 - الأعراض الفيزيولوجية :

ومنها على سبيل المثال لا الحصر:

- ❖ شحوب لون الوجه.
- ❖ احمرار الوجه (حمرة الخجل)، مع احمرار الأذن أحيانا.
- ❖ جفاف الحلق، أو زيادة إفراز اللعاب، والرغبة في بلع الريق مرارا.
- ❖ زيادة خفقان القلب.
- ❖ ارتعاش الوجنت، والأطراف، والجفون (بشكل نسبي).
- ❖ زيادة إفراز العرق.
- ❖ اضطراب بسيط في المعدة.
- ❖ زيادة ضغط الدم.

4-7-2-4-2 - الأعراض الاجتماعية :

- التصرف بسلبية.
- تجنب التخاطب بالعين.
- تحاشي تكوين صداقات جديدة.
- البقاء في خلفية المواقف الاجتماعية.
- الرغبة في الانسحاب، والانعزال.
- تفضيل الوحدة.

¹ مایسة أحمد النیال ، مدحت عبد الحمید أبو زید ، الخجل و بعض أبعاد الشخصية دراسة في ضوء عوامل الجنس و العمر و الثقافة ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، 1999 ، ص 14-16

• الرغبة في الهروب.

• ضعف القدرة على التفاعل، أو التواصل.

• ضعف الرغبة في رؤية أحد.¹

4-7-2-4 - الأعراض الانفعالية والوجدانية:

البكاء، انخفاض الصوت، التوتر، الخوف، التهيب، الضيق، الارتباك، التردد، الغضب الداخلي، ضعف الثقة في النفس، كثرة الابتسام، الصمت النفسي، ضعف المواجهة، تلثم الكلام، عدم الشعور بالراحة أو الاستقرار، ارتفاع الاستثارة، الشعور بالتهديد .

4-7-2-4 - الأعراض المعرفية:

ومنها على سبيل المثال :

- التشتت في أثناء الحديث، البطء في المناقشة، الانشغال بأفكار نوعية تتعلق بالموقف، قلة التركيز، تداخل الأفكار أو ضياعها مؤقتاً، ضعف قدرة الفهم، غياب الذهن الموقفي، إدراك الأمور على غير حقيقتها، اضطراب التفكير نسبياً ضعف القدرة على أداء أي عمل ذهني، أو جهد عقلي.²

4-7-2-5 - النظريات المفسرة للخجل:

4-7-2-5-1 - الاتجاه التحليلي:

يفسر الخجل في ضوء انشغال الأنا بذاته ليأخذ شكل النرجسية، فضلاً عن اتصاف الخجل بالعدائية والعدوان.

4-7-2-5-2 - اتجاه التعلم الاجتماعي:

وفيه يعزو الخجل للقلق الاجتماعي والذي يثير انمطاً من السلوك الانسحابي ويمنع فرصة تعلم المهارات الاجتماعية، بل ويمتد ليكون عواقب معرفية تظهر في شكل توقع الفشل في الموقف الاجتماعي، وحساسية مفرطة للتقويم السلبي من قبل الآخرين وميل مزمن لتقويم الذات تقويماً سلبياً.

4-7-2-5-3 - الاتجاه البيئي الأسري:

¹ المرجع السابق، ص 22 - 23
² نفس المرجع السابق، ص 23 - 24

يرجع البعض الخجل إلى عوامل بيئية أسرية متمثلة فيما يمارسه الوالدان من أساليب معاملة كالحماية الزائدة للطفل والنقد المستمر إلى جانب التهديد الدائم بالعقاب المؤدي لتفاقم الخجل لدى الطفل ، حيث يثير الخجل ويثار عن طريق إدراك البيئة.¹

4 - 7 - 2 - 6- الوقاية من الخجل:

- الحرص على تشجيع الثقة بالنفس.
- عدم مقارنة الأطفال بمن هم أكثر حظاً في الاستعدادات الجسمية أو الوسامة أو الذكاء .
- أن يوفر الآباء والمربين لأبنائهم مقداراً معقولاً من العطف والمحبة.²

4 - 7 - 3 - الغضب :

تمهيد :

يعد الغضب انفعال أولي يؤدي إلى تهديد السواء النفسي للكائن البشري و لقد أخذ الاهتمام بدراسته يتزايد في السنوات الأخيرة فبعض الدراسات تهتم بدراسة الفروق بين الأفراد في استجابة الغضب و البعض الآخر يهتم بدراسة أسبابه و طرق التحكم فيه و ضبط السلوكيات المرتبطة به ، و بشكل عام يعد الغضب من الرذائل الخلقية التي إذا تحكمت في النفس و تمكنت منها كان لها اسوا الاثر في حياة الفرد.

4 - 7 - 3 - 1- مفهوم الغضب :

أ - التعريف الغوي :

¹ مایسة أحمد النیال ، مدحت عبد الحمید أبو زید ، مرجع سابق ، ص 26-27

² عبد المعطي مصطفى ، مرجع سابق، ص 338

يحمل الغضب في العربية معنى بغض الآخرين و حب الانتقام منهم ، يقال غضب فلان غضبا و مغضبه عليه : أي ابغضه و أحب الانتقام منه ، فهو غضب و غضب و غضوب و غضبان و ذلك مغضوب عليه.

ب - التعريف السيكولوجي :

عرفه كمال دسوقي " استجابة انفعالية حادة يثيرها أي نوع من عدة مواقف تنبيه منها التهديد ، و العدوان الظاهر، والتقيد، و الهجوم الكلامي ، أو خيبة الأمل ، أو الإحباط ، ويتميز بردود فعل قوية في الجهاز العصبي المستقل."

و يعرفه نوافكو novaco " الغضب هو حالة انفعالية تتحدد بوجود إثارة فسيولوجية و عنصر إدراكي معرفي ، و هو يرى أن العنصر الإدراكي أو المعرفي لا يشترط أن يكون غضبا بالمعنى الدقيق ، بل قد يكون العنصر على مستوى لفظي قريب من تعابير إنسان منزعج أو متهيج أو مثار أو ما شابه ذلك ."

كما نجد أن " سيبلييرجر "أهتم أيضاً بموضوع الغضب فعرف الغضب كحالة بأنها "حالة عاطفية تتركب من أحاسيس ذاتية تتضمن التوتر والانزعاج ، والإثارة والغیظ ، أما الغضب كسمة فتعرف بعدد المرات التي يشعر فيها المفحوص بحالة الغضب في وقت محدد والشخص مرتفع سمة الغضب يميل للاستجابة لكل المواقف أو غالبيتها بالغضب."¹

الغضب هو شعور بعدم الرضا يتجه إلى شخص والى شيء ترافقه رغبة بإزالة أسباب عدم الراحة . و لذا فان الغضب ميل فطري يواجه به الإنسان أشياء (أو أشخاص) لا يستريح إليها و لا يقبلها . فهو إما انه يريد التخلص من هذه الأشياء أو يريد أن يحقق أمانيه ، فيحاول أن يزيل هذه العوائق و المضايقات التي تقابله لذا فان كل إحساس يتولد لدى الإنسان ، بعدم الرضا يثير فيه انفعال الغضب .²

¹ محمد السيد عبد الرحمن ، فوقية حسن عبد الحميد ، مقياس الغضب كحالة و سمه ، دار الباء للطباعة و النشر و التوزيع ، القاهرة ،

1998 ، ص 9-10

² صموئيل حبيب ، الغضب ، دار الثقافة ، القاهرة ، ط 2 ، 1994 ، ص 11

و الغضب هو استجابة عاطفية طبيعية تظهر لمساعدتنا على التكيف مع : التهديد الأذى ، العنف ، الإحباط .¹

4-7-3-2 - أسباب الغضب و مثيراته :

تحدد أسباب و مثيرات الغضب في عدة عوامل هي :

4-7-3-2-1 - الظروف و العوامل الخارجية :

و تعرف بالبواعث القريبة أو المدركة للغضب مثل العجز عن إشباع حاجة و الإحباط و الانزعاج و الاهانات و غيرها ، و لكن هذه المثيرات قد تتشابه لدى أكثر من فرد و رغم ذلك يختلف تأثيرها الغاضب من فرد لآخر و هذا يعني أن العوامل النابعة من ذات الفرد و تأويله للموقف المغضب لا تقل أهمية عن العوامل الخارجية ذاتها ، و على العموم يعد تقدير الفرد للضرر أو الخسارة المترتبة على الحدث أهم العوامل المرتبطة بدرجة الغضب .²

4-7-3-2-2 - عوامل نفسية :

فالخوف من أشد العوامل التي تقلق الإنسان و تفقده الأمن و الأمان و تهدد مستقبله سواء كان الخوف من النجاح ، أو من الاستقرار الاقتصادي و الاجتماعي ، كما أن القلق عامل نفسي داخلي يهدد كل ما يحسه الإنسان و يزعجه ، كما يغضب الإنسان متى كان هدفا للسخرية ، كما يغضب الطفل ليثير الانتباه إليه و ليحصل على عطف الآخرين ، كما يرتبط الغضب بمشاعر الغيرة ، و قد ينشأ غضب الإنسان بسبب أخطاء ارتكبها ربما ببراءة أو بقصد و إرادة.³

4-7-3-2-3 - عوامل فسيولوجية :

هناك عوامل فسيولوجية تؤثر على الإنسان و تدفعه للغضب ، فالغضب يزيد مع زيادة إفرازات الغدة الدرقية ، أو الغدتين فوق الكليتين ، أو الغدد التناسلية ، كما أن حالة

¹ جيل لندنفيلد ، إدارة الغضب ، مكتبة جرير ، ط 4 ، الرياض ، 2008 ، ص 13

² محمد السيد عبد الرحمان ، فوقية حسن عبد الحميد ، مرجع سابق ، ص 11

³ صموئيل حبيب ، مرجع سابق ، ص 24 - 27

الحيض عند المرأة قد تجعلها تضيق بمواقف أو مشكلات ما ،كبر السن عند الرجل أو المرأة قد يقلل القدرة على ضبط الانفعال الزائد .¹

4-7-3-2-4 - البيئة وطبيعة الموقف :

المكان الذي يحدث فيه مثير الغضب يمكن أن يلعب دورا مهما في الرحلة الانفعالية ، إضافة إلى عوامل تلوث المحيط إضافة إلى دخان السجائر و السيارات ، طبقة (الأوزون ...) ، كل هذه العوامل قد يكون لها تأثير سلبي كبير .²

4-7-3-2-5 - الثقافة :

تلعب ثقافة المجتمع دورا كبيرا في إثارة الغضب ، حيث تحدد الثقافة التي نولد فيها شكل استجابتنا لأي تهديد أو أذى أو إحباط ما .

4-7-3-2-6 - الحالة الانفعالية :

الحالة التي يكون عليها الشخص أثناء حدوث الإثارة تلعب دورا هاما في الاستجابة لمثير الغضب ، فالمداعية أثناء حالة مزاجية حسنة تختلف عن المداعبة أثناء حالة مزاجية سيئة ، إذن طبيعة استجابة الغضب تختلف من موقف لآخر و من حالة انفعالية لأخرى حتى لدى الشخص نفسه .

4-7-3-2-7 - الصحة الجسدية :

تلعب الحالة الصحية للشخص دورا مهم في إثارة الغضب ، فالشخص المريض بمرض مزمن تجده ثائرا غير راض على الحالة التي هو عليها .

4-7-3-2-8 - الإدراك الفردي :

¹ المرجع السابق ، ص28

² جيل لندنفيلد ، مرجع سابق ، ص16-17

تختلف استجابة كل فرد عن الآخر لنفس الموقف انطلاقاً من طريقة إدراكه للموقف و الطريقة التي يفكر بها و مدى توقعه لخطورة الموقف¹.

و ينطلق اهتمام المعرفيون في تفسيرهم للانفعال من مقولة أبو قراط أن البشر لا ينزعجون من الأشياء ذاتها و لكن من أفكارهم في تفسير الأشياء ، حيث توجد عمليتان إدراكيّتان يعتقد أنهما يؤثران في تفسير الأشياء هما : التوقعات و التقويمات أو تحديد القصد و يقصد بالتقويمات كل ما يرتبط بتفسير أو تحليل المعنى للمواقف الراهنة ، إضافة إلى حكم الفرد على قدرته على التعامل بنجاح مع التهديد أو المطلب المفروض ، أما التوقعات فهي الاحتمالات الذاتية التي يراها الفرد و الخاصة بالحوادث أو المواقف المستقبلية².

4-7-3-3 - أعراض الغضب :

4-7-3-3-1 - الأعراض النفسية :

الشعور بالكدر و العجز و العزلة و الانفراد، الشعور بالخوف بصفة عامة ، توقع الشر و المصائب ، توتر الأعصاب و الاضطراب ، ضعف في القدرة على الإنتاج و العمل .

4-7-3-3-2 - الأعراض الجسمية :

¹ المرجع نفسه ، ص 81 - 19

² محمد السيد عبد الرحمان ، فوقية حسن عبد الحميد ، مرجع سابق ، ص 12

ما يستطيع الإنسان الشعور به ووعيه .

- الضعف و نقص الطاقة الحيوية .

- شحوب الوجه و سرعة النبضات و الخفقان و ألم الصدر .

- إرهاق الحواس من شدة الحساسية للضوء و الصوت .

- اضطراب النوم و الأرق و الأحلام المزعجة .

- اضطراب الوظيفة الجنسية¹ .

4-3-7-4 - آثار الغضب ووظائفه :

لا تكمن مشكلة الغضب في الغضب ذاته بقدر ما يكمن في آثاره ، و يرى نوافكو (Novako) أن الغضب يتضمن عدد من الوظائف التي لا تبدو تبادلية تبادلا مطلقا أهمها :

- الغضب يمد السلوك بالطاقة فيزيد من زخم و قوة استجابتنا و ردود أفعالنا .

- الغضب يشوه عملية تشكيل المعلومات و انجاز العمل .

- الغضب هو اتصال تعبيرى يعكس الشعور السلبي المنافي .

- الغضب هو رد فعل دفاعي على تهديد الأنا .

- الغضب يعمل كمرشد مخير لعملية التعامل مع المشكلة تعاملًا تكيفيًا .

- الغضب يحرض على النشاط العدواني .

- الغضب يحسن الشعور بالسيطرة و الضبط .

- الغضب يحسن اعتبار الذات .

¹ محمد جاسم محمد ، مرجع سابق ، ص 53

و هكذا توجد بعض الآثار السلبية للغضب المذموم مثل اضطراب الوظائف البيولوجية و خاصة الدورة الدموية و السلوك العدواني و الاضطراب المعرفي .

كما توجد بعض الآثار الايجابية للغضب المحمود التمثل في غضب الإنسان على ماله و عرضه و هو غضب ينتظر إشارة العقل و الدين ¹.

4-7-3-5 - الغضب في مرحلة المراهقة :

تدل الدراسات التي قام بها ملتزر (M. Meltzer) على أن 90 % من حالات الغضب عند الأطفال لا تستمر أكثر من خمس دقائق ، بينما يبلغ متوسط المدى الزمني لحالات الغضب في المراهقة 15 دقيقة ، و يتراوح مدى هذه الحالات بين دقيقة واحدة إلى 24 ساعة ، و يخفف المراهق من الطفولة خلال مراهقته حتى تكاد تتلاشى كلها في الرشد ، و لا يبقى منها إلا ما يبدو منه عندما يضرب الأرض بقدمه أو يركل الأشياء الملقاة أمامه ، خاصة عند البنين، أما البنات فان هن قد يستجبن لغضبهن بالبكاء .

و يغضب المراهق عندما يشعر بما يعوق نشاطه و يحول بينه و بين غاياته ، و عندما يشعر بالظلم و الحرمان ، و عندما يتأثر مزاجه بالأمور الطبيعية الخارجية .

و تتخذ استجابات المراهق للغضب أشكالاً حركية و لفضية و قد تسفر عنها في تعبيرات الوجه و في لوم المراهق لنفسه ².

خلاصة:

تعتبر المراهقة مرحلة عنيفة في الناحية الانفعالية، حيث يمتاز المراهق بالعنف والاندفاع كما يساوره من آن لآخر أحاسيس بالضيق والزهدي، ولقد اختلف الباحثون في تقسيم بواعث هذه الاضطرابات الانفعالية التي تسود حياته، فهناك من يرجعها إلى تغيرات إفرازات الغدد، وهناك من يرجعها إلى العوامل البيئية المحيطة بالمراهق، إلا أنه ومع نهاية هذه المرحلة يستطيع المراهق ضبط الانفعالات ويصل إلى النضج

¹ محمد السيد عبد الرحمن ، فوقية حسن عبد الحميد ، مرجع سابق ، ص 14

² فؤاد البهي السيد ، مرجع سابق ، ص 263 - 264

الانفعالي ويتوقف ذلك إلى حد كبير على ما يجده المراهق من بيئة انفعالية ورعاية
وتقبل وتفهم ومشاركة وجدانية أسريا ومدرسيا واجتماعيا .

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس

الإطار المنهجي للبحث

تمهيد:

يتم التطرق في هذا الفصل إلى الدراسة الاستطلاعية وفرضيات البحث، المنهج المستخدم في ذلك كما يتم التطرق إلى كيفية اختيار العينة وعددها وأهم خصائص أفرادها بالإضافة إلى أهم الأدوات المنهجية المستخدمة في جمع البيانات، والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج.

1 - حدود الدراسة

1-1 - الإطار الزمني:

انطلق الطالب في دراسته بتاريخ 23 نوفمبر 2010 إلى غاية 10 ماي 2011 ، وقد مرت الدراسة بمرحلتين:

أ- **الدراسة الاستطلاعية:** وهي الأخرى مرت بمرحلتين، حيث قام الطالب في المرحلة الأولى بزيارة للثانوية محل الدراسة، بتاريخ 23 نوفمبر 2010 وكان الهدف من ذلك الوقوف على أبرز المشكلات الانفعالية عند التلاميذ، في مدة 14

يوماً أجرى خلالها مقابلات مع مستشار التوجيه بالثانوية وبعض الأساتذة والمراقبين، وكذا توزيع استمارة للمشكلات الانفعالية مقتبسة من قائمة موني لمشكلات المراهقين القائمة العربية من إعداد مصطفى فهمي¹. وقد كانت الدراسة الاستطلاعية على 47 تلميذا كعينة عشوائية، (24) إناث و (23) ذكور، وكانت نتائج تفريغ الاستمارة بالنسبة للمشكلات الأكثر تكرارا كما يلي:

| الرقم | العبارات | تكرارات نعم | النسبة % |
|-------|-----------------------------------|----------------|----------|
| 1 | أثور وافقد أعصابي بسهولة | 22 | 46,80% |
| 2 | إنني كثير القلق | 24 | 51,06% |
| 3 | لا استطيع البث برأي بسهولة | 22 | 46,50% |
| 4 | أخشى عمل الأخطاء | 33 | 70,21% |
| 5 | ما أسرع تساقط الدموع من عيني | 28 | 59,57% |
| 6 | اشعر اغلب الوقت إنني غير سعيد | 28 | 59,57% |
| 7 | إنني عنيد جدا | 25 | 53,19% |
| 8 | اشعر إنني سيء الحظ | 32 | 68,08% |
| 9 | اسرح كثيرا في الخيال | 20 | 42,55% |
| 10 | لا أخذ بعض الأمور بالجدية اللازمة | 24 | 51,06% |

¹ سيد خير الله، بحوث نفسية وتربوية، دار النهضة العربية، بيروت ، 1981، ص 162.

| | | | |
|----|-------------------------------|----|---------|
| 11 | اشعر اغلب الوقت إنني غير سعيد | 28 | % 59,57 |
|----|-------------------------------|----|---------|

جدول رقم 01 : يوضح المشكلات الانفعالية الأكثر تكرار عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي و النسبة المئوية

تمثل هذه النتائج المشكلات الانفعالية و نسبة تكرارها لدى العينة العشوائية وكان الهدف منها معرفة أكثر المشكلات الانفعالية انتشار لدى المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي و التي تمثل لهم عائق يحول دون تحقيق التوافق ، و يرجع اختيار مشكلات انفعالية دون أخرى و لطبيعة الدراسة و عامل الوقت و كون هذه المشكلات تمثل أعلى نسب انتشار بين التلاميذ محل الدراسة تم تحديد مشكلة (القلق و الخجل و الغضب) كمشكلات انفعالية لموضوع دراستنا ،وبعدها قمنا بصياغة تساؤلات الدراسة وفرضياتها، واختيار الوسيلة المناسبة لجمع البيانات، والمتمثلة في استبيان أولي المشكلات الانفعالية (قلق، خجل، غضب) .

وفي المرحلة الثانية بتاريخ 03 أبريل 2011 قام الطالب بتطبيق أولي للاستبيان من أجل إعداد أداة القياس والتأكد من سهولة العبارات وثباتها، وتطبيق أولي لمقياس كوبر سميث، وبعد 10 أيام أعاد الطالب تطبيق مرة ثانية للتأكد من ثبات الاستبيان.

ب - الدراسة الأساسية: انطلقا من 19 أبريل 2011 إلى غاية 10 ماي 2011، حيث قمنا بتوزيع مقياس كوبر سميث على عينة الدراسة، وبعدها توزيع الاستبيان بالتنسيق مع المراقبين والأساتذة تزامنا مع نهاية السنة الدراسية كان التحكم في توزيع واسترجاع الاستمارات سهلا.

2-1- الإطار المكاني:

يتحدد الإطار المكاني لدراستنا الميدانية في ثانوية أم الطوب بولاية سكيكدة.

- تقديم الثانوية:

التسمية : الثانوية المتعددة الاختصاصات .

العنوان : أم الطوب سكيكة .

تاريخ الإنشاء : 1996 /06 /25

تاريخ الافتتاح : 1996/ 10/18

المساحة : 18689م² / 8689 م² / 1300 م²

النمط : 1300 .

النظام : نصف خارجي .

طاقة الاستيعاب : 300 /800

الهيكل : الحجرات : 39 ، عدد المخابر : 06 ، مدرج ، مكتبة ، قاعة أساتذة .

عدد الطلبة : 1222

عدد الأساتذة : 63

عدد العمال : 50

مستشاري توجيه تربوي : 02

التخصصات المتوفرة : علوم تجريبية ، رياضيات ، أدب و فلسفة ، تسيير و اقتصاد ،

هندسة ميكانيكية

2- المنهج المستخدم:

يعتبر المنهج العلمي الطريق الذي يتبعه الباحث للوصول إلى تعليمات أو نتائج بطريقة علمية دقيقة، وكذلك مجموعة القواعد العامة التي توجه البحث للوصول إلى الحقيقة العلمية⁽¹⁾.

والمنهج هو طريقة تساعد في البحث ولا يستطيع الباحث العلمي الاستغناء عنه وبدون المنهج يكون البحث مجرد تجميع للمعلومات لا علاقة له بالواقع العلمي، ويختلف المنهج من دراسة إلى أخرى على حسب طبيعة ومشكلة موضوع البحث وتبعاً لاختلاف الباحثين وقدراتهم وإمكاناتهم

وتماشياً مع أهداف وطبيعة موضوع الدراسة فقد اعتمدنا على تطبيق المنهج الوصفي من خلال التعرض لتقدير الذات لدى التلاميذ وعلاقته بظهور بعض المشكلات النفسية (القلق، الخجل الغضب).

والمنهج الوصفي هو مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا، لاستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج وتعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث.²

3 - مجتمع وعينة الدراسة:

3-1 - المجتمع:

ونعني بمجتمع البحث: جميع المفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث. و في واقع الأمر إن دراسة مجتمع البحث الأصلي كله يتطلب وقتاً طويلاً وجهداً شاقاً و تكاليف مادية مرتفعة، ويكفي أن يختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع البحث بحيث تحقق أهداف البحث و تساعد على إنجاز مهمته.³

¹ - حميدة عمير اوي، مراحل الضوابط المنهجية لإعداد بحث، الباحث الاجتماعي، جامعة منتوري، قسنطينة، العدد: 1، بدون تاريخ، ص 96.

² - بشير صابح الراشدي، مناهج البحث التربوي، رؤية تطبيقية مبسطة، الكويت، دار الكتاب الحديث، 2000. ص 59.

³ - سامي محمد ملحم، مناهج البحث في التربية و علم النفس، دار المسيرة، عمان، الأردن، ط2(2002)، ص 247.

والمجتمع الأصلي هو المجتمع الحقيقي الذي يود الباحث بالفعل أن يعمم عليه ، وهذا المجتمع لسوء الحظ نادرا ما يكون متاحا للباحث . أما المجتمع المتاح الذي يكون الباحث قادرا على تعميم نتائجه عليه بالفعل فيسمى بالمجتمع المتاح ، يمثل الأول الاختيار النموذجي للباحث و الثاني اختياره الواقعي المتاح .

3-2- العينة:

العينة ليست مجرد جزء من مجتمع البحث حسبما اتفق عليه، ولكنها اختيار واعي تراعى فيه قواعد واعتبارات علمية معينة لكي تكون نتائجها قابلة للتعميم على المجتمع الأصلي، وتعرف العينة على أنها مجتمع الدراسة الذي تؤخذ منه البيانات الميدانية، إنها جزء من الكل، بمعنى آخر هي مجموعة من أفراد المجتمع تكون ممثلة له، لتجرى عليها الدراسة وقد تكون العينة أشخاصا، كما قد تكون أحياء أو شوارع أو مدن أو غير ذلك، وفي مجال دراستنا الحالي تمثل العينة تلاميذ ثانوية أم الطوب ولاية سكيكدة .

وكان مجتمع الدراسة يتكون من 1222 تلميذا، ونظرا لكون مجتمع الدراسة كبير (< 1000) قمنا باختيار عينة ممثلة للمجتمع وكانت عينة طبقية عشوائية، على أساس المستوى الدراسي (أولى، ثانية، ثالثة) بنسبة 30 % ومقدرة بـ 366 تلميذا وتلميذة.

3-2-1- خصائص العينة

أ- حسب الجنس

| الجنس | العدد | النسبة |
|---------|-------|--------|
| ذكور | 156 | 42,62% |
| إناث | 210 | 57,37% |
| المجموع | 366 | 100% |

جدول رقم 02: يوضح خصائص العينة حسب الجنس

من خلال الجدول أعلاه والموضح لخصائص عينة الدراسة فإننا نلاحظ أن نسبة الذكور 42,62% أقل من نسبة الإناث 57,37% وهذا ما يعكس الوضع الديمغرافي للجزائر في المدة الأخيرة، وتحسن النظرة حول تعليم المرأة، خاصة وأن التعليم لها أصبح إجباري، على عكس ذلك عزوف الذكور وتخليهم عن الدراسة في هذه المرحلة توجهها نحو الحياة المهنية أو العملية.

ب- حسب المستوى الدراسي

| النسبة | العدد | المستوى |
|--------|-------|---------------|
| 36,88% | 135 | السنة أولى |
| 34,15% | 125 | السنة الثانية |
| 28,96% | 106 | السنة الثالثة |
| 100% | 366 | المجموع |

جدول رقم 03: يوضح خصائص العينة حسب المستوى الدراسي

من خلال النتائج المبينة في الجدول فإن أعلى نسبة لصالح تلاميذ السنة أولى 36,88% تليها نسبة السنة الثانية 34,15% وأخيرا نسبة السنة الثالثة 28,96%، وهذه النتائج تعود إلى النتائج المحققة في السنوات الأخيرة تماشيا مع الإصلاح التربوي الذي تعيشه المنظومة التربوية في الجزائر، حيث نسجل تحسن في نسب النجاح من الطور المتوسط إلى الطور الثانوي من سنة إلى أخرى .

4- أدوات جمع البيانات:

يركز الباحث على تقنيات لجمع المعطيات والبيانات الخاصة بالظاهرة المراد دراستها واختيار التقنية أو الوسيلة المعتمد عليها يتوقف أساسا على طبيعة موضوع الدراسة، والهدف المراد الوصول إليه وبما أننا بصدد معرفة مستوى تقدير الذات عند التلاميذ بمؤسسة التعليم الثانوي وعلاقته بظهور بعض المشكلات الانفعالية (القلق، الخجل و الغضب) وتماشيا مع طبيعة الموضوع فقد إعتدنا على اختبار كوبر سميث لمعرفة مستوى تقدير الذات، بالإضافة إلى الإستمارة التي تصميميها خصيصا لقياس المشكلات الانفعالية المذكورة سابقا، إذ تعتبر هذه الأخيرة من أنسب الوسائل المستعملة و أكثرها شيوعا في الحصول على البيانات التي تكون كمنطلق أساسي للباحث من أجل الإجابة والتحليل على الأسئلة التي طرحها في بداية البحث، وتعرف الإستمارة على أنها" نموذج يضم مجموعة أسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة البحث ويتم تنفيذ الاستمارة عن طريق المقابلة الشخصية أو ترسل إلى المبحوثين عن طريق البريد.

1- مقياس تقدير الذات كوبر سميث النسخة المختصرة :

تم تصميم هذا المقياس من طرف الباحث كوبر سميث سنة 1967 لقياس الاتجاه نحو تقييم الذات، يتكوم المقياس من 25 كعبارة ، تحتوي على عبارات سلبية وأخرى موجبة.

- ثبات المقياس :

بما أن ثبات المقياس في البيئة الجزائرية تم حسابه في دراسات سابقة ، اكتفى الطالب بمقارنة نسبة الثبات في الدراستين :

- الدراسة الأولى هي دراسة أمزيان زبيدة بعنوان : علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته و حاجاته الإرشادية ، دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس ،مذكرة لنيل شهادة الماجستير تخصص إرشاد نفسي مدرسي ، تحت إشراف الدكتورة بن علي

راجية ،جامعة باتنة 2006 - 2007 و كانت نتائج ثبات المقياس كالتالي : $r = 0,88$

صدق إحصائي = $0,94$

- الدراسة الثانية دراسة بن عبيدي نوال بعنوان : تقدير الذات لدى الطلبة المعيدين في شهادة البكالوريا و علاقته بدافعية الانجاز لديه ، مذكرة مكملة لشهادة الماجستير في علم النفس تخصص علم النفس المدرسي ، تحت إشراف الأستاذ الدكتور شوية سيف الاسلام ، جامعة عنابة ، 2009 - 2010

حيث كانت نتائج ثبات المقياس كالتالي : $r = 0,80$

و صدق إحصائي = $0,89$

و انطلاقا من نتائج الدراستين يتبين أن المقياس ثابت في البيئة المحلية

تطبيق المقياس: يطلب من الفحوص وضع علامة \times أمام العبارة تحت كلمة تنطبق إذا كانت العبارة تصف ما يشعر به، وتحت كلمة لا تنطبق إذا كانت العبارة لا تصف ما يشعر به، ويطبق فرديا أو جماعيا، حيث تمثل العبارات السالبة كل من (2. 3.6.7.10.11. 12. 13. 15. 16. 17. 18. 21. 22. 23. 24. 25)، والعبارات الموجبة (1. 4. 5. 8. 9. 14. 19. 20)، ويتم تصحيح المقياس بحساب الدرجات الصحيحة (تنطبق في حالة العبارات الموجبة، لا تنطبق في حالة عبارات سالبة)، وللحصول على الدرجة الكلية للمقياس نضرب الحاصل في أربعة(4)، مع العلم أن التتقيط يكون بإعطاء العلامة (1) للعبارة الصحيحة، وبعدها نصنف النتائج في جدول يبين مستويات تقدير الذات ما يلي:

| الفئات | مستويات تقدير الذات |
|---------|---------------------|
| 40 - 20 | منخفض |

| | |
|-------|--------------|
| متوسط | 60 - 40 |
| عالي | 60 – فما فوق |

2 - استبيان المشكلات الانفعالية :

حسب علم الطالب و نظرا لعدم وجود أداة قياس مباشرة لمتغيرات الدراسة و طبيعة المشكلات الانفعالية ارتأى الطالب إلى إعداد استبيان للمشكلات الانفعالية يتمشى و طبيعة الدراسة و هذا انطلاقا من الرصيد المعرفي لعلم النفس و نتائج الدراسة الاستطلاعية ، إضافة إلى الاختبارات و المقاييس المتوفرة التي تقيس كل من القلق و الغضب و الخجل :

مقياس القلق حالة وسمة لسبلبرجر، مقياس الغضب كحالة وسمة من إعداد محمد السيد عبد الرحمان و فوقية حسن عبد الحميد ، مقياس الخجل لمايسة أحمد النيال مدحت عبد الحميد أبو زيد

و بناء على ذلك تم وضع الاستبيان في صيغته الأولية¹.

أ. صدق الاستبيان :

تم عرض استبيان المشكلات الانفعالية في صيغته الأولية على مجموعة من الأساتذة في ميدان علم النفس ، قصد الإرشاد والتوجيه، وبعد الإطلاع عليها تم إلغاء بعض الفقرات وإعادة صياغة فقرات أخرى، نتائج تحكيم الاستبيان من طرف المحكمين .

العبارات الغير مفهومة و التي تحتاج إلى إعادة الصياغة :

| | | |
|-------------|-----------|-----------|
| بعد الخجل : | بعد الغضب | بعد القلق |
|-------------|-----------|-----------|

¹ أنظر الملحق رقم : 2

| | | |
|---------------------------|------------------------|------------------------|
| عبارة رقم: 04، 03، 04، 06 | عبارة رقم : 01، 04، 06 | - عبارة رقم 08، 12، 13 |
| 11، 15، 07 | 07، 08، 09، 13 | |

العبارات المحذوفة :

الخدج: 2، 5، 8

الغضب: 11، 10، 15

القلق: 2، 3، 15

وبناء على آراء المحكمين¹ تم وضع الاستمارة في شكلها الحالي.

ب - وصف الاستبيان :

انطلاقاً من مشكلة بحثنا فقد تم تصميم استمارة مقسمة إلى قسمين، القسم الأول يهدف إلى معرفة المعلومات الشخصية للتلميذ، والقسم الثاني يتكون من ثلاث أبعاد كل بعد يحتوي على اثنا عشر سؤالاً:

المحور الأول: ويتعلق بعبارات تقيس مشكلة القلق (3. 4. 11. 9. 10. 16. 17. 18. 27. 32. 33. 36)

المحور الثاني: ويتعلق بعبارات تقيس مشكلة الخجل (1. 31. 7. 14. 8. 28. 15. 22. 29. 23. 25. 21)

المحور الثالث: ويتعلق بعبارات تقيس مشكلة الغضب (2. 5. 6. 12. 13. 19. 20. 24. 26. 30. 34. 35)

وتكون الإجابة على هذه البنود متدرجة بين خيارين **نعم** أو **لا**.

¹ - الأساتذة المحكمين: أ.د. عمار بوخدير، أ.د. معمر داود، د. محمد الطاهر بوياية، د. رمضان كربوش د. بشير لعريط، د. بوخميس بوفولة، جامعة عنابة.

ج - الثبات:

قبل عرض الاستمارة على عينة البحث الأصلية يجب التحقق من مدى قابلية هذه الأخيرة للتطبيق وذلك بحساب معامل الارتباط والذي يعبر عن مدى الارتباط بين الدرجات المتحصل عليها عند تطبيقه لأول مرة والدرجات المتحصل عليها عند إعادة التطبيق، ومن أجل ذلك قمنا باختيار عينة تتكون من 10 تلاميذ تم توزيع الإستبانة عليهم، وبعد مدة 10 أيام تم إعادة توزيعها حيث تم استبعاد هؤلاء الأفراد من عينة الدراسة الأصلية، وبعد ذلك تم حساب معامل الارتباط وكانت النتائج كالتالي: **العينة تساوي=10**

نستعمل هنا معامل بيرسون والذي يحسب بالمعادلة التالية:

$$r = \frac{N \sum X \cdot Y - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2] [N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

$r =$ معامل الارتباط.

$\sum X =$ درجات الأفراد في الاستبيان الأول.

$\sum Y =$ درجات الأفراد عند الاستبيان .

بعد القيام بالعمليات الحسابية حصلنا على معامل ارتباط يقدر ب: 0.89 وهو معامل ارتباط ذو علاقة موجبة قوية.

5 - أساليب تحليل البيانات:

إن جمع البيانات عن طريق استمارة البحث دون تبويبها وتحليلها تبقى نتائج مبهمة وغير معروفة ما لم يتم الاعتماد على وسائل التحليل التي تجعل النتائج واضحة ويستطيع القارئ الإطلاع عليها، وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على أسلوبين هما:

5 - 1- الأسلوب الكمي:

وهو الأسلوب الذي يستعمل فيه النسب المئوية في الكشف عن فرضيات ومتغيرات الدراسة، والمتمثلة في معرفة مستوى تقدير الذات عند التلاميذ، والتعرف على المشكلات الانفعالية الموجودة عندهم، وذلك عن طريق إحصاء إجابات الفئة المبحوثة حول فرضيات الدراسة وقد استعنا في دراستنا برنامج **Excel** لحساب معامل ارتباط **بارسون** الذي يهدف إلى قياس ثبات الاستمارة وكذلك معرفة العلاقة بين تقدير الذات وأبعاد المشكلات الانفعالية واختبار الدلالة مربع كاي (ك2) لمعرفة دلالة الفروق في مستوى تقدير الذات حسب الجنس والمستوى الدراسي، وتأثير كل من الجنس والمستوى الدراسي على ظهور المشكلات الانفعالية (القلق، الخجل والغضب).

$$\text{والمعادلة المستعملة في ذلك هي:} \quad \frac{(ت و - ت م)^2}{ت م} = 2ك$$

ت و = التكرار الملاحظ.

ت م = التكرار المتوقع.

(ف-1)(1-ع) = درجة الحرية.

حيث: ف = عدد الأسطر. ع = عدد الأعمدة.

مستوى الخطأ = 0.05

ونظرا لكون الاستبيان يحتوي على بديلين نعم ولا ونحن بصدد قياس الفروق حسب الجنس، أي صفيين وعمودين ، اعتمدنا على قانون

$$\text{كا} = \frac{\sum (ت و - ت م - 0.5)^2}{ت م} \text{ تربيع المعدل.}$$

النسب المئوية :

$$\text{النسب المئوية} = \frac{x}{n} \cdot 100\%$$

n

x عدد التكرارات

n العينة الكلية

الفصل السادس

عرض و مناقشة و تحليل النتائج

2- عرض و مناقشة النتائج :

2-1 - معرفة مستوى تقدير الذات لدى أفراد العينة:

بعد تصحيح الدرجات على مقياس كوبر سميت لتقدير الذات، وتبويب النتائج في جدول يوضح نتيجة كل فرد من أفراد العينة¹، مع الأخذ بعين الاعتبار العبارات الموجبة والعبارات السالبة، قمنا بتصنيف النتائج حسب فئات المقياس الموضحة في الجدول التالي:

| الفئات | مستويات تقدير الذات |
|---------|---------------------|
| 40 - 20 | منخفضة |

¹- أنظر الملاحق، نتائج العلاقة بين تقدير الذات و المشكلات الانفعالية .

| | |
|--------|---------|
| متوسطة | 60 - 40 |
| عالية | 80 - 60 |

فكانت نتائج التصنيف كالتالي:

| النسبة | عدد الأفراد | الفئات |
|---------|-------------|---------|
| % 24.04 | 88 | 40 - 20 |
| % 36.61 | 134 | 60 - 40 |
| % 39.34 | 144 | 80 - 60 |

جدول رقم 04 : يوضح إستجابات أفراد العينة حسب الفئات و النسب المنوية

ومن خلال هذه النتائج، فإننا نسجل أعلى نسبة عند تلاميذ مستوى تقدير الذاتي العالي بنسبة 39.34 % تليها نسبة تقدير ذات متوسط بنسبة 36.61 %، وفي الأخير نسبة مستوى التقدير الضعيف بنسبة 24.04 %، وهذه النتائج تدل على أن مستوى تقدير الذات السائد لدى أفراد العينة هو المستوى العالي.

2-2 - استجابة أفراد العينة على أبعاد المشاكل الانفعالية

1- مشكلة القلق:

| البدائل | | | | العبارات | الرقم |
|---------|---------|--------|---------|----------|-------|
| لا | | نعم | | | |
| النسبة | التكرار | النسبة | التكرار | | |
| | | | | | |

| | | | | | | |
|--------------|-------------|--------------|-------------|---|--|----|
| 39.07 | 143 | 60.92 | 223 | + | لا أقدم على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء | 3 |
| 33.33 | 122 | 66.66 | 224 | + | إنني كثيرا ما أكون قلقا وأحس أن شيئا سيئا سيحدث لي | 4 |
| 39.34 | 144 | 60.68 | 222 | + | كثيرا ما أكون قلقا و مهموما | 9 |
| 32.51 | 119 | 67.48 | 247 | + | تدور في ذهني أفكار تزعجني | 10 |
| 38.79 | 142 | 61.20 | 224 | - | أنا شخص مستقر في | 11 |
| 50.81 | 186 | 49.18 | 180 | + | حياتي أجد صعوبة في التركيز و الانتباه | 16 |
| 50.27 | 184 | 49.72 | 182 | + | اشعر بعدم الرضا عن نفسي | 17 |
| 50.00 | 183 | 50.00 | 183 | + | اشعر بأن الصعوبات متراكمة ولا أستطيع التغلب عليها | 18 |
| 47.26 | 173 | 52.73 | 193 | - | أنا هادئ ولا انفعل بسرعة | 27 |
| 72.67 | 266 | 27.32 | 100 | + | تمنيت لو لم تلدني أمي | 32 |
| 42.62 | 156 | 57.37 | 210 | + | كثيرا ما اشعر بالتعب | 33 |
| 61.20 | 224 | 38.79 | 242 | + | اشعر بتوتر عضلاتي | 36 |
| 48.82 | 2152 | 51.18 | 2248 | | المجموع | |

جدول رقم 05: يوضح استجابات أفراد العينة على بعد القلق

تعليق:

من خلال استجابات أفراد العينة بالنسبة لهذا البعد الموضح في الجدول (03) والمتعلق بمدى ظهور مشكلة القلق عند التلاميذ، فإننا نسجل نسب متباينة بين التأكيد (نعم) والنفي (لا)، على مختلف العبارات، حيث وبالنسبة للعبارة (3) فإن نسبة 60.92% من أفراد العينة أجابوا بنعم على محتوى هذه العبارة أي أنهم لا يقدمون على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء، في حين 39.07% يرون عكس ذلك، وبنفس النسبة تقريبا في ما يخص العبارة (4)، حيث عبر 66.66% من التلاميذ على أنه كثيرا ما يشعرون بالقلق وأن هناك شيئا ما سيحدث لهم، في المقابل نسبة 33.33% ترى عس ذلك.

وعلى نفس المنوال تقريبا جاءت نسب العبارتين (9) و(10)، حيث ترى نسبة 60.68% من التلاميذ بأنهم قلقون ومهمومون، ونسبة 67.48% منهم تدور بأذهانهم أفكار مزعجة، والجدير بالذكر هنا أن هذه الصفات من ميزات مرحلة المراهقة ومن مشاكلها أيضا.

أما بخصوص العبارة (11) وهي عبارة سلبية، فإن 61.20% من التلاميذ مستقرين في حياتهم على حد تعبيرهم وإجاباتهم، وتبقى نسبة 38.79% غير مستقرة، وهذا يعكس الفروق الفردية والاجتماعية والأسرية بين التلاميذ.

وإذا نظرنا إلى العبارتين (16) و(17) فإننا نلاحظ نفس نسب الاستجابة تقريبا، حيث 49.18% من التلاميذ يجدون صعوبة في التركيز والانتباه وهو ما تنص عليه العبارة (16)، ونسبة 49.72% يشعرون بعدم الرضا عن أنفسهم، وبالنظر لهذه النسبة فن نصف أفراد العينة غير راضيين عن أنفسهم، وهي كذلك من ميزات مرحلة المراهقة، ونفس الملاحظة بالنسبة للعبارة (18)، نصف أفراد العينة 50% يشعرون بصعوبات متراكمة ولا يستطيعون التغلب عليها والنصف الآخر يرى عكس ذلك.

أما عن الهدوء أو الانفعال بسرعة فأن 52.73 % من أفراد العينة أجابت بالهدوء وعدم الانفعال بسرعة، لتبقى نسبة 47.26 % ترى خلاف ذلك، أي أنهم غير هادئين وينفعلون بسرعة.

أما فيما يخص الحالة الصحية فقد دلت العبارة (33) على أن 57.37 % من التلاميذ كثيرا ما يشعرون بالتعب، ونسبة 42.62 % ترى عكس ذلك، وكذلك 38.79 % منهم يشعرون بتوتر العضلات وهو ما تنص عليه العبارة (36)، أما 61.20 % منهم فلا يشعرون بتوتر العضلات.

لتبقى في الأخير العبارة (32) حيث سجلنا نسبة 27.32 % من التلاميذ أفراد العينة تمنوا أن لم تلدهم أمهاتهم، في حين نسبة 72.67 % ترى عكس ذلك.

من خلال هذه النتائج وهذه القراءات، وبعد حساب النتائج الكلية المتعلقة بمدى ظهور مشكلة القلق بين تلاميذ أفراد العينة، ومع الأخذ بعين الاعتبار العبارات السلبية والعبارات الايجابية، فإننا سجلنا 51.18 % يعانون من مشكلة القلق، ونسبة 48.82 % لا يعانون من هذه المشكلة.

3-2 - مشكلة الخجل:

| الرقم | العبارات | البدائل | |
|-------|---|---------|--------|
| | | نعم | لا |
| | | التكرار | النسبة |
| 1 | اشعر بالتوتر عند وجودي مع مجموعة من الأفراد الغرباء | 266 | 72.67 |
| 7 | تنقصني القدرة على مناقشة | 201 | 54.91 |
| | | 100 | 27.32 |
| | | 165 | 45.08 |

| | | | | | الأساتذة | |
|-------|-----|-------|-----|---|---|----|
| 48.90 | 179 | 51.09 | 187 | + | أجد صعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين | 8 |
| 57.37 | 210 | 42.62 | 156 | + | اشعر بالخجل عندما ينادي الأستاذ في القسم باسمي بصوت عالي | 14 |
| 61.74 | 226 | 38.25 | 140 | + | أتجنب الاختلاط بمعارف جدد خشية عدم الانسجام معهم | 15 |
| 40.43 | 148 | 59.56 | 218 | + | اشعر باحمرار الوجه عندما أقابل أناس لأول مرة | 21 |
| 38.25 | 140 | 61.74 | 226 | + | لا أشارك عادة في الأنشطة الثقافية والرياضية المدرسية | 22 |
| 57.65 | 211 | 42.34 | 155 | + | ليس من السهل علي إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركتي الحديث | 23 |
| 40.43 | 148 | 59.56 | 218 | + | اشعر بسرعة دقات قلبي عندما يطلب مني أبداء رأي أمام زملائي | 25 |
| 52.18 | 191 | 47.81 | 175 | + | أتردد كثيرا في الدخول إلى القسم إذا وصلت متأخرا | 28 |
| 36.06 | 132 | 63.93 | 234 | + | كثيرا ما التزم الصمت عند | 29 |

| | | | | | | |
|-------|-------------|--------------|-------------|---|---|----|
| | | | | | وجودي مع مجموعة من الأفراد | |
| 56.55 | 207 | 43.44 | 159 | + | اشعر بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة | 31 |
| | 2050 | 50.85 | 2235 | | المجموع | |

جدول رقم 06: يوضح استجابات أفراد العينة على بعد الخجل

تعليق: من خلال استجابة أفراد العينة بالنسبة لهذا البعد الموضح في الجدول (04) والمتعلقة بمدى ظهور مشكلة الخجل لدى التلاميذ، فإننا سجلنا استجابات متباينة بين نعم ولا على مختلف العبارات الإثنا عشر.

حيث جاءت إجابات أفراد العينة على العبارة (1) والتي تدل على الشعور بالتوتر أثناء تواجد التلميذ مع أفراد غريباء بنسبة عالية 72.67 % أجابوا بنعم أي يشعرون بالتوتر، ونسبة قليلة منهم 27.32 % لا يشعرون بالتوتر.

أما بالنسبة للعبارة رقم (7) فإن 54.91 % من التلاميذ أجابوا بأنهم تنقصهم القدرة على مناقشة الأساتذة، ونسبة 45.08 % منهم أجابوا بلا أي لا تنقصهم القدرة على مناقشة الأساتذة، وبخصوص محتوى العبارة (8) الدالة على صعوبة اتخاذ القرار بوجود أفراد آخرين فإن 51.09 % من أفراد العينة أجابوا بنعم، ونسبة 48.90 % منهم يرون عكس ذلك، ولا يجدوا صعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين.

في حين جاءت إجابات أفراد العينة على محتوى العبارة (14) بنسبة موافقة (نعم) مقدرة بـ 42.62% فقط، أي أنهم يشعرون بالخجل عندما ينادي الأستاذ في القسم بأسمائهم بصوت عالي، لتبقى نسبة 57.37% منهم أجابوا بلا أي عدم الشعور بالخجل،

وهي نسب متقاربة مع نسبة الإجابة على محتوى العبارة (31)، حيث سجلنا 43.44 % من التلاميذ أجابوا بالشعور بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة، في حين 56.55 % منهم يرى عكس ذلك، نفس الشيء الملاحظ مع العبارة (23) حيث أجاب 42.43 % من التلاميذ على أنهم يجدوا صعوبة في إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء الحديث، وهذه الاستجابة تؤكد استجابات العبارة (29) حيث سجلنا 63.93 % من التلاميذ كثيرا ما يلتزموا الصمت عند وجودهم مع مجموعة من الأفراد وتبقى نسبة 36.06 % ترى عكس ذلك.

في نفس السياق جاءت استجابات أفراد العينة على محتوى العبارة (25) حيث سجلنا 59.56 % من التلاميذ أكدوا بأنهم يشعرون بتسارع دقات القلب عندما يطلب منهم إبداء الرأي أمام زملائهم ، في حين نسبة الإجابة بنفي ذلك كانت 40.43 % فقط، كذلك وتأكيدا لنفس الاستجابات جاءت استجابة العبارة (21) لتعبر بنفس الطريقة تقريبا ، حيث سجلنا 59.56 % من أكدوا على احمرار الوجه عند مقابلة أناس لأول مرة، وهي دائما حالات خجل، كل هذا يجعل التلاميذ لا يشاركون في النشاطات الثقافية والرياضية بالمدرسة ، وهذا ما دلت عليه نتائج الإجابة على محتوى العبارة (22)، حيث سجلنا نسبة 61.74 % ممن أكدوا ذلك بنعم، ونسبة 38.25 % فقط أجابوا بلا.

أما فيما يخص محتوى العبارة (28) فسجلنا نسبة إجابة بنعم أي التردد في الدخول للقسم في حالة الوصول المتأخر مقدرة بـ 47.84 % ، في المقابل سجلنا نسبة 52.18 % ممن أجابوا بلا أي عدم التردد في الدخول إلى القسم في حالة التأخر.

وفي الأخير تبقى العبارة (15) والتي تدل على تجنب الاختلاط بمعارف جديدة خشية عدم الانسجام معهم، حيث سجلنا نسبة 38.25 % فقط ممن أجابوا بنعم، ونسبة 61.74 % ممن أجابوا بنفي ذلك، وليس لهم مشكل مع المعارف الجديدة.

وبناء على هذه النتائج والملاحظات، وبعد حساب النسب العامة سجلنا نسبة 50.85 % من أفراد العينة يعانون من مشكلة الخجل، وهذا لأسباب مختلفة من تلميذ لأخر.

4-2- مشكلة الغضب

| البدائل | البدائل | | الرقم | العبارات | |
|---------|---------|---------|--------|---|----|
| | لا | | | | |
| | التكرار | النسبة | | | |
| نعم | | التكرار | النسبة | | |
| 50 | 183 | 50 | 183 | - أتقبل بصدر رحب مقاطعتي عندما أتكلم من طرف زملائي | 2 |
| 29.23 | 107 | 70.76 | 259 | + افقد السيطرة على تصرفاتي عادة عندما اغضب | 5 |
| 53.82 | 197 | 46.17 | 169 | + يضايقني كثيرا الالتزام ببعض قوانين المدرسة | 6 |
| 31.14 | 114 | 68.85 | 152 | + أتلفظ ببعض الكلمات القاسية أحيانا عند الغضب | 12 |

| | | | | | | |
|-------|-----|--------------|-------------|---|---|----|
| 12.29 | 45 | 87.70 | 321 | + | اشعر بالضيق عندما أحصل على علامات في الامتحان لم ترضيني | 13 |
| 67.21 | 246 | 32.78 | 120 | - | أتفق مع من يعتبرون طباعي حادة وعنيفة | 19 |
| 51.63 | 189 | 48.36 | 177 | + | يفقد صبري واغضب بسرعة | 20 |
| 27.59 | 101 | 72.40 | 265 | + | أتضايق من بعض معاملات المراقبين و الأساتذة | 24 |
| 12.56 | 46 | 87.43 | 320 | + | يضايقني هؤلاء الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق | 26 |
| 38.79 | 142 | 61.20 | 224 | + | أغضب عندما يعاملني في الثانوية كما لو أنني ما زلت صغيرا | 30 |
| 53.82 | 197 | 46.17 | 169 | + | يضايقني عندما استدعى على انفراد من طرف الإدارة المدرسية | 34 |
| 38.79 | 142 | 61.20 | 224 | + | اغضب عندما انتقد من طرف الآخرين | 35 |
| | | 63.95 | 2809 | | المجموع | |

جدول رقم 07: يوضح استجابات أفراد العينة على بعد الغضب

التعليق:

من خلال استجابة أفراد العينة بالنسبة لهذا البعد الموضح في الجدول (05) والمتعلق بمدى ظهور مشكلة الغضب لدى أفراد عينة الدراسة فإننا نسجل نسب استجابة متباينة بين الرفض (لا) والقبول (نعم)، حيث كانت نسب الإجابة على العبارة (2) والمتعلقة بمدى تقبل المقاطعة من طرف الزملاء أثناء الكلام مناصفة بين نعم ولا 50% لكل منهما، أي نصف أفراد العينة لا يتقبل مقاطعته من طرف الزملاء والنصف الآخر يتقبل ذلك، أما بالنسبة للعبارة (5) والمتعلقة بفقدان السيطرة على النفس أثناء الغضب فإن أغلب أفراد العينة أجابوا بنعم ونسبتهم 70.76 % لتبقى نسبة 29.23 % فقط ترى عكس ذلك، أي أنهم يتحكمون في أنفسهم أثناء الغضب .

ونسف النسبة تقريبا بالنسبة للعبارة (24) والمتعلقة بالتضايق من معاملة المراقبين والأساتذة، حيث عبّر 72.40 % من التلاميذ بأنهم يتضايقون من ذلك، في حين 27.59 % من أفراد العينة لا يتضايقون من المراقبين والأساتذة.

أما إذا نظرنا إلى العبارتين (6) و (34) فإننا نلاحظ أن نسبة أفراد العينة الذين أجابوا بنعم تقدر بـ 46.17 % حيث تدل العبارة (6) على التضايق من الالتزام ببعض القوانين المدرسية، وتدلل العبارة (34) على التضايق من استدعاء الإدارة للتلميذ دون غيره، وهذا ما يدل على أن نسبة 53.82 من أفراد العينة لا يتضايقون من القوانين الإدارية.

وفي ما يخص العبارة (12) المتعلقة بالتلفظ ببعض الكلمات القاسية أحيانا عند الغضب فإن 68.85 % من أفراد العينة أجابوا بنعم أي أنهم يتلفظون بكلمات قاسية، وهو ما أكده بعض الأساتذة والمراقبين خلال دراستنا الاستطلاعية، في حين 31.14 % منهم لا يتلفظون بكلمات قاسية عند الغضب على حد تعبيرهم .

من جهة أخرى فإن نسبة 87.70 % من أفراد العينة أجابوا بنعم على محتوى العبارة (13) والدالة على الشعور بالضيق عند الحصول على علامات غير مرضية

في الامتحان، وهي نسبة عالية مقارنة بنسبة 12.29 % فقط ممن أجابوا لا يتضايقون عند الحصول على علامات غير مرضية في الامتحانات، ونفس الشيء تقريبا فيما يخص العبارة (26) والمتعلقة بالتضايق من الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق - حيث سجلنا نسبة 87.43 % ممن أجابوا بنعم، ونسبة 12.56 % أجابوا بلا، أي عدم التضايق.

أما فيما يخص العبارة (19) وهي عبارة سلبية فإن 32.98 % أجابوا بنعم أي أنهم يتفقون مع من يرون بأن طباعهم حادة ، في حين 67.21 % ترى عكس ذلك، أي أنهم لا يتفقون مع هؤلاء، وبخصوص العبارة رقم (20) فإننا سجلنا نسبة 48.36 % أجابوا بأنهم ينفذ صبرهم ويغضبوا بسرعة، في حين 51.63 % ترى عكس ذلك، أي لا ينفذ صبرهم بسرعة ، لتبقى في الأخير نسبة 61 % يغضبون عند المعاملة على أنهم صغار وعند الانتقاد من طرف الآخرين.

3- مناقشة الفرضيات على ضوء النتائج:

3-1- الفرضيات الجزئية:

3 - 1 - 1 - الفرضية الجزئية الأولى: هناك مستوى تقدير ذات منخفض عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي

بناء على النتائج المتحصل عليها انطلاقا من تطبيقنا لمقياس كوبر سميث لتقدير الذات، وما خلصناه من خلال دراستنا حول تقدير الذات عند التلاميذ في ثانوية أم الطوب بولاية سكيكدة، وحسب تقدير التلاميذ أنفسهم واستجاباتهم لمختلف بنود المقياس، فإن تقدير الذات السائد في الثانوية هو المستوى العالي بنسبة 39.34 % من أفراد العينة، تليه نسبة المستوى المتوسط المقدر بـ 36.61%، وبالتالي فإننا نرفض الفرضية الجزئية الأولى، ونقر بأن مستوى تقدير الذات عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي غير منخفض.

لم نجد هناك دراسات سابقة يمكن مقارنة نتائجها بنتائج دراستنا الحالية لكن الأدب النفسي و الثورات النظرية يشير إلى أن هناك عوامل و ظروف تكون وراء ارتفاع و انخفاض مستوى تقدير الذات.

فالأسرة هي البيئة الهامة لنشأة ونمو تقدير الذات للفرد، فقد توصلت العديد من الدراسات إلى أن الدعم الوالدي ومنح الاستقلال والحرية للأبناء مرتبط بطريقة إيجابية بالتقدير المرتفع للذات لدى الأبناء، فعندما يثق الأب والأم بالابن ويعتبرانه شخصاً مسؤولاً فإن هذا يزيد من تقديره لذاته.

حيث تناول كوبر سميت سميت علاقة أساليب المعاملة الوالدية بتقدير الذات و أشار إلى أن الأساليب الوالدية في تنشئة الأطفال تعتبر متغير مهم يؤثر في نمو مفهوم تقدير الذات لدى الأطفال ، و أشار إلى أن التقدير المرتفع لدى الأطفال مرتبط بشدة القبول الوالدي و بالحب و الحنان الوالدي تجاه أطفالهم .

و في دراسة حديثة لـ "كواش" و زملائه عن تأثير و علاقة السلوك الوالدي في تنشئة الأبناء على تقديرهم لذاتهم انتهى إلى أن تقدير الذات المرتفع لدى الأطفال ارتبط إيجاباً بالقبول و الدفء لدى الجنسين وان كان ذلك أكثر وضوحاً بالنسبة للأولاد عن البنات . كما ارتبط تقدير الذات المرتفع لدى الأولاد بالضبط اللين و منح الاستقلال في حين ارتبط تقدير الذات لدى البنات بالضبط الصارم و منح الاستقلال¹.

زد على ذلك مواقف أفراد المحيط الاجتماعي تجاه الفرد ، و كيفية معاملتهم له و تقديرهم لشخصيته ، حيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين له . لكن الملاحظات و الانتقادات و مظاهر الإشادة و التنويه التي تصدر عن الآخرين ليست كلها متساوية في تأثيرها على الفرد في تقديره لذاته ، حيث يقوم الفرد عادة بتفسير ما يصله من تنبيهات تتضمن آراء الآخرين و ملاحظاتهم و اتجاهاتهم نحوه، و معاملاتهم له حسب خصائص الأشخاص الذين تصدر منهم الملاحظات و كذا الملابس و الظروف التي تصدر فيها و العلاقات التي تربط الفرد المعني بأصحاب هذه الملاحظات . فالملاحظة

¹ أحمد السيد محمد اسماعيل ، مرجع سابق ، ص 122 - 123

الآتية من الصديق ذو المعرفة الواسعة و الثقة المؤكدة مثلا لا تقدر و تفسر مثل الملاحظة التي يبديها أي شخص آخر ، بالإضافة إلى ذلك فان الفرد يستعن بخبراته السابقة و معارفه المكتسبة في تفسير المنبهات الاجتماعية .

و الملاحظ أن الفرد يتأثر خصوصا بالمظاهر المعممة أو المشتركة بين معظم الناس أو التي يتميز بها معظم الناس ولاسيما أولئك الذين يقدرهم الفرد المعني و يحترمهم.¹ كما أن للعوامل الوضعية دور في تقييم الفرد لذاته ، و تتمثل خصوصا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقديره لذاته .فقد تتضمن هذه الظروف مثلا تنبيهات معينة تجعل الشخص المعني يراجع نفسه و يتفحص تصوراته ، و يقوم بتعديل اتجاهاته و تقديراته تجاه ذاته و تجاه الآخرين .فقد يكون الفرد مثلا في حالة مرضية أو تحت ضغوط مخيفة أو في ضائقة اقتصادية أو اجتماعية .كل هذه الحالات و الأوضاع الشخصية تؤثر على نفسية الفرد و توجه تقديراته سواء بالنسبة لذاته أو بالنسبة للآخرين .أما درجات تأثير هذه الحالات و الأوضاع على تقديرات الفرد فتتحدد حسب مدى تأثر الفرد بمظاهرها ، و مدى إمكانية تكيفه معها .

كما أن التحصيل الدراسي قد يكون سببا في رفع مستوى تقدير الذات ، و يمكن تفسير ذلك بأن الفرد و خاصة في مرحلة المراهقة يتوق إلى تقدير الآخرين له ، فيجعل وسيلته التي يعمل بها على لفت الأنظار إليه في تفوقه الدراسي ، و يكون ذلك تأكيدا على النجاح الذي حققه ، و هنا يظهر الإعجاب بالفرد و انجازاته و نجاحاته من قبل الآخرين و يرتفع التقدير الاجتماعي لديه ، مما يزيد من ثقة الفرد و بالتالي يصبح لديه تقدير إيجابي .

2-1-3 - الفرضية الجزئية الثانية : هناك بعض المشكلات الانفعالية عند المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي .
1-2-1-3 - مشكلة القلق :

¹ جمال يحيوي ، مرجع سابق ، ص 551 - 552

بناءً على النتائج المحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية، وتبعاً لنسبة ظهور القلق عند التلاميذ المقدرة بـ **51.18 %** فإننا نسجل أكثر من نصف أفراد العينة يعانون من القلق، هذه النسبة تتناسب مع مرحلة التعليم الثانوي بصفقتها تتزامن مع مرحلة المراهقة أين تسيطر حالات القلق على التلاميذ لا سيما تلاميذ السنة الثالثة باعتبارهم تنتظرهم امتحانات هامة، وهي امتحان شهادة البكالوريا خاصة وأنا قمنا بدراستنا مع نهاية مرحلة الدروس وبداية التحضير للبكالوريا التجريبية، ونفس الشيء مع تلاميذ السنة الأولى الذين يحضرون لامتحانات التي تؤثر على توجيههم إلى الفروع محلياً في السنة الثانية.

ويعتبر القلق من الانفعالات المميزة لهذه الفترة ويكون كرد فعل أمام كل منبه يشكل خطراً مهدداً للذات ويكون مصدره غالباً غير معروف وغير محدد عكس الخوف، وينتاب المراهق هذا الشعور بالقلق نظراً لما يطرأ عليه من تغيرات أو بسبب الأسلوب التربوي المتبع من طرف الوالدين والذي لا يتناسب مع سن المراهق ووضعيته الجديدة.

و يشير رشاد موسى (1991) إلى أن الأفراد في مرحلة المراهقة يتعرضون لمثيرات بيئية و اجتماعية مختلفة ومطالب متنوعة من قبل الوالدين و اتساع دائرة العلاقات الاجتماعية ومن ثم فان هذه المتغيرات تؤثر بطريقة أو بأخرى على البنين النفسي لكل من الذكر و الأنثى وعليه يصبح الفرد سواء كان ذكر أو أنثى أكثر عرضة للإصابة بمظاهر القلق .

و يذهب خليل معوض (1994) إلى أن المراهقين من الجنسين يتعرضون للقلق و التوتر بسبب ما يلقي على عاتقهم من مسؤوليات جديدة لم يؤلفوها في عهد طفولتهم و تعجز إمكانياتهم على انجازها .

ووفقاً لاريكسون فقد يرجع شيوع القلق لدى الجنسين في مرحلة المراهقة إلى الضغوط التي يواجهونها في ظل التغيرات السياسية و الاجتماعية و التكنولوجية التي تضر بهويتهم .

و هذا التغيير الذي يثيره التفجر المعرفي يسهم في الإحساس الغامض بالشك و القلق و عدم الاستمرارية¹.

وتشير دراسات نفسية أقيمت لغرض التعرف على المشكلات التي يعاني منها تلاميذ المرحلة الثانوية . إلى أن هناك مشكلات أكثر شيوعا يعاني منها التلاميذ وهي : القلق ، التشتت ، الاعتمادية و الخجل و التواصل و الاتصال ، و الحساسية الزائدة و الانسحاب².

2-1-3 -2- مشكلة الخجل:

بناء على النتائج المتحصل عليها من خلال دراستنا لمشكلة الخجل، وطبيعة الاستجابات التي قدمها التلاميذ على اختلاف جنسهم ومستواهم التعليمي، فإننا سجلنا أن هناك حقيقة مشكلة الخجل،" ولو بنسب متفاوتة من تلميذ لآخر، خاصة في إطار التعامل مع الأجانب، أو مواجهة الأساتذة، وسجلنا نسبة 50.85 % من أفراد العينة يعانون من الخجل على حد إجاباتهم على مختلف عبارات هذا البعد، وهذا طبعا راجع أساسا إلى مرحلة المراهقة التي يمر بها التلاميذ.

حيث أن خلال فترة المراهقة يظهر على المراهق الخجل بسبب بعض المشاعر التي يتعرض لها في هذه المرحلة من النمو ويرجع ذلك إلى التغييرات الفسيولوجية والجسمانية التي تسبق فترة البلوغ بسبب نشاط الغدد الصماء وهذا النشاط له آثاره في زيادة الحساسية والشعور بالخجل عند المراهقين.

وتتميز هذه الفترة حسب (القدافي رمضان محمد 2000) بالتقلب الانفعالي الذي يبدو على شكل تذبذب في الحالة المزاجية وتقلبات حادة في السلوك، واتجاهات متناقضة أحيانا، ويعزى ذلك إلى عدم التماثل بين سرعة النمو الجسمي من ناحية، والنمو الانفعالي من ناحية أخرى، ويصاحب كل ذلك ميل إلى الخجل أو الانطواء أحيانا، ويقضي المراهق بعضا من وقته في الاستغراق في أحلام اليقظة ويشير البعض إلى أن

¹ حسين علي فايد، مرجع سابق ، ص 45

² مصباح عامر ، مرجع سابق ، ص 192

هناك اتفاقاً عاماً على أن فترة المراهقة هي فترة زيادة حدة الانفعالات، ولكنها ليست حادة بالدرجة التي تجعلنا نطلق عليها فترة العواصف، والتوترات الانفعالية.¹

وخجل المراهق طريقة يعبر فيها عن عدم قدرته على التكيف مع المواقف المختلفة، وإحساس من قبله بأنه غير جدير بمواجهة واقعه، وشعور المراهق بالخجل هو نتيجة مباشرة لطبيعة المرحلة التي يمر بها وما يطرأ عليه من تغيرات جسمية واجتماعية وعقلية انفعالية. والخجل قد يتحول إلى مرض يتطلب علاجاً أو إلى مشكلة تحتاج لحل في حالة استفحاله، والحيلولة بين المراهق وتكيفه مع المجتمع.

و في دراسة لكل من محمود عبد الرزاق شفشق و هدى محمد الناشف (1995) حصراً مجموعة من المشاكل التي يعاني منها تلاميذ مرحلة المراهقة و منها ، العدوانية ، التدمير ، العناد ، الانطواء ، الخجل ، إضافة إلى المشكلة الجنسية ، و أرجعاً الخجل إلى كونه أقل الأنواع إضراراً بالآخرين ولكنه أشد خطراً من الناحية المرضية . فالمراهق الخجول هادئ لا يقلق أو يضايق زملائه ، لكنه لم يصل إلى مستوى النضج الكافي الذي يتطلبه المحيط الاجتماعي .

ومن ناحية أخرى قد تكون مشكلات المراهقين منطوية على عدم الرضا النفسي ، و الذي هو ناشئ عن حالة الإحباط في إشباع الحاجات الاجتماعية ، كعدم القدرة على تحقيق الأهداف و حب الظهور الشخصي .

فقد أسفرت دراسة كروزير Crosier 1995 عن أن أطفال المرحلة الابتدائية أقل خجلاً من المراهقين ، وأن المراهقين أكثر شعوراً بالخجل وبالوحدة النفسية ومعاناة منه عن الأطفال.²

3-2-2-3- مشكلة الغضب:

¹ القدافي رمضان محمد، علم نفس النمو للطفولة والمراهقة، الماسة الجماعية ، الإسكندرية 2000 ، ص 355
² مايسة احمد النبال، مرجع سابق ، ص 60

بناءً على النتائج المسجلة من خلال دراستنا لظهور مشكلة الغضب عند المراهقين في التعليم الثانوي، فقد سجلنا وجود هذه المشكلة بنسبة عالية مقارنة بكل من القلق والخجل، حيث قدرت النسبة بحوالي **63.95%** من أفراد العينة يغضبون من حين لآخر، لأسباب مختلفة ومتنوعة، وقد سجلنا أن الأسباب الأولى كانت نفسية كالتضايق من معاملة المراقبين والأساتذة، معاملتهم على أساس أنهم ما زالوا صغاراً، وتتجلى صور الغضب أساساً في التلطف بكلمات قاسية، والتضايق ونفاذ الصبر.

وتلاحظ مشاعر الغضب والحساسية الانفعالية حيث لا يستطيع المراهق غالباً التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية ويرجع ذلك إلى أن الأنماط الانفعالية عموماً لدى المراهق تشبه إلى حد كبير ما لدى الطفل، ولكنها تختلف عنها في نوع المثيرات التي تثير لدى المراهق انفعالاته، وفي صور التعبير عنها. فالغضب يستثار في المراهقة نتيجة النقد أو السخرية أو حين يشعر المراهق أن أصدقاءه يعاملون معاملة غير ملائمة من الوالدين أو المعلمين، أو حين يحرم من بعض الامتيازات التي يعتبرها من حقوقه، أو حين يعامل " كطفل " كما ويشعر بالغضب حين لا تستقيم في نظره الأمور، أحياناً يعجز عن إتمام ما أعد نفسه لإنجازه، أو حين يقاطع أثناء الانشغال بعمل، أو حين يقتحم عالمه الخاص أو يتم التعدي على ممتلكاته الشخصية.

ويعتبر كمال دسوقي، أن الغضب من الأنماط الشائعة لدى المراهقين، فيغضب المراهق عندما يوجه له الانتقاد أو التوبيخ أو التأنيب أو يوجه له النصح، أو الموعظة ويغضب إذا لم تسير الأمور بحسب رغبته الشخصية، والتبرم هو أكثر الصور شيوعاً كاستجابة للغضب لدى المراهقين.¹

ويشير محمد كامل عويضة إلى أن من بين الانفعالات المميزة للمراهق هو الغضب والثورة والتمرد نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة والمجتمع، خاصة تلك التي تحول بينه وبين تطلعه إلى التحرر والاستقلال، ومعروف أن من أهم مثيرات الغضب عند المراهق هو الشعور بالحرمان وإساءة استغلاله وشعوره

¹ كمال دسوقي، ص 182

أن الآخرين لا يفهمونه أو قسوة الضغوط الاجتماعية أو كثرة المضايقات التي يتعرض لها و مراقبة سلوكه و عدم تمكنه من تحقيق الاستقلال المنشود و جرح كرامته و كثرة الفشل و الإحباط ، و يستجيب المراهق إلى الغضب و يعبر عن غضبه تعبيراً مباشراً في شكل مظاهر حركية متباينة ثائرة كالعدوان بالضرب و الهجوم ومظاهر لفظية كالصياح و الوعيد و التهديد و الشتائم و مظاهر تعبيرية فيبدوا عبوساً مقطب الجبين متجهماً الوجه و قد يتجه بغضبه نحو لوم نفسه.¹

و تتفق نتائج الدراسة مع العديد من الدراسات التي تناولت فئة المراهقين و مشكلاتهم النفسية و الانفعالية ففي الكويت قام بدر الدين الأنصاري (2000) بدراسة بعنوان السمات الانفعالية لدى الشباب الكويتي من الجنسين، هدفت إلى تعرف السمات الانفعالية لدى الشباب الكويتي من الجنسين .وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين، الأولى قوامها (1129) من طلاب المدارس الثانوية العامة، بواقع (350) طالباً و (779) طالبة، والثانية قوامها 938 من طلاب جامعة الكويت، بواقع (306) طالب و (632) طالبة، وكانت الأداة المستخدمة هي مقياس الانفعالات الفارقة (DES) ، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن الخزي والخجل والغضب والحزن والخوف والارتباك والاكتئاب والندم والفرع والسخط كانت أكثر السمات الانفعالية التي يعاني منها الشباب بوجه عام، كما كشفت نتائج الدراسة عن فروق جوهرية بين الجنسين في الندم، والاكتئاب، والفرع، والخوف، والغضب، والحزن، والخجل، والخزي، والدهشة، والازدراء، والانتباه، والتعجب، والدونية، واللوم، والذهول، كما أسفرت نتائج التحليل العاملي أن سبعة عوامل من السمات الانفعالية متشابهة بين الجنسين، وهي: الكراهية، والازدراء، والاكتئاب، والقلق الاجتماعي، والانشغال، والدهشة، والشعور بالذنب.²

و تتفق مع دراسة دراسة انتصار سالم الصبان (1999) بعنوان " :المشكلات النفسية والشخصية والحاجة للإرشاد النفسي لدى بعض طالبات كلية التربية بجدة" .هدفت

¹ الشيخ محمد كامل عويضة ، مرجع سابق ، ص 155

² بدر الدين الأنصاري ، السمات الانفعالية لدى الشباب الكويتي من الجنسين ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلد 28 ، عدد 2 ، صيف 2000 ، جامعة الكويت ، ص 121 - 152

الدراسة إلى التعرف على المشكلات الشخصية والنفسية التي تعاني منها بعض الطالبات وبلغ حجم العينة 270 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات بجدة واشتملت العينة التخصصات الأكاديمية المختلفة من كافة المستويات الأربعة .

وأُسفرت نتائج الدراسة عن:

وجود مجموعة من المشكلات الشخصية والاجتماعية والدراسية التي تعاني منها بعض طالبات الكلية بنسب مختلفة، حيث حصلت مشكلة قلق الامتحان على أعلى النسب لدى الطالبات وتلتها مشكلات أخرى مثل الغضب والخجل.¹

وتوصلت دراسة الجسماني، والطحان 1985 بعنوان مشكلات المراهق في دولة الإمارات العربية المتحدة، وهدفت إلى التعرف على أهم المشكلات التي يعاني منها الشباب في دولة الإمارات، واستخدم الباحث مقياس موني للمشكلات، على عينة مقدرها 98 طالباً من المرحلة الثانوية في مدارس مدينة العين، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وكان من نتائج الدراسة أن متوسط عدد المشكلات التي يعاني منها المراهق الإماراتي تقدر بحوالي 50 مشكلة وهو عدد كبير نسبياً إذا ما قورن مع متوسط عدد المشكلات عند المراهق في بعض المجتمعات الأخرى، قسم حجم المشكلات إلى أربعة مستويات؛ الأول والتي نالت أكثر من 10 % الأخلاق، والدين، والتكيف الانفعالي، والمنهج والدراسة، وقضاء أوقات الفراغ. و من المشكلات الأكثر تكراراً في مجال التكيف الانفعالي نجد: أسرح كثيراً في الخيال ، أثور و افقد أعصابي ، إنني قلق جدا ، إنني سريع النسيان ، ما أسرع تساقط الدموع من عيني ، أخشى عمل الأخطاء ، أخذ بعض الأمور جدياً أكثر من اللازم .

كما توصلت دراسة خالد الطحان في سوريا 1972 حول مشكلات المراهق وطرق معالجتها في سوريا . وكان الهدف منها التعرف على المشكلات التي يعاني منها الشباب في مرحلة الدراسة الثانوية في مختلف المجالات . شملت عينة البحث 648 طالبا من

¹ إيمان زكي محمد ، و آخرون، مشكلات الطالبات و علاقتها بمؤشرات الصحة النفسية و التحصيل الدراسي لدى عينة من طالبات كلية التربية لإعداد المعلمات بمكة المكرمة ، الجمعية المصرية للمناهج و طرق التدريس ، الجزء الأول ، العدد 131 ، مارس ، 2008 ، ص

طلاب الثانوية وقد استخدم قائمة موني للمشكلات في صورته العربية : و نتيجة لتلك الدراسة اتضح أن أهم المشكلات في مجال التكيف الانفعالي و الاجتماعي : (المعاناة من الخجل ، السرحان في الخيال ، الخوف من ارتكاب الأخطاء ، سرعة الانفعال ، الارتباك عند مقابلة الناس ، التأثر من انتقاد الآخرين ...) ¹

2-3- الفرضيات الصفرية

1-2-3- الفرضية الصفرية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في مستوى تقدير الذات

بعد إحصاء التكرارات المشاهدة لكل عبارة عند مستويات الموافقة، و بتطبيق معادلة كا مربع المعدلة، تم تحديد قيم كا² المحسوبة وكانت النتائج الخاصة بمتغير الجنس لكل عبارات مقياس تقدير الذات لكوبر سميت عند مستوى الدلالة (0.05) كالتالي :

العبارة 1 : لا تضايقني الأشياء عادة

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا ² |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 98 | 94,20 | 58 | 61,80 | 156 | 0,68 |
| أنثى | 123 | 126,80 | 87 | 83,20 | 210 | |
| المجموع | 221 | | 145 | | 366 | |

جدول رقم 08: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 01 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

¹ الجسماني مرجع سابق ، ص 297 - 330

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **0.68** فإننا نقبل الفرضية الصفرية، أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص تضاييق التلميذ في العادة من أي شيء كان ، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 2: أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|--------|---------|-------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 62 | 79,70 | 94 | 76,30 | 156 | 14.02 |
| أنثى | 125 | 107,30 | 85 | 102,70 | 210 | |
| المجموع | 187 | | 179 | | 366 | |

جدول رقم 09: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 02 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **14.02** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إيجاد التلميذ صعوبة في التحدث مع مجموعة من الناس، بنسبة ثقة 95 % ، وقد سجلنا أن الإناث يجدون أكثر صعوبة من الذكور بنسبة 66.84 % ، وهذا راجع إلى حياء الفتاة وخجلها وعدم ثقتها في نفسها ، ونقص تقديرها لذاتها.

العبارة 3: أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|-------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 122 | 127,02 | 34 | 28,98 | 156 | 1,86 |
| | | | | | | |

| | | | | | |
|---------|-----|--------|----|-------|-----|
| أنثى | 176 | 170,98 | 34 | 39,02 | 210 |
| المجموع | 298 | | 68 | | 366 |

جدول رقم 10: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 03 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.86 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص تضاييق التلميذ في العادة من أي شيء كان، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 4: لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسني

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | |
| ذكر | 100 | 87,80 | 56 | 68,20 | 156 |
| أنثى | 106 | 118,20 | 104 | 91,80 | 210 |
| المجموع | 206 | | 160 | | 366 |

جدول رقم 11: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 04 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 6.75 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص صعوبة اتخاذ التلميذ لقراراته بنفسه، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 5: يسعد الآخرون بوجودهم معي

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 138 | 139,38 | 18 | 16,62 | 156 | 0,22 |
| أنثى | 189 | 187,62 | 21 | 22,38 | 210 | |
| المجموع | 327 | | 39 | | 366 | |

جدول رقم 12 : يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 05 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.22 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ أن الآخرين يسعدون بوجودهم معه، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 6: أتضايق بسرعة في المنزل

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 79 | 86,10 | 77 | 69,90 | 156 | 2,28 |
| أنثى | 123 | 115,90 | 87 | 94,10 | 210 | |
| المجموع | 202 | | 164 | | 366 | |

جدول رقم 13: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 06 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **2.28** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص تضايق التلميذ بسرعة في المنزل، **2,28** بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 7: أحتاج وقتنا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا2 |
|---------|-------|--------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 68 | 74,59 | 88 | 81,41 | 156 | 1,94 |
| أنثى | 107 | 100,41 | 103 | 109,59 | 210 | |
| المجموع | 175 | | 191 | | 366 | |

جدول رقم 14: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 07 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **1.94** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يحتاج لوقت طويل كي يعتاد على الأشياء الجديدة، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 8: أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 142 | 138,10 | 14 | 17,90 | 156 | 1,67 |
| أنثى | 182 | 185,90 | 28 | 24,10 | 210 | |
| المجموع | 324 | | 42 | | 366 | |

جدول رقم 15: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 08 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.67 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه محبوب بين الأشخاص من نفس سنه، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 9: تراعي عائلتي مشاعري عادة

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 110 | 105,70 | 46 | 50,30 | 156 | 0,94 |
| أنثى | 138 | 142,30 | 72 | 67,70 | 210 | |
| المجموع | 248 | | 118 | | 366 | |

جدول رقم 16: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 09 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.94 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن عائلته تراعي مشاعره عادة، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 10: أستسلم بسهولة

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|-------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 26 | 28,56 | 130 | 127,44 | 156 | 0,49 |

| | | | | | |
|---------|----|-------|-----|--------|-----|
| أنثى | 41 | 38,44 | 169 | 171,56 | 210 |
| المجموع | 67 | | 299 | | 366 |

جدول رقم 17: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 10 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.49 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص استسلام التلميذ بسهولة، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 11: تتوقع عائتي مني الكثير

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 139 | 131,70 | 17 | 24,30 | 156 | 4,52 |
| أنثى | 170 | 177,30 | 40 | 32,70 | 210 | |
| المجموع | 309 | | 57 | | 366 | |

جدول رقم 18 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 11 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 4.52 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن عائلته تتوقع منه الكثير، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 12: من الصعب جدا أن أظل كما أنا

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 79 | 69,48 | 77 | 86,52 | 156 | 4,10 |
| أنثى | 84 | 93,52 | 126 | 116,48 | 210 | |
| المجموع | 163 | | 203 | | 366 | |

جدول رقم 19: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 12 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 4.10 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه من الصعب أن يظل كما هو، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 13: تختلط الأشياء كلها في حياتي

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 79 | 85,67 | 77 | 70,33 | 156 | 2,01 |
| أنثى | 122 | 115,33 | 88 | 94,67 | 210 | |
| المجموع | 201 | | 165 | | 366 | |

جدول رقم 20: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 13 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **2.01** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن الأشياء تختلط عليه في حياته، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 14: يتبع الناس أفكاره عادة

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 104 | 101,02 | 52 | 54,98 | 156 | 0,44 |
| أنثى | 133 | 135,98 | 77 | 74,02 | 210 | |
| المجموع | 237 | | 129 | | 366 | |

جدول رقم 21 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 14 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **0.44** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن الناس عادة ما يتبعون أفكاره، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 15: لا أقدر نفسي حق قدرها

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 53 | 61,38 | 103 | 94,62 | 156 | 3,29 |
| أنثى | 91 | 82,62 | 119 | 127,38 | 210 | |
| المجموع | 144 | | 222 | | 366 | |

جدول رقم 22 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 15 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 3.29 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه لا يقدر نفسه حق قدرها، بنسبة ثقة 95 %

العبارة 16: أ

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 66 | 54,98 | 90 | 101,02 | 156 | 5,94 |
| أنثى | 63 | 74,02 | 147 | 135,98 | 210 | |
| المجموع | 129 | | 237 | | 366 | |

جدول رقم 23 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 16 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 5.94 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة على أنه يود كثيرا لو يترك منزله، بنسبة ثقة 95 % ، وتبين النتائج كذلك أن الذكور يتمنون ترك المنزل أكثر من الإناث، لأنه يبحث في هذه المرحلة عن التحرر، وإثبات الذات والاعتماد على الذات، شعورا منه بالاستقلالية والتخلي عن الاتكالية على الغير، خاصة وأنها مرحلة العبور إلى الجامعة أو إلى عالم الشغل.

العبارة 17: أشعر بالضيق من عملي غالبا

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 71 | 82,26 | 85 | 73,74 | 156 | 5,69 |
| أنثى | 122 | 110,74 | 88 | 99,26 | 210 | |
| المجموع | 193 | | 173 | | 366 | |

جدول رقم 24: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 17 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 5.69 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه غالبا ما يشعر بالضيق من عمله، بنسبة ثقة 95 % ، وتبين النتائج أن الإناث أكثر شعورا بالضيق حيث سجلنا نسبة 63.21 % من التلاميذ الذين يشعرون بهذا الضيق بنات.

العبارة 18: مذهري ليس وجيها مثل معظم الناس

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 44 | 45,18 | 112 | 110,82 | 156 | 0,08 |
| أنثى | 62 | 60,82 | 148 | 149,18 | 210 | |
| المجموع | 106 | | 260 | | 366 | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

جدول رقم 25: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 18 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.08 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن مظهره ليس وجيها مثل معظم الناس، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 19: إذ كان لدي شيء أريد أن أقوله فإني أقوله عادة .

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 127 | 121,05 | 29 | 34,95 | 156 | 2,28 |
| أنثى | 157 | 162,95 | 53 | 47,05 | 210 | |
| المجموع | 284 | | 82 | | 366 | |

جدول رقم 26: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 19 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 2.28 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه إذا كان لديه شيء يريد قوله فإنه عادة يقوله، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 20: تفهمني عائلتي

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 106 | 100,59 | 50 | 55,41 | 156 | 1,43 |
| أنثى | 130 | 135,41 | 80 | 74,59 | 210 | |
| المجموع | 236 | | 130 | | 366 | |

جدول رقم 27: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 20 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.43 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن عائلته تتفهمه، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 21: معظم الناس محبوبين أكثر مني

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 61 | 73,31 | 95 | 82,69 | 156 | 6,80 |
| أنثى | 111 | 98,69 | 99 | 111,31 | 210 | |
| المجموع | 172 | | 194 | | 366 | |

جدول رقم 28: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 21 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **6.80** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن معظم الناس محبوبون أكثر منه، بنسبة ثقة 95 %، كما تبين النتائج كذلك أن الإناث يرون بأن معظم الناس محبوبون أكثر منهن، وهو ما تؤكد نسبة 64.53 % من التلاميذ الذين أجابوا بتطبيق، وهذا راجع إلى شخصية الفتاة، وحالتها النفسية خاصة في مرحلة المراهقة وما يطرأ عليها من تغيرات جسمية ونفسية واجتماعية، وحتى البيئة التي تعيش فيه الفتاة تؤثر على ذلك لاسيما الأسرة وما تقدمه من حنان ورعاية واهتمام، وتفهم لحاجات البنات في هذه المرحلة.

العبارة 22: أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفني لعمل الأشياء.

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 87 | 82,26 | 69 | 73,74 | 156 | 1,01 |
| أنثى | 106 | 110,74 | 104 | 99,26 | 210 | |
| المجموع | 193 | | 173 | | 366 | |

جدول رقم 29: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 22 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **1.01** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يشعر عادة كما لو كانت عائلته تدفنه لعمل الأشياء، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 23: لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال.

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 58 | 67,77 | 98 | 88,23 | 156 | 4,34 |
| أنثى | 101 | 91,23 | 109 | 118,77 | 210 | |
| المجموع | 159 | | 207 | | 366 | |

جدول رقم 30: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 23 مقياس تقدير الذات حسب الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 2.34 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه لا يتلقى التشجيع عادة فيما يقوم به من الأعمال، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 24: أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|--------|----------|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 87 | 86,10 | 69 | 69,90 | 156 | 0,04 |
| أنثى | 115 | 115,90 | 95 | 94,10 | 210 | |
| المجموع | 202 | | 164 | | 366 | |

جدول رقم 31: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 24 مقياس تقدير الذات حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.04 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يرغب أن يكون شخصا آخر، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 25: لا يمكن للآخرين الاعتماد علي

| الجنس | تنطبق | | لا تنطبق | | المجموع | كا 2 |
|---------|-------|-------|----------|--------|---------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 38 | 38,36 | 118 | 117,64 | 156 | 0,02 |
| أنثى | 52 | 51,64 | 158 | 158,36 | 210 | |
| المجموع | 90 | | 276 | | 366 | |

جدول رقم 32 : يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 25 مقياس تقدير الذات. حسب

الجنس

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.02 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه لا يمكن للآخرين الاعتماد عليه، بنسبة ثقة 95 % .

| الأعمدة | الصفوف | درجة الحرية | كا2 الجدولة | مستوى الدلالة |
|---------|--------|-------------|-------------|---------------|
| 02 | 02 | 01 | 3.84 | 0.05 |

جدول رقم 33 يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير الجنس متغير تقدير الذات.

النتيجة العامة:

بالرجوع إلى نتائج مستويات تقدير الذات عند التلاميذ حسب جنسهم، وبعد حساب التكرارات المتوقعة لكل مستوى حسب الجنس، خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول أسفله:

| المستوى | ذكور | | إناث | | المجموع | كا ² |
|-------------|------|-------|------|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| مستوى ضعيف | 30 | 37,51 | 58 | 50,49 | 88 | 11,61 |
| مستوى متوسط | 49 | 57,11 | 85 | 76,89 | 134 | |
| مستوى عالي | 77 | 61,38 | 67 | 82,62 | 144 | |
| المجموع | 156 | | 210 | | 366 | |

جدول رقم 34: يوضح كا مربع المحسوبة مستوى تقدير الذات حسب الجنس .

مادام القيمة المحسوبة 11.61 أكبر من القيمة الجدولة 5.99 فإننا نرفض الفرضية الصفرية، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات بين الذكور والبنات لصالح الذكور

ويمكن أن نرجع هذه الفروق بين الإناث و الذكور إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية التي تعطي الابن الذكر قدرا من الحرية و التعبير عن الرأي و التشجيع و ذلك بالمقارنة بالإناث اللائي يقعن في دائرة الضبط و السيطرة الأسرية ، إضافة إلى مرحلة المراهقة ، فكل التغيرات التي الجسمية التي تنتاب الذكر و الأنثى من شأنها أن تخفض من تقدير الذات لدى الإناث و ترفعه لدى الذكور و هذا نظرا لقلق الإناث على جسمهن ومظهرهن .

علاوة على ذلك ذكر نيلسن 1994 (Nielsen) أن دور النوع يزداد في مرحلة المراهقة ، حيث تفرض قيود على الإناث ، وان العديد من المراهقات اللواتي جاھدن لبناء هوياتهن صادفن رفضا كبيرا .كما أضاف أن تقييم جدارة الشخص المبني على النماذج الجميلة جدا يؤثر على الإناث أكثر من الذكور ، حيث تحمل أكثر النساء مشاعر سلبية عن مظهرهم و يضعن أهمية كبرى على هذه السمة .

ويشير فوجل (vogel 2005) : أن البنات الشابات بالذات عرضة للانخفاض تقدير الذات نتيجة لتأكيد المجتمع على الجمال و الضغوط الواقعة عليهن ليكن جميلات .بينما يحكم المجتمع على الذكور وفقا لانجازاتهم ، فتقدير ذات البنات مرتبط بمظهرهن الجسمي بينما تقدير ذات الذكور مرتبط بالمواهب و القدرات .

وتتنفق نتائج الدراسة مع دراسة كل من : دراسة بوكراجاك بوليان و زيفسك بيسيريفك () (pokrajac , Bullian & zivcic becirevic . 2005) و دراسة كوتمان وواطسون (Quatman& watson 2001) كما اتفقت مع دراسة كل من جوب فرثمان و روس (Chubb ,fertman&Ross) 1997 وكذلك دراسة كروزير 1995 CROZIER و توصلت دراسة مارون وكايسون (marron& kaysson 1984 إلى أن تقدير الذات عند الذكور أعلى من تقدير الذات عند الإناث .

في حين تختلف نتائج الدراسة مع دراسة كل من دراسة تشيك-بوص 1981 ، دراسة فراجر 1987 frager ، حيث توصلت نتائج الدراسات إلى أن تقدير الذات عند الإناث كان اعلى مقارنة بالذكور .

في حين لم تكن هناك فروق في تقدير الذات لدى الجنسين كما في دراسة كل من ، عبد الكريم جرادات الأردن 2005 ، دراسة العنزي 2005 : الكويت ، دراسة :علي محمود شعيب 1988 ، دراسة كونر وبويرازلي و فيرر ريدر و جراهام (Conner 2004 ,porazli, ferrer ,wereder,& gramame) ، (دراسة كاماث و كانيكار 1993 kamath & kanekar).

إن نظرة الباحثين إلى علاقة الجنس وأثره في تقدير ذات الفرد ليست على درجة واحدة، وأن المسألة تخضع لثقافة المجتمع. فقد تختلف النظرة إلى متغير الجنس من مجتمع إلى آخر، وفق ثقافته وقد تختلف درجة النظرة إلى متغير الجنس في البلد الواحد وفق ثقافة العامة والفرعية، فعندما نقارن بين المجتمعات سنجد فروقا بينها وفق هذا المتغير.

إن هذه الفروق تظهر من الاختلاف الموجود في طبيعة المجتمع وأعرافه وتقاليده وقيمه. لذلك، فإن طبيعة المجتمع قد تدعو الأسر إلى معاملة الذكور وتنشئتهم بطريقة تختلف عن الإناث، الأمر الذي يؤدي إلى اختلاف البيئات.

2-3 - 2 الفرضية الصفريّة الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى

تقدير الذات حسب المستوى الدراسي

انطلاقاً من النتائج المتحصل عليها من خلال تصنيف التلاميذ حسب مستوى تقديرهم لذاتهم، وحصولنا على المستويات الثلاث، فقد تم إحصاء عدد التلاميذ في كل مستوى وتقسيمهم حسب مستواهم الدراسي، ومن تم حساب التكرارات المتوقعة.

ولغرض معرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى تقدير الذات عند التلاميذ تبعاً لمستواهم الدراسي، قمنا بحساب درجة الفروق باستعمال معامل كا 2 ، وتحصلنا على النتائج المبينة في الجدول:

| المستوى | مستوى ضعيف | | مستوى متوسط | | مستوى عالي | | المجموع | كا ² |
|---------------|------------|-------|-------------|-------|------------|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | ش | ت | | |
| السنة الأولى | 31 | 35,78 | 51 | 49,80 | 53 | 49,43 | 135 | 3,27 |
| السنة الثانية | 36 | 33,13 | 41 | 46,11 | 48 | 45,77 | 125 | |
| السنة الثالثة | 30 | 28,09 | 43 | 39,10 | 33 | 38,81 | 106 | |
| المجموع | 97 | | 135 | | 134 | | 366 | |

جدول رقم 35: يوضح كا مربع المحسوبة مستوى تقدير الذات حسب المستوى الدراسي .

وبعد حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي حصلنا على القيم الموضحة في الجدول :

| الأعمدة | الصفوف | درجة الحرية | كا2 المجدولة | كا2 المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---------|--------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 3 | 3 | 4 | 9.49 | 3.27 | 0.05 |

جدول رقم 36: يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي.

مادام القيمة المحسوبة 3.27 أصغر من القيمة المجدولة 9.49 فإننا نرفض الفرضية الصفرية، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات حسب المستويات الدراسية.

هذه الفروق في مستوى تقدير الذات بنسب متقاربة بين المستويات الثلاثة كون التلاميذ كلهم ينتمون إلى نفس المرحلة العمرية ألا وهي مرحلة المراهقة و نظرا لتقارب السنوات بين التلاميذ في هذه المرحلة من التعليم .

فالطلاب يقبلون على الصف الأول الثانوي وتملاً نفوسهم روح الحماس والاستثارة، تراودهم الرغبة الأكيدة في النجاح الدراسي في هذه المرحلة تحديداً فهي مفتاح النجاح في الحياة المستقبلية لهم، وفي سبيل ذلك يشحنون كل الإمكانيات المتاحة من أجل إثبات الذات وحب الظهور خصوصاً إذا تعلق الأمر بمحيط جديد يفرض على التلميذ المتمدرس إثبات مكانته بين زملائه.

لكن هذا الحماس يتوقف على مدى توفر الظروف و الشروط اللازمة لذلك من طرف المدرسة ، فإذا كانت عكس توقعاته قوبل ذلك من طرف المراهق بخيبة أمل و إحباط الأمر الذي قد يؤثر على مستوى تقديره لذاته كما أن تقدير الذات يتأثر بالظروف التي يكون عليها التلاميذ فمثلاً تلاميذ السنة الثالثة تنتظرهم امتحانات شهادة البكالوريا و خوفهم من مستقبلهم الدراسي قد يؤثر على مستوى تقدير الذات.

كما أن الانتقال إلى محيط جديد قد يؤثر على تقييم الفرد لذاته حيث يرجع علماء النفس تأثير تقدير الفرد لذاته بالمتغيرات الخارجية المحيطة به، ومدى تفاعل الفرد مع البيئة التي يعيش فيها.

وهذا يدل على أن احتكاك الفرد مع بيئته وتفاعله معها، هو الذي يكون مستوى تقديره لذاته، وهذا إما باستحسانها أو رفضها، فإدراكات الفرد عن نفسه تتشكل من خلال هذه العلاقة والتفاعل مع البيئة المحيطة به، ومن خلال ما يقيمه الآخرون من تقويمات للفرد، ومن معتقداتهم عنه، وعن طريق مجموع الخبرات المشكّلة، أي أن تقدير الفرد لذاته يكون نتيجة تقييم الآخرين لسلوكه، ومدى توافق سلوكه وقدراته مع قيم المجتمع الذي يعيش فيه. كما أن الفرد يمر في حياته بمواقف وظروف تؤدي به إلى اكتساب وتشكيل خبرات معينة، هذه الأخيرة التي قد يكون بعضها مريح، والبعض الآخر مؤلم، وهذا ما يؤثر على تقدير الفرد لذاته.

و تختلف نتائج هذه مع ما توصل إليه كل من دراسة كونر وبويرازلي و فيرر ريدر و جراهام (Conner ,porazli, ferrer ,wereder,& gramame 2004) حيث لم يظهر هناك أثر للعمر على تقدير الذات ، و دراسة: جوب فرثمان و روس

(Chubb ,fertman&Ross) 1997: حيث أن تقدير الذات لم يختلف بشكل

ذال إحصائيا خلال أربع سنوات المدرسة الثانوية

دراسة مارون وكايسون (marron& kaysson 1984). حيث كان تقدير الذات

أعلى لدى الخريجين مما هو لدى الجدد ، مما يفسر هذا أن الفرد يكون حذر في معاملاتته و قليل التفاعل إذ كان في وسط جديد عليه .

3-2-3- الفرضية الصفرية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور

والبنات في ظهور مشكلة القلق

العبارة 3: لا أقدم على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 85 | 95,05 | 71 | 60,95 | 156 | 4,74 |
| أنثى | 138 | 127,95 | 72 | 82,05 | 210 | |
| المجموع | 223 | | 143 | | 366 | |

جدول رقم 37 : يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 03 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 4.74 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه لا يقدم على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء، بنسبة ثقة 95 % ، حيث سجلنا أن البنات أكبر تخوف من الذكور في الإقبال على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء.

العبارة 4: إنني كثيرا ما أكون قلقا وأحس أن شيئا سيئا سيحدث لي

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 93 | 104,00 | 63 | 52,00 | 156 | 6,07 |
| أنثى | 151 | 140,00 | 59 | 70,00 | 210 | |
| المجموع | 244 | | 122 | | 366 | |

جدول رقم 38: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 04 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 6.07 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيرا ما يكون قلقا وإحساسه بأن شيئا سيحدث له، بنسبة ثقة 95 %، ونفس الشيء فإن هذه الحالة من القلق موجودة عند البنات أكثر من الذكور، وهي حالات طبيعية كون الفتاة في مرحلة المراهقة من جهة، وهي مقبلة على امتحانات رسمية من جهة أخرى.

العبارة 9: كثيرا ما أكون قلقا و مهموما

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|-------|-----|--------|----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 88 | 94,62 | 68 | 61,38 | 156 | 2,06 |
| أنثى | 134 | 127,38 | 76 | 82,62 | 210 | |

| | | | | |
|--|-----|-----|-----|---------|
| | | 144 | 222 | المجموع |
| | 366 | | | |

جدول رقم 39 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 09 مشكلة القلق حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 2.06 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيرا ما يكون قلقا ومهموما، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 10: تدور في ذهني أفكار تزعجني.

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 96 | 105,28 | 60 | 50,72 | 156 | 4,37 |
| أنثى | 151 | 141,72 | 59 | 68,28 | 210 | |
| المجموع | 247 | | 119 | | 366 | |

جدول رقم 40: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 10 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 4.37 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيرا ما يكون قلقا وإحساسه بأن شيئا سيحدث له، بنسبة ثقة 95 %، وهذا الفرق لصالح البنات، حيث يتبين لنا أن أكثر من 70 % من البنات تدور في أذهانهن أفكار مزعجة.

العبارة 11: أنا شخص مستقر في

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 103 | 95,48 | 53 | 60,52 | 156 | 2,69 |
| أنثى | 121 | 128,52 | 89 | 81,48 | 210 | |
| المجموع | 224 | | 142 | | 366 | |

جدول رقم 41: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 11 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 2.69 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه شخص مستقر في حياته، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 16: حياتي أجد صعوبة في التركيز و الانتباه

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 65 | 76,72 | 91 | 79,28 | 156 | 6,15 |
| أنثى | 115 | 103,28 | 95 | 106,72 | 210 | |
| المجموع | 180 | | 186 | | 366 | |

جدول رقم 42 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 16 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 6.15 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يجد في حياته صعوبة في التركيز والانتباه، بنسبة ثقة 95 %، حيث يتبين لنا أن أكثر من 63 % من المجيبين بنعم هن بنات، أي أن البنات يجدن صعوبة في التركيز والانتباه أكثر من الذكور.

العبارة 17: اشعر بعدم الرضا عن نفسي

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 76 | 77,57 | 80 | 78,43 | 156 | 0,12 |
| أنثى | 106 | 104,43 | 104 | 78,43 | 210 | |
| المجموع | 182 | | 184 | | 366 | |

جدول رقم 43: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 17 مشكلة القلق حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.12 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيرا ما يكون قلقا وإحساسه بأن شيئا سيحدث له، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 18: اشعر بأن الصعوبات متراكمة ولا أستطيع التغلب عليها

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|--------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 70 | 75,44 | 86 | 80,56 | 156 | 1,34 |
| أنثى | 107 | 101,56 | 103 | 108,44 | 210 | |
| المجموع | 177 | | 189 | | 366 | |

جدول رقم 44: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 18 مشكلة القلق حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.34 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يشعر بأن الصعوبات متراكمة ولا يستطيع التغلب عليها، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 27: أنا هادئ ولا انفعل بسرعة

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 87 | 82,26 | 69 | 73,74 | 156 | 1,02 |
| أنثى | 106 | 110,74 | 104 | 99,26 | 210 | |
| المجموع | 193 | | 173 | | 366 | |

جدول رقم 45: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 27 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.02 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه هادئ ولا ينفعل بسرعة، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 32: تمنيت لو لم تلدني أمي

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|-------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 40 | 42,62 | 116 | 113,38 | 156 | 0,41 |
| أنثى | 60 | 57,38 | 150 | 152,62 | 210 | |
| المجموع | 100 | | 266 | | 366 | |

جدول رقم 46: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 32 مشكلة القلق حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.41 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يتمنى عدم الوجود في هذه الحياة، بنسبة ثقة 95 % ، وهي حالة من الإحباط قليلة سواءا عند الذكور أو عند الإناث.

العبارة 33: كثيرا ما اشعر بالتعب.

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|-------|-----|-------|----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 80 | 89,51 | 76 | 66,49 | 156 | 4,13 |

| | | | | | |
|---------|-----|--------|-----|-------|-----|
| أنثى | 130 | 120,49 | 80 | 89,51 | 210 |
| المجموع | 210 | | 156 | | 366 |

جدول رقم 47: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 32 مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 4.13 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيرا ما يشعر بالتعب، بنسبة ثقة 95 % ، ويتضح من خلال النتائج أن البنات يشعرن بالتعب أكثر من الذكور، حيث قدرت نسبتهن بـ 61.90 % ، وهذا يرجع إلى الطبيعة الفيزيولوجية للبنات المراهقة من جهة وكذلك كونهن في نهاية السنة الدراسية وفي مرحلة التحضير للامتحانات من جهة أخرى.

العبارة 36: اشعر بتوتر عضلاتي

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع |
|---------|-----|-------|-----|--------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | |
| ذكر | 52 | 60,52 | 104 | 95,48 | 156 |
| أنثى | 90 | 81,48 | 120 | 128,52 | 210 |
| المجموع | 142 | | 224 | | 366 |

جدول رقم 48: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 03 مشكلة القلق حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **3.44** فإننا نستنتج لا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيراً ما يشعر بتوتر العضلات، بنسبة ثقة 95 % .

النتيجة العامة:

بعد تقديم هذه الحوصلة لدرجة الفروق بين الذكور والبنات في إجاباتهم على مختلف العبارات المتعلقة بمدى ظهور مشكلة القلق، اتضح لنا أن هناك فرق في الإجابة على بعض العبارات وعدم وجوده في عبارات أخرى، لذلك سنحاول التأكد من ذلك من خلال حساب النتيجة الكلية والتي يوضحها الجدول التالي:

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 29,25 |
|---------|------|---------|------|---------|---------|----------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 867 | 955,61 | 1005 | 916,39 | 1872 | 29,25 |
| أنثى | 1375 | 1286,39 | 1145 | 1233,61 | 2520 | |
| المجموع | 2242 | | 2150 | | 4392 | |

جدول رقم 49: يوضح مج كا مربع المحسوبة مشكلة القلق حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **29.25** فإننا نرفض الفرضية الصفرية، أي توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة القلق بين الذكور والإناث، بنسبة ثقة 95 % .

وهذه النتائج تبين كذلك أن 61.33 % من التلاميذ الذين يعانون من القلق هن بنات، إذا ما قورن بالبنين. ويرجع ذلك إلى جنسها بالدرجة الأولى، كونها فتاة وأن قلقها نابع من

عدة مخاوف مرتبطة بالانفصال عن الأسرة من جهة، وفكرة العنوسة من جهة أخرى، ذلك أن فكرة العنوسة من العوامل الأساسية التي تؤرق الفتاة في الثقافة الجزائرية.¹

وهذا ما يدل على أن الإناث في مرحلة المراهقة أكثر قلقا وانشغالا بهمومهن ، فمن المعروف أن معدل النمو الجسمي للإناث في مرحلة المراهقة يكون أسرع من النمو الجسمي للذكور ، و تأخذ المظاهر الثانوية للبلوغ طريقها للظهور و يصاحب هذه التغيرات النمائية تغيرات نفسية كالتوتر و سهولة الاستثارة ، والشعور بالقلق و الخوف من النقد أو اللوم ضف إلى ذلك أن الوالدين و المعلمين لا يقدمون - غالبا - العون و الدعم الكافيين اللذين يساعدان الفتاة على مواجهة هذه التغيرات سواء بالدعم العلمي أو العاطفي .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج أغلب الدراسات في التراث النفسي التي تناولت الفروق بين الجنسين في القلق في المجتمعات المختلفة ، العربية منها و الأجنبية.

ففي دراسة " احمد عبد الخالق وعمر 1988 الباحثان في دراستهما لعينة من طلبة الكويت 200 ذكور و 277 إناث أن متوسط درجات الإناث في سمة القلق كان أعلى من متوسط درجات الذكور.

ودراسة غريب احمد غريب، يهدف البحث إلي دراسة القلق لدي عينة من الشباب في دولة الإمارات العربية المتحدة من ناحية ، مدي انتشاره و علاقته بالعمر و الفروق بين الجنسين و بين شباب مرحلتي التعليم قبل الجامعي و التعليم الجامعي على عينة من 450 مواطنا و مواطنة 200 ذكور 95 طالبا بالثانوي، 105 طالبا جامعيًا و 250 إناث 125 طالبة ثانوية 125 طالبة جامعية ، و خلصت النتيجة إلى أن هناك فروق في القلق أي أن الإناث أعلى في القلق من الذكور. وفي دراسة غريب 1987 لعينة من الشباب المصري 200 ذكور ، و 200 إناث من

¹ فقيه العيد، أهمية الصحة النفسية للطالب الجامعي دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة- جامعة تلمسان -الجزائر، مجلة

طلبة المرحلتين الثانوية والجامعية ، أن هناك فروقا دالة إحصائيا في القلق بين الذكور والإناث ،

فقد حصل الإناث علي متوسط درجات أعلي من الذكور.

وفي الهند وجد ستارثي **Satyarthi 1979** في دراسة تضمنت 400 مفحوص 200 ذكور و 200 إناث تراوحت أعمارهم بين 9 - 18 سنة ، أن الإناث قد حصلن علي درجات أعلي في القلق من الذكور.

وفي السويد وجد " رورزمان " وزملائه **Rorsman; Hagnell; Lanke & Ojesjo,1987** أن نسبة وجود القلق في الإناث ضعف ما لدى الذكور.¹

ومما يلفت النظر في نتائج الدراسات السابقة ظاهرة وجود هذه الفروق بين الجنسين في القلق في مختلف الثقافات ، بمعنى أنه برغم اختلاف وتنوع التأثيرات البيئية في كل مجتمع من المجتمعات التي خضعت لهذه الدراسات ، ألا أن الفروق بين الجنسين في القلق تظل قائمة . أن هذه الظاهرة قد تساعد على تقديم افتراض لسبب وجود هذه الفروق وهو أن وراءها أسسا بيولوجية تختص بها المرأة دون الرجل . إذ أنه وعلي الرغم من الاختلافات الثقافية بين المجتمعات التي تمت الإشارة إليها، فإن الأنثى تظل أعلي قلقا من الذكر . وهذا قد يرجع هذا إلي تكوينها البيولوجي المختلف عن تكوين الرجل ، هذا التكوين واحد في كل الثقافات.

2-3- 4 - الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ظهور مشكلة الخجل:

العبارة 1: اشعر بالتوتر عند وجودي مع مجموعة من الأفراد الغرباء

| الجنس | نعم | لا | المجموع | كا2 |
|-------|-----|----|---------|-----|
|-------|-----|----|---------|-----|

¹ غريب عبد الفتاح غريب ، القلق لدي الشباب في دولة الإمارات العربية المتحدة في مرحلتي التعليم قبل الجامعي والتعليم الجامعي مدي الانتشار والفروق في الجنس و العمر، بحث مقدم في المؤتمر العلمي الثاني لكلية التربية – جامعة البحرين 7 - 9 مايو 1991

| | | ش | | ت | | |
|------|-----|-------|-----|--------|-----|---------|
| | | ش | ت | ش | ت | |
| 7,25 | 156 | 42,62 | 54 | 113,38 | 102 | ذكر |
| | 210 | 57,38 | 46 | 152,62 | 164 | أنثى |
| | 366 | | 100 | | 266 | المجموع |

جدول رقم 50: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 01 مشكلة الخجل حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 7.25 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يشعر بالتوتر عند وجوده مع مجموعة من الأفراد الغرباء، بنسبة ثقة 95 %، ويتضح من خلال النتائج أن البنات يشعرن بالتوتر أكثر من الذكور، حيث قدرت نسبتهن بـ 61.65 % ، وهذا يرجع إلى الطبيعة الأنثوية للتلميذة .

العبارة 7: تنقصني القدرة على مناقشة الأساتذة

| | المجموع | لا | | نعم | | |
|------|---------|-------|-----|--------|-----|---------|
| | | ت | ش | ت | ش | |
| 9,72 | 156 | 70,33 | 85 | 85,67 | 71 | ذكر |
| | 210 | 94,67 | 80 | 115,33 | 130 | أنثى |
| | 366 | | 165 | | 201 | المجموع |

جدول رقم 51: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 07 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **9.72** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه تنقصه القدرة على مناقشة الأساتذة، بنسبة ثقة 95 % ، ويتضح من خلال النتائج أن البنات تنقصهم هذه القدرة أكثر من الذكور، حيث قدرت نسبتهم بـ 51.24 % ، وهذا يرجع إلى كون الإناث أكثر حياءاً من الذكور.

العبارة 8: أجد صعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 70 | 79,70 | 86 | 76,30 | 156 | 4,22 |
| أنثى | 117 | 107,30 | 93 | 102,70 | 210 | |
| المجموع | 187 | | 179 | | 366 | |

جدول رقم 52: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 08 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **4.22** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يجد صعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين، بنسبة ثقة 95 % ، ويتضح من خلال النتائج أن البنات يجدن صعوبة أكثر من الذكور، حيث قدرت نسبتهم بـ 62.56 % ، وهذا يرجع إلى الخجل والحياء الذي تتميز به بنات هذه المنطقة.

العبارة 14: اشعر بالخجل عندما ينادي الأستاذ في القسم باسمي بصوت عالي

| الجنس | نعم | لا | المجموع | كا 2 |
|-------|-----|----|---------|------|
| | | | | |

| | | ت | | ش | | |
|------|-----|--------|-----|-------|-----|---------|
| | | ت | ش | ت | ش | |
| 0,94 | 156 | 89,51 | 85 | 66,49 | 71 | ذكر |
| | 210 | 120,49 | 125 | 89,51 | 85 | أنثى |
| | 366 | | 210 | | 156 | المجموع |

جدول رقم 53: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 14 مشكلة الخجل حسب الجنس .

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.94 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه كثيرا يشعر بالخجل عندما ينادي الأستاذ في القسم باسمه بصوت عالي، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 15: أتجنب الاختلاط بمعارف جدد خشية عدم الانسجام معهم

| | | لا | | نعم | | الجنس |
|------|---------|--------|-----|-------|-----|---------|
| | | ت | ش | ت | ش | |
| 2,15 | المجموع | ت | ش | ت | ش | |
| | 156 | 96,33 | 98 | 59,67 | 58 | ذكر |
| | 210 | 129,67 | 128 | 80,33 | 82 | أنثى |
| | 366 | | 226 | | 140 | المجموع |

جدول رقم 54: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 15 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **0.15** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يتجنب الاختلاط بمعارف جديدة خشية عدم الانسجام معهم، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 21: اشعر باحمرار الوجه عندما أقابل أناس لأول مرة

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 84 | 92,92 | 72 | 63,08 | 156 | 3,69 |
| أنثى | 134 | 125,08 | 76 | 84,92 | 210 | |
| المجموع | 218 | | 148 | | 366 | |

جدول رقم 55: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 21 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **3.69** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يشعر احمرار الوجه عندما يقابل أناس لأول مرة، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 22: لا أشرك عادة في الأنشطة الثقافية و الرياضية المدرسية

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|-------|-----|--------|----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 85 | 96,33 | 71 | 59,67 | 156 | 6,06 |
| أنثى | 141 | 129,67 | 69 | 80,33 | 210 | |

| | | | | |
|--|-----|-----|-----|---------|
| | | 140 | 226 | المجموع |
| | 366 | | | |

جدول رقم 56: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 22 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **6.06** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه لا يشارك عادة في النشاطات الثقافية والرياضية المدرسية، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن البنات لا يشاركن في النشاطات أكثر من الذكور بنسبة 62.39 % ، وهي حالة سائدة في أغلبية ثانويات الناحية الغربية لولاية سكيكدة، كون بنات المنطقة يتهربن من النشاطات الرياضية والثقافية.

العبارة 23: ليس من السهل علي إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركتي الحديث

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا |
|-------|-----|-------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 55 | 66,07 | 101 | 89,93 | 156 | 5,63 |

| | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|--------|-----|
| أنثى | 100 | 88,93 | 110 | 121,07 | 210 |
| المجموع | 155 | | 211 | | 366 |

جدول رقم 57: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 23 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 5.63 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه من السهل عليه إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركته في الحديث، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن البنات يجدن صعوبة في ذلك أكثر من الذكور بنسبة 64.52 %، وهذا يرجع إلى حياء وخجل الفتاة.

العبارة 25: اشعر بسرعة دقات قلبي عندما يطلب مني أبداء رأي أمام زملائي

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | |
| ذكر | 82 | 127,95 | 74 | 82,05 | 156 |
| أنثى | 141 | 95,05 | 69 | 60,95 | 210 |
| المجموع | 223 | | 143 | | 366 |

جدول رقم 58: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 25 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 7.98 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يشعر بتسارع دقات قلبه عندما يطلب منه إبداء الرأي أمام زملائه، بنسبة ثقة 95%.

ويتضح من خلال النتائج أن البنات أكثر شعورا بذلك من الذكور بنسبة 63.23 %، وهي كذلك من علامات الحياء والخجل الذي تتميز به الفتاة.

العبارة 28: أتردد كثيرا في الدخول إلى القسم إذا وصلت متأخرا

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|--------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 82 | 74,59 | 74 | 81,41 | 156 | 2,47 |
| أنثى | 93 | 100,41 | 117 | 109,59 | 210 | |
| المجموع | 175 | | 191 | | 366 | |

جدول رقم 59: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 28 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 2.47 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص التردد في الدخول إلى القسم في حالة الوصول المتأخر، بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 29: كثيرا ما التزم الصمت عند وجودي مع مجموعة من الأفراد

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 91 | 99,74 | 65 | 56,26 | 156 | 3,69 |
| أنثى | 143 | 134,26 | 67 | 75,74 | 210 | |
| المجموع | 234 | | 132 | | 366 | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

جدول رقم 60 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 29 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 3.69 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص التزام الصمت عند وجود التلميذ مع مجموعة من الأفراد. بنسبة ثقة 95 % .

العبارة 31: اشعر بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|-------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 54 | 67,77 | 102 | 88,23 | 156 | 8,65 |
| أنثى | 105 | 91,23 | 105 | 118,77 | 210 | |
| المجموع | 159 | | 207 | | 366 | |

جدول رقم 61: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 31 مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 8.65 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص شعور التلميذ بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال

النتائج أن البنات يشعرن بذلك أكثر من الذكور بنسبة 66.03 % ، وهي حالة من حالات الخجل التي تتميز بها الفتيات على الذكور.

النتيجة العامة:

بعد تقديم هذه الحوصلة حول تأثير الجنس على إجابات التلاميذ حول العبارات الدالة على مشكلة الخجل، ومناقشتنا لمختلف العبارات، لاحظنا وجود فروق دالة في أغلب العبارات، بالإضافة إلى كون الإناث أكثر خجلا من الذكور في كل الحالات التي تعالجها هذه العبارات، وللتأكد من ذلك سحاول التعرف على النتيجة العامة لهذه الفروق من خلال حساب قيمة كا2 لكل الإجابات المتعلقة بالخجل كما هي موضحة في الجدول التالي:

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|------|---------|------|---------|---------|-------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 900 | 995,25 | 972 | 876,75 | 1872 | 33,92 |
| أنثى | 1435 | 1339,75 | 1085 | 1180,25 | 2520 | |
| المجموع | 2335 | | 2057 | | 4392 | |

جدول رقم 62: يوضح مج كا مربع المحسوبة مشكلة الخجل حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 33.92 فإننا نرفض الفرضية الصفرية، أي توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة الخجل بين الذكور والبنات، بنسبة ثقة 95 % .

كما تبين النتائج كذلك أن الإناث أكثر خجلا من الذكور، حيث نسجل نسبة الخجل عند الإناث تقدر بـ 61.45 % ،

ولعل السبب في أن الفتاة المراهقة أكثر خجلا من الذكور يرجع إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية و القيود التي تفرض على الفتاة المراهقة ، فليس لها الحق في التفاعل الاجتماعي مع البيئة المحيطة بالقدر نفسه الذي يسمح به للذكر ، ومن ثم فإن خبراتها الاجتماعية التي تسهم في تشكيل شخصيتها محدودة و قليلة التفاعل مع الآخرين فقد تعثر بها صعوبات في التعبير عن رأيها أو اضطراب في الجوانب المعرفية و احمرار الوجه أو سرعة نبضات القلب و غيرها ، إضافة إلى التغيرات التي تعثر بها هذه المرحلة و اعتلال صورة الجسم فقد تظهر عند الفتاة مشاعر سلبية و خاصة نحو التصور الذاتي ، هذا ينتاب الفتاة عند مقارنة نفسها بأقرانها مما يجعلها أكثر ميلا إلى التوتر و الانسحاب و هي من مكونات الخجل .

ومن ناحية أخرى لا يمكن أن نغفل دور زيادة ضغوط الدوافع و الغرائز و الحاجة إلى إشباعها بطريقة أو بأخرى، فتقع الفتاة تحت مشاعر التأنيب و الذنب نتيجة لمخافتها للقواعد الأخلاقية.

إضافة إلى ذلك سرعة تدفق النمو سواء النمو النفسي أو الجسمي و حتى الاجتماعي ، الذي يرجع الفتاة تقع في صراعات متباينة بين رفض القيود و البحث عن الاستقلالية .

ويرجع كل من حسين علي فايد ، محمد السيد أبو النيل هذه الفروق إلى كون الإناث في هذه المرحلة أكثر استهدافا للخجل من الذكور ، فهذه المرحلة العمرية تتميز فترة الحساسية الانفعالية و التقلب الوجداني مع نمو الشعور بالحب نحو الجنس الآخر و قد يستقر الأمر على موضوع حب واحد ، كما يتسم الأفراد في هذه المرحلة بالحساسية المفرطة إذا ما وجه النقد إليهم فإذا كان الذكور يستطيعون تحقيق رغباتهم السابقة من خلال الاتجاه إلى المغامرة و الحب ، إلا أن الإناث قد تلجأ إلى الخجل و أحلام اليقظة و التخيل هربا من المواقف المحرجة نظرا لما يضعه المجتمع من تحريمات و قيود إزاء النزعات الجنسية للأنثى .

و قد ارجع الباحثين تفوق الإناث على الذكور في الاستعداد للخجل في فترة المراهقة إلى فروق ظروف مراهقة الذكور و الإناث ، و افترضوا أن الإناث تواجهها صعوبات و مشاكل في البلوغ و بعد البلوغ أكثر من الذكور ، فيما يخص السعي إلى الاستقلال و فهمها لدورها و مركزها الاجتماعي في الرشد .

و تتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات العربية و الأجنبية ، فقد أسفرت دراسة **السماد وني (1989)** عن وجود فروق جوهرية بين الذكور و الإناث في الخجل لصالح الإناث سواء في مرحلة المراهقة المبكرة أو المتوسطة أو المتأخرة ¹.

و كذلك دراسة **مايسة أحمد النيال (1996)** إلى أن تفوق الإناث كان على حساب الذكور و ترجع ذلك إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية لديهم . و توصلت دراسة كول مع آخرين (1994) إلى أن الإناث أكثر إظهارا للخجل مقارنة بالذكور و ذلك لدى عينة قوامها 116 من تلاميذ و تلميذات المرحلة الإعدادية ².

وفي دراسة **نادر طالب عيسى شوامره** ، بعنوان أنماط التنشئة الوالدية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الصف الأول الثانوي في محافظة رام الله والبيرة 2008 ، على عينة عشوائية عنقودية مكونة من (484) طالبًا وطالبة من مدارس محافظة رام الله والبيرة الحكومية والخاصة، ومن الفرعين العلمي والأدبي، وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام 2006 - 2007 .

وكانت الفروق لصالح الطلبة من الإناث، واللواتي كان مستوى الخجل عندهن أعلى من الذكور ³.

كما تتفق نتائج الدراسة مع نتيجة دراسة كل من دراسة **كروزيير 1995** و **CROZIER** و التي أسفرت و دراسة كل من **مجدي حبيب (1992)** على قوامها 278 من طلاب الجامعة ، و التي أسفرت ضمن ما أسفرت عنه نتائجها إلى أن الإناث

¹ حسين علي فايد ، محمد السيد أبو النيل، مرجع سابق ،ص 38

² مايسة أحمد النيال ، مدحت عبد الحميد أبو زيد ، مرجع سابق ، ص 59

³ نادر طالب عيسى شوامره ، أنماط التنشئة الوالدية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الصف الأول الثانوي في محافظة رام الله والبيرة ، إشراف د. نبيل عبد الهادي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القدس ، 2008 مؤخودة من www.4chard.com

أكثر خجلا من الذكور ، و دراسة ستوبارد ، كالين (1978) و التي توصل فيها الباحثان إلى أن الإناث أكثر إظهارا للخجل مقارنة بالذكور ، دراسة هنيك ، ورايا (1993) حيث توصل الباحثان إلى أن الإناث أكثر شعورا بالخجل عن الذكور ، و توصلت دراسة كول مع آخرين (1994) إلى أن الإناث أكثر إظهارا للخجل مقارنة بالذكور و ذلك لدى عينة قوامها 116 من تلاميذ وتلميذات المرحلة الإعدادية.¹

3- 2- 5 - الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ظهور مشكلة الغضب.

العبارة 2: أتقبل بصدر رحب مقاطعتي عندما أتكلم من طرف زملائي

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 91 | 78,00 | 65 | 78,00 | 156 | 7,56 |
| أنثى | 92 | 105,00 | 118 | 105,00 | 210 | |
| المجموع | 183 | | 183 | | 366 | |

جدول رقم 63: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 02 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 7.56 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يتقبل بصدر رحب مقاطعته عندما يتكلم مع زملائه، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن البنات لا يتقبلن المقاطعة أكثر من الذكور بنسبة 64.48%.

العبارة 5: افقد السيطرة على تصرفاتي عادة عندما اغضب

¹ مایسة أحمد النیال ، مدحت عبد الحمید أبو زید ، مرجع سابق ، ص 59 - 60

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 110 | 110,39 | 46 | 45,61 | 156 | 0,02 |
| أنثى | 149 | 148,61 | 61 | 61,39 | 210 | |
| المجموع | 259 | | 107 | | 366 | |

جدول رقم 64: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 05 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.02 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يفقد السيطرة على تصرفاته عندما يغضب، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 6: يضايقني كثيرا الالتزام ببعض قوانين المدرسة

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا2 |
|---------|-----|-------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 82 | 72,03 | 74 | 83,97 | 156 | 4,47 |
| أنثى | 87 | 96,97 | 123 | 113,03 | 210 | |
| المجموع | 169 | | 197 | | 366 | |

جدول رقم 65: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 06 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 4.47 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه

يضايقه الالتزام ببعض قوانين المدرسة، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن البنات لا يتضايقون من ذلك أكثر من الذكور بنسبة 62.43 %، وهذا ما يدل على ميل الذكور للتهرب من الالتزام بالقوانين والتحرر منها وهي ميزة من ميزات المراهق، أين يبحث عن إبراز ذاته وجلب الانتباه، على عكس البنات اللواتي لا يتأثرن بالقوانين والالتزام بها.

العبارة 12: أتلفظ ببعض الكلمات القاسية أحيانا عند الغضب

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2,85 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 100 | 107,41 | 56 | 48,59 | 156 | 2,85 |
| أنثى | 152 | 144,59 | 58 | 65,41 | 210 | |
| المجموع | 252 | | 114 | | 366 | |

جدول رقم 66 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 12 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 2.85 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يتلفظ ببعض الكلمات القاسية عند الغضب، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 13: اشعر بالضيق عندما أحصل على علامات في الامتحان لم ترضيني

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2,85 |
|-------|-----|---|----|---|---------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | | |

| | | | | | | |
|------|-----|-------|----|--------|-----|---------|
| 1,49 | 156 | 19,18 | 23 | 136,82 | 133 | ذكر |
| | 210 | 25,82 | 22 | 184,18 | 188 | أنثى |
| | 366 | | 45 | | 321 | المجموع |

جدول رقم 67: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 13 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.49 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يشعر بالضيق عندما يحصل على علامات لا ترضيه في الامتحان، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 19: أتفق مع من يعتبرون طباعي حادة وعنيفة

| 2,19 | المجموع | لا | | نعم | | الجنس |
|------|---------|--------|-----|-------|-----|---------|
| | | ت | ش | ت | ش | |
| 1,19 | 156 | 104,85 | 100 | 51,15 | 56 | ذكر |
| | 210 | 141,15 | 146 | 68,85 | 64 | أنثى |
| | 366 | | 246 | | 120 | المجموع |

جدول رقم 68: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 19 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 1.19 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يتفق مع من يعتبرون طباعه حادة وعنيفة، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 20: ينفذ صبري واغضب بسرعة

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 78 | 75,44 | 78 | 80,56 | 156 | 0,30 |
| أنثى | 99 | 101,56 | 111 | 108,44 | 210 | |
| المجموع | 177 | | 189 | | 366 | |

جدول رقم 69: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 20 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.30 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأن صبره ينفذ ويغضب بسرعة، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 24: أتضايق من بعض معاملات المراقبين والأساتذة

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 104 | 112,95 | 52 | 43,05 | 156 | 4,46 |
| أنثى | 161 | 152,05 | 49 | 57,95 | 210 | |
| المجموع | 265 | | 101 | | 366 | |

جدول رقم 70: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 24 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **4.46** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص التضايق من معاملات بعض المراقبين والأساتذة، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن البنات يتضايقن أكثر من الذكور بنسبة 60.75 %، وهذا يرجع إلى كون أغلبية الأساتذة ذكور، وكل المراقبين ذكور كذلك، ونفسية التلميذات في هذه المرحلة (المراهقة) حساسة جدا.

العبارة 26: يضايقني هؤلاء الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 131 | 136,39 | 25 | 19,61 | 156 | 2,92 |
| أنثى | 189 | 183,61 | 21 | 26,39 | 210 | |
| المجموع | 320 | | 46 | | 366 | |

جدول رقم 71: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 26 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أكبر من القيمة المحسوبة **2.92** فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص إجابة التلميذ بأنه يتقبل بصدور ربح مقاطعته عندما يتكلم مع زملائه، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 30: أغضب عندما يعاملني في الثانوية كما لو أنني ما زلت صغيرا

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|
| | ش | ت | ش | ت | |
| ذكر | 111 | 95,48 | 45 | 60,52 | 156 |
| أنثى | 113 | 128,52 | 97 | 81,48 | 210 |
| المجموع | 224 | | 142 | | 366 |

جدول رقم 72: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 30 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة **3.84** أصغر من القيمة المحسوبة **11.38** فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص غضب عند معاملته في الثانوية كما لو مازال صغيراً، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن الذكور يغضبون أكثر من الإناث بنسبة، حيث تقدر نسبة التلاميذ الذين عبروا عن غضبهم بسبب هذه المعاملة بأكثر من 71%، وهذا راجع إلى إحساس التلميذ في هذه المرحلة بأنه أصبح رجلاً، وهو الآن ودّع الطفولة وأصبح بالغاً، ومن تمّ وجب احترامه والتعامل معه على أساس أنه كُبر.

العبارة 34: يضايقني عندما استدعى على انفراد من طرف الإدارة المدرسية

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع |
|-------|-----|---|----|---|---------|
| | ش | ت | ش | ت | |
| 2كا | | | | | |

| | | | | | | |
|------|-----|--------|-----|-------|-----|---------|
| 0,01 | 156 | 83,97 | 84 | 72,03 | 72 | ذكر |
| | 210 | 113,03 | 113 | 96,97 | 97 | أنثى |
| | 366 | | 197 | | 169 | المجموع |

جدول رقم 73: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 34 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.01 فإننا نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص تضاييق التلميذ عندما يستدعى على انفراد من طرف الإدارة، بنسبة ثقة 95%.

العبارة 35: اغضب عندما انتقد من طرف الآخرين

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|-----|--------|-----|-------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 84 | 95,48 | 72 | 60,52 | 156 | 6,19 |
| أنثى | 140 | 128,52 | 70 | 81,48 | 210 | |
| المجموع | 224 | | 142 | | 366 | |

جدول رقم 74: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 35 مشكلة الغضب حسب الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أصغر من القيمة المحسوبة 6.19 فإننا نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والبنات في ما يخص غضب التلميذ عند انتقاده من طرف الآخرين، بنسبة ثقة 95%. ويتضح من خلال النتائج أن البنات يغضبن أكثر من الذكور بنسبة 62.50%، ويرجع ذلك شعور الفتاة بالنقص، وعدم

قدرتها على الدفاع عن النفس، وكونها حساسة أكثر من الذكور خاصة وهي في مرحلة المراهقة.

النتيجة العامة:

بعد تقديم هذه الحوصلة حول تأثير الجنس على إجابات التلاميذ على محتوى عبارات الغضب، فإننا سجلنا عدم وجود فروق في أغلب الحالات، وللتأكد من ذلك نقوم بحساب قيمة كا 2 لكل الإجابات على جميع العبارات، كما هو موضح في الجدول التالي:

| الجنس | نعم | | لا | | المجموع | كا 2 |
|---------|------|---------|------|--------|---------|------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| ذكر | 1152 | 1143,57 | 720 | 728,43 | 1872 | 0,28 |
| أنثى | 1531 | 1539,43 | 989 | 980,57 | 2520 | |
| المجموع | 2683 | | 1709 | | 4392 | |

جدول رقم 75: يوضح مج كا مربع المحسوبة لمشكلة الغضب حسب متغير الجنس.

مادام القيمة المجدولة 3.84 أكبر من القيمة المحسوبة 0.28 فإننا نقبل الفرضية الصفرية، أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة الغضب بين الذكور والبنات، بنسبة ثقة 95 %

مما يفسر التساوي بين الرجل و المرأة حيث أصبح الإناث يتمتعن بنفس الحقوق و الواجبات لدى الذكور ، كذلك التطور العلمي في شتى المجالات أعطى دعماً للمرأة حتى تجاور الذكور في بعض الميزات و السمات كانت من قبل يتميز بها إلا الذكور.

و تتفق هذه الدراسة مع دراسة حسين علي فايد (2003) عن العلاقة بين الغضب و الاكتئاب للكشف عن الفروق بين الذكور، والإناث في خبرة الغضب ، والاكتئاب

والتعرف على الفروق بين الجنسين في العلاقة بين الغضب ، والاكتئاب على عينة قوامها 312 منهم 130 ذكور و182 إناث جاءت الفروق بين الجنسين غير جوهريّة في الدرجة الكلية للغضب وأبعاده.

و لم تتفق الدراسة مع دراسة منال بنت محمد بن عمر السقاف بعنوان الثقة بالنفس وانفعال الغضب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة. حيث جاءت الفروق لصالح الإناث وترى الباحثة أن السبب وراء النتيجة التي توصل لها الفرض في الكشف عن فروق بين الجنسين في انفعال الغضب ، وذلك لصالح الإناث أن المرأة تشعر بالغضب عند اتهامها بأنها عديمة القيمة ، أو أنها الجنس الأقل والضعيف خاصة عندما يترتب على ذلك تقييد حريتها و مسؤوليتها ، وفرض نظام صارم من القيود و الأوامر عليها كما أن المرأة تعائش كما كبيرا من الضغوطات الاجتماعية ، والنفسية ، وعدم مساواتها بالذكور في التعبير عن غضبها حيث يتم تنشئتها اجتماعياً على قمع الغضب ؛ كونه لا يتفق مع دورها الأنثوي وأنه من حق الرجل.¹

3-2-6- الفرضية الصفريّة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة

القلق حسب المستوى الدراسي

العبارة 3: لا أقدم على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|---|----|---|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| | | | | | | |

¹ منال بنت محمد بن عمر السقاف ، إشراف عبد المنان بن ملا معمور بار ، الثقة بالنفس وانفعال الغضب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة. ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، جامعة أم القرى ، 1428 - 1429 هـ ، ص 106

| | | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|------|
| الأولى | 82 | 82,25 | 53 | 52,75 | 135 | 0,56 |
| الثانية | 79 | 76,16 | 46 | 48,84 | 125 | |
| الثالثة | 62 | 64,58 | 44 | 41,42 | 106 | |
| المجموع | 223 | | 143 | | 366 | |

جدول رقم 76: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 03 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 0.56 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص عدم إقدام التلميذ على الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 4: إنني كثيرا ما أكون قلقا وأحس أن شيئا سيئا سيحدث لي

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 93 | 90,00 | 42 | 45,00 | 135 | 5,87 |
| الثانية | 90 | 83,33 | 35 | 41,67 | 125 | |
| الثالثة | 61 | 70,67 | 45 | 35,33 | 106 | |
| المجموع | 244 | | 122 | | 366 | |

جدول رقم 77: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 04 مشكلة القلق حسب المستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **5.87** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص قلق التلميذ وإحساسه بأن شيئاً سيئاً سيحدث له، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 9: كثيراً ما أكون قلقاً و مهموماً

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 87 | 81,89 | 48 | 53,11 | 135 | 1,39 |
| الثانية | 72 | 75,82 | 53 | 49,18 | 125 | |
| الثالثة | 63 | 64,30 | 43 | 41,75 | 106 | |
| المجموع | 222 | | 144 | | 366 | |

جدول رقم 78: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 09 مشكلة القلق حسب المستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **1.39** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص إحساس التلميذ بالقلق والهموم، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 10: تدور في ذهني أفكار تزعجني

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|---|----|---|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|------|
| الأولى | 97 | 91,11 | 38 | 43,89 | 135 | 1,99 |
| الثانية | 80 | 84,36 | 45 | 40,62 | 125 | |
| الثالثة | 70 | 71,54 | 36 | 34,46 | 106 | |
| المجموع | 247 | | 119 | | 366 | |

جدول رقم 79: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 10 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 1.99 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الأفكار المزعجة التي تدور في ذهن التلميذ بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 11: أنا شخص مستقر في حياتي

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 80 | 82,62 | 55 | 52,38 | 135 | 0,68 |
| الثانية | 80 | 76,50 | 45 | 48,50 | 125 | |
| الثالثة | 64 | 64,87 | 42 | 41,13 | 106 | |
| المجموع | 224 | | 142 | | 366 | |

جدول رقم 80 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 11 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **0.68** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص استقرار التلاميذ في حياتهم، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 16: أجد صعوبة في التركيز و الانتباه

| المستوى | نعم | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|----|---------|-----------------|
| | | ش | ت | | |
| الأولى | 69 | 66,39 | 66 | 135 | 0,41 |
| الثانية | 61 | 61,48 | 64 | 125 | |
| الثالثة | 50 | 52,13 | 56 | 106 | |
| المجموع | 180 | 186 | | 366 | |

جدول رقم 81: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة 16 مشكلة القلق حسب المستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **1.99** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الصعوبة التي يجدها التلميذ في التركيز والانتباه، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 17: اشعر بعدم الرضا عن نفسي

| المستوى | نعم | لا | المجموع | كا ² |
|---------|-----|----|---------|-----------------|
| | | | | |

| | | ت | ش | ت | ش | |
|-------------|------------|-------|-----|-------|-----|---------|
| 0,76 | 135 | 67,87 | 66 | 67,13 | 69 | الأولى |
| | 125 | 62,84 | 61 | 62,16 | 64 | الثانية |
| | 106 | 53,29 | 57 | 52,71 | 49 | الثالثة |
| | 366 | | 184 | | 182 | المجموع |

جدول رقم 82: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 17 مشكلة القلق حسب المستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **0.76** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص شعور التلميذ بعدم الرضا عن نفسه، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 18: اشعر بأن الصعوبات متراكمة ولا أستطيع التغلب عليها

| كا² | المجموع | لا | | نعم | | المستوى |
|-----------------------|------------|-------|-----|-------|-----|---------|
| | | ت | ش | ت | ش | |
| 1,59 | 135 | 69,71 | 64 | 65,29 | 71 | الأولى |
| | 125 | 64,55 | 67 | 60,45 | 58 | الثانية |
| | 106 | 54,74 | 58 | 51,26 | 48 | الثالثة |
| | 366 | | 189 | | 177 | المجموع |

جدول رقم 83: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 18 مشكلة القلق حسب المستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **1.59** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص شعور التلميذ بأن هناك صعوبات متراكمة ولا يستطيع التغلب عليها بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 27: أنا هادئ ولا انفعل بسرعة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 59 | 71,19 | 76 | 63,81 | 135 | 7,87 |
| الثانية | 76 | 65,92 | 49 | 59,08 | 125 | |
| الثالثة | 58 | 55,90 | 48 | 50,10 | 106 | |
| المجموع | 193 | | 173 | | 366 | |

جدول رقم 84: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 27 مشكلة القلق حسب المستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أصغر من القيمة المحسوبة **7.87** فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص هدوء التلميذ وعدم انفعاله بسرعة، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 32: تمنيت لو لم تلدني أُمي

| المستوى | نعم | لا | المجموع | كا ² |
|---------|-----|----|---------|-----------------|
| | | | | |

| | | ت | ش | ت | ش | |
|-------|-----|-------|-----|-------|-----|---------|
| 17,50 | 135 | 98,11 | 81 | 36,89 | 54 | الأولى |
| | 125 | 90,85 | 99 | 34,15 | 26 | الثانية |
| | 106 | 77,04 | 86 | 28,96 | 20 | الثالثة |
| | 366 | | 266 | | 100 | المجموع |

جدول رقم 85: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 32 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 17,50 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تمني التلميذ أنه لو لم تلده أمه أي شعوره بالإحباط، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 33: كثيرا ما اشعر بالتعب

| المستوى | نعم | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|---------|-----------------|
| | | ش | ت | | |
| الأولى | 80 | 77,46 | 55 | 57,54 | 1,13 |
| الثانية | 67 | 71,72 | 58 | 53,28 | |
| الثالثة | 63 | 60,82 | 43 | 45,18 | |
| المجموع | 210 | | 156 | | 366 |

جدول رقم 86: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 33 مشكلة القلق حسب المستوى الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **1.13** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص شعور التلميذ بالتعب، بنسبة ثقة 95 %.

العبرة 36: اشعر بتوتر عضلاتي

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 62 | 52,38 | 73 | 82,62 | 135 | 5,00 |
| الثانية | 41 | 48,50 | 84 | 76,50 | 125 | |
| الثالثة | 39 | 41,13 | 67 | 64,87 | 106 | |
| المجموع | 142 | | 224 | | 366 | |

جدول رقم 87: يوضح كا مربع المحسوبة للعبرة رقم 03 مشكلة القلق حسب لمستوى

الدراسي

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **5** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص شعور التلميذ بالإرهاق والتوتر، بنسبة ثقة 95 %.

النتيجة العامة:

بعد تقديم هذه الحوصلة حول تأثير المستوى التعليمي للتلاميذ على إجاباتهم على كل عبارة من عبارات مشكلة القلق

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|------|--------|------|--------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 903 | 864,59 | 717 | 755,41 | 1620 | 6,98 |
| الثانية | 794 | 800,55 | 706 | 699,45 | 1500 | |
| الثالثة | 647 | 678,86 | 625 | 593,14 | 1272 | |
| المجموع | 2344 | | 2048 | | 4392 | |

جدول رقم 88: يوضح مج كا مربع المحسوبة لمشكلة القلق حسب لمستوى الدراسي ولمعرفة الدلالة الإحصائية لا بد من حساب درجة الحرية، ومعرفة قيمة كا² المجدولة حسب مستوى الدلالة، كما هو مبين في الجدول التالي:

| الأعمدة | الصفوف | درجة الحرية | كا ² المجدولة | مستوى الدلالة |
|---------|--------|-------------|--------------------------|---------------|
| 02 | 03 | 02 | 5.99 | 0.05 |

جدول رقم 89 : يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 6.98 فإننا نرفض الفرضية الصفرية، أي توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة القلق بين السنوات الدراسية الثلاث بنسبة ثقة 95 %.

و يمكن أن نفسر هذا الاختلاف في مشكلة القلق بين السنوات الدراسية الثلاثة كون أن القلق الذي يتعرض له تلاميذ السنة الأولى يكون كنتيجة للوضع الجديد الذي ألتحق به المراهق لأول مرة لها

تأثير كبير في تحديد معالم مستقبله الاجتماعي والمهني، ولها انعكاس في بلورة شخصيته هذه العملية التكيفية التي يتعرض إليها المراهق عند دخوله إلى المدرسة الثانوية فالتكيف مع البيئة المدرسية يختلف باختلاف مستويات النظام المدرسي، فمتطلبات التعليم الأساسي تختلف عن متطلبات التعليم الثانوي، مما يجعل حياة التلميذ سلسلة من عمليات تكيفه مع المواقف الجديدة .

و يشير دايلي (Dially) إلى أن العوامل التي تشكل ضغطا للمراهقين تشمل المتغيرات البدنية الفيزيولوجية، والانتقال من مدرسة لأخرى، تغيير العلاقات بالرفاق والوالدين، الطلاق بين الوالدين والتفكك الأسري، وفي النهاية المشاحنات اليومية ، وتزيد معاناة المراهق المتمدرس؛ حينما يقترب ميعاد الامتحانات المدرسية، حيث يريدون النجاح والانتقال إلى أعلى مستوى تعليمي، وهنا تظهر مظاهر الضغوط والتمثلة في التوتر والضييق، والاضطرابات النفسية والاجتماعية، كذا السلوك المضاد اجتماعيا.¹

هذا من جهة ومن جهة أخرى فان التلاميذ في هذه المرحلة أي ما يقابل المراهقة الوسطى في بعض التسميات حيث تتميز هذه المرحلة بالتمرد علي قيم ومعايير الكبار مما يشكل جزءا من نضال المراهقين في هذه المرحلة في سبيل إنماء علاقات مرضية خارج الأسرة ،مع الأصدقاء، في المدرسة وفي سبيل تشكيل هوية محددة ، وتتصف أيضا هذه المرحلة بتمركز المراهق حول نفسه أو انشغاله بجسمه وما يحتويه من رغبات جنسية عارمة وبالزيادة في السلوك العدواني الذي يجد متنفسا في الألعاب الرياضية أو التشاحن مع الأقران ، أو السلوك المناهض للمجتمع.

¹ حسين علي فايد ، المشكلات النفسية والاجتماعية ورؤية تفسيرية ، دار طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة ، د بلد النشر، ص 198-199

كل هذه المواصفات و ما تحمله من ضغوط تزيد في حدة القلق لدى المراهق خاصة و انه بصدد البحث عن الهوية الذاتية الأمر الذي يثير العديد من التساؤلات المحيرة عن طبيعة هويته .

لكن هذا القلق يتحول إلى قلق على المستقبل المهني و الدراسي خصوصا لدى تلاميذ السنة الثالثة خصوصا وأنهم مقبلين على شهادة البكالوريا الأمر الذي يزيد من شدة قلقهم و خوفهم .

3-2-7- الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي

العبارة 1: اشعر بالتوتر عند وجودي مع مجموعة من الأفراد الغرباء

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 109 | 98,11 | 53 | 52,75 | 135 | 8,43 |
| الثانية | 89 | 90,85 | 46 | 48,84 | 125 | |
| الثالثة | 68 | 77,04 | 44 | 41,42 | 106 | |
| المجموع | 266 | | 100 | | 366 | |

جدول رقم 90: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 01 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة **5.99** أصغر من القيمة المحسوبة **8.43** فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الشعور بالتوتر عند وجود التلميذ مع مجموعة من الأفراد الغرباء بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 7: تنقصني القدرة على مناقشة الأساتذة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 69 | 74,14 | 66 | 60,86 | 135 | 1,42 |
| الثانية | 70 | 68,65 | 55 | 56,35 | 125 | |
| الثالثة | 62 | 58,21 | 44 | 47,79 | 106 | |
| المجموع | 201 | | 165 | | 366 | |

جدول رقم 91: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 07 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **1.42** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص نقص القدرة على مناقشة الأساتذة بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 8: أجد صعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|---|----|---|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|------|
| الأولى | 69 | 68,98 | 66 | 66,02 | 135 | 0,26 |
| الثانية | 62 | 63,87 | 63 | 61,13 | 125 | |
| الثالثة | 56 | 54,16 | 50 | 51,84 | 106 | |
| المجموع | 187 | | 179 | | 366 | |

جدول رقم 92 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 08 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 0.26 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الصعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 14: اشعر بالخجل عندما ينادي الأستاذ في القسم باسمي بصوت عالي

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 68 | 57,54 | 67 | 77,46 | 135 | 9,17 |
| الثانية | 55 | 53,28 | 70 | 71,72 | 125 | |
| الثالثة | 33 | 45,18 | 73 | 60,82 | 106 | |
| المجموع | 156 | | 210 | | 366 | |

جدول رقم 93 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 14 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 9.17 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما شعور التلميذ بالخجل عندما ينادي الأساتذة في القسم باسمه بصوت عالي، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 15: أتجنب الاختلاط بمعارف جدد خشية عدم الانسجام معهم

| المستوى | نعم | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|---------|-----------------|
| | | ش | ت | | |
| الأولى | 59 | 52,76 | 76 | 82,24 | 135 |
| الثانية | 58 | 50,81 | 72 | 79,19 | 125 |
| الثالثة | 28 | 41,43 | 78 | 64,57 | 106 |
| المجموع | 145 | | 226 | | 366 |

جدول رقم 94: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 15 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي. مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 10.08 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تجنب التلاميذ الاختلاط بمعارف جدد خشية عدم الانسجام معهم، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 21: اشعر باحمرار الوجه عندما أقابل أناس لأول مرة

| المستوى | نعم | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|----|---------|-----------------|
| | | ش | ت | | |
| الأولى | 88 | 80,41 | 47 | 54,59 | 135 |

| | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|
| الثانية | 74 | 74,45 | 51 | 50,55 | 125 |
| الثالثة | 56 | 63,14 | 50 | 54,59 | 106 |
| المجموع | 218 | | 148 | | 366 |

جدول رقم 95: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 21 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 3.79 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث شعور التلميذ باحمرار الوجه عند مقابلة أناس لأول مرة، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 22: لا أشرك عادة في الأنشطة الثقافية و الرياضية المدرسية

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 88 | 83,36 | 47 | 51,64 | 135 | 2,71 |
| الثانية | 70 | 77,19 | 55 | 47,81 | 125 | |
| الثالثة | 68 | 65,45 | 38 | 40,55 | 106 | |
| المجموع | 226 | | 140 | | 366 | |

جدول رقم 96 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 22 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 2.71 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص مشاركة التلميذ في الأنشطة الثقافية و الرياضية المدرسية، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 23: ليس من السهل علي إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركتي الحديث

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 60 | 57,17 | 75 | 77,83 | 135 | 1,34 |
| الثانية | 55 | 52,94 | 70 | 72,06 | 125 | |
| الثالثة | 40 | 44,89 | 66 | 61,11 | 106 | |
| المجموع | 155 | | 211 | | 366 | |

جدول رقم 97: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 23 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 1.34 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص سهولة إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركته الحديث مع الآخرين، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 25: اشعر بسرعة دقات قلبي عندما يطلب مني أبداء رأي أمام زملائي

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|---|----|---|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|------|
| الأولى | 85 | 80,41 | 50 | 54,59 | 135 | 1,34 |
| الثانية | 74 | 74,45 | 51 | 50,55 | 125 | |
| الثالثة | 59 | 63,14 | 47 | 42,86 | 106 | |
| المجموع | 218 | | 148 | | 366 | |

جدول رقم 98: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 25 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 1.34 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص شعور التلميذ بسرعة دقات القلب عندما يطلب منه إبداء الرأي أمام زملاءه بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 28: أتردد كثيرا في الدخول إلى القسم إذا وصلت متأخرا

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 73 | 64,55 | 62 | 98,11 | 135 | 3,43 |
| الثانية | 56 | 59,77 | 69 | 90,85 | 125 | |
| الثالثة | 46 | 50,68 | 60 | 77,04 | 106 | |
| المجموع | 175 | | 191 | | 366 | |

جدول رقم 99 : يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 28 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **3.43** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تردد التلميذ في الدخول إلى القسم إذا وصل متأخراً، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 29: كثيراً ما التزم الصمت عند وجودي مع مجموعة من الأفراد

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 80 | 86,31 | 55 | 48,69 | 135 | 2,60 |
| الثانية | 86 | 79,92 | 39 | 45,08 | 125 | |
| الثالثة | 68 | 67,77 | 38 | 38,23 | 106 | |
| المجموع | 234 | | 132 | | 366 | |

جدول رقم 100: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 29 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة **5.99** أكبر من القيمة المحسوبة **2.60** فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص التزام التلميذ الصمت عند وجوده مع مجموعة من الأفراد، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 31: اشعر بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|---|----|---|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|------|
| الأولى | 68 | 58,65 | 67 | 76,35 | 135 | 4,75 |
| الثانية | 52 | 54,30 | 73 | 70,70 | 125 | |
| الثالثة | 39 | 46,05 | 67 | 59,95 | 106 | |
| المجموع | 159 | | 207 | | 366 | |

جدول رقم 101 : يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 31 مشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 4.75 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص اشعر بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة ، بنسبة ثقة 95 %.

النتيجة العامة:

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|------|--------|------|--------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 916 | 861,27 | 704 | 758,73 | 1620 | 16,39 |
| الثانية | 796 | 797,47 | 704 | 702,53 | 1500 | |
| الثالثة | 623 | 676,26 | 649 | 595,74 | 1272 | |
| المجموع | 2335 | | 2057 | | 4392 | |

جدول رقم 102: يوضح مج كا مربع المحسوبة لمشكلة الخجل حسب المستوى الدراسي

ولمعرفة الدلالة الإحصائية لا بد من حساب درجة الحرية، ومعرفة قيمة كا2
المجدولة حسب مستوى الدلالة، كما هو مبين في الجدول التالي:

| الأعمدة | الصفوف | درجة الحرية | كا2 المجدولة | مستوى الدلالة |
|---------|--------|-------------|--------------|---------------|
| 02 | 03 | 02 | 5.99 | 0.05 |

جدول 103: يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 16.39 فإننا نرفض
الفرضية الصفرية، أي توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة الخجل
بين السنوات الدراسية الثلاث بنسبة ثقة 95 %.

نظرا لاكتمال النمو الجسمي في هذه المرحلة مما يعطي أهمية لصورة الجسم خصوصا
في السنة الأولى من التعليم الثانوي و اكتشاف المراهق لمحيط جديد و أشخاص جدد
الأمر الذي يخلق نمط تفاعل ضعيف و حذر خوفا من النقد أو أخذ نظرة سلبية على
الشخص منذ البداية لذلك يلجأ المراهق أو التلاميذ إلى الانسحاب و مراقبة المحيط من
بعيد ، كما التلميذ في هذه المرحلة يكون انشغاله منصب حول التحصيل الدراسي من
اجل إثبات مكانته ضمن جماعة الرفاق ، لكن شيء فشيا يزول هذا الخجل و يدخل
التلاميذ في تفاعل مع الجميع و هذا في السنة الثانية من التعليم الثانوي.

فحسب مايسة أحمد النيال و مدحت عبد الحميد أبو زيد ، فان الانتقال إلى من المرحلة
الإعدادية إلى الثانوية و الالتحاق بمدارس جديدة ، يتطلب هذا الأمر من تلاميذ هذه الفئة
و خاصة منهم الجدد تفاعلا جديدا مع مدرسين و مدرسات جدد و رفاق و أقران لم
يسبق التعرف إليهم فقد يتصدر التفاعل الاجتماعي مع هذه الفئة التعليمية الجديدة شيء

من الانسحاب و التقادي و قلق المواجهة ، فدائماً يشعر الفرد بالتهيب و الخجل عند تفاعلاته الأولية مع أي بيئة جديدة ، فضلا عن انتقاله بما يعرفه كيرث ليفين lewin من وضع معروف الى وضع غير معروف ¹.

لكن هذه الفروق في مستوى الخجل متقاربة بين السنوات الدراسية و هذا راجع من جهة لتقارب السنوات بين التلاميذ و طبيعة المنطقة من جهة أخرى كونها منطقة يغلب عليها الطابع الريفي و ما تفرضه من تنشئة اجتماعية تختلف عنها في المدن الكبرى .

3-2-8- الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الدراسية الثلاثة في ظهور مشكلة الغضب

العبارة 2: يضايقني هؤلاء الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 62 | 67,50 | 73 | 67,50 | 135 | 2,87 |
| الثانية | 70 | 62,50 | 55 | 62,50 | 125 | |
| الثالثة | 51 | 53,00 | 55 | 53,00 | 106 | |
| المجموع | 183 | | 183 | | 366 | |

جدول رقم 104: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 02 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 2.87 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص تضايق التلاميذ من الذين يعتقدون أنهم دائما على حق حسب السنوات الدراسية الثلاث بنسبة ثقة 95 %.

¹ مایسة أحمد النیال ، مرجع سابق ذكره ، ص 192

العبارة 5: افقد السيطرة على تصرفاتي عادة عندما اغضب

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 104 | 95,53 | 31 | 39,47 | 135 | 4,78 |
| الثانية | 81 | 88,46 | 44 | 36,54 | 125 | |
| الثالثة | 74 | 75,01 | 32 | 30,99 | 106 | |
| المجموع | 259 | | 107 | | 366 | |

جدول رقم 105: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 05 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 4,78 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص فقدان السيطرة على التصرفات في خالة الغضب حسب السنوات الدراسية الثلاث بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 6: يضايقني كثيرا الالتزام ببعض قوانين المدرسة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 67 | 62,34 | 68 | 72,66 | 135 | 10,83 |

| | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|
| الثانية | 67 | 57,72 | 58 | 67,28 | 125 |
| الثالثة | 35 | 48,95 | 71 | 57,05 | 106 |
| المجموع | 169 | | 197 | | 366 |

جدول رقم 106: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 06 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي .

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 10.83 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تضايق التلاميذ من الالتزام ببعض القوانين المدرسية بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 12: أتلفظ ببعض الكلمات القاسية أحيانا عند الغضب

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 106 | 92,95 | 29 | 42,05 | 135 | 15,93 |
| الثانية | 70 | 86,07 | 55 | 38,93 | 125 | |
| الثالثة | 76 | 72,98 | 30 | 33,02 | 106 | |
| المجموع | 252 | | 114 | | 366 | |

جدول رقم 107: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 12 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 10.83 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص التلفظ بكلمات قاسية عند الغضب بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 13: اشعر بالضيق عندما أحصل على علامات في الامتحان لم ترضيني

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|--------|----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 121 | 118,40 | 14 | 16,60 | 135 | 0,86 |
| الثانية | 109 | 109,63 | 16 | 15,37 | 125 | |
| الثالثة | 91 | 92,97 | 15 | 13,03 | 106 | |
| المجموع | 321 | | 45 | | 366 | |

جدول رقم 108: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 13 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 0.86 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الشعور بالضيق عند الحصول على علامات غير مرضية في الامتحانات، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 19: أتفق مع من يعتبرون طباعي حادة وعنيفة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 46 | 44,26 | 89 | 90,74 | 135 | 0,52 |
| الثانية | 38 | 40,98 | 87 | 84,02 | 125 | |

| | | | | | |
|---------|-----|-------|-----|-------|-----|
| الثالثة | 36 | 34,75 | 70 | 71,25 | 106 |
| المجموع | 120 | | 246 | | 366 |

جدول رقم 109: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 19 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 0.52 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الاتفاق مع من يعتبرون طباع التلميذ حادة وعنيفة، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 20: ينفذ صبري وأغضب بسرعة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 85 | 65,29 | 50 | 69,71 | 135 | 18,39 |
| الثانية | 51 | 60,45 | 74 | 64,55 | 125 | |
| الثالثة | 41 | 51,26 | 65 | 54,74 | 106 | |
| المجموع | 177 | | 189 | | 366 | |

جدول رقم 110: يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 20 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 18.39 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص نفاذ الصبر والغضب بسرعة، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 24: أتضايق من بعض معاملات المراقبين و الأساتذة

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 99 | 97,75 | 36 | 37,25 | 135 | 4,59 |
| الثانية | 97 | 90,51 | 28 | 34,49 | 125 | |
| الثالثة | 69 | 76,75 | 37 | 29,25 | 106 | |
| المجموع | 265 | | 101 | | 366 | |

جدول رقم 111 : يوضح كا مربع المحسوبة للعبارة رقم 24 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 10.83 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تضايق التلاميذ من بعض معاملات المراقبين والأساتذة، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 26: يضايقني هؤلاء الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|--------|----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 115 | 118,03 | 20 | 16,97 | 135 | 3,65 |

| | | | | | |
|---------|-----|--------|----|-------|-----|
| الثانية | 115 | 109,29 | 10 | 15,71 | 125 |
| الثالثة | 90 | 92,68 | 16 | 13,32 | 106 |
| المجموع | 320 | | 46 | | 366 |

جدول رقم 112: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 26 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 3.65 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تضايق التلاميذ من الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 30: أغضب عندما يعاملني في الثانوية كما لو أنني ما زلت صغيرا

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|-------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 90 | 82,62 | 45 | 52,38 | 135 | 10,77 |
| الثانية | 83 | 76,50 | 42 | 48,50 | 125 | |
| الثالثة | 51 | 64,87 | 55 | 41,13 | 106 | |
| المجموع | 224 | | 142 | | 366 | |

جدول رقم 113: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 30 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 10.77 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص الغضب عند معاملتهم في الثانوية كما أنهم لا يزالوا صغار، بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 34: يضايقني عندما استدعى على انفراد من طرف الإدارة المدرسية

| المستوى | نعم | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|-----|---------|-----------------|
| | | ش | ت | | |
| الأولى | 62 | 63,00 | 74 | 73,00 | 135 |
| الثانية | 60 | 57,90 | 65 | 67,10 | 125 |
| الثالثة | 48 | 49,10 | 58 | 56,90 | 106 |
| المجموع | 170 | | 197 | | 366 |

جدول رقم 114: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 34 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أكبر من القيمة المحسوبة 0.24 فإننا نستنتج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص تضايق التلاميذ من عند الاستدعاء على انفراد من طرف الإدارة المدرسية بنسبة ثقة 95 %.

العبارة 35: أغضب عندما انتقد من طرف الآخرين

| المستوى | نعم | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|-----|-------|----|---------|-----------------|
| | | ش | ت | | |
| الأولى | 93 | 82,62 | 42 | 52,38 | 135 |
| الثانية | 91 | 76,50 | 34 | 48,50 | 125 |
| الثالثة | 40 | 64,87 | 66 | 41,13 | 106 |

| | | | |
|---------|-----|-----|-----|
| المجموع | 224 | 142 | 366 |
|---------|-----|-----|-----|

جدول رقم 115: يوضح كما مربع المحسوبة للعبارة رقم 35 مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة 5.99 أصغر من القيمة المحسوبة 10.83 فإننا نستنتج أنه توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية الثلاث فيما يخص غضب التلاميذ من عند الانتقاد من طرف الآخرين، بنسبة ثقة 95 %.

النتيجة العامة:

| المستوى | نعم | | لا | | المجموع | كا ² |
|---------|------|--------|------|--------|---------|-----------------|
| | ش | ت | ش | ت | | |
| الأولى | 1049 | 990,00 | 571 | 630,00 | 1620 | 27,97 |
| الثانية | 932 | 916,67 | 568 | 583,33 | 1500 | |
| الثالثة | 703 | 777,33 | 569 | 494,67 | 1272 | |
| المجموع | 2684 | | 1708 | | 4392 | |

جدول رقم 116: يوضح مج كما مربع المحسوبة مشكلة الغضب حسب المستوى الدراسي

ولمعرفة الدلالة الإحصائية لا بد من حساب درجة الحرية، ومعرفة قيمة كا² المجدولة حسب مستوى الدلالة، كما هو مبين في الجدول التالي:

| | | | | | |
|---------|--------|-------------|--------------------------|--------------------------|---------------|
| الأعمدة | الصفوف | درجة الحرية | كا ² المجدولة | كا ² المحسوبة | مستوى الدلالة |
|---------|--------|-------------|--------------------------|--------------------------|---------------|

| | | | | | |
|------|-------|------|----|----|----|
| 0.05 | 27.97 | 5.99 | 02 | 03 | 02 |
|------|-------|------|----|----|----|

جدول رقم 117: يوضح حساب درجة الحرية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي.

مادام القيمة المجدولة **5.99** أصغر من القيمة المحسوبة **27.97** فإننا نرفض الفرضية الصفرية، أي توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور مشكلة الغضب بين السنوات الدراسية الثلاث بنسبة ثقة 95 %.

حيث توصل الجبر(2001) بدراسة حول بعض الخصائص النفسية المميزة لطلبة المرحلة الثانوية الأكثر غضباً ، وتتمثل هذه الخصائص النفسية في الاجتماعية و العصابية و تقبل الذات، تكونت العينة من 1200 طالب من طلاب المرحلة الثانوية من الصفوف الأولى والثانية والثالثة وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود اختلاف في تقديرات طلاب المرحلة الثانوية في حالة الغضب باختلاف الصف الدراسي ، بينما يوجد اختلاف في تقديرات الطلاب في سمة الغضب باختلاف الصف الدراسي ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المرحلة الثانوية الأكثر غضباً والأقل غضباً في الاجتماعية وكانت لصالح الطلاب الأقل غضباً ، بينما لا يوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل بين مستوى الغضب الأكثر غضباً و الأقل غضباً ، الصف الدراسي الأول – الثاني – الثالث في حالة الغضب وسمته على مقياس الاجتماعية ، أما العصابية فكان هناك فروق دالة إحصائية بين طلاب المرحلة الثانوية وكانت لصالح الطلاب الأكثر غضباً ، ولا يوجد أثر لتفاعل دال بين مستوى الغضب و الصف الدراسي في حالة الغضب وسمته على مقياس العصابية ، كما وضحت النتائج أن الطلاب الأقل غضباً في حالة الغضب وسمته لديهم درجة عالية في تقبل الذات ولا يوجد تفاعل بين مستوى الغضب و الصف الدراسي في حالة الغضب وسمته على مقياس تقبل الذات.¹

¹ منال بنت محمد بن عمر السقاف ، مرجع سابق ، ص 75

3-3- الفرضية العامة: هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور المشكلات الانفعالية

3-3-1- هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور القلق:

بعد حساب الدرجات لكل من تقدير الذات حسب مقياس كوبر سميت ودرجات القلق تبعا لاستبيان البحث، وبتطبيق معامل بارسون لقياس العلاقة بين المتغيرين (تقدير الذات والقلق) كما هو مبين في الجدول¹، حصلنا على النتيجة التالية:

$$R = - 0.66$$

ومادام العلاقة سالبة فإننا نستلزم أن هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة القلق عند التلاميذ أفراد العينة، أي أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات عند التلميذ، كلما انخفض ظهور مشكلة القلق لديه و العكس .

و هذا ما تأكده الدراسات النفسية حول أهمية تقدير الذات بالنسبة لصحة الفرد و توافقه ، وهذا مرتبط بمدة تحقيق الفرد لذاته عن طريق إشباع الحاجات المختلفة دون حدوث تعارض مع متطلبات و ظروف البيئة المحيطة به ، و إذا حدث عكس ذلك فان الفرد في سعيه لتتكيف مع هذه الظروف الجديدة و كنتيجة للإحباط الناتج عن عدم إشباع الحاجات يعاني من القلق و التوتر .كما يعتبر تقدير الذات مؤشرا للنجاح و الفشل عند الفرد و قدرة الفرد على التعامل مع هذا الفشل من خلال التحكم في الاستجابات الانفعالية لديه ، فالأشخاص الذين يكون لديهم تقدير ذات منخفض تكون استجاباتهم الانفعالية أقوى من الأشخاص الذين يكون لديهم تقدير ذات مرتفع.

كما يعد تقدير الذات مؤشرا للصحة النفسية فكما يرى روجرز Rogers فإن جزء من التوافق النفسي يعد وظيفة لمفهوم تقدير الذات ، فكلما كان تقدير الذات مرتفعا و ايجابيا كان ذلك دليلا على الصحة النفسية ، فتقدير الذات يعزز روح التفاؤل و الإبداع في مواجهة تحديات و مصاعب الحياة ، فيكون الفرد أكثر مرونة و متقبلا للحقائق المتجددة في حياته و لديه القابلية لأن يتعلم المزيد عن نفسه ، فيصل إلى تقدير أكثر

¹- نتائج اختبار بيرسون لقياس العلاقة بين تقدير الذات وظهور القلق، أنظر الملاحق.

واقعية لذاته ، و على العكس فإن ضعف تقدير الذات يرتبط بشكل ملحوظ بالاكتئاب و القلق و التوتر و العدوانية و قلة الشعور بالرضا عن الحياة ، و يعد ذلك سببا رئيسيا لمعظم المشكلات الاجتماعية و الشخصية التي يعاني منها كثير من الأشخاص¹.

كما أظهرت دراسات إكلينيكية بأن إحدى الأسباب الأساسية للقلق و شعور الفرد بالفشل و عدم التوافق بين الانجازات و التوقعات يرجع إلى تقدير الذات ، كما أكدت عدة بحوث ميدانية و مخبرية ملاحظات العاديين حول أهمية تقدير الذات في الحياة الشخصية و العلاقات الاجتماعية ، حيث تبين أن الأشخاص ذوي تقدير منخفض للذات اقل قدرة على تحمل الضغوط الخاصة المرتبطة بأراء الآخرين و قليلا ما يدركون أن لديهم قدرات للتأثير ، بينما ذوي التقدير المرتفع للذات لديهم تسهيلات و أهداف الشخصية .

و يرى كل من "Schutz & Rosenberg" أن الأفراد ذوي تقدير المنخفض للذات يفضلون من الناحية الاجتماعية الابتعاد عن النشاطات الاجتماعية و لا يقلدون مناصب قيادية ، فهم يخجلون و يظهرون ميل إلى الخضوع و التبعية و يمتازون بقلة الثقة في النفس و الميل إلى الوحدة ، و يضيف روزنبرغ بان التقدير المنخفض للذات مرتبط بمشاعر محبطة و أعراض القلق و الاكتئاب.

كما أن تقدير الذات مهم جدا في عملية التكيف ، و قد تبين أن هناك ارتباطا عاليا بين الشعور بالنقص و المعانات من أعراض القلق و الاضطرابات النفسية و الجسدية كما أن التقبل السلبي للذات يؤدي إلى الصراع و القلق²

و يضيف علاء الدين كفاي أن أصحاب التقدير المنخفض يكونوا اعتماديين و شكاكين و متشائمين و قلقين و غير واقعيين و غير قادرين على تقبل المساعدة من الآخرين عندما يكونوا بحاجة إليها³.

كما أن القلق من المتغيرات التي وجد أن لها تأثير كبير على تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الفرد ، فقد أوضحت العديد من الدراسات أن الفرد السوي الذي لا

¹نسرين بنت صلاح بن عبد الرحمن جمبي نادية، مرجع سابق ، ص 25

² آيت حمودة حكيمة، مرجع سابق ، ص 148

³ علاء الدين كفاي ، مرجع سابق ، ص 50

يعاني من القلق يتمتع بدرجة عالية من تقدير الذات ، و قد أكد روجرز على أن تهديد الذات أو سوء التوافق يحدث عندما يتعرض الإنسان للقلق ، و يضيف روجرز أن القلق هو استجابة انفعالية للتهديد تندر بان بنيان الذات المنظم قد أصبح في خطر ، فالقلق يؤدي إلى تغيير خطير في صورة الفرد عن ذاته أما إذا كان الفرد سويا لا يعاني من زائد فإن هذا يؤدي إلى إحداث التوافق الشخصي و يؤدي إلى تقدير ذات مرتفع لدى الفرد .

و يمكن القول أن الفرد ذو التقدير المرتفع للذات يكون بعيدا عن القلق حتى أعتبر البعض أن التقدير المرتفع للذات هو أكثر الأدوات التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على التوافق فيستطيع مواجهة الفشل و اقتحام المواقف الجديدة دون أن يشعر بالحزن و الانهيار ، أما التقدير المنخفض للذات يشعر بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة لأنه يتوقع الفشل مسبقا .¹

كما أرتبط القلق بتقدير منخفض للذات (shahi , & Levitt , 1980, p.128) و أوضحت الدراسات أن الفرد القلق يميل إلى أن يكون تقديره لذاته منخفضا و تصوره لذاته منخفضا أيضا ، و ينظر إلى نفسه على انه اقل جاذبية من أقرانه .²

و تتفق نتائج الدراسة مع دراسة دراسة كوبر سميت 1967 : Cooper Smith و كذلك أوضحت دراسة كل من مايزر mayers (2000) و جرشام grersham (1998) أن القلق يرتبط بتقدير الذات ، فالأفراد القلقين لابد و أنهم يعانون من تقدير ذات سلبي ، و من ثم لديهم الاستعدادات السلوكية لعدم التكيف .فالعلاقة بين تقدير الذات و القلق علاقة عكسية بمعنى انه كلما ارتفع القلق إلى الحد الذي يدرك فيه الفرد تهديدا لذاته انخفض تقدير الذات ، و كلما انخفض القلق إلى المستوى الطبيعي زاد تقدير الذات .³

¹ فاروق عبد الفتاح ، 1987 ، ص 19

² غريب عبد الفتاح غريب ، مرجع سابق ، ص 5

³ وحيد مصطفى كامل ، علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع ، مركز دراسات و بحوث الخليج ، كلية التربية جامعة الزقازيق ، 2003 ، ص 25 www.golfkids.com

كما كشفت دراسة أجراها ميتشال (Mitchell) عن العلاقة بين القلق و تقدير الذات على مجموعة من الطالبات الجامعيات و جد أن هناك علاقة سلبية بين القلق و تقدير الذات ، كما وجد لامب (lamp) في دراسة مقارنة عن مجموعة من الأفراد إحداهما مرتفعة في تقدير الذات و الأخرى منخفضة ، أن الأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات كانوا اعلى في القلق من ذوي التقدير المنخفض.¹

كما توصل برودي M . Brody 1976 في دراسة على عينة من 48 تلميذا بالمرحلة الابتدائية قسمت إلى أربع مجموعات (ثلاث تجريبية وواحدة ضابطة) طبق عليهم مقياس سار سون للقلق و مقياس تقدير الذات لكوبر سميت . وتوصلت النتائج إلى تحسنا واضحا في المجموعات التجريبية التي طبقت عليهم البرامج العلاجية ، حيث انخفض مستوى القلق مع زيادة في تقدير الذات . و هذا يفسر العلاقة العكسية بين القلق و تقدير الذات .²

3-3-2- هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور الخجل

بعد حساب الدرجات لكل من تقدير الذات حسب مقياس كوبر سميت ودرجات الخجل تبعا لاستبيان البحث، وبتطبيق معامل بارسون لقياس العلاقة بين المتغيرين (تقدير الذات والخجل) كما هو مبين في الجدول³، حصلنا على النتيجة التالية:

$$R = - 0.81$$

ومادام النتيجة سالبة، فإننا نستلزم أن هناك علاقة قوية عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة الخجل عند التلاميذ أفراد العينة، أي أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات عند التلميذ ، كلما انخفض ظهور مشكلة الخجل لديه . يعد الخجل مصدرا من مصادر انخفاض تقويم الفرد لذاته و تقديره لها - فالخجل - في أحيان كثيرة - يجلب الشعور بعدم الارتياح فضلا عن ضعف الثقة بالنفس . و من

¹ آيت حمودة حكيمة ، مرجع سابق ، ص 149

² محمد السيد عبد الرحمن ، مرجع سابق ، ص 445

³ - نتائج اختبار بيرسون لقياس العلاقة بين تقدير الذات وظهور الخجل، أنظر الملاحق.

المتوقع أن يكون الناتج الحتمي لانخفاض تقدير الفرد لذاته ، ما يكونه من مفهوم سلبي عنها ، و هذا بدوره يؤدي إلى إعاقة القدرة على التواصل مع مغيرات البيئة ، و تحدي صعابها و التغلب عليها .

و قد بينت الدراسات السابقة على طالبات الجامعة أن الخجولات يتسمن بانخفاض مستوى تقدير الذات مما يجعلهن يشعرن بعدم الجدارة و الكفاية في الأداء ، كما يتصفن بضعف الثقة بالنفس مع الشعور بالذنب و الإثم اتجاه مشاعرهن و أفعالهن و معتقداتهن كما يوضح (feher& stamps 1979) في دراستهما عن الخجل أن الخجولات يتصفن : بالشعور بالذنب و ارتفاع معدل القلق ، و انخفاض تقدير الذات لديهن ، و أرجعا عدم قدرة المراهقين على مواجهة ضغوط المجتمع أما إلى الخجل أو الشعور بالذنب .¹

ويشير راسيل وآخرون Russell & al إلى أن الارتباط بين الشعور بالوحدة النفسية والخجل يرجع إلى أن كليهما ينتج عن انخفاض في تقدير الذات وأن كل منهما مرتبط بالإدراك للفقد وعدم الملائمة .

و يذهب كرويزر في تفسيره للخجل الذي قدم تعريفاً للخجل بأنه قابلية لانشغال البال الذاتي القلق كاستجابة لمواقف اجتماعية مهددة وقد وصف كرويزر تقدير الذات باعتباره مكوناً هاماً للخجل ويشير إلى أن الأفراد الخجولين ذوي تقدير الذات المنخفض ربما يدخلون في المواقف الاجتماعية خائفين من الافتقار إلى المهارات الاجتماعية ومن التقويم السلبي من الآخرين وربما يتميز الخجل باعتباره القلق الذي يشعر به الشخص فيما يتعلق بالتقويم من قبل الآخرين .²

وهدفت دراسة متولي عباس إبراهيم (1997) إلى الكشف عن العلاقة بين الخجل وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة وهي تقدير الذات وقوة

¹ زينب محمد شقير ، مرجع سابق ، ص 286

² مروان سليمان سالم الددا ، مرجع سابق ص 77

² نتائج اختبار بيرسون لقياس العلاقة بين تقدير الذات و الغضب ، أنظر الملاحق.

الأنا والقبول والرفض الوالدي ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباطات سالبة دالة إحصائية بين الخجل وكل من تقدير الذات وقوة الأنا والدفء و المحبة .

كما ارتبط تقدير الذات في العديد من الدراسات السابقة بالخجل ففي دراسة الدماطي ، حيث تبين أن هناك علاقة ارتباطيه عكسية بين تقدير الذات و الخجل . و قد تأكدت هذه النتيجة من خلال بعض الدراسات السابقة و التي توصلت إلى أن هناك ارتباطية بين الخجل و تقدير الذات المنخفض. مثل دراسة كل من دراسة لورانس و بينيت (lawrence & bennett 1997):

و دراسة دراسة كروزير 1995 CROZIER حيث ارتبط الخجل بالمستويات المنخفضة من تقدير الذات ، و كذلك ارتبطت المستويات المنخفضة من الخجل بالمستويات المرتفعة من تقدير الذات كما في دراسة لورانس .

كما تفقت نتائج الدراسة مع ما توصل اليه كاماث و كانيكار 1993 kamath & kanekar

3-3-3- هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات وظهور الغضب

بعد حساب الدرجات لكل من تقدير الذات حسب مقياس كوبر سميت ودرجات الغضب تبعا لاستبيان البحث، وبتطبيق معامل بارسون لقياس العلاقة بين المتغيرين (تقدير الذات والغضب) كما هو مبين في الجدول¹ حصلنا على النتيجة التالية:

$$R = - 0.81$$

ومادام النتيجة سالبة فإننا نستلزم أن هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة الغضب عند التلاميذ أفراد العينة، أي أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات عند التلميذ، كلما انخفض ظهور مشكلة الغضب لديه.

كما إن التقدير الذي يضعه الفرد لنفسه يؤثر بوضوح في تحديده لأهدافه ولاتجاهاته ولاستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه .ولقد حظي هذا بالعديد من المنظرين في مجال

الصحة النفسية إلى تأكيد أهمية تقدير الذات في حياة الأفراد ، وإيريك فروم أحد الأوائل الذين لاحظوا الارتباط الوثيق بين تقدير الشخص لنفسه ومشاعره نحو الآخرين حيث أشار إلى أن الإحساس ببغض الذات لا يفصل عن الإحساس ببغض الآخرين.¹

ويشير دينسون وزملاؤه (Denson, Capper, Friese, and Schofield, 2011) إلى أن واحدا من الأسباب الرئيسية في السلوك العدواني والغضب هو إخفاق الأفراد في ضبطهم

لذواتهم؛ لذا فإن التدريب على ضبط الذات يعمل على خفض السلوك العدواني، والغضب.²

- نتائج الدراسة:

بعدما قمنا بتبويب البيانات والتعليق على مختلف أبعاد الدراسة وما تعلق بكل من متغير تقدير الذات ومتغير المشكلات الانفعالية عند شريحة اجتماعية هامة، ألا وهي تلاميذ التعليم الثانوي بصفتهم يمرون بمرحلة من أصعب مراحل النمو، بما تتركه من تأثيرات على مختلف سلوكياتهم وتصرفاتهم، حيث تتوسط مرحلة المراهقة مرحلة الطفولة ومرحلة الشباب أين ينتقل التلميذ من الاعتماد على الغير (الأب والأم) إلى الاعتماد على النفس، ومن خلال مناقشتنا لفرضيات الدراسة ومقارنة نتائج دراستنا مع دراسات أخرى في نفس السياق ونفس الموضوع تمكنا من وضع النتائج التالية:

- ❖ يتراوح مستوى تقدير الذات عند التلاميذ بين مستوى عالي إلى متوسط .
- ❖ يعاني التلاميذ من ظهور مشكلة القلق بنسب متفاوتة.
- ❖ يعاني التلاميذ من ظهور مشكلة الخجل بنسب متفاوتة.
- ❖ يعاني التلاميذ من ظهور مشكلة الغضب بنسب متفاوتة

¹ صلاح عبد السميع باشا، مرجع سابق ، ص 52

² أحمد الزعبي، العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والسلوك العدواني لدى الطلبة العاديين والمتفوقين ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 7، عدد 4 ، 2001 ، ص 422

- ❖ يختلف التلاميذ في تقديرهم لذواتهم باختلاف الجنس
- ❖ يختلف التلاميذ في تقديرهم لذواتهم باختلاف مستواهم الدراسي.
- ❖ يختلف ظهور مشكلة القلق بين الذكور والبنات، حيث تبين لنا أن البنات أكبر عرضة لمشكلة القلق من الذكور.
- ❖ يختلف ظهور مشكلة الخجل بين الذكور والبنات، حيث تبين لنا أن البنات خجولات أكثر من الذكور.
- ❖ يختلف ظهور مشكلة الغضب بين الذكور والبنات، حيث تبين لنا أن الذكور أكبر قابلية للغضب.
- ❖ هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات عند التلاميذ ومستواهم الدراسي، حيث سجلنا مستوى عالي عند تلاميذ السنة الأولى، وبعدها تلاميذ السنة الثانية، وأخيرا تلاميذ السنة الثالثة.
- ❖ هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات عند التلاميذ والجنس الذي ينتمون إليه، حيث سجلنا أن الذكور يتمتعون بمستوى تقدير ذات أعلى من البنات.
- ❖ هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة القلق، حيث كلما كان مستوى تقدير الذات عالي كلما قل ظهور مشكلة القلق عند التلاميذ والعكس صحيح.
- ❖ هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة الخجل، حيث كلما كان مستوى تقدير الذات عالي كلما قل ظهور مشكلة الخجل عند التلاميذ والعكس صحيح.
- ❖ هناك علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات وظهور مشكلة الغضب، حيث كلما كان مستوى تقدير الذات عالي كلما قل ظهور مشكلة الغضب عند التلاميذ والعكس صحيح.

التوصيات و الاقتراحات :

1 - التوصيات:

بعد تقديم هذه الحوصلة من النتائج المتعلقة بموضوع دراستنا، سنحاول من خلال هذه النقاط تقديم بعض التوصيات والاقتراحات التي من شأنها أن تساهم في مساعدة التلميذ في فهم ذاته و تقديرها على الشكل الصحيح، وتجنب الوقوع في المشاكل الانفعالية (القلق، الخجل، الغضب) ، لضمان نوع من الاستقرار النفسي والتركيز على الدراسة والخروج من مرحلة المراهقة بأقل الأضرار، وتمثل هذه الاقتراحات التي نراها في صالح التلميذ والمجتمع ككل في ما يلي:

- ❖ ضرورة احترام شخصية المراهق وتوفير الجو المرح في البيت والمدرسة من خلال العلاقة السوية بين الوالدين و التلميذ من جهة، وبين التلميذ والأسرة التعليمية ككل (إداريين، مراقبين، أساتذة، عمال...) من جهة أخرى.
- ❖ ضرورة مساعدة التلميذ في فهم ذاته وتقديرها، سواء كان ذلك على مستوى الأسرة أو في المدرسة.
- ❖ ضرورة فتح أبواب النقاش الفعال بين التلاميذ وأساتذتهم، خاصة وأن هذه المرحلة تجعل التلميذ في حاجة إلى توجيه دائم ورعاية مستمرة.
- ❖ مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ داخل القسم، تفاديا من وقوع التلاميذ في صراعات، ولجوء البعض منهم إلى التخلي عن الدراسة أو الوقوع في مشاكل انفعالية أو سلوكية.
- ❖ على الأسرة التعليمية تفهم الحالة النفسية للتلميذ في مرحلة المراهقة، والتعامل معه بحذر وعقلانية، لأنه مهياً طبيعياً للانفعال السلبي.
- ❖ ضرورة التعاون بين الأسرة والإدارة والتدخل السريع في حالة وقوع مشاكل وحلها بأنجع الطرق والوسائل، وعدم الزج بالتلميذ في صراعات مع الجهاز الإداري.
- ❖ عدم التركيز على عوارض المشكلات الانفعالية التي يقع فيها التلميذ، لأنها

من ميزات المراهق، وحالة طبيعية لا بد من تقبلها والتعامل معها بالطريقة التي لا تضر بالتلميذ بالدرجة الأولى، ولا تؤثر على سير العملية التعليمية. ❖ الاستفادة من الدراسات النفسية وتطبيقها على مستوى المدارس والثانويات.

1- الاقتراحات:

بناء على النتائج المتحصل عليها والتوصيات المقدمة، سنحاول الآن تقديم بعض الاقتراحات :

➤ توسيع الاهتمام بدراسة مشكلة تقدير الذات ومدى تأثيرها على شخصية التلميذ.

➤ تكثيف الدراسات حول مرحلة المراهقة وما تنتجه من مشكلات انفعالية وسلوكية خاصة في ظل المفاهيم الثقافية والتكنولوجية الحديثة، لا سيما منها: **الإنترنت، الهاتف المحمول، مواقع التفاعل الاجتماعي... الخ.**

➤ إجراء دراسات ميدانية موسعة حول فهم المراهق لذاته وتقديره لها، والتعرف على مدى فهمه لذاته والعوامل المؤثرة على ذلك، وهل فهم الذات يؤثر على مستوى تقديرها؟.

➤ توسيع الدراسات التي تهتم بنفسية تلميذ التعليم الثانوي ومدى تأثيره بالمحيط والبيئة الاجتماعية والثقافية.

خاتمة :

هدفت دراستنا إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات و المشكلات الانفعالية لدى المراهقين في محلة التعليم الثانوي حيث تعد هذه المرحلة من التعليم مرحلة هامة في حياة المراهق لأنها تعتبر بوابة الحياة المستقبلية ، لذا و نظرا لصعوبة المرحلة و تعقدها دعت الضرورة إلى تكثيف الجهود من أجل رعاية المراهق في هذه المرحلة لان مراهق اليوم هو رجل الغد.

فالتوافق للمتعلم يمكن أن يؤثر على مساره الدراسي من خلال أسلوب تفاعله و تعامله مع العناصر التربوية في البيئة المدرسية، حيث تعتبر هذه الأخيرة المؤسسة الثانية بعد الأسرة أين يقضي المراهق جزءا كبيرا من حياته يتلقى فيها أنواع المعرفة، التربية والتعليم الذي يعد من الطرق الناجحة في تعديل السلوك.

لذلك الضرورة إلى بذل الجهود لتهيئة بيئة صالحة ينمو فيها المراهق وإتاحة الجو النفسي لنمو الشخصية السوية وضرب المثل الصالحة والقذوة الحسنة ، ومساعدته على تقبل ذاته وتقبل التغيرات التي تطرأ عليه أثناء هذه المرحلة وتحسين علاقة المراهق بأسرته ومدرسته و أقرانه وتحمل المسؤولية بخصوص تنمية مفهوم إيجابي للذات.

قائمة المراجع :

الكتب العربية :

- 1- أحمد علي حبيب ، المراهقة ، مؤسسة طيبة للنشر و التوزيع،القاهرة، 2006
- 2- أحمد محمد الزعبي، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، الأسس النظرية والمشكلات،و سبل معالجتها،دار زهران للنشر و التوزيع ، الأردن، 2001

- 3- أحمد عكاشة ، الطب النفسي المعاصر ، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة
2003،
- 4- أديب الخالدي ،المرجع في الصحة النفسية - نظرة جديدة - دار وائل للنشر ،
عمان ، الأردن ، 2002
- 5- إبراهيم عبد الستار ، العلاج السلوكي المعرفي الحديث ، دار الفجر للنشر و
التوزيع ، القاهرة ، 1994
- 7- بدر إبراهيم الشيباني ،سيكولوجية النمو (تطور النمو من الإخصاب حتى المراهقة
)،مركز المحفوظات و التراث و الوثائق ،الكويت ،2000
- 8- إبراهيم عصمت مطاوع ، علم النفس و أهميته في حياتنا ،دار المعارف ،القاهرة ،
1981
- 9- العناني حنان عبد الحميد ، الصحة النفسية ، دار الفكر للطباعة و النشر ،2000
- 10- السباعي ، زهير أحمد عبد الرحيم ،شيخ إدريس ، القلق و كيف تتخلص منه ، دار
القلم ، بيروت ، 1991
- 11- القدافي محمد رمضان ،علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ، المكتبة الجامعية
،الإسكندرية، 1997
- 12- القدافي رمضان محمد، علم نفس النمو للطفولة والمراهقة، الماسة الجماعية ،
الإسكندرية 2000
- 13- السيد محمد إسماعيل ، مشكلات الطفل السلوكية و أساليب معاملة الوالدين ،دار
الفكر الجامعي ، الإسكندرية،ط2، 1995
- 14- الشناوي محمد محروس ، نظريات الارشاد و العلاج النفسي ، دار غريب للطباعة
و النشر ، القاهرة ، 2000

- 15- العزة سعيد حسني ، سيكولوجية النمو في الطفولة ، الدار العلمية الدولية للنشر و الثقافة ، عمان 2002
- 16- بدرة معتصم ميموني، الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2003
- 17- بشير صابح الراشدي، مناهج البحث التربوي، رؤية تطبيقية مبسطة، الكويت، دار الكتاب الحديث، 2000
- 18- جمال يحيوي، دراسات في علوم النفس، دار الغرب للنشر و التوزيع ،وهران ، الجزائر ، 2003
- 19- جابر خليفة ، مبادئ علم النفس ، دار أسامة للنشر و التوزيع ، عمان الأردن ، 2003
- 20- جيل لندنفيلد ، إدارة الغضب ، مكتبة جرير ، ط 4 ، الرياض ، 2008
- 21- هدى محمد قناوي ، سيكولوجية المراهقة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، 1992،
- 22- زينب محمد شقير ، الشخصية السوية و المضطربة ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، ط 2 ، 2002
- 23- زهران حامد عبد السلام ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، عالم الكتب ، القاهرة ، ط 2 ، 1987
- 24- زهران حامد عبد السلام ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، عالم الكتب ، القاهرة ، ط 4، 1994
- 25- حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، عالم الكتب القاهرة ، ط 3 ، 1992

- 26- حامد عبد السلام زهران ، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة - عالم الكتب ، القاهرة ، ط5 ، 1995
- 27- حميدة عمير اوي، مراحل الضوابط المنهجية لإعداد بحث، الباحث الاجتماعي، جامعة منتوري، قسنطينة، العدد: 1، بدون تاريخ
- 28- حسين علي فايد ، المشكلات النفسية والاجتماعية ورؤية تفسيرية ، دار طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة ، د بلد النشر
- 29- حسين علي فايد ، محمد السيد أبو النيل، دراسات في الصحة النفسية ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية ، 2001
- 30- كامل محمد محمد عويضة ، علم النفس النمو ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، لبنان ، 1996 ،
- 31- مريم سليم ، تقدير الذات و الثقة بالنفس ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، 2003
- 32- مجدي أحمد محمد عبد الله ، علم النفس التربوي بين النظرية و التطبيق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 2003
- 33- محمد قاسم عبد الله ، مدخل إلى الصحة النفسية ، دار الفكر العربي للنشر و التوزيع ، الأردن ، ط 2 ، 2004
- 34- مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، 2003
- 35- مصطفى فهمي ، الصحة النفسية (دراسات في سيكولوجية التكيف)، مكتبة الخانجي ، القاهرة ، ط 3 ، 1995

- 36- محمد السيد عبد الرحمان و آخرون ،مقياس الغضب كحالة و سمة ، دار الباء للنشر و التوزيع ، القاهرة ، 1998
- 37- مايسة أحمد النيال ، مدحت عبد الحميد أبو زيد ، الخجل و بعض أبعاد الشخصية دراسة في ضوء عوامل الجنس و العمر و الثقافة ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، 1999 ،
- 38- مصباح عامر ،التنشئة الاجتماعية و السلوك الانحرافي لتلميذ المدرسة الثانوية ،شركة دار الأمة ، الجزائر ،2003،
- 39- محمد مصطفى زيدان ،النمو النفسي للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية منشورات الجامعة الليبية ، البيضاء ليبيا،1972
- 40- مجدي احمد محمد عبد الله،علم النفس التربوي بين النظرية و التطبيق ،دار المعرفة الجامعية ،الإسكندرية،2003
- 41- محمود عبد الحليم منسي و آخرون ،مبادئ علم النفس و النمو ، مركز الاسكندرية للكتاب ، مصر ، 2000
- 42- محمد جاسم محمد ، مشكلات الصحة النفسية أمراضها و علاجها ، مكتبة دار الثقافة و التوزيع ، عمان ، الاردن ، ط 1 ، 2004
- 43-مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس،ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990
- 44- نادية شرادي ، التكيف المدرسي للطفل و المراهق على ضوء التنظيم العقلي، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ،2006
- 45- سعد جلال ،الطفولة و المراهقة ،دار الفكر العربي ، بدون بلد النشر، ط2، 1985
- 46- سيد خير الله، بحوث نفسية وتربوية، دار النهضة العربية، بيروت ، 1981

- 47- سامي محمد ملحم ، مناهج البحث في التربية و علم النفس ، دار المسيرة ، عمان ،الأردن ، ط 2 ، 2002
- 48- عبد المعطي ، حسن مصطفى ، الاضطرابات النفسية في الطفولة و المراهقة ، مكتبة القاهرة للقاهرة ، القاهرة ، 2001
- 49- عبد الخالق أحمد محمد ، قلق الموت ، سلسلة عالم المعرفة ، العدد 111 ، الكويت ، 1987
- 50- عصام نجيب محفوظ ، ديناميات السلوك الإنساني و استراتيجيه ضبطه و تعديله ، دار البركة للنشر و التوزيع ، عمان الأردن ، 2001
- 51- عيسوى، عبد الرحمن ، الإسلام والعلاج النفسي الحديث ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1988
- 52- عبد الفتاح دويدار ، سيكولوجية النمو و الارتقاء ، دار المعرفة الجامعية للطبع و التوزيع ، الإسكندرية ، 1994
- 53- عفاف أحمد عويس ، النمو النفسي للطفل ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الاردن ، 2003
- 54- علاء الدين كفاي ، الارتقاء النفسي للمراهق ، دار المعرفة الجامعية ، الازاريطه، مصر ، 2006
- 55- عبد العلي الجسماني ، سيكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية ، الدار العربية للعلوم ، بيروت لبنان ، 1994
- 56- فيوليت فؤاد إبراهيم ، دراسات في سيكولوجية النمو (الطفولة و المراهقة) ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة ، 2002

57- فرج عبد القادر ، معجم علم النفس و التحليل النفسي ، دار النهضة العربية ،بيروت ، 1990

58- فيصل محمد خير الزراد ، علاج الامراض النفسية ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1998،

59- فاروق السيد عثمان ، القلق و إدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001،

60- فؤاد البهي ، الاسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط 4 ، 1975

61- صلاح مراد و فوزية هادي، طرائق البحث العلمي ، دار الكتاب الحديث ،الجزائر ، 2002 ،

62- صموئيل حبيب ، الغضب ، دار الثقافة ، القاهرة ، ط 2 ، 1994

63- صلاح الدين العمرية ، علم النفس النمو ،مكتبة المجتمع العربي للنشر ،الأردن ، 2005،

64- صالح محمد علي أبو جادو ، علم النفس التطوري (الطفولة و المراهقة)، دار الميسرة للنشر و التوزيع و الطباعة، الاردن، 2004

65- صالح محمد علي أبو جادو ، سيكولوجية التنشئة الاجتماعية ،دار الميسرة للنشر و التوزيع و الطباعة ،الأردن ، 1998

66- راجح أحمد عزت ،أصول علم النفس ، مطبعة الأهرام التجارية ، القاهرة ، 1991،

67- شيفر، شالز و ميلمان ، هارود، مشكلات الأطفال و المراهقين و أساليب المساعدة فيها ، ترجمة نسيمه دؤود و آخرون ،منشورات الجامعة الأردنية ، عمان ، 1989

المراجع الاجنبية :

68- Kamath, M. & Kanekar, s. (1993): Loneliness, Shyness, self – esteem, and extraversion. The Journal of Social Psychology. Vol 133,N (6).

الموسوعات :

69- رولاند دورون ، فرانسا زبارو، موسوعة علم النفس ، عويدات للنشر و الطباعة، لبنان، مجلد 1 ، 1997،

70- رزق أسعد ، موسوعة علم النفس ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1982

71- فرحة خليل ، الموسوعة النفسية ، دار أسامة ، عمان ، 2000

المجلات و البحوث :

72- أحمد الزعبي ،العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والسلوك العدواني لدى الطلبة العاديين والمتفوقين ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 7 ، عدد 4 ، 2001

73- بدر الدين الأنصاري ، السمات الانفعالية لدى السباب الكويتي من الجنسين ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلد 28 ، عدد 2 ، صيف ، جامعة الكويت ، 2000

74- محمد خالد الطحان، فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند الى النظرية الانسانية في كل من مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية و تقدير الذات لدى النساء في فلسطين ، مجلة البصائر ، جامعة عمان العربية المجلد 12، العدد 2 ،أيلول ، 2008

75- عبد الكريم جرادات ، العلاقة بين تقدير الذات و الاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد 2 ، عدد 3 ، 2006

76- عثمان عبد الفتاح ، الخجل وعلاقته بتقدير الذات و التحصيل الدراسي للأطفال ،
مجلة دراسات نفسية في الخدمة الاجتماعية و العلوم الانسانية ، العدد 5 المجلد 12
جامعة الكويت ، 1995

77- علي محمود شعيب ، نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات و القلق و التحصيل
الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلد رقم
16 ، عدد رقم 01 ، جامعة الكويت ، صيف 1988

78- فقيه العيد ، أهمية الصحة النفسية للطلاب الجامعي ، (دراسة ميدانية لواقع الصحة
النفسية لدى طلاب الجامعة ، جامعة تلمسان الجزائر) ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد
23 ، العدد الثاني، 2007

79- مصطفى كامل ، علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع
، مركز دراسات و بحوث الخليج ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، 2003
www.gulfkids.com

80- صلاح عبد السميع باشا ، الفروق في مركز التحكم وتقدير الذات بين التلاميذ
العاديين وذوي صعوبات التعلم في الصف الخامس الابتدائي، مجلة بحوث التربية
النوعية ، جامعة المنصورة ، العدد السابع ، يناير ، 2006

81- إيمان زكي محمد ، و آخرون، مشكلات الطالبات و علاقتها بمؤشرات الصحة
النفسية و التحصيل الدراسي لدى عينة من طالبات كلية التربية لإعداد المعلمات بمكة
المكرمة ، الجمعية المصرية للمناهج و طرق التدريس ، الجزء الأول ، العدد 131 ،
مارس ، 2008 ، www.tadres-misr.com/magazine

82- غريب عبد الفتاح غريب ، القلق لدي الشباب في دولة الإمارات العربية المتحدة
في مرحلتها التعليم قبل الجامعي والتعليم الجامعي مدي الانتشار والفروق في الجنس و
العمر، بحث مقدم في المؤتمر العلمي الثاني لكلية التربية – جامعة البحرين 7 - 9 مايو
<http://dr-ghareeb.com/newarabicresearch/10.pdf>1991

الرسائل الجامعية :

83- آيت حمودة حكيمة ، إشراف الأستاذ الدكتور رشيد مسيلي، دور سمات الشخصية وإستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة الجسدية والنفسية، رسالة دكتوراه ، كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية ، جامعة الجزائر ، 2006

84- أمزيان زبيدة بعنوان إشراف الدكتورة بن علي راجية: علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته و حاجاته الإرشادية ، دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس ،مذكرة لنيل شهادة الماجستير تخصص إرشاد نفسي مدرسي ،جامعة باتنة، 2007

85- الحميدي محمد ضيدان الضيدان، إشراف عبد الحفيظ سعيد مقدم ، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الاجتماعية ، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية، 2003
رسالة ماجستير نوع pdf www.4chared.com

86 - بن عبيد نوال بعنوان : تقدير الذات لدى الطلبة المعيديين في شهادة البكالوريا و علاقته بدافعية الانجاز لديه ، مذكرة مكملة لشهادة الماجستير في علم النفس تخصص علم النفس المدرسي ، تحت إشراف الأستاذ الدكتور شوية سيف الاسلام ، جامعة عنابة ، 2009-2010

87 - منال بنت محمد بن عمر السقاف ، إشراف عبد المنان بن ملا معمور بار ، الثقة بالنفس وانفعال الغضب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة. ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، جامعة أم القرى ، 1428 - 1429 www.4shared.com/

88- مروان سليمان سالم الددا ، فعالية برنامج مقترح لزيادة الكفاءة الاجتماعية للطلاب الخجولين في مرحلة التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، الجامعة الإسلامية ، غزة 2008 www.iugaza.edu.pS

89- نادر طالب عيسى شوامره ، أنماط التنشئة الوالدية و علاقتها بالخجل لدى طلبة
الاولى ثانوي في محافظة رام الله و البيرة ، رسالة ماجستير توجيه وإرشاد نفسي غير
منشورة، جامعة الخليل،القدس - فلسطين ، 2008 www.mohe.gov.ps

90- نسرين بنت صلاح بن عبد الرحمن جمبي نادية ، إشراف محمد بن جعفر جمل
الليل ، تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من مجهولي الهوية ومعروفي
الهوية من الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية
التربية ، جامعة أم القرى السعودية ، 2008 www.4shared.com

الملاحق

ملحق رقم 01 :

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

كلية الآداب و العلوم الإنسانية الاجتماعية

جامعة باجي مختار - عنابه -

قسم علم النفس

قائمة المشكلات الانفعالية

مقتبس من قائمة موني MOONEY

لمشكلات المراهقين (معدلة للبيئة المصرية من طرف الدكتور مصطفى فهمي)

تعليمية :

تظم هذه القائمة نموذجا للمشكلات التي تعترض الكثيرين ممن هم في سنك ، و هي مشكلات تتعلق بالسلوك الانفعالي ، و ستجد من بين هذه المشكلات مشكلاتك الفعلية التي تسبب لك شخصا بعض المضايقة .

1- الرجاء قراءة القائمة على مهل وكلما صادفتك مشكلة تنطبق عليك ضع علامة (X) أمام العبارة في المربع المناسب ، أجب بصدق و أعلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وإجابة خاطئة .

ملاحظة : هذه المعلومات لأغراض علمية فقط وتبقى سرية تماما .

نشكركم مسبقا على تعاونكم

البيانات الأولية :

الاسم:

الجنس : ذكر : أنثى :

السن :

التخصص :

السنة: أولى : ثانية : ثالثة :

| الرقم | العبارات | تتطبق | لا تتطبق |
|-------|------------------------------------|-------|----------|
| 1 | أثور وافتقد أعصابي بسهولة | | |
| 2 | أخذ بعض الأمور جديا أكثر من اللازم | | |
| 3 | إنني كثير القلق | | |
| 4 | اسرح كثيرا في الخيال | | |
| 5 | إنني كثير الإهمال | | |
| 6 | إنني سريع النسيان | | |

| | |
|----|--------------------------------------|
| 7 | لا آخذ بعض الأمور بالجدية اللازمة |
| 8 | لا أستطيع البث برأي بسهولة |
| 9 | أخشى عمل الأخطاء |
| 10 | تثبط عزيمتي لأهون الأسباب |
| 11 | أتمنى أحيانا لو لم تلدني أمي |
| 12 | أخاف من أن اترك وحدي |
| 13 | ما أسرع تساقط الدموع من عيني |
| 14 | افشل في كثير من الأشياء التي أحاولها |
| 15 | اشعر اغلب الوقت إنني غير سعيد |
| 16 | إنني عنيد جدا |
| 17 | اشعر إنني سيء الحظ |
| 18 | حياتي تنقصها البهجة و المتعة |
| 19 | تنقصني الثقة بالنفس |
| 20 | مشاكلي الشخصية كثيرة جدا |
| 21 | إنني احمل ذكريات غير سعيدة عن طفولتي |
| 22 | احلم أحلاما مزعجة |
| 23 | أفكر أحيانا أنني قريب من الجنون |
| 24 | تراودني أحيانا أفكار انتحارية |

ملحق رقم 02 : استبيان المشكلات الانفعالية في صيغته الأولية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة باجي مختار - عنابه -

كلية الآداب و العلوم الإنسانية

قسم علم النفس

استبيان المشكلات الانفعالية

تظم هذه القائمة مجموعة من العبارات التي تصف بعض المشكلات التي تعترض الكثيرين ممن هم في سنك، الرجاء قراءة كل عبارة، و إذا كانت تنطبق عليك ضع علامة (X) أمام كلمة **نعم** وإذ كانت العبارة لا تنطبق عليك ضع علامة (X) أمام كلمة **لا** ، لا تأخذ وقت طويل في التفكير، واعلم انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة المهم أن تجب على كل العبارات .

ملاحظة: هذه المعلومات لأغراض علمية فقط وتبقى سرية تماما.

نشكركم مسبقا على تعاونكم

بيانات أولية :

الاسم:

الجنس : ذكر: أنثى :

السن :

التخصص:

السنة: أولى : ثانية : :
ثالثة :

الخجل:

يقاس بثلاث أبعاد:

1- بعد نفسي انفعالي من 01- 09

2 - بعد فسيولوجي - 10- 11

3 - بعد التفاعل والاتصال من 12-15

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|---|-----|----|
| 1 | اشعر بالتوتر عند وجودي مع مجموعة من الأفراد الغرباء | | |
| 2 | ينتابني الشعور بالقلق عندما أتحدث مع فرد من الجنس الآخر | | |
| 3 | اشعر بالتوتر عند التحدث إلى شخص في موقع سلطة | | |
| 4 | يعتقد الآخرون أنني ممل وغير لبق | | |
| 5 | أنا شخص خجول | | |
| 6 | اشعر بالثقة في قدرتي على التعامل مع الآخرين | | |
| 7 | أجد صعوبة في التفكير بوضوح بوجود الآخرين | | |
| 8 | أتلثم في الكلام عند إلقاء بحث في القسم | | |
| 9 | ليس من السهل علي إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركتي الحديث | | |
| 10 | اشعر بسرعة دقات قلبي عندما يطلب مني أبداء رأي أمام زملائي | | |
| 11 | اشعر بالخجل و احمرار الوجه عندما أقابل أناس لأول مرة | | |
| 12 | أبادر بالحديث إلى الآخرين | | |
| 13 | أتجنب الاختلاط بمعارف جدد خشية عدم الانسجام معهم | | |
| 14 | لا أشترك عادة في النشاطات المدرسية | | |
| 15 | أتردد في الدخول إذا وصلت متأخرا إلى القسم | | |

الغضب :

يقاس بثلاث أبعاد:

1- بعد الإثارة والتهديد (المثير) عبارة من 01-06

2- بعد الإحباط وخيبة الأمل عبارة من 07-09

3- بعد الاستجابة للغضب تبدأ من 10-15

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|--|-----|----|
| 1 | اغضب بشدة عندما يطلب مني على انفراد توضيح أخطائي | | |
| 2 | يضايقني هؤلاء الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائماً على حق | | |
| 3 | يثور غضبي إذا ظلمني احد | | |
| 4 | أقبل بصدر رحب مقاطعتي عندما أتكلم | | |
| 5 | اغضب إذا ضايقتني احد ولو بكلمة | | |
| 6 | أقبل النقد حتى وان كان في غير محله | | |
| 7 | اشعر بالضيق عندما احصل على علامات ضعيفة في الامتحان | | |
| 8 | اغضب عندما يعاملني كطفل | | |
| 9 | اشعر بالغضب عندما اعمل شيء جيد ثم احصل على تقدير ضعيف | | |
| 10 | أنا سريع الانفعال | | |
| 11 | طباعي حادة و عنيفة | | |
| 12 | ينفذ صبري و اغضب بسرعة | | |
| 13 | عندما اغضب أقول ألفاظ قاسية و بذيئة | | |
| 14 | القي بعيدا بأي شيء أمامي عندما اغضب | | |
| 15 | ما أسرع تساقط الدموع من عيني | | |

القلق :

يقاس بثلاث أبعاد

1- بعد جسدي عبارة من 01-03

2- بعد نفسي انفعالي تبدأ من 04 - 12

3- بعد معرفي من 13-15

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|--|-----|----|
| 1 | كثيرا ما اشعر بالتعب | | |
| 2 | غالبا ما أجد صعوبة في التنفس | | |
| 3 | أجد صعوبة في النوم | | |
| 4 | اشعر بالراحة | | |
| 5 | كثيرا ما أكون قلقا و مهموما | | |
| 6 | اخشى عمل الأخطاء | | |
| 7 | اشعر بان الصعوبات متراكمة ولا استطيع التغلب عليها | | |
| 8 | أنا شخص مستقر | | |
| 9 | يصعب علي أن أركز ذهني في مواضيع دراستي | | |
| 10 | اشعر أنني شديد التوتر | | |
| 11 | أنا هادئ ولا انفعل بسرعة | | |
| 12 | اشعر بالاطمئنان | | |
| 13 | تدور في ذهني أشياء تافهة تزعجني | | |
| 14 | إنني كثيرا ما أكون قلقل وأحس أن شيئا سيئا سيحدث لي | | |
| 15 | أتمنى لو كنت سعيدا كالأخرين | | |

ملحق رقم 03: - الاستبيان في صيغته النهائية

جامعة باجي مختار - عنابه -

كلية الآداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس

استبيان المشكلات الانفعالية

عزيزي التلميذ(ة) :

نقدم لك (لكي) مجموعة من العبارات تتعلق بحياتك المدرسية ، الرجاء منك قراءة كل عبارة ،
وإذا كانت تنطبق عليك ضع علامة (X) أمام كلمة نعم ، وإذا كانت لا تنطبق عليك ضع علامة
(X) أمام كلمة لا ، مع العلم انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، المهم أن تجب على كل
العبارات بصدق

ملاحظة: هذه المعلومات لأغراض علمية فقط وتبقى سرية تماما.

نشكركم مسبقا على تعاونكم

بيانات أولية :

الجنس : ذكر: أنثى :

السنة: أولى : ثانية : : ثالثة :

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|---|-----|----|
| 1 | اشعر بالتوتر عند وجودي مع مجموعة من الأفراد الغرباء | | |
| 2 | أقبل بصدر رحب مقاطعتي عندما أتكلم من طرف زملائي | | |
| 3 | لا أقدم على فعل الأشياء خشية ارتكاب الأخطاء | | |
| 4 | إنني كثيرا ما أكون قلقا وأحس أن شيئا سيئا سيحدث لي | | |
| 5 | أفقد السيطرة على تصرفاتي عادة عندما اغضب | | |
| 6 | يضايقني كثيرا الالتزام ببعض قوانين المدرسة | | |
| 7 | تنقصني القدرة على مناقشة الأساتذة | | |
| 8 | أجد صعوبة في اتخاذ القرار بوجود الآخرين | | |
| 9 | كثيرا ما أكون قلقا و مهموما | | |
| 10 | تدور في ذهني أفكار تزعجني | | |
| 11 | أنا شخص مستقر في حياتي | | |
| 12 | أتلفظ ببعض الكلمات القاسية أحيانا عند الغضب | | |
| 13 | اشعر بالضيق عندما أحصل على علامات في الامتحان لم ترضيني | | |
| 14 | اشعر بالخجل عندما ينادي الأستاذ في القسم باسمي بصوت عالي | | |
| 15 | أتجنب الاختلاط بمعارف جدد خشية عدم الانسجام معهم | | |
| 16 | أجد صعوبة في التركيز و الانتباه | | |
| 17 | اشعر بعدم الرضى عن نفسي | | |
| 18 | اشعر بأن الصعوبات متراكمة ولا أستطيع التغلب عليها | | |
| 19 | أففق مع من يعتبرون طباعي حادة و عنيفة | | |
| 20 | ينفذ صبري و اغضب بسرعة | | |
| 21 | اشعر باحمرار الوجه عندما أقابل أناس لأول مرة | | |
| 22 | لا أشترك عادة في الأنشطة الثقافية و الرياضية المدرسية | | |
| 23 | ليس من السهل علي إيجاد العبارات التي يجب قولها أثناء مشاركتي الحديث | | |
| 24 | أضايق من بعض معاملات المراقبين و الأساتذة | | |
| 25 | اشعر بسرعة دقات قلبي عندما يطلب مني أبدأ رأي أمام زملائي | | |
| 26 | يضايقني هؤلاء الأشخاص الذين يعتقدون أنهم دائما على حق | | |
| 27 | أنا هادئ ولا انفعل بسرعة | | |
| 28 | أتردد كثيرا في الدخول إلى القسم إذا وصلت متأخرا | | |
| 29 | كثيرا ما التزم الصمت عند وجودي مع مجموعة من الأفراد | | |
| 30 | أغضب عندما يعاملني في الثانوية كما لو أنني ما زلت صغيرا | | |
| 31 | اشعر بالتوتر عند التحدث إلى شخص يمتلك سلطة في المدرسة | | |
| 32 | تمنيت لو لم تلدني أمي | | |
| 33 | - كثيرا ما اشعر بالتعب | | |
| 34 | يضايقني عندما استدعى على انفراد من طرف الإدارة المدرسية | | |
| 35 | أغضب عندما انتقد من طرف الآخرين | | |
| 36 | اشعر بتوتر عضلاتي | | |

ملحق
رقم 04:

ثبـات استبيان المشكـلات الانفعالية

| الأفراد | التطبيق الأول | التطبيق الثاني |
|---------|---------------|----------------|
| 1 | 33 | 35 |
| 2 | 22 | 24 |
| 3 | 32 | 28 |
| 4 | 33 | 34 |
| 6 | 27 | 26 |
| 7 | 33 | 36 |
| 9 | 34 | 35 |
| 10 | 36 | 36 |
| المجموع | 250 | 254 |

0,89

قيمة بارسون

ملحق رقم 05 :

مقياس تقدير الذات

" كوبر سميث" الصورة المختصرة

the Cooper Smith Inventory short form

بيانات أولية :

الجنس : - ذكر - أنثى

السنة : أولى ثانية ثالثة

اقرأ جيدا كل عبارة وعندما تجد أنها تصف حقا طريقتك في التفكير، أوردت فعلك،
ضع علامة (X) في الخانة المناسبة تحت عبارة **تنطبق** ، وعندما تجد أن هذه العبارة لا
تصف طريقتك في التفكير أوردت فعلك ضع علامة (X) تحت عبارة **لا تنطبق**.

اجب على كل العبارات حتى وان كانت هناك عبارة تبدو صعبة الاختيار.

| الرقم | العبارات | تنطبق | لا تنطبق |
|-------|--|-------|----------|
| 01 | لا تضايقتني الأشياء عادة | | |
| 02 | أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس | | |
| 03 | أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي | | |
| 04 | لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي | | |
| 05 | يسعد الآخرون بوجودهم معي | | |
| 06 | أتضايق بسرعة في المنزل | | |
| 07 | أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة | | |
| 08 | أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني | | |
| 09 | تراعي عائلتي مشاعري عادة | | |
| 10 | أستسلم بسهولة | | |
| 11 | تتوقع عائلتي مني الكثير | | |
| 12 | من الصعب جدا أن أظل كما أنا | | |
| 13 | تختلط الأشياء كلها في حياتي | | |
| 14 | يتبع الناس أفكارني عادة | | |
| 15 | لا أقدر نفسي حق قدرها | | |
| 16 | أود كثيرا لو أترك المنزل | | |
| 17 | أشعر بالضيق من عملي غالبا | | |
| 18 | مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس | | |
| 19 | إذ كان لدي شيء أريد أن أقوله فإني أقوله عادة | | |
| 20 | تفهمني عائلتي | | |
| 21 | معظم الناس محبوبين أكثر مني | | |
| 22 | أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء | | |
| 23 | لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال | | |
| 24 | أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر | | |
| 25 | لا يمكن للآخرين الاعتماد علي | | |

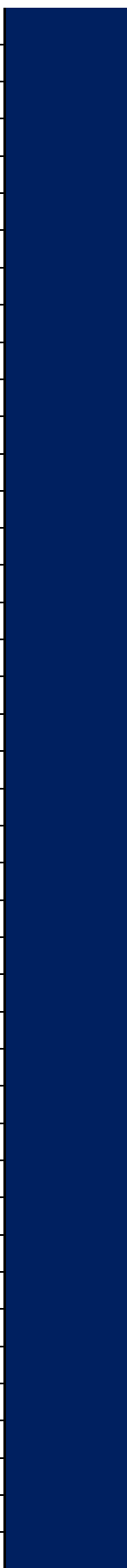
علاقة تقدير الذات بظهور مشكلة القلق

| الأفراد | تقدير الذات (س) | القلق (ص) | س × ص |
|---------|-----------------|-----------|-------|
| 1 | 64 | 6 | 384 |
| 2 | 64 | 6 | 384 |
| 3 | 72 | 3 | 216 |
| 4 | 40 | 11 | 440 |
| 5 | 52 | 10 | 520 |
| 6 | 40 | 11 | 440 |
| 7 | 36 | 11 | 396 |
| 8 | 52 | 9 | 468 |
| 9 | 48 | 11 | 528 |
| 10 | 48 | 11 | 528 |
| 11 | 80 | 3 | 240 |
| 12 | 64 | 8 | 512 |
| 13 | 72 | 4 | 288 |
| 14 | 72 | 4 | 288 |
| 15 | 88 | 5 | 440 |
| 16 | 68 | 6 | 408 |
| 17 | 64 | 8 | 512 |
| 18 | 84 | 4 | 336 |
| 19 | 52 | 4 | 208 |
| 20 | 40 | 5 | 200 |
| 21 | 96 | 4 | 384 |
| 22 | 52 | 4 | 208 |
| 23 | 68 | 4 | 272 |
| 24 | 48 | 11 | 528 |
| 25 | 64 | 3 | 192 |
| 26 | 60 | 5 | 300 |
| 27 | 64 | 5 | 320 |
| 28 | 60 | 4 | 240 |
| 29 | 52 | 4 | 208 |
| 30 | 32 | 11 | 352 |
| 31 | 48 | 3 | 144 |
| 32 | 52 | 5 | 260 |
| 33 | 52 | 7 | 364 |
| 34 | 48 | 4 | 192 |
| 35 | 36 | 4 | 144 |
| 36 | 68 | 6 | 408 |
| 37 | 84 | 4 | 336 |
| 38 | 60 | 4 | 240 |
| 39 | 64 | 6 | 384 |
| 40 | 72 | 4 | 288 |
| 41 | 64 | 3 | 192 |

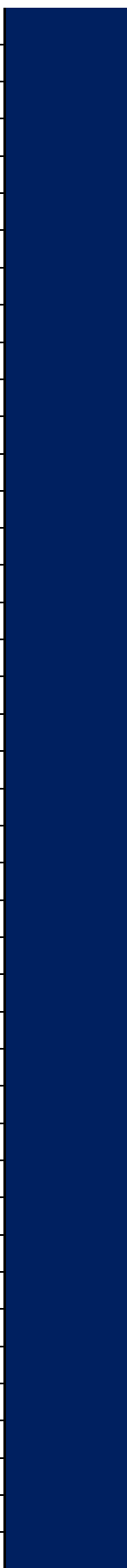
-0,66

بارسون

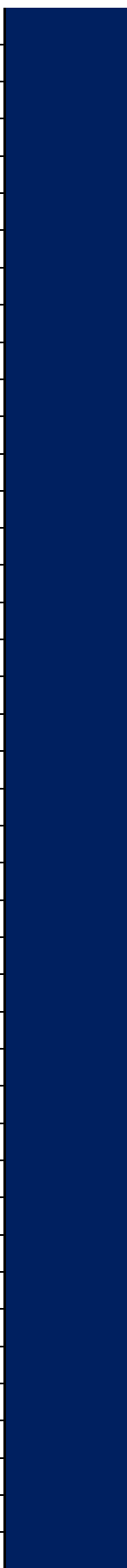
| | | | |
|-----|----|----|----|
| 256 | 4 | 64 | 42 |
| 300 | 5 | 60 | 43 |
| 420 | 7 | 60 | 44 |
| 792 | 11 | 72 | 45 |
| 216 | 3 | 72 | 46 |
| 612 | 9 | 68 | 47 |
| 304 | 4 | 76 | 48 |
| 300 | 5 | 60 | 49 |
| 320 | 5 | 64 | 50 |
| 352 | 11 | 32 | 51 |
| 360 | 5 | 72 | 52 |
| 360 | 6 | 60 | 53 |
| 360 | 6 | 60 | 54 |
| 352 | 11 | 32 | 55 |
| 96 | 12 | 8 | 56 |
| 720 | 12 | 60 | 57 |
| 480 | 12 | 40 | 58 |
| 380 | 5 | 76 | 59 |
| 132 | 11 | 12 | 60 |
| 432 | 9 | 48 | 61 |
| 280 | 5 | 56 | 62 |
| 360 | 9 | 40 | 63 |
| 260 | 5 | 52 | 64 |
| 325 | 5 | 65 | 65 |
| 440 | 5 | 88 | 66 |
| 300 | 5 | 60 | 67 |
| 256 | 4 | 64 | 68 |
| 280 | 5 | 56 | 69 |
| 340 | 5 | 68 | 70 |
| 340 | 5 | 68 | 71 |
| 308 | 11 | 28 | 72 |
| 396 | 11 | 36 | 73 |
| 400 | 10 | 40 | 74 |
| 224 | 4 | 56 | 75 |
| 204 | 3 | 68 | 76 |
| 204 | 3 | 68 | 77 |
| 180 | 3 | 60 | 78 |
| 152 | 2 | 76 | 79 |
| 144 | 3 | 48 | 80 |
| 243 | 3 | 81 | 81 |
| 360 | 9 | 40 | 82 |
| 332 | 4 | 83 | 83 |



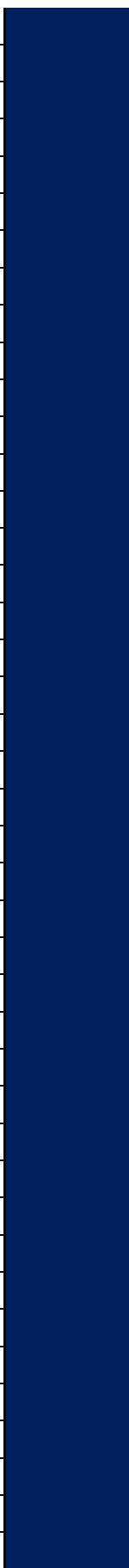
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 432 | 9 | 48 | 84 |
| 765 | 9 | 85 | 85 |
| 430 | 5 | 86 | 86 |
| 176 | 11 | 16 | 87 |
| 320 | 5 | 64 | 88 |
| 384 | 6 | 64 | 89 |
| 270 | 3 | 90 | 90 |
| 528 | 11 | 48 | 91 |
| 560 | 10 | 56 | 92 |
| 384 | 12 | 32 | 93 |
| 392 | 7 | 56 | 94 |
| 360 | 9 | 40 | 95 |
| 432 | 9 | 48 | 96 |
| 440 | 5 | 88 | 97 |
| 324 | 9 | 36 | 98 |
| 416 | 8 | 52 | 99 |
| 448 | 8 | 56 | 100 |
| 572 | 11 | 52 | 101 |
| 624 | 12 | 52 | 102 |
| 672 | 12 | 56 | 103 |
| 300 | 5 | 60 | 104 |
| 396 | 11 | 36 | 105 |
| 520 | 10 | 52 | 106 |
| 240 | 10 | 24 | 107 |
| 448 | 8 | 56 | 198 |
| 288 | 9 | 32 | 109 |
| 320 | 8 | 40 | 110 |
| 320 | 10 | 32 | 111 |
| 532 | 7 | 76 | 112 |
| 312 | 6 | 52 | 113 |
| 576 | 9 | 64 | 114 |
| 456 | 6 | 76 | 115 |
| 572 | 11 | 52 | 116 |
| 432 | 6 | 72 | 117 |
| 672 | 12 | 56 | 118 |
| 340 | 5 | 68 | 119 |
| 608 | 8 | 76 | 120 |
| 408 | 6 | 68 | 121 |
| 120 | 3 | 40 | 122 |
| 456 | 6 | 76 | 123 |
| 420 | 7 | 60 | 124 |
| 612 | 9 | 68 | 125 |



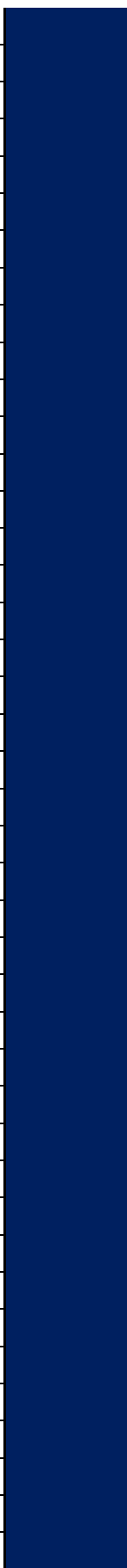
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 448 | 7 | 64 | 126 |
| 480 | 8 | 60 | 127 |
| 476 | 7 | 68 | 128 |
| 320 | 10 | 32 | 129 |
| 384 | 8 | 48 | 130 |
| 320 | 5 | 64 | 131 |
| 704 | 11 | 64 | 132 |
| 144 | 12 | 12 | 133 |
| 352 | 11 | 32 | 134 |
| 512 | 8 | 64 | 135 |
| 612 | 9 | 68 | 136 |
| 240 | 10 | 24 | 137 |
| 432 | 6 | 72 | 138 |
| 468 | 9 | 52 | 139 |
| 456 | 6 | 76 | 140 |
| 504 | 9 | 56 | 141 |
| 352 | 11 | 32 | 142 |
| 416 | 8 | 52 | 143 |
| 456 | 6 | 76 | 144 |
| 288 | 6 | 48 | 145 |
| 240 | 5 | 48 | 146 |
| 240 | 4 | 60 | 147 |
| 208 | 4 | 52 | 148 |
| 480 | 12 | 40 | 149 |
| 228 | 3 | 76 | 150 |
| 320 | 4 | 80 | 151 |
| 528 | 11 | 48 | 152 |
| 432 | 6 | 72 | 153 |
| 560 | 7 | 80 | 154 |
| 476 | 7 | 68 | 155 |
| 440 | 11 | 40 | 156 |
| 660 | 11 | 60 | 157 |
| 168 | 3 | 56 | 158 |
| 432 | 12 | 36 | 159 |
| 156 | 3 | 52 | 160 |
| 320 | 8 | 40 | 161 |
| 360 | 9 | 40 | 162 |
| 300 | 5 | 60 | 163 |
| 360 | 9 | 40 | 164 |
| 288 | 4 | 72 | 165 |
| 272 | 4 | 68 | 166 |
| 504 | 9 | 56 | 167 |



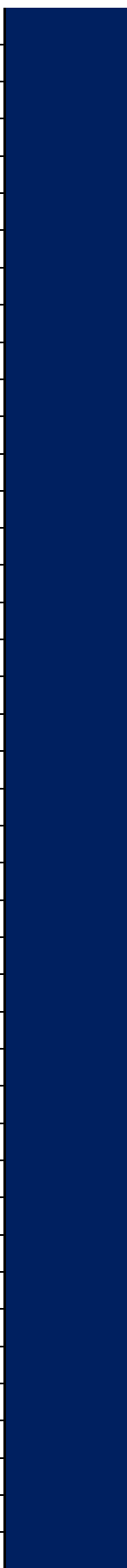
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 408 | 6 | 68 | 168 |
| 252 | 3 | 84 | 169 |
| 320 | 5 | 64 | 170 |
| 240 | 3 | 80 | 171 |
| 260 | 5 | 52 | 172 |
| 364 | 7 | 52 | 173 |
| 300 | 5 | 60 | 174 |
| 184 | 2 | 92 | 175 |
| 264 | 3 | 88 | 176 |
| 456 | 6 | 76 | 177 |
| 360 | 6 | 60 | 178 |
| 360 | 5 | 72 | 179 |
| 480 | 6 | 80 | 180 |
| 360 | 5 | 72 | 181 |
| 432 | 6 | 72 | 182 |
| 680 | 10 | 68 | 183 |
| 352 | 4 | 88 | 184 |
| 340 | 5 | 68 | 185 |
| 420 | 7 | 60 | 186 |
| 252 | 3 | 84 | 187 |
| 468 | 9 | 52 | 188 |
| 360 | 9 | 40 | 189 |
| 336 | 6 | 56 | 190 |
| 280 | 5 | 56 | 191 |
| 480 | 12 | 40 | 192 |
| 360 | 6 | 60 | 193 |
| 320 | 5 | 64 | 194 |
| 704 | 11 | 64 | 195 |
| 364 | 7 | 52 | 196 |
| 520 | 10 | 52 | 197 |
| 240 | 10 | 24 | 198 |
| 560 | 10 | 56 | 199 |
| 400 | 5 | 80 | 200 |
| 360 | 6 | 60 | 201 |
| 360 | 6 | 60 | 202 |
| 408 | 6 | 68 | 203 |
| 180 | 3 | 60 | 204 |
| 352 | 4 | 88 | 205 |
| 448 | 8 | 56 | 206 |
| 364 | 7 | 52 | 207 |
| 408 | 6 | 68 | 208 |
| 416 | 8 | 52 | 209 |



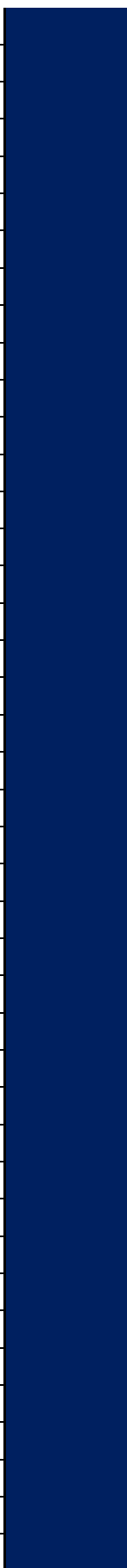
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 288 | 8 | 36 | 210 |
| 384 | 6 | 64 | 211 |
| 280 | 7 | 40 | 212 |
| 320 | 4 | 80 | 213 |
| 260 | 5 | 52 | 214 |
| 336 | 4 | 84 | 215 |
| 480 | 12 | 40 | 216 |
| 252 | 3 | 84 | 217 |
| 360 | 6 | 60 | 218 |
| 520 | 10 | 52 | 219 |
| 400 | 10 | 40 | 220 |
| 240 | 10 | 24 | 221 |
| 576 | 9 | 64 | 222 |
| 192 | 8 | 24 | 223 |
| 672 | 8 | 84 | 224 |
| 400 | 5 | 80 | 225 |
| 416 | 8 | 52 | 226 |
| 416 | 8 | 52 | 227 |
| 480 | 8 | 60 | 228 |
| 176 | 2 | 88 | 229 |
| 392 | 7 | 56 | 230 |
| 264 | 11 | 24 | 231 |
| 320 | 5 | 64 | 232 |
| 432 | 12 | 36 | 233 |
| 480 | 12 | 40 | 234 |
| 528 | 11 | 48 | 235 |
| 448 | 7 | 64 | 236 |
| 504 | 7 | 72 | 237 |
| 408 | 6 | 68 | 238 |
| 456 | 6 | 76 | 239 |
| 408 | 6 | 68 | 240 |
| 432 | 6 | 72 | 241 |
| 416 | 8 | 52 | 242 |
| 448 | 8 | 56 | 243 |
| 448 | 8 | 56 | 244 |
| 440 | 11 | 40 | 245 |
| 528 | 11 | 48 | 246 |
| 540 | 9 | 60 | 247 |
| 380 | 5 | 76 | 248 |
| 448 | 7 | 64 | 249 |
| 280 | 5 | 56 | 250 |
| 288 | 12 | 24 | 251 |



| | | | |
|-----|----|-----|-----|
| 240 | 12 | 20 | 252 |
| 528 | 11 | 48 | 253 |
| 528 | 11 | 48 | 254 |
| 720 | 10 | 72 | 255 |
| 480 | 8 | 60 | 256 |
| 432 | 12 | 36 | 257 |
| 396 | 11 | 36 | 258 |
| 480 | 8 | 60 | 259 |
| 264 | 3 | 88 | 260 |
| 360 | 9 | 40 | 261 |
| 384 | 8 | 48 | 262 |
| 276 | 3 | 92 | 263 |
| 544 | 8 | 68 | 264 |
| 416 | 8 | 52 | 265 |
| 480 | 10 | 48 | 266 |
| 480 | 8 | 60 | 267 |
| 336 | 4 | 84 | 268 |
| 504 | 7 | 72 | 269 |
| 252 | 3 | 84 | 270 |
| 396 | 11 | 36 | 271 |
| 100 | 1 | 100 | 272 |
| 320 | 4 | 80 | 273 |
| 220 | 11 | 20 | 274 |
| 528 | 11 | 48 | 275 |
| 456 | 6 | 76 | 276 |
| 300 | 5 | 60 | 277 |
| 352 | 11 | 32 | 278 |
| 480 | 10 | 48 | 279 |
| 912 | 12 | 76 | 280 |
| 448 | 8 | 56 | 281 |
| 144 | 12 | 12 | 282 |
| 416 | 8 | 52 | 283 |
| 440 | 11 | 40 | 284 |
| 384 | 6 | 64 | 285 |
| 432 | 9 | 48 | 286 |
| 540 | 9 | 60 | 287 |
| 320 | 10 | 32 | 288 |
| 576 | 8 | 72 | 289 |
| 340 | 5 | 68 | 290 |
| 192 | 2 | 96 | 291 |
| 420 | 7 | 60 | 292 |
| 440 | 5 | 88 | 293 |



| | | | |
|------|----|----|-----|
| 380 | 5 | 76 | 294 |
| 400 | 10 | 40 | 295 |
| 480 | 10 | 48 | 296 |
| 480 | 8 | 60 | 297 |
| 432 | 6 | 72 | 298 |
| 240 | 3 | 80 | 299 |
| 280 | 5 | 56 | 300 |
| 300 | 5 | 60 | 301 |
| 224 | 4 | 56 | 302 |
| 280 | 10 | 28 | 303 |
| 224 | 4 | 56 | 304 |
| 260 | 5 | 52 | 305 |
| 352 | 4 | 88 | 306 |
| 360 | 5 | 72 | 307 |
| 384 | 6 | 64 | 308 |
| 360 | 5 | 72 | 309 |
| 420 | 7 | 60 | 310 |
| 528 | 11 | 48 | 311 |
| 420 | 5 | 84 | 312 |
| 468 | 9 | 52 | 313 |
| 480 | 12 | 40 | 314 |
| 528 | 11 | 48 | 315 |
| 748 | 11 | 68 | 316 |
| 540 | 9 | 60 | 317 |
| 480 | 8 | 60 | 318 |
| 400 | 5 | 80 | 319 |
| 288 | 4 | 72 | 320 |
| 352 | 11 | 32 | 321 |
| 208 | 4 | 52 | 322 |
| 224 | 4 | 56 | 323 |
| 240 | 12 | 20 | 324 |
| 836 | 11 | 76 | 325 |
| 120 | 3 | 40 | 326 |
| 240 | 3 | 80 | 327 |
| 440 | 11 | 40 | 328 |
| 400 | 10 | 40 | 329 |
| 208 | 4 | 52 | 330 |
| 576 | 12 | 48 | 331 |
| 336 | 7 | 48 | 332 |
| 440 | 11 | 40 | 333 |
| 1012 | 11 | 92 | 334 |
| 720 | 12 | 60 | 335 |



| | | | |
|---------------|-------------|--------------|----------------|
| 624 | 12 | 52 | 336 |
| 704 | 11 | 64 | 337 |
| 184 | 2 | 92 | 338 |
| 600 | 10 | 60 | 339 |
| 352 | 4 | 88 | 340 |
| 520 | 10 | 52 | 341 |
| 208 | 4 | 52 | 342 |
| 208 | 4 | 52 | 343 |
| 336 | 12 | 28 | 344 |
| 360 | 10 | 36 | 345 |
| 320 | 10 | 32 | 346 |
| 576 | 8 | 72 | 347 |
| 612 | 9 | 68 | 348 |
| 264 | 11 | 24 | 349 |
| 224 | 4 | 56 | 350 |
| 432 | 9 | 48 | 351 |
| 420 | 7 | 60 | 352 |
| 504 | 6 | 84 | 253 |
| 260 | 5 | 52 | 354 |
| 532 | 7 | 76 | 355 |
| 336 | 6 | 56 | 356 |
| 300 | 5 | 60 | 357 |
| 352 | 4 | 88 | 358 |
| 300 | 5 | 60 | 359 |
| 432 | 9 | 48 | 360 |
| 520 | 10 | 52 | 361 |
| 396 | 11 | 36 | 362 |
| 360 | 9 | 40 | 363 |
| 240 | 3 | 80 | 364 |
| 392 | 7 | 56 | 365 |
| 240 | 12 | 20 | 366 |
| 141137 | 2645 | 21202 | المجموع |

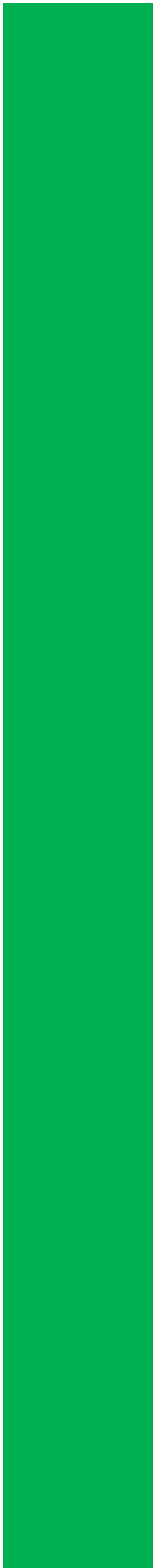
المجموع

علاقة تقدير الذات بظهور مشكلة الخجل

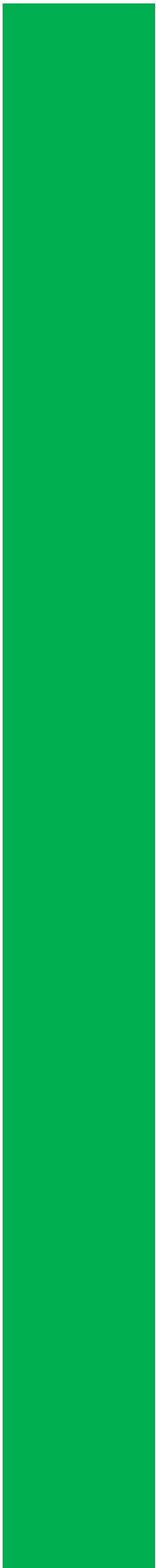
| س × ص | الخجل(ص) | تقدير الذات(س) | الأفراد |
|-------|----------|----------------|---------|
| 512 | 8 | 64 | 1 |
| 448 | 7 | 64 | 1 |
| 432 | 6 | 72 | 3 |
| 440 | 11 | 40 | 4 |
| 364 | 7 | 52 | 5 |
| 320 | 8 | 40 | 6 |
| 432 | 12 | 36 | 7 |
| 260 | 5 | 52 | 8 |
| 528 | 11 | 48 | 9 |
| 480 | 10 | 48 | 10 |
| 240 | 3 | 80 | 11 |
| 448 | 7 | 64 | 12 |
| 432 | 6 | 72 | 13 |
| 360 | 5 | 72 | 14 |
| 264 | 3 | 88 | 15 |
| 408 | 6 | 68 | 16 |
| 256 | 4 | 64 | 17 |
| 336 | 4 | 84 | 18 |
| 312 | 6 | 52 | 19 |
| 360 | 9 | 40 | 20 |
| 192 | 2 | 96 | 21 |
| 312 | 6 | 52 | 22 |
| 272 | 4 | 68 | 23 |
| 432 | 9 | 48 | 24 |
| 320 | 5 | 64 | 25 |
| 300 | 5 | 60 | 26 |
| 320 | 5 | 64 | 27 |
| 240 | 4 | 60 | 28 |
| 260 | 5 | 52 | 29 |
| 384 | 12 | 32 | 30 |
| 528 | 11 | 48 | 31 |
| 260 | 5 | 52 | 32 |
| 364 | 7 | 52 | 33 |
| 432 | 9 | 48 | 34 |
| 324 | 9 | 36 | 35 |
| 408 | 6 | 68 | 36 |
| 336 | 4 | 84 | 37 |
| 300 | 5 | 60 | 38 |
| 384 | 6 | 64 | 39 |

-0,81

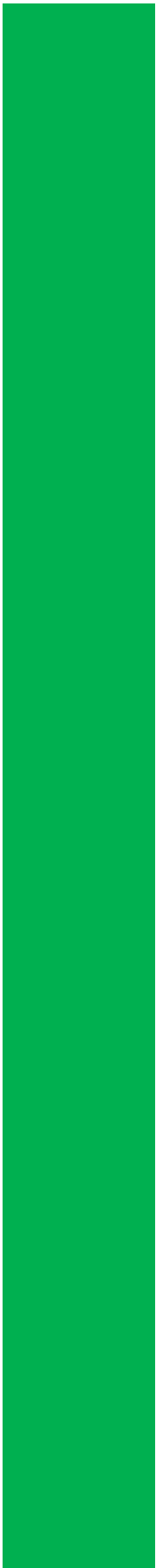
| | | | |
|-----|----|----|----|
| 360 | 5 | 72 | 40 |
| 192 | 3 | 64 | 41 |
| 256 | 4 | 64 | 42 |
| 300 | 5 | 60 | 43 |
| 420 | 7 | 60 | 44 |
| 360 | 5 | 72 | 45 |
| 360 | 5 | 72 | 46 |
| 340 | 5 | 68 | 47 |
| 380 | 5 | 76 | 48 |
| 360 | 6 | 60 | 49 |
| 320 | 5 | 64 | 50 |
| 352 | 11 | 32 | 51 |
| 216 | 3 | 72 | 52 |
| 360 | 6 | 60 | 53 |
| 360 | 6 | 60 | 54 |
| 352 | 11 | 32 | 55 |
| 48 | 6 | 8 | 56 |
| 720 | 12 | 60 | 57 |
| 480 | 12 | 40 | 58 |
| 456 | 6 | 76 | 59 |
| 144 | 12 | 12 | 60 |
| 528 | 11 | 48 | 61 |
| 280 | 5 | 56 | 62 |
| 440 | 11 | 40 | 63 |
| 416 | 8 | 52 | 64 |
| 455 | 7 | 65 | 65 |
| 176 | 2 | 88 | 66 |
| 300 | 5 | 60 | 67 |
| 256 | 4 | 64 | 68 |
| 336 | 6 | 56 | 69 |
| 340 | 5 | 68 | 70 |
| 340 | 5 | 68 | 71 |
| 308 | 11 | 28 | 72 |
| 396 | 11 | 36 | 73 |
| 440 | 11 | 40 | 74 |
| 280 | 5 | 56 | 75 |
| 340 | 5 | 68 | 76 |
| 272 | 4 | 68 | 77 |
| 240 | 4 | 60 | 78 |
| 304 | 4 | 76 | 79 |
| 528 | 11 | 48 | 80 |
| 243 | 3 | 81 | 81 |



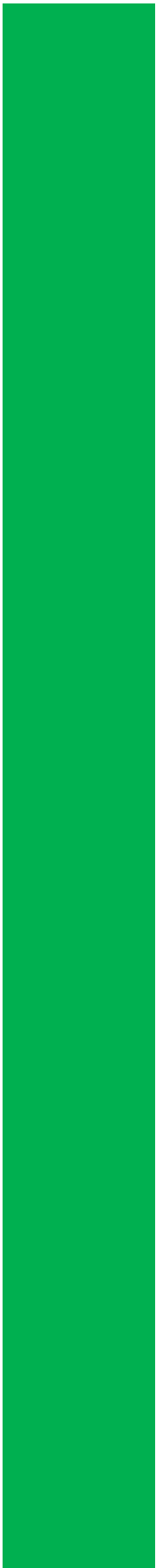
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 400 | 10 | 40 | 82 |
| 332 | 4 | 83 | 83 |
| 432 | 9 | 48 | 84 |
| 340 | 4 | 85 | 85 |
| 344 | 4 | 86 | 86 |
| 176 | 11 | 16 | 87 |
| 768 | 12 | 64 | 88 |
| 384 | 6 | 64 | 89 |
| 180 | 2 | 90 | 90 |
| 528 | 11 | 48 | 91 |
| 560 | 10 | 56 | 92 |
| 352 | 11 | 32 | 93 |
| 392 | 7 | 56 | 94 |
| 360 | 9 | 40 | 95 |
| 432 | 9 | 48 | 96 |
| 352 | 4 | 88 | 97 |
| 396 | 11 | 36 | 98 |
| 364 | 7 | 52 | 99 |
| 392 | 7 | 56 | 100 |
| 312 | 6 | 52 | 101 |
| 364 | 7 | 52 | 102 |
| 448 | 8 | 56 | 103 |
| 360 | 6 | 60 | 104 |
| 396 | 11 | 36 | 105 |
| 416 | 8 | 52 | 106 |
| 264 | 11 | 24 | 107 |
| 392 | 7 | 56 | 198 |
| 352 | 11 | 32 | 109 |
| 360 | 9 | 40 | 110 |
| 352 | 11 | 32 | 111 |
| 380 | 5 | 76 | 112 |
| 312 | 6 | 52 | 113 |
| 384 | 6 | 64 | 114 |
| 456 | 6 | 76 | 115 |
| 416 | 8 | 52 | 116 |
| 432 | 6 | 72 | 117 |
| 336 | 6 | 56 | 118 |
| 340 | 5 | 68 | 119 |
| 380 | 5 | 76 | 120 |
| 408 | 6 | 68 | 121 |
| 440 | 11 | 40 | 122 |
| 380 | 5 | 76 | 123 |



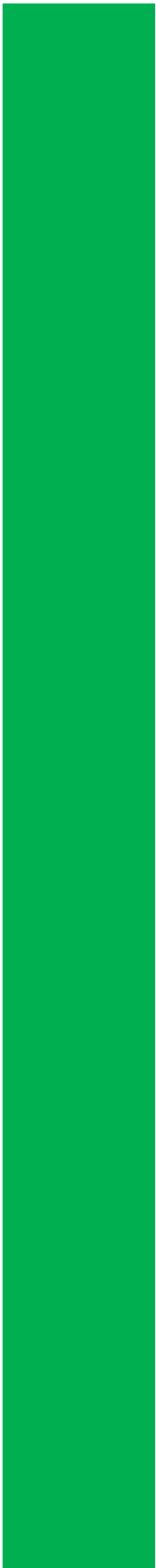
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 420 | 7 | 60 | 124 |
| 340 | 5 | 68 | 125 |
| 320 | 5 | 64 | 126 |
| 360 | 6 | 60 | 127 |
| 408 | 6 | 68 | 128 |
| 320 | 10 | 32 | 129 |
| 480 | 10 | 48 | 130 |
| 320 | 5 | 64 | 131 |
| 448 | 7 | 64 | 132 |
| 144 | 12 | 12 | 133 |
| 384 | 12 | 32 | 134 |
| 448 | 7 | 64 | 135 |
| 476 | 7 | 68 | 136 |
| 240 | 10 | 24 | 137 |
| 432 | 6 | 72 | 138 |
| 364 | 7 | 52 | 139 |
| 456 | 6 | 76 | 140 |
| 448 | 8 | 56 | 141 |
| 352 | 11 | 32 | 142 |
| 260 | 5 | 52 | 143 |
| 456 | 6 | 76 | 144 |
| 432 | 9 | 48 | 145 |
| 480 | 10 | 48 | 146 |
| 240 | 4 | 60 | 147 |
| 312 | 6 | 52 | 148 |
| 480 | 12 | 40 | 149 |
| 228 | 3 | 76 | 150 |
| 400 | 5 | 80 | 151 |
| 528 | 11 | 48 | 152 |
| 432 | 6 | 72 | 153 |
| 400 | 5 | 80 | 154 |
| 476 | 7 | 68 | 155 |
| 440 | 11 | 40 | 156 |
| 420 | 7 | 60 | 157 |
| 168 | 3 | 56 | 158 |
| 432 | 12 | 36 | 159 |
| 312 | 6 | 52 | 160 |
| 440 | 11 | 40 | 161 |
| 440 | 11 | 40 | 162 |
| 300 | 5 | 60 | 163 |
| 400 | 10 | 40 | 164 |
| 504 | 7 | 72 | 165 |



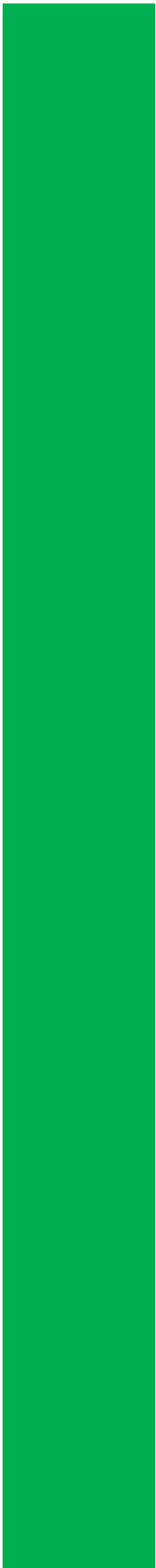
| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 476 | 7 | 68 | 166 |
| 448 | 8 | 56 | 167 |
| 408 | 6 | 68 | 168 |
| 420 | 5 | 84 | 169 |
| 320 | 5 | 64 | 170 |
| 320 | 4 | 80 | 171 |
| 260 | 5 | 52 | 172 |
| 260 | 5 | 52 | 173 |
| 360 | 6 | 60 | 174 |
| 276 | 3 | 92 | 175 |
| 264 | 3 | 88 | 176 |
| 456 | 6 | 76 | 177 |
| 360 | 6 | 60 | 178 |
| 432 | 6 | 72 | 179 |
| 320 | 4 | 80 | 180 |
| 360 | 5 | 72 | 181 |
| 360 | 5 | 72 | 182 |
| 408 | 6 | 68 | 183 |
| 264 | 3 | 88 | 184 |
| 408 | 6 | 68 | 185 |
| 180 | 3 | 60 | 186 |
| 336 | 4 | 84 | 187 |
| 364 | 7 | 52 | 188 |
| 360 | 9 | 40 | 189 |
| 168 | 3 | 56 | 190 |
| 280 | 5 | 56 | 191 |
| 480 | 12 | 40 | 192 |
| 360 | 6 | 60 | 193 |
| 320 | 5 | 64 | 194 |
| 704 | 11 | 64 | 195 |
| 364 | 7 | 52 | 196 |
| 520 | 10 | 52 | 197 |
| 240 | 10 | 24 | 198 |
| 560 | 10 | 56 | 199 |
| 400 | 5 | 80 | 200 |
| 720 | 12 | 60 | 201 |
| 720 | 12 | 60 | 202 |
| 408 | 6 | 68 | 203 |
| 180 | 3 | 60 | 204 |
| 352 | 4 | 88 | 205 |
| 448 | 8 | 56 | 206 |
| 416 | 8 | 52 | 207 |



| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 544 | 8 | 68 | 208 |
| 416 | 8 | 52 | 209 |
| 288 | 8 | 36 | 210 |
| 576 | 9 | 64 | 211 |
| 280 | 7 | 40 | 212 |
| 400 | 5 | 80 | 213 |
| 260 | 5 | 52 | 214 |
| 336 | 4 | 84 | 215 |
| 480 | 12 | 40 | 216 |
| 336 | 4 | 84 | 217 |
| 660 | 11 | 60 | 218 |
| 520 | 10 | 52 | 219 |
| 400 | 10 | 40 | 220 |
| 240 | 10 | 24 | 221 |
| 768 | 12 | 64 | 222 |
| 264 | 11 | 24 | 223 |
| 504 | 6 | 84 | 224 |
| 480 | 6 | 80 | 225 |
| 416 | 8 | 52 | 226 |
| 416 | 8 | 52 | 227 |
| 480 | 8 | 60 | 228 |
| 528 | 6 | 88 | 229 |
| 392 | 7 | 56 | 230 |
| 264 | 11 | 24 | 231 |
| 320 | 5 | 64 | 232 |
| 432 | 12 | 36 | 233 |
| 480 | 12 | 40 | 234 |
| 528 | 11 | 48 | 235 |
| 704 | 11 | 64 | 236 |
| 720 | 10 | 72 | 237 |
| 408 | 6 | 68 | 238 |
| 456 | 6 | 76 | 239 |
| 408 | 6 | 68 | 240 |
| 576 | 8 | 72 | 241 |
| 416 | 8 | 52 | 242 |
| 448 | 8 | 56 | 243 |
| 448 | 8 | 56 | 244 |
| 320 | 8 | 40 | 245 |
| 384 | 8 | 48 | 246 |
| 540 | 9 | 60 | 247 |
| 532 | 7 | 76 | 248 |
| 448 | 7 | 64 | 249 |



| | | | |
|-----|----|-----|-----|
| 280 | 5 | 56 | 250 |
| 288 | 12 | 24 | 251 |
| 240 | 12 | 20 | 252 |
| 528 | 11 | 48 | 253 |
| 528 | 11 | 48 | 254 |
| 720 | 10 | 72 | 255 |
| 600 | 10 | 60 | 256 |
| 360 | 10 | 36 | 257 |
| 288 | 8 | 36 | 258 |
| 480 | 8 | 60 | 259 |
| 616 | 7 | 88 | 260 |
| 240 | 6 | 40 | 261 |
| 384 | 8 | 48 | 262 |
| 736 | 8 | 92 | 263 |
| 544 | 8 | 68 | 264 |
| 416 | 8 | 52 | 265 |
| 384 | 8 | 48 | 266 |
| 480 | 8 | 60 | 267 |
| 336 | 4 | 84 | 268 |
| 504 | 7 | 72 | 269 |
| 420 | 5 | 84 | 270 |
| 396 | 11 | 36 | 271 |
| 100 | 1 | 100 | 272 |
| 320 | 4 | 80 | 273 |
| 220 | 11 | 20 | 274 |
| 528 | 11 | 48 | 275 |
| 608 | 8 | 76 | 276 |
| 480 | 8 | 60 | 277 |
| 352 | 11 | 32 | 278 |
| 480 | 10 | 48 | 279 |
| 912 | 12 | 76 | 280 |
| 448 | 8 | 56 | 281 |
| 96 | 8 | 12 | 282 |
| 416 | 8 | 52 | 283 |
| 320 | 8 | 40 | 284 |
| 512 | 8 | 64 | 285 |
| 384 | 8 | 48 | 286 |
| 540 | 9 | 60 | 287 |
| 384 | 12 | 32 | 288 |
| 648 | 9 | 72 | 289 |
| 340 | 5 | 68 | 290 |
| 192 | 2 | 96 | 291 |



| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 480 | 8 | 60 | 292 |
| 440 | 5 | 88 | 293 |
| 456 | 6 | 76 | 294 |
| 440 | 11 | 40 | 295 |
| 480 | 10 | 48 | 296 |
| 540 | 9 | 60 | 297 |
| 504 | 7 | 72 | 298 |
| 480 | 6 | 80 | 299 |
| 392 | 7 | 56 | 300 |
| 420 | 7 | 60 | 301 |
| 448 | 8 | 56 | 302 |
| 308 | 11 | 28 | 303 |
| 448 | 8 | 56 | 304 |
| 416 | 8 | 52 | 305 |
| 440 | 5 | 88 | 306 |
| 432 | 6 | 72 | 307 |
| 448 | 7 | 64 | 308 |
| 432 | 6 | 72 | 309 |
| 420 | 7 | 60 | 310 |
| 528 | 11 | 48 | 311 |
| 420 | 5 | 84 | 312 |
| 624 | 12 | 52 | 313 |
| 480 | 12 | 40 | 314 |
| 528 | 11 | 48 | 315 |
| 748 | 11 | 68 | 316 |
| 600 | 10 | 60 | 317 |
| 600 | 10 | 60 | 318 |
| 800 | 10 | 80 | 319 |
| 288 | 4 | 72 | 320 |
| 384 | 12 | 32 | 321 |
| 208 | 4 | 52 | 322 |
| 392 | 7 | 56 | 323 |
| 240 | 12 | 20 | 324 |
| 228 | 3 | 76 | 325 |
| 400 | 10 | 40 | 326 |
| 320 | 4 | 80 | 327 |
| 0 | 0 | 40 | 328 |
| 440 | 11 | 40 | 329 |
| 520 | 10 | 52 | 330 |
| 576 | 12 | 48 | 331 |
| 336 | 7 | 48 | 332 |
| 440 | 11 | 40 | 333 |

| | | | |
|--------|------|-------|---------|
| 276 | 3 | 92 | 334 |
| 480 | 8 | 60 | 335 |
| 364 | 7 | 52 | 336 |
| 576 | 9 | 64 | 337 |
| 184 | 2 | 92 | 338 |
| 600 | 10 | 60 | 339 |
| 440 | 5 | 88 | 340 |
| 520 | 10 | 52 | 341 |
| 416 | 8 | 52 | 342 |
| 416 | 8 | 52 | 343 |
| 336 | 12 | 28 | 344 |
| 396 | 11 | 36 | 345 |
| 320 | 10 | 32 | 346 |
| 504 | 7 | 72 | 347 |
| 544 | 8 | 68 | 348 |
| 264 | 11 | 24 | 349 |
| 448 | 8 | 56 | 350 |
| 480 | 10 | 48 | 351 |
| 420 | 7 | 60 | 352 |
| 504 | 6 | 84 | 253 |
| 260 | 5 | 52 | 354 |
| 532 | 7 | 76 | 355 |
| 336 | 6 | 56 | 356 |
| 300 | 5 | 60 | 357 |
| 440 | 5 | 88 | 358 |
| 300 | 5 | 60 | 359 |
| 480 | 10 | 48 | 360 |
| 416 | 8 | 52 | 361 |
| 396 | 11 | 36 | 362 |
| 360 | 9 | 40 | 363 |
| 240 | 3 | 80 | 364 |
| 392 | 7 | 56 | 365 |
| 240 | 12 | 20 | 366 |
| 145286 | 2720 | 21202 | المجموع |

علاقة تقدير الذات بظهور مشكلة الغضب

| الأفراد | تقدير الذات (س) | الغضب (ص) | س × ص |
|---------|-----------------|-----------|-------|
| 1 | 64 | 2 | 128 |
| 1 | 64 | 2 | 128 |
| 3 | 72 | 5 | 360 |
| 4 | 40 | 8 | 320 |
| 5 | 52 | 6 | 312 |
| 6 | 40 | 10 | 400 |
| 7 | 36 | 12 | 432 |
| 8 | 52 | 6 | 312 |
| 9 | 48 | 11 | 528 |
| 10 | 48 | 10 | 480 |
| 11 | 80 | 4 | 320 |
| 12 | 64 | 6 | 384 |
| 13 | 72 | 6 | 432 |
| 14 | 72 | 5 | 360 |
| 15 | 88 | 4 | 352 |
| 16 | 68 | 6 | 408 |
| 17 | 64 | 6 | 384 |
| 18 | 84 | 5 | 420 |
| 19 | 52 | 4 | 208 |
| 20 | 40 | 11 | 440 |
| 21 | 96 | 2 | 192 |
| 22 | 52 | 5 | 260 |
| 23 | 68 | 5 | 340 |
| 24 | 48 | 10 | 480 |
| 25 | 64 | 5 | 320 |
| 26 | 60 | 5 | 300 |
| 27 | 64 | 5 | 320 |
| 28 | 60 | 6 | 360 |
| 29 | 52 | 6 | 312 |
| 30 | 32 | 11 | 352 |
| 31 | 48 | 10 | 480 |
| 32 | 52 | 5 | 260 |
| 33 | 52 | 8 | 416 |
| 34 | 48 | 11 | 528 |
| 35 | 36 | 9 | 324 |
| 36 | 68 | 6 | 408 |
| 37 | 84 | 4 | 336 |
| 38 | 60 | 6 | 360 |
| 39 | 64 | 6 | 384 |

-0,81

| | | | |
|-----|----|----|----|
| 360 | 5 | 72 | 40 |
| 320 | 5 | 64 | 41 |
| 320 | 5 | 64 | 42 |
| 300 | 5 | 60 | 43 |
| 360 | 6 | 60 | 44 |
| 288 | 4 | 72 | 45 |
| 288 | 4 | 72 | 46 |
| 408 | 6 | 68 | 47 |
| 304 | 4 | 76 | 48 |
| 300 | 5 | 60 | 49 |
| 384 | 6 | 64 | 50 |
| 352 | 11 | 32 | 51 |
| 288 | 4 | 72 | 52 |
| 360 | 6 | 60 | 53 |
| 360 | 6 | 60 | 54 |
| 352 | 11 | 32 | 55 |
| 96 | 12 | 8 | 56 |
| 480 | 8 | 60 | 57 |
| 480 | 12 | 40 | 58 |
| 456 | 6 | 76 | 59 |
| 144 | 12 | 12 | 60 |
| 432 | 9 | 48 | 61 |
| 280 | 5 | 56 | 62 |
| 400 | 10 | 40 | 63 |
| 364 | 7 | 52 | 64 |
| 455 | 7 | 65 | 65 |
| 176 | 2 | 88 | 66 |
| 300 | 5 | 60 | 67 |
| 256 | 4 | 64 | 68 |
| 336 | 6 | 56 | 69 |
| 340 | 5 | 68 | 70 |
| 408 | 6 | 68 | 71 |
| 336 | 12 | 28 | 72 |
| 432 | 12 | 36 | 73 |
| 440 | 11 | 40 | 74 |
| 280 | 5 | 56 | 75 |
| 340 | 5 | 68 | 76 |
| 340 | 5 | 68 | 77 |
| 360 | 6 | 60 | 78 |
| 304 | 4 | 76 | 79 |
| 528 | 11 | 48 | 80 |
| 243 | 3 | 81 | 81 |

| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 360 | 9 | 40 | 82 |
| 332 | 4 | 83 | 83 |
| 480 | 10 | 48 | 84 |
| 425 | 5 | 85 | 85 |
| 344 | 4 | 86 | 86 |
| 192 | 12 | 16 | 87 |
| 320 | 5 | 64 | 88 |
| 384 | 6 | 64 | 89 |
| 180 | 2 | 90 | 90 |
| 528 | 11 | 48 | 91 |
| 336 | 6 | 56 | 92 |
| 352 | 11 | 32 | 93 |
| 392 | 7 | 56 | 94 |
| 400 | 10 | 40 | 95 |
| 480 | 10 | 48 | 96 |
| 352 | 4 | 88 | 97 |
| 396 | 11 | 36 | 98 |
| 416 | 8 | 52 | 99 |
| 448 | 8 | 56 | 100 |
| 312 | 6 | 52 | 101 |
| 312 | 6 | 52 | 102 |
| 392 | 7 | 56 | 103 |
| 360 | 6 | 60 | 104 |
| 396 | 11 | 36 | 105 |
| 520 | 10 | 52 | 106 |
| 240 | 10 | 24 | 107 |
| 448 | 8 | 56 | 198 |
| 320 | 10 | 32 | 109 |
| 440 | 11 | 40 | 110 |
| 384 | 12 | 32 | 111 |
| 380 | 5 | 76 | 112 |
| 312 | 6 | 52 | 113 |
| 448 | 7 | 64 | 114 |
| 456 | 6 | 76 | 115 |
| 312 | 6 | 52 | 116 |
| 288 | 4 | 72 | 117 |
| 336 | 6 | 56 | 118 |
| 408 | 6 | 68 | 119 |
| 380 | 5 | 76 | 120 |
| 408 | 6 | 68 | 121 |
| 440 | 11 | 40 | 122 |
| 456 | 6 | 76 | 123 |

| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 420 | 7 | 60 | 124 |
| 612 | 9 | 68 | 125 |
| 448 | 7 | 64 | 126 |
| 480 | 8 | 60 | 127 |
| 476 | 7 | 68 | 128 |
| 352 | 11 | 32 | 129 |
| 432 | 9 | 48 | 130 |
| 320 | 5 | 64 | 131 |
| 448 | 7 | 64 | 132 |
| 144 | 12 | 12 | 133 |
| 384 | 12 | 32 | 134 |
| 512 | 8 | 64 | 135 |
| 476 | 7 | 68 | 136 |
| 288 | 12 | 24 | 137 |
| 360 | 5 | 72 | 138 |
| 364 | 7 | 52 | 139 |
| 532 | 7 | 76 | 140 |
| 504 | 9 | 56 | 141 |
| 352 | 11 | 32 | 142 |
| 416 | 8 | 52 | 143 |
| 456 | 6 | 76 | 144 |
| 288 | 6 | 48 | 145 |
| 480 | 10 | 48 | 146 |
| 360 | 6 | 60 | 147 |
| 312 | 6 | 52 | 148 |
| 480 | 12 | 40 | 149 |
| 380 | 5 | 76 | 150 |
| 320 | 4 | 80 | 151 |
| 528 | 11 | 48 | 152 |
| 432 | 6 | 72 | 153 |
| 560 | 7 | 80 | 154 |
| 476 | 7 | 68 | 155 |
| 440 | 11 | 40 | 156 |
| 480 | 8 | 60 | 157 |
| 280 | 5 | 56 | 158 |
| 432 | 12 | 36 | 159 |
| 156 | 3 | 52 | 160 |
| 440 | 11 | 40 | 161 |
| 400 | 10 | 40 | 162 |
| 300 | 5 | 60 | 163 |
| 360 | 9 | 40 | 164 |
| 432 | 6 | 72 | 165 |

| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 340 | 5 | 68 | 166 |
| 336 | 6 | 56 | 167 |
| 408 | 6 | 68 | 168 |
| 420 | 5 | 84 | 169 |
| 320 | 5 | 64 | 170 |
| 400 | 5 | 80 | 171 |
| 260 | 5 | 52 | 172 |
| 260 | 5 | 52 | 173 |
| 420 | 7 | 60 | 174 |
| 184 | 2 | 92 | 175 |
| 264 | 3 | 88 | 176 |
| 456 | 6 | 76 | 177 |
| 420 | 7 | 60 | 178 |
| 432 | 6 | 72 | 179 |
| 480 | 6 | 80 | 180 |
| 504 | 7 | 72 | 181 |
| 432 | 6 | 72 | 182 |
| 476 | 7 | 68 | 183 |
| 440 | 5 | 88 | 184 |
| 272 | 4 | 68 | 185 |
| 300 | 5 | 60 | 186 |
| 420 | 5 | 84 | 187 |
| 312 | 6 | 52 | 188 |
| 400 | 10 | 40 | 189 |
| 168 | 3 | 56 | 190 |
| 280 | 5 | 56 | 191 |
| 480 | 12 | 40 | 192 |
| 360 | 6 | 60 | 193 |
| 320 | 5 | 64 | 194 |
| 704 | 11 | 64 | 195 |
| 364 | 7 | 52 | 196 |
| 520 | 10 | 52 | 197 |
| 240 | 10 | 24 | 198 |
| 560 | 10 | 56 | 199 |
| 400 | 5 | 80 | 200 |
| 420 | 7 | 60 | 201 |
| 480 | 8 | 60 | 202 |
| 408 | 6 | 68 | 203 |
| 180 | 3 | 60 | 204 |
| 440 | 5 | 88 | 205 |
| 336 | 6 | 56 | 206 |
| 416 | 8 | 52 | 207 |

| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 544 | 8 | 68 | 208 |
| 416 | 8 | 52 | 209 |
| 396 | 11 | 36 | 210 |
| 576 | 9 | 64 | 211 |
| 360 | 9 | 40 | 212 |
| 400 | 5 | 80 | 213 |
| 260 | 5 | 52 | 214 |
| 336 | 4 | 84 | 215 |
| 480 | 12 | 40 | 216 |
| 420 | 5 | 84 | 217 |
| 540 | 9 | 60 | 218 |
| 520 | 10 | 52 | 219 |
| 400 | 10 | 40 | 220 |
| 240 | 10 | 24 | 221 |
| 512 | 8 | 64 | 222 |
| 264 | 11 | 24 | 223 |
| 420 | 5 | 84 | 224 |
| 320 | 4 | 80 | 225 |
| 312 | 6 | 52 | 226 |
| 416 | 8 | 52 | 227 |
| 480 | 8 | 60 | 228 |
| 440 | 5 | 88 | 229 |
| 392 | 7 | 56 | 230 |
| 264 | 11 | 24 | 231 |
| 320 | 5 | 64 | 232 |
| 432 | 12 | 36 | 233 |
| 480 | 12 | 40 | 234 |
| 528 | 11 | 48 | 235 |
| 704 | 11 | 64 | 236 |
| 504 | 7 | 72 | 237 |
| 408 | 6 | 68 | 238 |
| 456 | 6 | 76 | 239 |
| 408 | 6 | 68 | 240 |
| 576 | 8 | 72 | 241 |
| 364 | 7 | 52 | 242 |
| 448 | 8 | 56 | 243 |
| 448 | 8 | 56 | 244 |
| 440 | 11 | 40 | 245 |
| 528 | 11 | 48 | 246 |
| 540 | 9 | 60 | 247 |
| 532 | 7 | 76 | 248 |
| 448 | 7 | 64 | 249 |

| | | | |
|-----|----|-----|-----|
| 280 | 5 | 56 | 250 |
| 288 | 12 | 24 | 251 |
| 240 | 12 | 20 | 252 |
| 528 | 11 | 48 | 253 |
| 528 | 11 | 48 | 254 |
| 576 | 8 | 72 | 255 |
| 540 | 9 | 60 | 256 |
| 360 | 10 | 36 | 257 |
| 396 | 11 | 36 | 258 |
| 480 | 8 | 60 | 259 |
| 440 | 5 | 88 | 260 |
| 360 | 9 | 40 | 261 |
| 528 | 11 | 48 | 262 |
| 184 | 2 | 92 | 263 |
| 544 | 8 | 68 | 264 |
| 416 | 8 | 52 | 265 |
| 432 | 9 | 48 | 266 |
| 480 | 8 | 60 | 267 |
| 336 | 4 | 84 | 268 |
| 360 | 5 | 72 | 269 |
| 336 | 4 | 84 | 270 |
| 360 | 10 | 36 | 271 |
| 200 | 2 | 100 | 272 |
| 400 | 5 | 80 | 273 |
| 220 | 11 | 20 | 274 |
| 528 | 11 | 48 | 275 |
| 760 | 10 | 76 | 276 |
| 480 | 8 | 60 | 277 |
| 256 | 8 | 32 | 278 |
| 480 | 10 | 48 | 279 |
| 456 | 6 | 76 | 280 |
| 448 | 8 | 56 | 281 |
| 144 | 12 | 12 | 282 |
| 364 | 7 | 52 | 283 |
| 240 | 6 | 40 | 284 |
| 512 | 8 | 64 | 285 |
| 528 | 11 | 48 | 286 |
| 360 | 6 | 60 | 287 |
| 352 | 11 | 32 | 288 |
| 432 | 6 | 72 | 289 |
| 340 | 5 | 68 | 290 |
| 288 | 3 | 96 | 291 |

| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 360 | 6 | 60 | 292 |
| 440 | 5 | 88 | 293 |
| 380 | 5 | 76 | 294 |
| 400 | 10 | 40 | 295 |
| 528 | 11 | 48 | 296 |
| 420 | 7 | 60 | 297 |
| 432 | 6 | 72 | 298 |
| 320 | 4 | 80 | 299 |
| 448 | 8 | 56 | 300 |
| 420 | 7 | 60 | 301 |
| 672 | 12 | 56 | 302 |
| 336 | 12 | 28 | 303 |
| 448 | 8 | 56 | 304 |
| 416 | 8 | 52 | 305 |
| 704 | 8 | 88 | 306 |
| 576 | 8 | 72 | 307 |
| 512 | 8 | 64 | 308 |
| 432 | 6 | 72 | 309 |
| 420 | 7 | 60 | 310 |
| 528 | 11 | 48 | 311 |
| 420 | 5 | 84 | 312 |
| 624 | 12 | 52 | 313 |
| 480 | 12 | 40 | 314 |
| 528 | 11 | 48 | 315 |
| 544 | 8 | 68 | 316 |
| 480 | 8 | 60 | 317 |
| 420 | 7 | 60 | 318 |
| 400 | 5 | 80 | 319 |
| 288 | 4 | 72 | 320 |
| 352 | 11 | 32 | 321 |
| 364 | 7 | 52 | 322 |
| 392 | 7 | 56 | 323 |
| 240 | 12 | 20 | 324 |
| 228 | 3 | 76 | 325 |
| 400 | 10 | 40 | 326 |
| 320 | 4 | 80 | 327 |
| 440 | 11 | 40 | 328 |
| 440 | 11 | 40 | 329 |
| 312 | 6 | 52 | 330 |
| 576 | 12 | 48 | 331 |
| 432 | 9 | 48 | 332 |
| 440 | 11 | 40 | 333 |

| | | | |
|--------|------|-------|---------|
| 276 | 3 | 92 | 334 |
| 420 | 7 | 60 | 335 |
| 468 | 9 | 52 | 336 |
| 512 | 8 | 64 | 337 |
| 276 | 3 | 92 | 338 |
| 360 | 6 | 60 | 339 |
| 352 | 4 | 88 | 340 |
| 364 | 7 | 52 | 341 |
| 312 | 6 | 52 | 342 |
| 312 | 6 | 52 | 343 |
| 336 | 12 | 28 | 344 |
| 396 | 11 | 36 | 345 |
| 384 | 12 | 32 | 346 |
| 360 | 5 | 72 | 347 |
| 408 | 6 | 68 | 348 |
| 288 | 12 | 24 | 349 |
| 392 | 7 | 56 | 350 |
| 480 | 10 | 48 | 351 |
| 420 | 7 | 60 | 352 |
| 336 | 4 | 84 | 253 |
| 260 | 5 | 52 | 354 |
| 380 | 5 | 76 | 355 |
| 336 | 6 | 56 | 356 |
| 300 | 5 | 60 | 357 |
| 440 | 5 | 88 | 358 |
| 300 | 5 | 60 | 359 |
| 480 | 10 | 48 | 360 |
| 416 | 8 | 52 | 361 |
| 396 | 11 | 36 | 362 |
| 480 | 12 | 40 | 363 |
| 240 | 3 | 80 | 364 |
| 336 | 6 | 56 | 365 |
| 240 | 12 | 20 | 366 |
| 142619 | 2701 | 21202 | المجموع |

المجموع