

الجمهورية العربية السورية

جامعة دمشق

كلية التربية

قسم الإرشاد النفسي

« مفهوم النزوح وعلاقته بالتكيف الاجتماعي

دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة

بفروعها العلمي والأدبي »

مشروع تخرج مقدم لنيل درجة الاجازة في الإرشاد النفسي

إعداد الطالبة : دينا موفق زيد

بإشراف الدكتور : مطاع بركات

العام الدراسي

٢٠٠٧ - ٢٠٠٨

## " كلمة الشكر "

إلى من كان السبب في وصولي إلى هذا المكان  
إلى من كان عوني وقدوتي وأستاذي  
من عزيمة تعلمت الكفاح والصبر  
ومن مدرسته نهلت العلم والمعرفة  
ومنه أستمدت قوتي ونجاحي

إلى الدكتور: مطاع بركات

”الاعتراف“

إلى رمز العطاء والكفاح والصبر  
إلى رمز الحب والمثل الأعلى في الحياة  
إلى من زرع في حب العلم  
إلى من تعب وضحّى بنفسه حتى كبرت  
إلى الكنز الثمين الذي أملكه  
إلى أعلى إنساناً في الدنيا  
إلى أعظم الرجال في عيني

إلى والدي المحترمين

إلى من كانت جنة مليئة بورود الحب  
إلى الإنسانية العالية الصابرة  
إلى القمر الذي ينير دربي وحياتي  
إلى البلمسم الذي يشفي جراحي  
إلى الياسمين الذي يعطر دربي  
إلى من سهرت حتى كبرت ونشأت  
إلى أعلى جوهرة في العالم

إلى أمي المحببة

## مخطط المشروع

### الفصل الأول :

- مقدمة البحث
- مشكلة البحث
- أهمية البحث
- أهداف البحث
- أسئلة البحث
- منهج البحث
- فرضيات البحث
- حدود البحث
- أدوات البحث
- التعريفات الإجرائية

### الفصل الثاني :

- الدراسات السابقة
- أولاً : الدراسات العربية
- ثانياً الدراسات الاجنبية

### الفصل الثالث :

#### الإطار النظري لمفهوم الذات

- ١ – تعريف مفهوم الذات
- ٢ – المصطلحات المرتبطة بمفهوم الذات
- ٣ – كيف يتكون مفهوم الفرد عن ذاته
- ٤ – أنواع مفهوم الذات
- ٥ – أشكال مفهوم الذات
- ٦ – خصائص مفهوم الذات
- ٧ – العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات
- ٨ – أبعاد مفهوم الذات

- ٩- محددات مفهوم الذات
- ١٠ - دينامية مفهوم الذات
- ١١ - المؤثرات الاجتماعية في تحقيق مفهوم الذات
- ١٢ - سمات تحقيق مفهوم الذات

### الفصل الرابع:

#### الإطار النظري للتكيف الاجتماعي

- ١ - تعريف التكيف الاجتماعي
- ٢ - أبعاد التكيف الاجتماعي
- ٣ - مظاهر التكيف الاجتماعي
- ٤ - استراتيجيات التكيف الاجتماعي
- ٥ - خصائص التكيف الاجتماعي
- ٦ - ديناميات التكيف الاجتماعي
- ٧ - عوامل التكيف الاجتماعي
- ٨ - معيار التكيف الاجتماعي
- ٩ - الأطر المرجعية لتحديد معيار التكيف
- ١٠ - المظاهر التي تدل على التكيف السليم
- ١١ - عوائق التكيف الاجتماعي

### الفصل الخامس :

أ - عينة البحث

ب - أدوات البحث

### الفصل السادس:

- ١ - عرض النتائج وتفسيرها
- ٢ - المقترحات والتوصيات
- ٣ - قائمة المراجع
- ٤ - الملاحق

# الفصل الأول

## مقدمة عامة :

— إن مفهوم الذات هو الشيء الوحيد الذي يجعل للفرد الإنساني فريدته الخاصة به ولعلم المخلوق الوحيد الذي يستطيع إدراك ذاته بحيث يجعل من الذات موضوعاً لتأمله وتفكيره وتقويمه ويعد

مفهوم الذات من الأبعاد الهامة في دراسة الشخصية وعاملاً مهماً من العوامل التي تماري تأثيراً كبيراً على السلوك وعلى الصحة النفسية للأفراد وكلما زادت المعرفة بطبيعة الإنسان زاد عمق مغزى الحكمة القائلة " أعرف نفسك " وإن هذا المفهوم الذي يتكون لدى ذاته هو الأساس في وحدة الشخصية إذ تمثل طريقة إدراك الذات وإدراك الآخرين المحور الرئيس لتنظيم الشخصية وتحديد السلوك وغالباً ما يختلط على الفرد إدراك وإدراك ذاته نتيجة لتعدد خبراته وتجاربه مع الآخرين ونتيجة لاستجاباته للمواقف التي يتعرض لها وانطباعاته عن إدراك الآخرين لسلوكه وإن صورة الفرد عن ذاته أثر كبير وأهمية بالغة في مستقبل حياته وذلك لما تعكسه في تصور ورؤية للفرد عن ذاته ومن لهذا الذات ومن احترامه واعتباره وتقبله لها . ويعد موضوع الذات موضوعاً جوهرياً للعديد من الدراسات النفسية والاجتماعية لأنه الأساس في بناء الشخصية ولا يمكننا أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الاجتماعي بوجه عام دون أن نضمن متغيراتنا مفهوم الذات لدينا .

وقد اعتبر التكوين خلال العقود الأخيرة العمود الفقري في علم النفس حيث أكدت الدراسات أن الوظائف النفسية تتأزر لتحقيق التكيف الإنساني وبالتالي فإن التكيف هو المعيار الحقيقي للفرد لتحقيق علاقات اجتماعية تتسم بالقوة وبالتالي تشير إلى التكيف الاجتماعي السليم للفرد وإن سلوك الفرد في أصله هو تكيف مع العديد من المطالب التي تضغط عليه وبذلك يمكن القول إن الإنسان يسعى من خلال عملية التكيف الاجتماعي إلى الحفاظ على التوازن بين مختلف حاجاته النفسية والاجتماعية والتكيف عملية سلوكية معقدة تستدعي وجود تغيرات معنية تصيب المحيط الذي يكون فيه الفرد وهدفها توفير التوازن بين الفرد وهذه المتغيرات وإن

كل فرد من الأفراد هو كائن حي إنساني لا يستطيع العيش في الفراغ بل يعيش في مجتمع تحدث داخل إطاره عمليات من التأثير المتبادلة التي تتم بين الأفراد ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والتقاليد والعادات التي يخضعون لها للوصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسياً واجتماعياً .

### مشكلة البحث :

منذ اللحظات الأولى التي يأتي فيها الطفل إلى هذا العالم يبدأ بالمحاولة للتعرف على ذاته وعلى الظواهر المحيطة به ومثل هذه المعرفة ضرورية لأنها تساعد على امتلاك رؤية حسنة عن نفسه وعلى أن يخطط

ويقرر لمواصلة حياته وعلى أن يحدد موقعه بين الآخرين وكلها مؤشرات على بداية تكون مفهوم الذات لديه وتأتي أهمية دراسة مفهوم الذات من أهمية تلك المرحلة التي تحدث فيها تغيرات كثيرة ويصاحبها أن يصير مفهوم الذات ووزن واضح في علاقة باتجاهات الفرد حيث أن مفهوم الذات هو الفن المجرد لادراكنا لأنفسنا في علاقاتنا بالآخرين وهو من العوامل الهامة والأساسية التي تتحكم بالسلوك البشري ذلك لأنه النواة التي تقوم عليها الشخصية كوحدة مركبة ديناميكية ويتكون مفهوم الذات من خلال تجارب الفرد واحتكاكه بالواقع من ناحية ونتيجة للعلاقة والأحكام التي يتلقاها الفرد في المحيطين به من ناحية ثانية وبالتالي إن الذات هي نتاج عملية التفاعل الاجتماعي وإن الشخص الناتج يكون مفهومه كما ذاته في ضوء علاقاته بالآخرين وفي إطار تقديره لهذا الذات على نحو متوازن وإن مفهوم الذات يلعب دوراً هاماً في توافق الفرد وصحته النفسية وإن فهم الفرد لذاته يمثل مقوماً من مقومات السواء النفسي ومن خلال فهم ذاتنا يكون لدينا بصيرة أفضل بأفكارنا وأفعالنا ونكون أكثر واقعية مع أنفسنا ومع الآخرين وأكثر قدرة على حل مشكلاتنا .

ومن جملة ما تلح عليه الدراسات والأبحاث في علم النفس مبدأ التكامل الشخصي للفرد والاهتمام بتكيفه انطلاقاً من نظراته إلى ذاته وإلى عالمه العام والخاص وإن التكيف النفسي هو المعيار الحقيقي للفرد لتحقيق علاقات اجتماعية تتسم بالقوة

وبالتالي تشير إلى التكيف الاجتماعي السليم والتوافق البناء مع البيئة الاجتماعية ولقد ساهمت مجالات علم النفس في تفسير سلوك الفرد على أنه في أصله تكيف مع العديد من المطالب والضغوط التي تضغط عليه وبعض هذه المطالب والضغوط اجتماعي وبالتالي يمكن القول إن الإنسان يسعى من خلال عملية التكيف الاجتماعي إلى الحفاظ على التوازن بين مختلف حاجاته النفسية والاجتماعية إذ يسعى وراء التكيف مع مطالب الدوافع الشخصية ومطالب العالم الاجتماعي والتكيف عملية سلوكية معقدة تستدعي وجود تغييرات تصيب المحيط الذي يكون فيه الفرد وهدفها توفير التوازن بين الفرد وهذه التغييرات وإن كل ما يحتاجه طلاب المرحلة الثانوية العامة هو أن تتاح لهم الفرص وتفتح أمامهم الأبواب ليقوموا بدور فاعل ومنتج في حياة المجتمع الذي يعيشون فيه مسهمين بذلك في تنمية وتقدم بلادهم بما يبدعون في مجالات عدة كالمجالات الأدبية والعلمية ومع ذلك بعد أن ينال طلاب المرحلة الثانوية شهاداتهم ويفرحون بها يواجهون واقع أليم وهو صعوبة دخولهم الجامعات لارتفاع المعدلات من جهة وصعوبة توفير فرص العمل أمامهم في حال عدم دخولهم الجامعات من جهة أخرى كل هذه المشكلات التي يواجهها هؤلاء الطلبة والتي تعوقهم أن يقوموا بدور فعال في بلادهم من شأنها أن تؤدي إلى ظهور مشاعر سلبية لديهم وهي مشاعر القلق والإحباط والخوف من المجهول هذه المشاعر التي تتعطس سلباً على مفهوم الذات تؤدي إلى تكوين مفهوم ذات سلبي الأمر الذي يؤثر على تكيفهم الاجتماعي وعلاقتهم الاجتماعية مع الأقارب والمحيطين بهم واستناداً إلى ما تقدم يأخذ موضوع البحث إطاره المحدد ليكون على النحو التالي :

" مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي

لدى طلبة الشهادة الثانوية العامة

دراسة مقارنة بين الأدبي والعلمي "

أهمية البحث :

تتبع أهمية هذا البحث بمساعدة نقادا أهمها :

١ - يعد هذا البحث بحثاً نفسياً اجتماعياً يتناول شريحة هامة من شرائح المجتمع ومن شريحة طلبة الشهادة الثانوية العامة هذه الشريحة التي ستكون مستقبل المجتمع الأمر الذي يعطي هذا البحث أهمية خاصة تحمل في طياتها قيمة ثقافية واجتماعية .

٢ - يبين هذا البحث أهمية التعرف على مفهوم الذات لدى طلبة الشهادة الثانوية العامة وعلاقته بتكيفهم الاجتماعي وبالتالي يمكن التعرف على مدى تمتع أبناء هذه الفئة بمفهوم ذات ايجابي واقعي يعكس تكيفاً اجتماعياً واقعياً لديهم .

٣ - ترجع أهمية هذا البحث في أنه يسلط الضوء على مفهوم الذات كواحد من أهم متغيرات الشخصية باعتباره جوهر الشخصية الذي يحقق تكاملها وتوافقها ويؤثر على تكيفها الاجتماعي .

٤ - تتجسد أهمية هذا البحث في رfd المكتبات المحلية بمرجع يفيد المهتمين بهذه الفئة وبمشكلاتهم النفسية والاجتماعية التي يعانون منها والتي تؤثر على مفهوم الذات لديهم وعلى تكيفهم الاجتماعي .

#### أهداف البحث:

١- التعرف إلى مدى وجود ارتباط بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة.

٢- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور والإناث في الفرع العلمي في مفهوم الذات.

٣- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور والإناث في الفرع الأدبي في مفهوم الذات.

٤- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور والإناث في الفرع العلمي في التكيف الاجتماعي.

٥- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور والإناث في الفرع الأدبي في التكيف الاجتماعي.

٦- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور في الفرع العلمي والأدبي في مفهوم الذات .

٧- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور في الفرع العلمي والأدبي في التكيف الاجتماعي.

٨- معرفة مدى وجود الفروق بين الإناث في الفرع العلمي والأدبي في مفهوم الذات

٩- معرفة مدى وجود الفروق بين الإناث في الفرع العلمي والأدبي في التكيف الاجتماعي

**أسئلة البحث :**

— ما هي العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى طلبة الشهادة الثانوية العامة .

— ما الفرق بين الذكور والإناث بالنسبة لمفهوم الذات والتكيف الاجتماعي .

**منهج البحث :**

اقتضت طبيعة البحث الاعتماد على منهج البحث الوصفي التحليلي للتعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى طلبة الشهادة الثانوية العامة بفرعها العلمي والأدبي لأن البحث الوصفي يصف ما هو كائناً وهو يهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين المتغيرات .

**فرضيات البحث:**

١— لا يوجد ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة.

٢— لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى الذكور والإناث في الفرع العلمي.

٣— لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى الذكور والإناث في الفرع الأدبي.

٤— لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى الذكور والإناث في الفرع العلمي.

٥— لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى الذكور والإناث في الفرع الأدبي.

- ٦- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى الذكور في الفرعين الأدبي والعلمي
- ٧- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى الذكور في الفرعين الأدبي والعلمي
- ٨- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى الإناث في الفرعين العلمي والأدبي
- ٩- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى الإناث في الفرعين العلمي والأدبي
- حدود البحث :**

**حدود زمانية :** تم تطبيق اختبار مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي على طلبة الشهادة الثانوية العامة بتاريخ ٢٠٠٨/٢/١٢ على الطلاب الذكور وبتاريخ ٢٠٠٨/٢/١٣ على الطالبات الإناث .

**حدود مكاتية :** تم تطبيق اختبار مفهوم الذات واختبار التكيف الاجتماعي على طلبة الشهادة الثانوية العامة الذكور بفرعها العلمي والأدبي في مدرسة الكسوة للبنين وعلى طالبات الشهادة الثانوية العامة بفرعها العلمي والأدبي في مدرسة اليرموك للبنات .

**أدوات البحث :**

١ - اختبار مفهوم الذات بأبعاده النفسية والاجتماعية والفلسفية والانفعالية والتعليمية .

٢ - اختبار التكيف الاجتماعي بمجالاته الأسرية والاجتماعية والنفسية والصحية والتعليمية .

**التعريفات الإجرائية :**

١ - **مفهوم الذات :** هو عبارة عن تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات و التقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً

نفسياً لذاته ويتكون مفهوم الذات في أفكار الفرد الذاتية المحددة الأبعاد من العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية وتشتمل هذه العناصر التصورات والمدرجات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو .

## ٢ – التكيف الاجتماعي :

هو عملية سلوكية معقدة تعكس العلاقة المرضية للإنسان مع المحيط العام للفرد وهدفها توفير التوازن بين الفرد والتغيرات التي تطرأ على المحيط ويشير التكيف إلى محاولات الفرد والنشاطات والعمليات التي يقوم بها بقصد الحصول على التوازن بين متطلبات المحيطين من خلال سيطرة إرادية واعية تسمح له ليس بالمحافظة على كفاءته و إنما تتعدى ذلك لتوفر فرصاً لتطوير الكفاءات وتدعيمها.

# الفصل الثاني :

أولاً : الدراسات العربية :

١ - دراسات تتعلق بمفهوم الذات :

أ - دراسة " كاميليا عبد الفتاح " ١٩٧٢ :

عنوان البحث " دراسة مفهوم الذات لدى الشباب "

الهدف من البحث " معرفة الفروق بين الجنسين من الشباب في هذا العدد إضافة إلى معرفة إذا كان هناك اتساق بين النزعة الذاتية والنزعة الاجتماعية في تحديد مفهوم الذات لدى الشباب "

العينة والأدوات : تألفت العينة في ٨٧ طالباً و ٩٢ طالبة من طلبة وطالبات الفرقة الثالثة بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية في القاهرة وكانت أداة البحث المستخدمة عبارة عن سؤال مفتوح يجاب عنه كتابه وهو " أكتب عشرين إجابة من السؤال التالي : من أنا "

النتائج : دلت النتائج على أن نسبة الإجابات الذاتي كانت أعلى من نسبة الإجابات الاجتماعية كما تبين وجود ميل على الأقل لاختلاف المجموعتين عن بعضها في هذا الاختبار حيث تغلب النزعة الاجتماعية لدى الطالبات عنها لدى الطلبة .

## ب - دراسة " محمد المرشدي " ١٩٧٩

**عنوان البحث :** " مفهوم الذات وعلاقته بالقيم لدى طلاب المرحلة الثانوية "

**هدف البحث :** دراسة أبعاد مفهوم الذات في علاقتها بالقيم النظرية والاقتصادية والاجتماعية والسياسية والجمالية العينة والأدوات " تألفت العينة من ١٥٦ طالباً و١٥٦ طالبة ممن تتراوح أعمارهم بين ١٥-١٦ سنة وقد استخدم اختبار مفهوم الذات للكبار واختبار القيم .

**النتائج :** أسفرت النتائج عن :

- ١ - وجود ارتباط موجب بين القيم ومفهوم الذات وأن الفروق بين الجنسين في أبعاد مفهوم الذات فروق ذات دلالة إحصائية من حيث تقبل البنات للآخرين .
- ٢ - كشفت الدراسة عن وجود فروق بين الجنسين في درجة الإحساس بالتباعد .
- ٣ - اختلاف ترتيب القيم لدى الجنسين وجود الاتفاق في ترتيب بعض هذه القيم وخاصة ضمن الإطار الثقافي والدراسي .

## د - دراسة " عبد الفتاح دويدار " ١٩٩٢

عنوان البحث : سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات " العينة والأدوات : بلغ عدد أفراد العينة ٥٦٦ طالباً من طلاب الجامعة في لبنان وقد اعتمد البحث على الأدوات التالية : اختبار مفهوم الذات للكبار و مقياس الاتجاه نحو الدراسة ومقياس الاتجاه نحو العلاقة بين الجنسين واختبار الذكاء العالي واستمارة المستوى الاجتماعي .

### النتائج :

- ١ - وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى = ١% بين مجموعتي البحث من خريجي المدارس الثانوية الرسمية والأجنبية لصالح خريجي المدارس الثانوية الرسمية بمعنى أن هؤلاء الطلاب أكثر محافظة على القيم التقليدية من نظرائهم من خريجي المدارس الثانوية الأجنبية .
- ٢ - إن الطلاب بصفة عامة أكثر محافظة على القيم التقليدية من الطالبات حيث أوضحت الدراسة وجود فروق جوهرية بين الجنسين فيما يتعلق بالاتجاه نحو الزواج وكانت الطالبات أكثر تقدماً من الطلاب .
- ٣ - وجود فروق جوهرية دالة إحصائية بين مجموعات البحث في الكليات العملية وبين نظرائهم في الكليات النظرية حيث أن طلاب الكليات العملية أكثر تمسكاً بالقيم التقليدية من طلاب الكليات النظرية .
- ٤ - هناك تناقض في اتجاهات الطالبات نحو الزواج وشتا مظاهر العلاقات بين الجنسين .

ب - دراسات تتعلق بالتكيف الاجتماعي :

١ - دراسة ناظم الطحان "١٩٨٤"

عنوان البحث : " علاقة التكيف الاجتماعي بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي " .

هدف البحث : الإجابة عن التساؤلات التالية :

١ - ما هي المشكلات النفسية التي تعاني منها طالبة الدراسة الثانوية في سورية ومجالاتها .

٢ - مدى ارتباط عدد المشكلات النفسية بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي لأسرة الطالبة .

٣ - مدى ارتباط المشكلات النفسية بالمستوى التحصيلي للطالبة استخدم الباحث قائمة بوفيمما لضبط المشكلات بالإضافة إلى مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الذي وضعه هو لتجهيد وقام بتعديله ليلائم الأسرة السورية أما فيما يتصل بالمرودود التحصيلي فقد اعتمد الباحث على معدل درجات الطالبة في الامتحان النصفى في صفوف المرحلة الثانوية .

النتائج : ١ - كلما قل عدد المشكلات التي تعاني منها الطالبات ارتفع مستواه في المرودود التحصيلي .

٢ - لا يوجد تباين بين مشكلات الطالبة في المدينة عن مشكلات الطالبة في الريف .

٣ - كلما ارتفع المستوى الاجتماعي الاقتصادي قل عدد المشكلات التي تعاني منها الطالبة .

٤ - إن عدد المشكلات يزداد كلما هبط مستوى ثقافة الأسرة والعكس الصحيح .

٢ - دراسة : موسى عبد الخالق جبريل "١٩٨٣"

- تتناول هذه الدراسة التكيف الاجتماعي ومشكلاته والعوامل المؤثرة في التفاعل الاجتماعي داخل المدرسة .

- تهدف هذه الدراسة إلى بيان العلاقة بين تقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية والتكيف الاجتماعي وكانت عينة البحث تضم "١٦٢٢" فرداً من الطلاب

الذكور في المدارس الثانوية الحكومية في الأردن وقام الباحث ببناء اختبار تقدير الذات واختبار التكيف الاجتماعي .

#### النتائج :

- ١- إن تقدير الذات لدى طلاب التخصص العلمي أعلى من ما لدى طلاب التخصص الأدبي والصناعي والتجاري .
- ٢ - إن تقدير الذات يزداد مع التدرج نحو صف أعلى .
- ٣ - إن التكيف الاجتماعي لدى طلاب التخصص العلمي أعلى من ما لدى طلاب التخصص الأدبي والصناعي والتجاري .
- ٤ - إن التكيف الاجتماعي يصبح أكثر إيجابية مع التدرج نحو صف أعلى في المرحلة الثانوية .

ثانياً : الدراسات الأجنبية :

١ - دراسات مفهوم الذات :

دراسة " جاكوبواتيز " ١٩٨٠

- عنوان الدراسة : " العلاقة بين مفهوم الذات والتفضيلات الدراسية والمهنية "

- هدف الدراسة : معرفة العلاقة بين كل من الجنسين ومفهوم الذات العلمي والتحصيل الأكاديمي وبين التفضيلات الدراسية والمهنية لدى الطلاب بمدينة نيويورك .

العينة والأدوات : عينة البحث عينة البحث تكونت من ٢٦١ طالباً وطالبة من الطلاب الملحقين بالمراحل العليا بالمدارس العامة بمدينة نيويورك وطبقت على أفراد العينة مقياس التفضيل العلمي والمهني ومقياس القدرة العامة لمفهوم الذات درجات الطلاب في العلوم والرياضيات من نتائج الإمتحانات .

- النتائج : كشفت عن وجود فروق جوهرية في مفهوم الذات بين الجنسين وعن ارتباط كل متغير من المتغيرات المستقلة المدروسة بتفضيلات الطلاب في مجال اختبار نوع الدراسة والمهنة .

دراسة " تريزا جوردان " ١٩٨١

عنوان الدراسة " مفهوم الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والكفاءة الأكاديمية لدى المراهقين "

هدف الدراسة : البحث في الإسهامات المشتركة لمفهوم الذات الشامل ومفهوم الذات الأكاديمي الحاجة إلى الكفاءة الأكاديمية بخلاف التحصيل الأكاديمي للمراهقين بالمدن الداخلية .

العينة والأدوات : تألفت العينة من ٣٦٨ فرد من طلاب الصف الثامن بإحدى المدارس الثانوية الحكومية الداخلية بمدينة نيويورك واستخدمت الباحثة مقياس " روزنبرغ " لاحترام الذات ومقياس القدرة العامة لمفهوم الذات .

النتائج :

- ١ - إن مقياس مفهوم الذات والدافعية أعلمنا الحصول عليها عن طريق تقدير الإنسان عن ذاته إذ أنها مصممة خصيصاً لطرق جوانب المعرفة الذاتية التي يمكن الوصول منها إلى الشعور لدى المغمومين .
- ٢ - إن الذات كموضوع تصبح ذاتاً تجريبية يمكننا قياسها قياساً عملياً صادقاً .
- ٣ - إن مفهوم الذات الشامل لم يفسر التباين بين الطلاب في التحصيل الأكاديمي المتداخلة مع عدد من المتغيرات الأخرى من بينها مفهوم الذات الأكاديمي .
- ٤ - إن طبيعة مفهوم الذات المتعدد الأوجه يجب أن نضعها موضوع الاعتبار إذا أردنا أن نحقق تفسيرات للتباين .

## دراسات التكيف الاجتماعي :

### ١ - دراسة داوولينج " ١٩٨١ "

تعتبر هذه الدراسة من أشهر الدراسات التي بحثت في تكيف التلامذة وتعود شهرتها إلى ابتكارها لأسلوب جديد في قياس التكيف الاجتماعي للتلميذ يعتمد على الفكرة القائلة بأن تقويم المدرس لسلوك التلميذ يمثل أحسن منبئ عن تكيفه الراهن وتكيفه المستقبلي .

وكانت أدوات قياسه والمتغيرات المختارة هي :

- ١ - اختبار الشخصية لأيزنك .
  - ٢ - التقويم التنبؤي لتكيف التلميذ من قبل المدرس .
  - ٣ - اختبار هاوس الذي يقيس التفكير اللفظي .
  - ٤ - اختبار المؤسسة القومية للبحث التربوي الذي يقيس فهم قراءة الجمل .
  - ٥ - استخدام استبانة لقياس اتجاهات التلميذ نحو مدرسته كقياس للتكيف المدرسي .
- وتكون العينة من /٥٠٣/ من تلامذة المرحلة الثانوية الذكور والإناث وبعد سنة حدد موقع التكيف الاجتماعي لكل من ٤٨٢ تلميذاً وتلميذة .
- وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين تقويم المدرسين لتكيف التلامذة في المدرسة وتقويم التلامذة أنفسهم لهذا التكيف .

# الفصل الثالث

## – الإطار النظري لمفهوم الذات:

### ١- تعريف مفهوم الذات:

تنوعت الدراسات التي تناولت مفهوم الذات في ارتباطه مع التغيرات الأخرى في الشخصية أو في النفس البشرية من خلال علاقتها مع محيطها ويعتبر هذا المفهوم مظهراً مهماً من مظاهر الصحة النفسية والأهمية مفهوم الذات وكثرة الباحثين فيه ولاختلاف المنطلقات التي انطلق منها هؤلاء الباحثون هناك تعريفات متعددة لمفهوم الذات منها:

– تعريف روجرز حيث يعرف روجرز مفهوم الذات بأنه ذلك التنظيم العقلي المعرفي والمفاهيم والقيم الشعورية التي تتعلق بالسمات المميزة للفرد وعلاقته المتعددة.

(موسى، ١٩٩٢، ص ٦٣)

– ويعرف بموقع مفهوم الذات: بأنه الجانب النظم أو مجموعة من الجوانب التنظيمية في الشخصية والتي تستقطب حولها مجمل النشاطات المختلفة الموجهة من أجل تحقيق كمال الإنسان وهذه المبادئ تزود الشخصية بالوحدة والاستقرار اللذان يعتبران هدف الفرد في حياته.

(الفاقي، ١٩٩٠، ص ٣٩٢)

ويعرف هولتر مفهوم الذات بأنه تلك الأنواع التي يستخدمها الفرد بغرض تعريف بذاته وهكذا فإنه لتعيين حدود مفهوم الذات يجب الأخذ بعين الاعتبار الطرق المتعددة التي يعرف الناس أنفسهم بها.

(عبد اللطيف، ٢٠٠١، ص ٢٧)

وهناك تعريف عام شامل بحل التعريفات السابقة: ويعرف فيه مفهوم الذات على أنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدرعات الشعورية والتطورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلورة الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المحددة الأبعاد من العناصر المختلفة لكيوننتة الداخلية

والخارجية وتشتمل هذه العناصر التصورات والمدرجات التي تمدد خصائص  
الذات كما تتعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو.  
(زهران، ١٩٩٠، ص ٨٣)

## بعض مصطلحات المرتبطة بمفهوم الذات:

١- **تقبل الذات:** وهو اتجاه شخصي يكونه الفرد عن نفسه ويعتبر أهمية خاصة بالنسبة له وعادة وما يبينه الفرد بعد معرفته التامة بمقدراته واستعداداته ومحدداته وإمكانياته الذاتية ويدخل في ذلك جوانب القوة والضعف في الذات ومحاسن الفرد وعيوبه وأخطائه ويعد هذا التقبل من أهم مقومات الشخصية السوية.

٢- **تحقيق الذات:** عملية تنمية قدرات ومواهب الذات الإنسانية وفهم الفرد لذاته وتقبله لها مما يساعد على تحقيق الاتساق والتكامل والتناغم ما بين مقومات الشخصية وتحقيق التوافق بين الدوافع والحاجات والحاجة الناتجة عن ذلك.

٣- **تقدير الذات:** تقويم الشخص لنفسه في حدود طريقة إدراكه لآراء الآخرين فيه وفكرة المرء عن نفسه هي نمط إدراكه لذاته وهذا المفهوم مرتبط جداً لمفهوم الذات وهو يشير إلى نظرة الفرد الايجابية إلى نفسه تتضمن الثقة بالنفس الإيجابية إلى نفسه بمعنى أن ينظر الفرد لذاته نظراً تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية ويتضمن إحساس الفرد بكفاءته.

٤- **تنظيم الذات:** ويتضمن تحكم الفرد في سلوكه الحالي وميله إلى ضبط النفس والتحكم الذاتي بهدف تحقيق الرضا النفسي الداخلي.

٥- **الشعور بالذات:** ويتضمن نوعين من المشاعر:

١- الشعور الإيجابي نحو الذات: ويتكون في النفس نتيجة للتقدير والمدح و التفوق الاجتماعي والنجاح.

٢- الشعور السلبي نحو الذات: ويتكون داخل النفس نتيجة للشعور بالرفض الاجتماعي ونقص الكفاءة الاجتماعية.

٦- **الرضا النفسي:** ويتضمن شعوراً بالإرتياح يتكون في نفس الفرد نتيجة لإشباعه لحاجاته ودوافعه الشخصية مثل الحاجة للتقدير والمدح والنجاح.

٧- **قوة الأنا:** ويشير إلى توافق الفرد مع ذاته ومجتمعته علاوة على خلوة من الاضطرابات الإدراعية والأعراض العصائبية والقدرة على التكيف في مواجهة مشكلات الحياة.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٢٦-٢٧-٢٨-٢٩)

## – كيفية تكون مفهوم الذات لدى الفرد:

يبدأ الفرد في تكوين مفهوم محدد لذاته عندما يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه وعن الآخرين المحيطين في البيئة ليكون نتيجة لتفاعله واحتكاكه وتعامله مع المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه الكثير من الشاعر والعواطف والأحاسيس التي تتراكم يوماً بعد الآخر وسرعان ما يتعلم كيف يخفف من آلامه وكيف يتغلب على المصاعب والعقبات التي تواجهه في الحياة كما أنه يدرك في الوقت نفسه ما يشعره بالراحة النفسية وتنبؤ صورة واضحة للفرد عن ذاته تدريجياً وتتضح ملامحها للآخرين بازدياد الخبرات اليومية لتظهر أمام الفرد نفسه كما لو كانت لوحة شفافة واضحة

يدرك من خلال النظر فيها والتطلع إليها جميع الواقف والأحداث التي تترك تأثيراً إيجابياً أو سلبياً في أعماق نفسه ليتصدى بعضها ويعوقها عن النفاذ إلى داخل نفسه وليسمح بمرور البعض الآخر منها والذي يتفق مع اتجاهاته وميوله الخاصة وبمثل هذا الأسلوب النظم يكون الفرد مفهوماً واضحاً تجاه نفسه واتجاه المحيطين به . في البيئة وتتشابك جميع هذه المفاهيم وتتداخل ليتحدد لها مفهوم محدد للفرد عن ذاته يتميز به عن غيره من الأفراد الآخرين أي أن مفهوم الذات يتكون نتيجة لتفاعل وتشابك العديد من العوامل أهمها نظرة الفرد الخاصة لذاته ونظرة الآخرين للفرد وتقديرهم له وانطباعاتهم نحوه.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٢٩ - ٣٠)

## أنواع مفهوم الذات:

من أنواع مفاهيم الذات التي تحدث عنها العلماء ثلاثة وهي:

١ - مفهوم الذات الإيجابي

٢ - مفهوم الذات السلبي

٣ - مفهوم الذات الخاص

## – مفهوم الذات الإيجابي:

ويتمثل في تقبل الفرد لذاته ورضاه منها حيث تظهر لمن يتمتع مفهوم الذات إيجابي صوراً واضحة ومتبلورة للذات يلمسها كل من يتعامل مع الفرد أو يحتك به ويكشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائماً الرغبة في احترام الذات وتقديرها والمحافظة على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة والاستقلال الذاتي مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها ويعود قبول الذات من لديه مفهوم إيجابي عن ذاته إلى معرفة الذات والتبصر بها.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٢٣)

## – مفهوم الذات السلبي:

فيما يتعلق بمفهوم الذات السلبي يظهر أن هناك نمطين:

– الأول: تكون فكرة الفرد عن نفسه غير منتظمة حيث لا يكون لدى الفرد إحساس بثبات الذات وتكاملها إذا لا يعرف مواطن الضعف والقوة لديه والأمر هنا يشير إلى سوء التكيف.

– الثاني: يتصف بالثبات والتنظيم ويقاوم التغيير وفي النمطين فإن أي معلومات جديدة عن الذات تسبب القلق والشعور بتهديد الذات وقد أشارت العديد من الدراسات عن الارتباط الوثيق بينما مفهوم الذات الإيجابي و الصحة النفسية من جهة وبين مفهوم الذات السلبي والاضطراب النفسي من جهة أخرى.

حيث أن الأفراد الأسوياء وكانوا أكثر إيجابية في تعاملهم مع الآخرين وكانت الفكرة التي يحملونها عن أنفسهم إيجابية أي أنهم أشخاص مرغوب بهم أما المضطربون فأظهروا مفهوماً سلبياً عن ذواتها وأنهم أشخاص غير مرغوب بهم....

والواقع أن من يكون لنفسه مفهوماً سلبياً كثيراً ما يكشف عن هذا المفهوم من أسلوب حديثه أو تصرفاته الخاصة أو من تعبيره عن مشاعره تجاه نفسه والآخرين مما يجعلنا نصفه بعدم الذكاء الاجتماعي أو عدم احترام الذات وعادة ما يعاني هؤلاء الأفراد من نوعين من السلبية:

الأول: يظهر عدم القدرة على التوافق مع العالم الخارجي الذي يعيشون فيه حيث تسمع أياً منهم يعبر عن ذلك بأنه ليس على مستوى الآخرين أو أنه محمل بالمشاكل والهموم أو أنه يشعر بعدم الاستقرار النفسي في حياته.....  
الثاني: ويظهر في شعور البعض منهم بالكراهية من الآخرين حيث تسمعه يعبر عن ذلك بأنه يشعر بعدم قيمته أو عدم أهمية أو أنه غير مقدر من الآخرين مهما فعل....

(مخول، ١٩٩٢، ص ٢٨٠)

— مفهوم الذات الخاص:

ويشير إلى فهم الذات كما هي عليه من وجهة نظر الشخص وتتضمن مخاوفه ومشاعره المتصلة بعدم الأمن ونقاط الضعف التي لا يعترف بها الإنسان لأحد وهذه تتضمن بالإضافة إلى الجوانب السلبية جوانب إيجابية.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٢٦)

أشكال مفهوم الذات:

١— مفهوم الذات الاجتماعي:

ويشير هذا المفهوم إلى تصور الفرد لتقويم الآخرين له معتمداً في ذلك على تصرفاتهم و أقوالهم ويتكون من المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين يتصورونها عنه ويتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

(أبو جادو، ١٩٩٨، ص ١٣٩)

## ٢- مفهوم الذات الأكاديمي:

ويعرف بأنه اتجاهات الفرد ومشاعره نحو التحصيل في مواضيع معينة يتعلمها ذلك الفرد أو هو تقرير الفرد عن درجاته وعلاماته في الاختبارات التحصيلية المرتفعة.

(المرجع السابق، ١٩٩٨، ص١٣٩)

## ٣- مفهوم الذات المدرك:

ويتكون من المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته وهو عبارة عن إدراك المرء لنفسه على حقيقتها وواقعها وليس كما يرغبها ويشمل هذا الإدراك مظهره وجسمه وقدراته ودوره في الحياة.

(المرجع السابق، ١٩٩٨، ص١٣٩)

## ٤- مفهوم الذات المثالي:

ويسمى هذا المفهوم بذات الطموح وهو عبارة عن الحالة التي يتمنى أن يكون عليها الفرد سواء كان ما يتعلق منها بالجانب النفسي أم الجسمي أم كليهما معاً معتمداً على مدى سيطرة مفهوم الذات المدرك لدى الفرد ويتكون من المدركات والتطورات التي تحدد الصورة المثالية التي يود الفرد أن يكون عليها.

(المرجع السابق، ١٩٩٨، ص١٣٩)

## ٥- مفهوم الذات المؤقت:

وهو مفهوم غير ثابت يملكه الفرد لفترة وجيزة ثم يتلاشى بعدها وقد يكون مرغوباً فيه أو غير مرغوب فيه حسب المواقف والتغيرات التي يجد الفرد نفسه إزاءها.

(المرجع السابق، ١٩٩٨، ص١٣٩)

## العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات:

هناك عدة عوامل تسهم في تكوين مفهوم الذات منها:

### ١- تحديد الدور:

يؤكد ساربي أهمية التفاعل بين الذات والدور الاجتماعي في السلوك البشري فلدرجة ما يتأثر إحساس الشخص بهويته بتقدير الآخرين للأدوار الاجتماعية التي يقوم بها ويعتبر تصور الفرد لذاته من خلال الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها من العوامل الهامة التي تساهم في تكوين مفهوم الذات لديه وقد وجد كوهن وزملاؤه أن هذا التصور للذات ينمو مع نمو الذات وأن الفرد في أدائه لسلوك الدور المنوط به.

يعبر قاصداً أو غير قاصد عن جزء من ذاته وتعمل إدراكات الذات هنا ورؤية الفرد لنفسه واتجاهاته نحوها على مساعدته في اتخاذ دورة بطرق معينة فالصلة بين الإدراكات الذاتية وسلوك الدور دائمة ونحن نعتمد على المعايير الاجتماعية في إدراك ذواتنا وإلى المدى الذي نبلغه في ذلك الإدراك فإننا يمكننا اتخاذ دور الآخر وتوقع استجابات الآخرين عنه والاستجابة لذواتنا الأمر الذي يؤكد أن سلوك الدور يتضمن دائماً علاقة قوية بين ذات الفرد والآخرين ويبني مفهوم ذات الفرد على أساس التوحدات الأولية مع الأم في بكورة حياته وعند ما يتم النمو الجنسي للفرد فإن صورة الجسم تصبح أكثر ثباتاً وتصبح الأدوار أكثر وضوحاً واندماجاً داخل مفهوم ذاته وتزداد شخصيته تبعاً لذلك اتساقاً مع مرور الوقت.

(أبو زيد، ١٩٨٨، ص ١٠٥)

### ٢- المعايير الاجتماعية:

يتضمن كل مفهوم للذات حكماً من أحكام القيمة فالفرد عندما يحكم على نفسه فهو يحمل على نفسه صفة من الصفات بدرجة معينة وبالنسبة لمعيار معين يشتقه الفرد من المعايير الاجتماعية ومستويات السلوك التي وضعها له المجتمع ليسلك وفق مقتضياتها.

وقد ظهرت أهمية المعايير الاجتماعية وخاصة المعايير الجسمية بالنسبة لمفهوم الذات بعد أن ثبت عن طريق الدراسات التي قمت في هذا المجال " أن صورة الجسم والقدرة العقلية وما لها من اثر في تقييم الفرد لذاته تعتمد على معايير اجتماعية".

ومع تقدم السن نجد أن رضا الفرد عن ذاته يعتمد على كيفية قياسية لعناصر قدراته المختلفة التي يكتشفها والتي يساعد الكبار المحيطين به على إحاطته بها ويتضح إذ أننا نحمل في عقولنا تأثير المعايير الاجتماعية على آمالنا وأهدافنا فهي التي تحدد المستوى الذي نهدف إليه والآداء الذي نرضى عنه.

(المرجع السابق، ص ١٠٧)

### ٣- التفاعل الاجتماعي:

أوضحت نتائج العديد من الدراسات أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناضجة تعزز الفكرة السليمة عن الذات وأن مفهوم الذات الموجب يعزز بنجاح التفاعل الاجتماعي ويزيد عن نجاح العلاقات الاجتماعية بدورة وتلعب خبرات تربية الطفل من خلال عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي دوراً هاماً وخطيراً في تشكيل فكرته عن نفسه وتكوين شخصيته من خلال علاقاته المتبادلة مع الوالدين وتفاعله ما هما ومن خلال عملية التنشئة ترتبط مشكلة الذات بمشكلة الدافعية الإنسانية نتيجة تنمية الفرد البيولوجي ردود فعل ليس فقط تجاه الآخرين وإنما تجاه نفسه ومعايير جماعته وتعتبر هذه المشاعر علامات محددة لنمو الذات ومن العمليات الديناميكية التي تساعد على تكوين الذات في هذا المجال:

- ١- الامتصاص: وفيها يمتص الطفل من المجتمع الخارجي خاصة أسرته موقفهم من أفعاله ونوع معاملتهم له فيسلك نحو نفسه كما يسلك الآخرون نحوه.
- ٢- التوقع: ومعنى ذلك أن يسلك الطفل مع الآخرين السلوك الذي يتوقعونه منه ثم هو يستطيع في نفس الوقت توقع ردود أفعالهم نحوه في حدود الأدوار المقررة والمعايير المشتركة وما للذات يسهلان عملية التوقع.

(المرجع السابق، ص ١٠٨)

#### ٤- اللغة:

أشار ميد إلى نتيجة هامة لاستعمال اللغة وهي أن الطفل عندما يستعمل صوته ويسمع نفسه عندما يتحدث فإنه يثير نفسه فضلاً على إثارته للآخرين وبسبب ذلك فإنه يستطيع أن يتفاعل مع كلماته الخاصة ويبدأ يفكر "بهذا يصبح" موضوعاً لنفسه" ويأخذ دور الآخر لكون اللغة التي تعلمها تسمع ويستجاب لها بواسطة نفسه والآخرين بالمثل فيخبر ذاته و يسهل عليه بفضل تطور اللغة إتخاذ دورة والاستجابة للسلوك المتوقع للآخرين وبسبب كون الطفل يتعلم أن يتحدث ويفهم عندما يتحدث إليه الآخرون فإنه يكون قادراً على إن يضع نفسه والآخرين داخل فئات معينة كما تساعده اللغة على أن يمتد بنفسه من الحاضر إلى الماضي كما يتعلم كل شيء عن المستقبل فهو يكون صورة كثيرة الوضوح أو قليلة عما يود أن يكونه و

إن الأداء اللفظي للفرد لا يمكن فهمه إلا من زاوية علاقة بوظيفة الكائن الحي في محاولته لتحقيق ذاته بقدر المستطاع في موقف معين.

(المرجع السابق، ص ١٠٩)

#### ٥- الجماعات الاجتماعية:

لا يتفاعل الجنس البشري كأفراد منفردين فحسب وإنما كأعضاء في جماعات أيضاً فتطور الادراعات الذاتية واتجاهات الذات إنما يحدث تحت ظروف الحياة الجماعية ويجب أن يفهم في حدودها.

ففي كل موقف اجتماعي فقد يظهر الفرد أنماطاً فريدة ومختلفة من السلوك في ظاهرة أي أنه يلعب أدواراً اجتماعية هي عناصر في الذات الكلية تتكشف من خلال عملية التكيف مع جماعة معينة.

و يرى ميد وميلر أن الفرد يمكنه تملك عدد من الذوات الاجتماعية تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة أو بأخرى ومكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية التي يشارك فيها وتلعب المقارنة دوراً يؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد حيث يخبر الفرد نفسه بطريق غير مباشر من المقاييس الخاصة للأفراد الآخرين الأعضاء في نفس الجماعة التي ينتمي إليها.

وتحتاج الادراكات الذاتية الفردية إلى إطارات مرجعية ثابتة لكي تتم من خلالها  
وتقدم الجماعات هذه الاطارات المرجعية من خلال العلاقة بين ذات الفرد  
وعضوية جماعة أو جماعة مرجعية وقد تركزت مجموعة من الاتجاهات حول  
تأثير مفهوم الذات على السلوك الاجتماعي خاصة اختيار الصديق وإن الكائن  
الإنساني لا يصبح كائناً إنسانياً إلا بدخوله في علاقات متبادلة مع غير من  
الكائنات الإنسانية كما تعمل الجماعات على إشعار الفرد بالانتساب لها ومكانته  
فيها وزيادة احترامه لذاته وتوفير الحب والأمن والحماية له  
(المرجع السابق، ص ١١٠)

## خصائص مفهوم الذات:

### ١- مفهوم الذات منظم وتركيبى:

إذ تشكل خبرات الفرد بكل تنوعها مجموعة المعلومات التي يؤسس عليها مفهومه عن ذاته ومن أجل تسهيل استيعاب هذه الخبرات يضعها في زمر ذات صيغ أبسط إنه ينظم الفئات التي يتبناها بحيث تكون إلى حد ما انعكاساً لثقافته الخاصة وعلى سبيل المثال: قد تدور خبرة الطفل في محور عائلته وأصدقائه ومدرسيه وهذا ما يبرر وجود الفئات في أحاديث الأطفال عن أنفسهم لأن هذه الفئات تمثل طريقة لتنظيم الخبرات وجعلها ذات معنى.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٢٩)

### ٢- مفهوم الذات متعدد الجوانب:

وهذه الجوانب تعكس نظام التصنيف الذي يتبناه الفرد أو يشاركه فيه العديدون وأشارت بعض الدراسات إن نظام التصنيف هذا قد يشكل بمجالات كالمدرسة والتقبل الاجتماعي والقدرة والذكاء العام.

(أبو جادو، ١٩٩٨، ص ١٤١)

### ٣- مفهوم الذات معرفى:

إذ يمكن أن تشكل جوانب مفهوم الذات معرفاً قاعدته خبرات الفرد في مواقف خاصة وقيمته مفهوم الذات العام وتقسّم قمة الهرم إلى مكونين هما:

١- مفهوم الذات الأكاديمي الذي يتفرغ إلى مجالات من المواضيع الرئيسية

"علوم" رياضيات ثم إلى المجالات المحددة ضمن المواضيع الرئيسية.

٢- مفهوم الذات غير الأكاديمي: الذي يتفرغ إلى مفهوم اجتماعي ومفهوم عاطفي ومفهوم فيزيائي.

(الزيات، ٢٠٠١، ص ٢٥٩)

### ٤- مفهوم الذات ثابت نسبياً:

أي أن مفهوم الذات العام يتسم بالثبات النسبي وكلما كان الاتجاه في مفهوم الذات نحو القاعدة كان هذا المفهوم أكثر ثباتاً نسبياً ولكي يحدث تغيير في مفهوم الذات العام يتعين حدوث مواقف متعددة ومحددة. فمثلاً خبرات النجاح والفشل لأحد

تلاميذ المرحلة الابتدائية في مادة التاريخ ربما يؤثر على مفهوم الذات الاكاديمي لديه لكن تأثيرها على المفهوم العام للذات يكون ضعيفا.

(أبو جادو، ١٩٩٨، ص ١٤٢)

#### ٥ - مفهوم الذات نمائي ومتطور:

حيث أن مفاهيم الذات لدى صغار الأطفال كلية أو شاملة وغير متميزة ومع بداية بنائهم للمفاهيم واكتسابهم لها ومع عمليات النضج والتعلم يحدث تزايد للخبرات المختزنة وتبدأ عمليات تصنيف الأحداث والمواقف ومع تزايد العمر الزمني والخبرة يصبح مفهوم الذات أكثر تمايزاً ومع إحداث قدر من التكامل بين مكونات مفهوم الذات يمكن أن تتكامل مظاهر مفهوم الذات كالبنية والتنظيم والتعدد.

(الزيات، ٢٠٠١، ص ٢٦٠)

#### ٦ - مفهوم الذات متميز أو فارق:

بمعنى أنه متميز أو مستقل عن الأبنية الأخرى التي يرتبط نظرياً بها فمثلاً يمكن افتراض أن مفهوم الذات للقدرة العقلية يبدو أكثر ارتباطاً بالتحصيل الاكاديمي من القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية وهكذا...

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٣٠)

#### ٧ - مفهوم الذات تقويمي:

أي أن مفهوم الذات ذو طبيعة تقويمية وليس وصفية وهذا التقويمات تحدث في مواجه المعايير المطلقة "كالمثالية" كما تحدث في مواجهة المعايير النسبية "كالواقعية" مثل استقبال تقويمات الآخرين وبعد التقويم يمكن أن يتباين في الأهمية بالنسبة لمختلف الأفراد والمواقف وهذا التباين ربما يعتمد على خبرات الفرد الماضية وثقافته الخاصة ومركزه وأدواره في مجتمع معين.

(الزيات، ٢٠٠١، ص ٢٦٠)

## – دينامية مفهوم الذات:

ينظم مفهوم الذات السلوك ويبين استمرارية وقد نظر إليه علماء النفس على أنه مفعم بالقوة والنشاط، فعال وقوي قابل للتغيير.

إنه يفسر وينظم الأعمال والخبرات الوثيقة الصلة بالذات، كما يقدم الحوافز والمعايير والخطط من أجل السلوك.

ولقد ضاعف الباحثون النفسيون جهودهم لدراسة أهمية هذا المفهوم وأهمية دوره لفهم مفهوم الذات بصفته أحد منظمات السلوك الهامة.

وقد تم التركيز بشكل أساسي من أن مفهوم الذات مفهوم مفعم بالقوة والنشاط وهو بتوسط أكثر عمليات الشخصية في أوسع مجال من التنوع. كما أنه متعدد الجوانب. مرتبط بتنظيم الذات ويمثل بأشكال مختلفة.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٣٥)

## – محددات مفهوم الذات:

### ١ – المحددات الأسرية والاجتماعية ومفهوم الذات:

إذا كان مفهوم الإنسان عن ذاته مستمداً من سلوك الأشخاص الهامين في حياته فلا بديل أفضل من أن يبدي الوالدان تقبلاً ثابتاً واضحاً للطفل. فالأطفال الذين يشعرون بالحب والتقبل يحملون شعوراً إيجابياً نمو الذات. ويستمر شعورهم بالجداراة (حتى لو تعرضوا لضغوط خارج البيت. أما الأطفال الذين لا يشعرون بتقبل أبويهم لهم فيكونون أكثر عرضة للتأثر بوسائل الآخرين السلبية وهكذا نجد أن للوالدين تأثيراً هاماً في بناء شخصية الأبناء وتكوين مفهوم الذات لديهم. فالطفل الذي ينشأ في بيئة تحيطه بالتقبل والعناية يدرك نفسه كشخص موثوق به. لأنه يشعر أن الراشدين يفهمون طبعه وأن العلاقة الطيبة بين الابن وأبيه تزوده بعلاقة ناضجة في علاقاته مع أقرانه وتزيد من ثقته بنفسه.

كما تمت دراسة محددات الأسرة وجمعت معلومات عن السلالة والجنس وعن وضع الأب والأم الوظيفي والاقتصادي ومستوى اهتمام الأب والأم بمشاريع المدرسة وذلك لمعرفة اهتمام الأولياء كما يدركه الطالب وأثر ذلك في مفهوم الذات.

وقد تبين أن شعور الطلاب بالاتجاه الايجابي غير المشروط من قبل الوالدين يؤدي إلى شعور صحيح بالتقبل وينمي مفهوم ايجابي للذات .  
وإن خصائص شخصية المراهق ترتبط بالعلاقات الانفعالية وأنماط التربية التي خبرها خلال حياته مع والديه وهناك دراسات تشير إلى أن موقف المراهق من المجتمع والمدرسة وعلاقاته بأفراد المجتمع هي امتداد لموقفه في البيت .  
و العلاقة بين الأخوة والأخوات أثرها البالغ في تكوين مفهوم الذات فقد يتعلم من خلال تفاعله مع إخوته أنماطاً من السلوك كالمساعدة أو الغيرة .  
ومن الدراسات التي تناولت العلاقة بين الأخوة والأخوات وأثرها في تكوين مفهوم الذات لديهم دراسة " هيلين كوخ " التي تشير إلى أن متغيرات الجنس وترتيب الولادة والسن عوامل تتفاعل لتؤثر في نمو مفهوم الذات لدى الطفل .  
وبصورة عامة يمكن القول أن للبيئة الأسرية أثراً حاسماً في مجمل شخصية الفرد ونواحي حياته .

ويبدو تأثير المحددات الأسرية في مفهوم الذات أكثر وضوحاً في مرحلة الانتقال من الطفولة المتأخرة إلى المراهقة المبكرة إذ غالباً ما يعتمد المراهق في هذه المرحلة إلى تأكيد ذاته بطرق مختلفة وغالباً ما يكون الوالدان المتمتعان بمستوى ثقافي جيد أكثر معرفة بخصائص النمو وأكثر قدرة عن فهم التصرفات التي يقوم بها المراهق بأنها امتداد لحاجته إلى الحب والقبول ولكن قد يحقق الوالدان شروطاً ملائمة لنمو مفهوم الذات عند الأبناء ولو لم يتوفر لهما المستوى الثقافي الجيد .  
وذلك عندما يتفهمان أمور الأبناء ويشجعان على إبداع الرأي وذلك يبعد المراهق والطفل على استخدام طاقاته الانفعالية بطرائق تساهم في تكوين مفهوم ايجابي للذات عنده .

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٥١-٥٢-٥٣)

## ٢ - المحددات المدرسية ومفهوم الذات:

هناك محددات مدرسية أكثر تأثيراً في مفهوم الذات من المحددات الأخرى

من أهم هذه المحددات ما يلي:

أ - المعلمون ومفهوم الذات:

إن الطريقة التي يعتمدها المعلمون في الحكم على طلابهم وما تتطوي عليه من مدح أو ذم تلعب دوراً هاماً في تشكيل مفهوم الذات لدى الطلاب. كما أن التوقعات المعلمين من الطلاب أثراً واضحاً في صياغة تصوراتهم من أنفسهم وإن هناك علاقة وثيقة متبادلة بين مفهوم الذات والتقييمات من قبل المعلمين وباستطاعة العلم مساعدة الطالب على تكوين مفهوم ذات إيجابي عن قدراته وطاقاته عندما يكون على علم بخصائص النمو في المرحلة التي يكلف بالإشراف عليها وعندما تتوفر للمعلم ثقافة جيدة عن خصائص نحو المراهقين مثلاً يستطيع أن يتعامل معهم بأسلوب ينمي مفهوماً موجباً للذات لديهم. ويبين نتائج دراسة أن الطلاب الناجحين ذوي مفهوم الذات المرتفع أكثر تأكيداً لدور المعلم في نجاحهم المدرسي من الطلاب الفاشلين ذوي مفهوم الذات المرتفع. وإن مفهوم الذات الموجب للمعلم يساعد في تحسين تعلم التلاميذ ورضا المعلم عن عمله و تقبله لذاته ويساهم في خلق جو مدرسي جيد ويؤثر في مفهوم الذات عند التلاميذ وذلك من خلال التفاعل والعلاقات التي تعزز فكرة الطالب عن ذاته وقد وجدت بعض الدراسات ترابطاً بين مفهوم الذات للمعلم ومفهوم الذات لطلابه وإن مفهوم الذات للمعلم يؤثر في نمو مفهوم الذات للتلاميذ وإن مفهوم الذات الموجب للمعلم يؤدي إلى مناخ تعليمي موجب ويساعد في النمو الوجداني الصحي للتلاميذ ويصل بالنمو العقلي إلى مده.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٥٤-٥٥)

ب - الرفاق ومفهوم الذات:

يحتاج الطفل بشكل عام والمراهق بشكل خاص إلى إيجاد صداقات تشعره بأهميته وتساعد على أن يكتشف نفسه من خلال ممارسة الأدوار الجديدة التي يجب أن يتعلمها في أثناء تعامله مع غيره فهو يبحث عن مجموعة الأتراب التي تهين له الفرصة المناسبة للهروب من مطالب الكبار في الأسرة والمدرسة. وترد هذا الرغبة في التجانس مع الجماعة إلى شعور المراهق في المرحلة المبكرة في المراهقة بعدم الطمأنينة ولدى محاولة المراهق للتجانس مع الجماعة يصبح

عبدًا لتقاليد هذه الجماعة ويحاول أن يبدو وأن يسلك وأن يتفق بكل طريقة مع النمط الذي وضعته الجماعة التي يدمج نفسه فيها. إنه يستمد مفهومه على أهمية ذاته من اتجاهات رفاقه نحوه وردود أفعالهم اتجاهه فإذا تلقى ما يشعره بالقبول زاد تقبله لذاته. أما إذا تلقى ردود أفعال سلبية تتم عن عدم التقدير والقبول فإن ذلك ينعكس عن مفهومه عن ذاته كما يميل المراهق إلى مقارنة نفسه بأصدقائه من ناحية القدرات والإمكانات وإن أقوى محدد لمفهوم الذات هو شكل المحيط الاجتماعي الآتي إذ يركز الشخص على كل مظهر من ذاته إذا كان في موضع اجتماعي خاص. (المرجع السابق، ص ٥٦-٥٧)

د - الدرجات التحصيلية ومفهوم الذات:

يرى معظم العلماء أن الذين يكون إنجازهم المدرسي سيئاً يشعرون بالنقص وتكون لديهم اتجاهات سلبية نحو الذات. وفي الوقت نفسه هناك دلائل قوية على أن فكرة جيدة لدى الفرد قدراته ضرورية للنجاح المدرسي. وغالباً ما ينقل المدرسون انطباعاتهم إلى الطلبة من خلال الدرجات التحصيلية فالطالب الذي يحصل على درجات ضئيلة يعتقد أن المدرس لا يحسن الظن بقدراته وحصول الطالب على درجات منخفضة المرة تلو الأخرى في مادة معينة يمكن أن يؤكد في نفسه أنه عاجز عن فهم هذه المادة ويمكن لهذه الأمور أن تساعد على تنمية مفهوم سلبي لاعتبار الذات.

وهذا يعني أن النجاح في الحصول على الدرجات العالية يولد شعوراً قوياً بالرضا والاطمئنان ولذلك فإنه يتوجب على المدرسين أن يكونوا واقعيين عند القيام بعملية التقييم ووضع الدرجات وأن يساعدوا الطالب على مواجهة المواقف المختلفة التي يتعرض عند عجزه على تحصيل الدرجات المرتفعة مع العمل على إبراز تفوقه في المجالات التي يحبها والتي تساهم في تنمية مفهوم إيجابي للذات عنه.

(المرجع السابق، ص ٥٩ - ٦٠)

د: مستوى الطموح ومفهوم الذات:

يختلف الطلاب اختلافاً دائماً من حيث المستوى الذي يرغبون في بلوغه أو يشعرون أنهم قادرون على بلوغه كما يختلفون في السعي لتحقيق الأهداف ويلعب مستوى الطموح دوراً هاماً في التأثير في مفهوم الذات فالمرهق الذي لديه مستوى مرتفع وغير واقعي يخبر الفشل مما يؤدي إلى شعور بالنقص والقلق. أما المرهق الذي يتميز بنظرة واقعية فيما يتعلق بقدراته فإنه يكتسب مفهوماً ذاتياً قوياً يزداد قوة مع كل نجاح ويصاحب ذلك مفهوم ذاتي أكثر امتيازاً. وإن ارتفاع مستوى الطموح يقتضي مجالاً يتيح الحركة والنشاط وإثبات إمكانيات الإنسان ما يدفعه إلى مزيد من الطموح وإنه كلما كان المجال الذي يتحرك فيه الإنسان مرناً بمعنى أنه قليل الحواجز والعقبات كان ذلك دافعاً إلى المزيد من حركة الشخص ونشاطه وتقدمه وارتفاع مستوى طموحه. وكما أن النجاح المتكرر للطالب يساهم في تكوين مفهوم إيجابي عن الذات يساهم الفشل المتكرر في تكوين مفهوم سلبي عنها ويجعل الطالب يفتقر إلى الثقة بقدراته ولتنمية مفهوم ذات إيجابي عند الطلاب لا بد من الوقوف على الفروق الفردية ومعرفة الطريقة التي يتأثر بها كل طالب للوصول إلى غايته مع العمل على دراسة كل فعل وكل سلوك يصدر عن الطالب على أنه ذو هدف وغاية ليتسنى له المساعدة وتنمية اهتماماته وذلك بتقبله بما يمتلك من قدرات وإشعاره أن بإمكانه أن يحقق النجاح في مجال ما.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص ٦٠-٦١)

## أبعاد مفهوم الذات:

كان العالم "جيمس" أول من تعلم بشكل واضح عن أنواع وأبعاد الذات طبقاً لما

ذكره فإن الفرد يملك عدة ذوات منها:

١- الذات كما يعتقد حقيقة بما هو كائن عليه.

٢- الذات كما يتمنى أن يكون عليه.

٣- صورة الذات كما يعتقد أن الآخرين يرونها هما

وقد رأى جيمس أن هناك نظامين ممكنين للذات هما: ١- الذات التجريبية

٢- الذات العارفة

— وقد ميز " ميد " بين بعدين ومظهرين في الذات أطلق على أسمها الذات "المفردة" هي تمثل دوافع الفرد الطليعة غير المقيدة بالمعايير الاجتماعية وأطلق على المظهر الثاني اسم " الذات الاجتماعية" وهي تمثل معايير الثقافة التي امتصها الفرد وتتحكم فيها الأدوار العامة وهما بعدان لشيء واحد ويتفاعلان معاً ويأتي السلوك نتاجاً لهذا .....

وقد ميز "كاتل" بين ثلاثة أبعاد للذات:

١- فهناك الذات البنائية وهي تقابل الأنا كعملية أو كفاعل.

٢- هناك الذات التأملية بقسميها الواقعي والمثالي ومن

تتضح الذات كموضوع وهي تنقسم إلى:

أ- الذات الواقعية أو الفعلية: وهي رؤية الفرد لنفسه وإقراره لها.

ب- الذات المثالية: وهي الفرد كما يود أن يرى نفسه.

وفي دراسات "ستينس" ذكر أن هناك ثمانية أبعاد للذات هي:

١- بعد المساحي للذات

٢- بعد الذات المدركة الواعية

٣- تنوع الفئات المختلفة داخل الذات

٤- الثقة بالنفس

٥- تكامل الأنماط

٦- الاستبصار " تطابق الذات مع الواقع "

٧- الثبات " ثبات مفهوم الذات "

٨- تقبل الذات "تطابق الذات المدركة والذات المثالية"

وفي دراسة التي قام بها "زهران" ١٩٦٦" عن مفهوم الذات وعلاقته بالتوجيه النفسي للمراهقين تبين أن مفهوم الذات يحتوي على الأبعاد التالية:

١- التطابق بين الذات المدركة والذات المثالية

٢- قوة عاطفة الذات

٣- التوافق الشخصي التام

٤- العلاقات العائلية المتوقعة

٥- الاتساق - المسؤولية - الوثوق

(أبو زيد، ١٩٨٨، ص ١١٣-١١٤-١١٥)

— المؤثرات الاجتماعية في تحقيق مفهوم الذات:

هناك مجموعة من المؤثرات التي تهتم في تحقيق الذات منها:

- ١- حب وعطف الوالدين في الأسرة للطفل واتجاهاتهم نحو الطفل أثناء مراحل النمو المختلفة تكون على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين مفهوم الذات لديه.
  - ٢- أن الأفراد الآخرين خارج الأسرة يلعبون دوراً هاماً في تكوين مفهوم الذات مثل المربين في المدرسة وزملاء المهنة والعمل والأصدقاء.
  - ٣- إن صورة الجسم والشكل والمظهر الخارجي والمقدرة العقلية كل هذه العوامل لها أثرها الفعال في تقييم الفرد لذاته.
  - ٤- يؤثر الدور الاجتماعي في مفهوم الذات حيث تنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية وأثناء تحرك الفرد في إطار البناء الاجتماعي الذي نعيش فيه.
  - ٥- هناك علاقة واضحة بين مفهوم الذات والتفاعل الاجتماعي ذلك أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناجمة تعزز الفكرة السليمة عن الذات.
- (القطان، ١٩٩٠، ص ٦٤-٦٥)

## سمات تحقيق مفهوم الذات:

تتغير الذات نتيجة للنضج والتعلم وقد حدد روجرز سمات رئيسية للفرد الذي يحقق مفهوم إيجابي عن ذاته في تقرير نشر في الكتاب السنوي لجمعية التوجيه وتطوير المناهج ومن هذه السمات ما يلي:

١- الشخص الذي يحقق ذاته له إدراك مناسب للذات ويتعامل مع الحقيقة بسهولة ويتقبلها.

٢- لهذا الشخص رغبة في أن يكون جزءاً من عملية التغيير وأنه غير مهتم بالدفاع عن الأمر الراهن.

٣- لهذا الشخص وجهة نظر إيجابية نحو نفسه وثقة تزايدة بقدراته وله طموحاته واقعية

٤- لهذا الشخص بسبب انفتاحه على الخبرات مستوى عال من التكافل الشخصي ويخضع تجاربه الجديدة للتقويم الموضوعي.

٥- لهذا الشخص شعور قوي بالتعاطف مع الآخرين لأنه قادر على الانطلاق من ذاته بحيث يمتد مفهومه للذات ليشمل عائلته وأصدقائه ومجمعه.

(أبو جادو، ١٩٩٨، ص ١٤٢-١٤٣)

# الفصل الرابع

## " الإطار النظري للتكيف الاجتماعي "

– تعريف التكيف الاجتماعي:

هو عملية تتم داخل إطار العلاقات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد ويتفاعل معها سواء كانت هذه العلاقات في مجتمع الأسرة أو المدرسة أو الرفاق أو المجتمع الكبير بصفة عامة والتكيف الاجتماعي الذي يحدث في هذه الناحية ذو طبيعة تكوينية لأن الكيان الشخصي والاجتماعي للفرد يبدأ في اكتساب الطابع الاجتماعي السائد في المجتمع من اكتساب اللغة وتشرب لبعض العادات السائدة وتقبل بعض المعتقدات ونواحي الاهتمام التي يؤكد عليها مجتمعه.

إذاً: فالتكيف الاجتماعي يعني قدرة الفرد على إتباع السلوك الذي يتوافق على ما هو سائد في المجتمع بشكل يحقق له الرضا عن نفسه ورضا الجماعة عنه.

(فهمي، ١٩٨، ص ٢٥)

ويعرف التكيف الاجتماعي أيضاً بأنه عملية سلوكية معقدة تعكس العلاقة المرضية للإنسان مع المحيط العام للفرد وهدفها توفير التوازن بين الفرد والتغيرات التي تطرأ على المحيط ويشير التكيف إلى محاولات الفرد والنشاطات والعمليات التي يقوم بها بقصد الحصول على التوازن المقبول بين متطلبات المحيطين من خلال سيطرة إرادية واعية تسمح له ليس بالمحافظة على كفاءته وإنما تتعدى ذلك لتوفر فرصاً لتطوير هذه الكفاءات وتدعيمها بخبرات جديدة.

(عبد اللطيف، ٢٠٠٢، ص ١١١)

## "أبعاد التكيف الاجتماعي"

### ١- البعد الشخصي:

— ونقصد به البعد السلوكي للفرد الواحد وهو عبارة عن مجموعة الدوافع والحاجات والانفعالات والعواطف والعقد النفسية التي تدفع الفرد على القيام بنشاط اجتماعي معين.

(فهيمى، ١٩٨٠، ص٢٣)

قوامه التوافق مع الذات ومظهرة وحدة الشخصية ويقتضي تقبل الذات بكل ما فيها تقبلاً غير مضطرب ودون صراع ويتميز بقلّة التوترات أو انعدامها وذلك سبب الخلومن الصراع الداخلي وينجح في إشباع الدوافع الشخصية وفي تحقيق الشخصية وإحراز التفاهم مع الذات.

(عبد اللطيف، ٢٠٠٢، ص١١٢)

### ٢- البعد البيئي:

ويتضمن الظروف التي يعيش فيها الفرد ظروف الأسرة وظروف المدرسة وظروف العمل.

(فهيمى، ١٩٨٠، ص٢٤)

### ٣- البعد المعرفي العقلي:

ويتضمن مجموعة القيم والاتجاهات والعادات الاجتماعية والمثل المسيطرة والموجهة للجماعة الموحدة لأهدافها ولا شك أن هذا البعد هو من خلاصة عمليات التعليم و الاكتساب والتقليد التي يمارسها الفرد من خلال تفاعله مع الجماعة التي يعيش بين أفرادها.

(فهيمى، ١٩٨٠، ص٢٤)

#### ٤- البعد الإنساني:

ويتمثل في طريقة الاتصال بين الأفراد الجماعة المختلفين كما يتمثل في طريقة القيادة والأسلوب الذي يستعمله القائد مع أفراد الجماعة وهل ترجع هذه الأساليب وتعتمد أساساً على قاعدة سليمة من العلاقات الإنسانية أم تعتمد على القسوة و الضبط الشديد القاسي والعبث والإحباط.

(فهيم، ١٩٨٠، ص ٢٤)

#### ٥- البعد الاجتماعي:

قوامه التوافق مع الناس والمؤسسات الاجتماعية ويقتضي تقبل الآخرين بكل ما فيهم وتقبل قواعد الحياة الاجتماعية ويتميز بمد أدنى من الصراع الحاد وينجح في إحراز التقدم الاجتماعي دون الاضطرار إلى إيذاء أحد.

(عبد اللطيف، ٢٠٠٢، ص ١١٢)

#### — عوامل التكيف الاجتماعي:

##### ١- العوامل الشخصية:

وهي عوامل التنشئة الاجتماعية والخبرات التي يمر بها الفرد من خلال انتمائه إلى جماعات متعددة بالإضافة إلى قدراته وصفاته الشخصية مثل السن ومستوى التعليم والعادات الشخصية ومستوى الطموح ويرى "بارسوننز وسيلز" .  
أما التنشئة الاجتماعية تعتبر إحدى عاملين رئيسيين يحافظان على العملية المتواصلة لاستمرار النسق الاجتماعي وهي تتم من خلال عملية التعلم والعامل الثاني هو الضبط الاجتماعي وترجع أهمية التنشئة الاجتماعية إلى أنها تهدف إلى إيجاد التوافق بين حاجات الشخصية ومطالب المجتمع وتتخلص هذه العملية في تحويل الفرد من كائن عضوي إلى كائن اجتماعي.

وتتم عملية التنشئة الاجتماعية للفرد منذ مراحل نموه الأولى من خلال ثلاث جماعات: جماعة الأسرة — جماعة المدرسة — جماعة الرفاق.  
فالفرد يتأثر بالجو المهيمن على أسرته ويكتسب اتجاهاته بتقليده لأهله وذويه كما أن البيئة الاجتماعية التعليمية لها آثار قوية في تنشئة الفرد فهي التي تجمع بينه وبين أقرانه.

فيميل إلى بعضهم وينفر من بعضهم ويقارن مكانته التحصيلية والاجتماعية بمكانتهم ويتأثر بفكرتهم عنه ويدرك نفسه في إطار معاييرهم ومستوياتهم ويكتسب الفرد من خلال انتمائه لجماعة الرفاق قيماً معينة تتصل بالصدقة والتحصيل ويتعلم الفرد كذلك من هذه الجماعات كيف أن المسيرة مع ما يفعله الآخرون. يقوده إلى الإنجاز الناجح في حياته وإن عملية التنشئة الاجتماعية عملية ديناميكية لا تقتصر على طور عدد من أطوار نمو الفرد داخل المجتمع فهي عملية تعلم تعتمد على التلقين والمحاكاة والتوحد مع الأنماط العقلية والأخلاقية عند الطفل والراشد وهي عملية مستمرة تبدأ من الميلاد داخل الأسرة وتستمر في المدرسة وتتأثر بجماعات الرفاق ومن ثم تستمر عملية التنشئة باتساع دائرة انساق التفاعل كلما كبر المرء.

(الصالح، ١٩٩٦، ص ٦١-٦٢)

## ٢- العوامل الأسرية:

إن الطالب كعضو في أسرته يتأثر بالظروف البيئية التي تحيط بهذه الأسرة ومن متغيرات هذه البيئة: موقع السكن ونوع الحي الذي تقيم فيه الأسرة وهو يرتبط بالحالة الاجتماعية والاقتصادية للأسرة ومن مظاهر الحالة الاقتصادية الهامة للأسرة مستوى الدخل حيث أن دخل الأسرة ينعكس على مستوى معيشة الأسرة ومكانتها الاجتماعية والعلاقات بين الأسرة وغيرها من الأسر. وتدل الدراسات على أن للمستوى الثقافي والاجتماعي والاقتصادي للأسرة أثراً عميقاً في سلوك الأفراد وفي تكيفهم الاجتماعي كما يعتبر عدد أفراد الأسرة له علاقة بتكيف الطلاب وتحصيلهم الدراسي وبالنسبة للظروف الاجتماعية في الأسرة نجد أن العلاقات الأسرية وأسلوب تربية الأبناء لها أثرها في سلوك أبنائهم وفي علاقاتهم مع الآخرين داخل المجتمع وتتوقف عليها قدراتهم على التكيف الاجتماعي السليم وشخصية الفرد السوية لا تنشأ إلا في جو تشيع فيه الثقة والحب والتآلف والأسرة المثالية هي التي تسير نمو الفرد وتعامله بما يتناسب مع سنه ومع مراحل نموه.

وتتنوع العلاقات الأسرية حسب تركيب الأسرة وأهم أنواع العلاقات التي يرتبط بها الفرد في نطاق البيئة الأسرية وعلاقات الرفاق فالفرد في سن المراهقة يرى أن عالم الأسرة بعيد عن أغراضه وآماله بينما يرى عالم الرفاق قريباً منه لذلك يندمج مع عالم الرفاق ليتكامل مع أفرادِهِ ويتكيف معهم من أهم المتغيرات الاجتماعية و الاقتصادية في نطاق الأسرة أي لها علاقة بتكيف الطلاب أو سوء تكيفهم نوع العلاقات بين أفراد الأسرة والمشكلات الأسرية انفصال الوالدين أو وفاة الوالدين أو أحدهما وعدد أفراد الأسرة ونوع الحي ونوع المسكن ودخل الأسرة.....

(المرجع السابق، ص ٦٤-٦٥)

### ٣- عوامل بيئة الدراسة:

ومن أهم هذه العوامل التي تسهم في التكيف الاجتماعي للفرد ما يلي:  
أ - العلاقة بالزملاء والرفاق: حيث تعتبر علاقات الطالب بزملائه من العلاقات الهامة في تكيفه فجماعة الزملاء الموجودين في فصول الدراسة أو ضمن اللجان والجماعات الطلابية تسهم في بناء شخصية الطالب وتنمية هواياته ومهاراته ومساعدته على التكيف وإذا لم يستطع أن يتعايش مع الزملاء فإنه يعدل من سلوكه ليتكيف معهم هذا بالإضافة إلى تأثير هؤلاء الزملاء في ثقافته وقد يكون لجماعة الرفاق تأثيراً في سلوك الطالب أكثر من تأثير الأسرة والمدرسين وذلك لأن الطالب حين ينضم لهذه الجماعات فلأنه يشترك مع أعضائها في الاهتمامات والأفكار وتشبع رغبات معينة لديه كما أن الجماعة مجال رحب للصدقة يشعر فيها الطالب بكيانه وأهميته ووضع الاجتماعي كما أن الجماعة مصدر للمعلومات التي يريد أن يعرفها وتعطيه الفرصة ليثبت قدراته ويحصل على اعتراف من الآخرين واحترامهم

(المرجع السابق، ١٩٩٦-ص ٧٢-٧٣)

ب – العلاقة مع أعضاء هيئة التدريس: تعتبر العلاقة بين الطلاب أو المدرسين من العلاقات الهامة في عملية التعليم فمن خلال هذه العلاقة تتجح أو تفشل العملية التعليمية وتلعب العلاقة بين المدرسين والطلاب دوراً رئيسياً في حل كثير من المشكلات النفسية والاجتماعية حيث أن الطلاب يمرون بكثير من المشكلات فضلاً عما تضعه الدراسة نفسها من ضغوط على ذهن الطالب وماتمارسه الأسرة من ضغوط بشأن توقعاتها منه وإن علاقة المدرس بالطالب وخصوصاً العلاقات غير الرسمية تؤدي دوراً هاماً في تكيف الطالب مع بيئته الدراسية والاجتماعية بشكل عام.

(المرجع السابق، ١٩٩٦-ص٧٣-٧٤)

٤ – العوامل الاجتماعية والثقافية:

وهي التغيرات الثقافية والاجتماعية المحيطة بالفرد والتي تتعلق بالمجتمع الكبير الذي ينتمي إليه وقد يكون تأثير هذه المتغيرات بشكل مباشر وغير مباشر وفي الدراسة عن التكيف الاجتماعي للطلاب نجد أن المدرسة لا توجد في فراغ وإنما توجد في ظل ظروف بيئته اجتماعية ثقافية معينة تتمثل في البيئة التربوية والخلفية الاجتماعية لهذا المحيط التربوي بشكل عام وأهمها عوامل التغيير الاجتماعي الذي تمر به المجتمعات بشكل عام.

(المرجع السابق، ١٩٩٦-ص٧٥-٧٦)

## استراتيجيات التكيف الاجتماعي:

إن استراتيجيات التي يستخدمها الأفراد في تعاملهم وتكيفهم كثيرة ومتنوعة وهناك تصنيفات عدة لهذه الاستراتيجيات وأهم هذه الاستراتيجيات هي:

### ١- استخدام نظم الدعم:

تشير الأبحاث بأن الناس الذين يمتلكون نظاماً اجتماعياً داعماً وفعالاً هم أقل اكتئاباً وقلقاً ولديهم القدرة على مقاومة الشعور بالوحدة وأكثر نجاحاً في المحافظة على تقدير الذات وأكثر تفاؤلاً حول حياتهم من أولئك الذين يكون النظام الداعم لديهم سيئاً وغير فعال وهناك ثلاثة أشكال للدعم وهي الدعم الانفعالي والدعم المادي والدعم المعلوماتي.

(الحافظ، ١٩٨٨، ص ١١٣)

### ٢- استخدام مهارة حل المشكلات:

أن أسلوب حل المشكلات إجراء يتبعه الفرد عند تطوير الخطط للاستجابة لتحديات الحياة وهو مهارة توافقية عملية مفيدة من الناحية النفسية والممارسة الجيدة لأسلوب حل المشكلات يعتبر عاملاً مساعداً في بناء الثقة وإحساس الفرد بالكفاءة والسيطرة الذي يتم دعمه عندما يعرف بأنه يمتلك مهارة حل المشكلات وإن الذين يحلون مشاكلهم بشكل جيد يتقبلون حقيقة أن التغلب على تحديات الحياة يتطلب بذل جهود شخصية.

(المرجع السابق، ١٩٨٨، ص ١١٤)

### ٣- الاسترخاء الذاتي:

لقد طور الإنسان استجابة الاسترخاء الطبيعية لمواجهة الاحباطات والمضايقات اليومية ومن السهل تعلم هذه الاستجابة فهي تتطلب بشكل أساسي الصبر والممارسة وإتباع التعليمات المقترحة وبإمكان الفرد تعديل هذه التعليمات لتناسب ذوقه وحاجاته الفردية.

(الصالح، ١٩٩٦، ص ٥٢)

### ٤- المحافظة على الضبط الداخلي:

إن الناس يختلفون في ادراكاتهم حول مدى الضبط الذي يمتلكونه خلال حياتهم فالناس الذين يتحملون مسؤولية الأشياء التي تحدث لهم ذوو موقع ضبط داخلي الذين يعتقدون بأن ما يحدث خارج نطاقهم سيطرتهم فهم ذوو موقع ضبط خارجي وموقع الضبط لدى الفرد يتطور طبقاً لتعلمه وخبراته مع التقدم في العمر. وقد بينت الدراسات أن الذين لديهم موقع ضبط داخلي هم أكثر استقلالية ويتحملون مسؤولية أكثر تجاه الأحداث في حياتهم وتجاه صحتهم النفسية والجسمية ويتمسكون بأفكار ومعتقدات عقلانية أكثر من ذوي الضبط الخارجي.  
(المرجع السابق، ١٩٩٦، ص ٥٢)

#### ٥- الحديث الذاتي خلال التحديات:

عند حدوث المواقف الصعبة يمكن للفرد أن يقدم لنفسه الدعم النفسي عن طريق الحديث الإيجابي مع الذات حيث يمكن للفرد بأن يحدث ذاته بأنه يمتلك مهارات تكيفية جيدة وأن لديه القدرة على استخدامها بفعالية وما إلى ذلك من عبارات داعمة ومشجعة.

(الصالح، ١٩٩٦، ص ٥٣)

#### ٦- استخدام روح الدعابة والمرح:

إن الدعابة والمرح تساعد الفرد على تجنب النتائج السلبية عند مواجهة المشاكل وتسمح له بتحقيق توازن أكبر وإجراء تقييمات أكثر موضوعية والدعابة الجيدة لها تأثير محبب على الناس المحيطين بالفرد. فالفرد يتلقى المزيد من الدعم من الآخرين عندما يدركون بأنه يثير الرضا والسرور بدلاً من الضيق والنكد وتطوير الإحساس بالدعابة والمدح يدعم مشاعر الكفاءة الذاتية للفرد ويشجعه على الخلق والإبداع بدلاً من الاستجابة السلبية لتحديات الحياة.

(المرجع السابق، ص ٥٣)

## ٧- التمارين الرياضية:

وهي مهارة وحيدة للتكيف مع الضغوط حيث تعمل على زيادة مشاعر الضبط النفسي وهي أسلوب جيد لخفض مستوى القلق وزيادة قدرة الجسم على الاستفادة من الأوكسجين وزيادة اللياقة الجسمية والتمارين الرياضية لها تأثير إيجابي على مفهوم الذات والمحافظة على ممارسة التمارين الرياضية بانتظام تعطي الفرد سبباً للشعور الجيد حول نفسه وتوفر الفرصة للتفاعلات الداعمة مع الآخرين.

(المرجع السابق، ص ٥٣)

## مظاهر التكيف الاجتماعي:

يمتاز التكيف الاجتماعي بمجموعة من المظاهر الواضحة والتي تدل على النضج الاجتماعي للفرد الإنسان ومن أهم تلك لمظاهر هي:

١- وضوح فكرة المرء على نفسه: ولا شك أن هذا الوضوح مرتبط ارتباطاً كبيراً بفكرة الآخرين عن الفرد وسط الجماعة التي تعيش بينها وهذا يفسر الطبيعة الاجتماعية للذات ويؤكد الفكرة التي تقول بأن الذات هي نتاج التفاعل الاجتماعي بين الفرد وغيره من الأفراد.

٢- أن تكون أهداف الفرد متمشية مع أهداف الجماعة فإذا كانت أهداف الجماعة تقوم أساساً على احترام حقوق الآخرين فمعنى هذا أن أهداف الفرد الشخصية يجب ألا تتعارض مع هذا الهدف الإنساني الكبير وإلا لحدث التناقض بين أهداف الفرد وأهداف الجماعة فينشأ الصراع بين الفرد والجماعة فتضرب عملية التوافق والتكيف الاجتماعي بنيه وبين الجماعات.

٣- من أهم النتائج التكيف والتوافق الاجتماعي بين الفرد وجماعة ما يشاهد في تماسك قوى الجماعة حول أهداف واضحة.

٤- من مظاهر التكيف والتوافق الاجتماعي شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية بين أفراد الجماعة الآخرين ويعني ذلك رغبة الفرد في التعاون مع أفراد الجماعة والتشاور معهم عند حل أو مناقشة ما يواجههم من مشكلات اجتماعية تنظيمية تخص أمور الجماعة وتنظيم حياتهم كذلك تتضمن المسؤولية الاجتماعية ضرورة احترام الفرد لآراء الآخرين.

٥- تتضح قدرة الفرد على التكيف والتوافق الاجتماعي في ميله إلى مسايرة الجماعة والإحساس بالألفة والمودة والميل إلى التفاني في كل أمر يهم الجماعة، وكذلك في التضحية بمصالحه في سبيل المصلحة العامة للجماعة.

٦- يترتب من التكيف الاجتماعي للفرد مع الجماعة شعوره بالتوافق والتكيف الشخصي ذلك أنه كلما يشعر الفرد بأنه موفقاً متأزر مع جماعته كلما شعر بالسعادة والتوافق الشخصي وهي ذلك أن التكيف والتوافق الاجتماعي والتكيف والتوافق الشخصي متلازماً ومكملان لبعضهما البعض.

(فهيمى، ١٩٨٠، ص ٢٤-٢٥)

## خصائص التكيف الاجتماعي:

أ- الدينامية:

التكيف الاجتماعي عملية مستمرة ديناميكية نظراً لظروف التغير المطردة في البيئتين الطبيعية والاجتماعية فما أن يتكيف الإنسان مع بيئته حتى تتغير هذه البيئة مما يتطلب إعادة تكيفه معها من جديد وقد أكد هذا المغني "جودستين" حين نظر إلى التكيف بأنه عملية دينامية مستمرة يستجيب من خلالها الأفراد إلى حاجاتهم المتغيرة ورغباتهم بأنماط متعددة من السلوك.

بينما تمثل معظم أنواع السلوك الكلي للأفراد محاولات للتكيف كما أن حاجات الإنسان المتحضر معقدة كل التعقيد فكلما أشبع حاجة من حاجاته تلك ظهرت له حاجات جديدة يسعى لإشباعها لكي يحصل على الانسجام الكامل الذي لن يصل إليه أبداً.

لذا فإن انسجامه أقل استقراراً ولديه وسائل عديدة للسيطرة على بيئته فهو دائماً يغير فيها أو يبحث في إجراء تغييرها وكلما عدل في بيئته إزداد رغبة في مواصلة التعديل وإذا استقرت في بعض الأحيان فسرعان ما يصيبه شيء من الانزعاج ما يسبب تغير خارج عنه يحضه على تحقيق مطالب جديدة.

(الصالح، ١٩٩٦، ص ٥٦)

ب- المعيارية:

إن مفهوم التكيف الاجتماعي هو مفهوم معياري يشير إلى قيم معينة عند وصف التكيف بالسواء، أو بالصحة أو الكمال أو السعادة وعند وصف سوء التكيف بالمرضى أو النقص أو الشذوذ أو التعاسة وهناك اختلاف بين العلماء الذين تناولوا هذا المفهوم بالتحليل والتفسير في تحديد معيار ثابت للتكيف أو سوء التكيف رغم أن معظم آرائهم تتركز على أن معيار التكيف يتعلق بقياس القدرة على التكيف مع الظروف العديدة التي تواجه الفرد أو الجماعة.

فقد اتجه أصحاب الاتجاه الأخلاقي في دراستهم للتكيف إلى اعتبار مسابرة المعتقدات والأفكار الدينية مقياس للحكم على السلوك بأنه تكيفي أو غير تكيفي.

إلا أن هناك بعض العلماء منهم "دافيد و رسلر" يرون ربط التكيف بالجانب الاجتماعي وأن درجة تكيف الأفراد تقاس من خلال المسايرة والالتزام بمعايير المجتمع وهناك من ربط التكيف الاجتماعي والسعادة كمعيار لهذا التكيف بمعنى أن الشخص المتكيف اجتماعياً هو السعيد.

(المرجع السابق، ص ٥٨)

ج – النسبية:

إن معايير التكيف أو سوء التكيف تختلف باختلاف الثقافات من مجتمع إلى آخر وبل في داخل المجتمع الواحد نجد الأنماط الثقافية الفرعية التي تختلف من الريف إلى المدن كما تختلف هذه المعايير في الوقت نفسه وفي المجتمع نفسه وفي فترة تاريخية أخرى وتظهر مسألة النسبية في التكيف بصفة خاصة في المجتمع الحديث حيث أصبح الفرد ينتمي إلى جماعات متعددة تختلف معاييرها الثقافية من ذلك أن الفرد قد يكون متكيفاً تكيفاً سليماً مع أسرته أكثر من تكيفه مع جماعات النادي أو الأصدقاء وذلك وفقاً لظروف الموقف ومعاييرها في كل جماعة وهذه تسمى "الثقافات الفرعية" ويرى "قالنت" بأن أهم الثقافات الفرعية بالنسبة لتكيف الأفراد داخل المجتمع هما ثقافة الأسرة وثقافة الرفاق ولذلك وانطلاقاً من مبدأ "النسبية الثقافية" يمكن الحكم عن السلوك بأنه مناسب أو غير مناسب تكيف أو غير تكيف من خلال علاقته بثقافة معينة في زمن معين وتتوقف درجة تكيف الفرد على قدرته على التكيف التي هي نتيجة لعدة عوامل عضوية وظيفية واجتماعية وثقافية من ناحية بالإضافة إلى العوامل المتعلقة بظروف المواقف الاجتماعية المختلفة التي يتفاعل فيها الفرد من ناحية ثانية والعوامل الاجتماعية العامة من ناحية ثالثة.

(المرجع السابق، ص ٥٩)

وأيضاً من خصائص عملية التكيف ما يلي:

١ – الفرد هو المسؤول عن التكيف مع نفسه وبيئته أي أنها تتم بإدارة ورغبة الفرد.

٢ – يستطيع الفرد أن يغير في عملية التكيف من نفسه وبذلك بتغيير أنماط سلوكه السيئة أو يغير من دوافعه وأهدافه أو يعدلها.

٣- إن عملية التكيف تظهر بوضوح في تكيف الإنسان إذا كانت العوائق والعقبات قوية وشديدة ومفاجأة أما إذا كانت العوائق بسيطة أو مألوفة كانت عملية التكيف غير ظاهرة.

٤- العوامل الوراثية تؤثر في عملية التكيف ..... فالوراثة السيئة التي يرثها الإنسان كوراثة النقص العقلي مثلاً تجعل الفرد قاصراً على التكيف نظراً للإعاقة التي تسببها هذه العوامل الوراثية.

٥- التكيف عملية مستمرة لأن الإنسان في حركة مستمرة في إشباع دوافعه المتعددة وخاصة الحيوية التي تلازمه لحفظ حياته ونوعه.

٦- تتوقف درجة تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة على مدى قدرته على التكيف في المجالات المختلفة فكلما تعددت مجالات التكيف كان دليلاً على أن الفرد يتمتع بدرجة عالية من الصحة النفسية.

(الهابط، ٢٠٠٣، ص ٣٩-٤٠)

## ديناميات التكيف الاجتماعي:

تعني ديناميات التكيف الاجتماعي العوامل أو القوى الحركية التي تؤدي إلى التكيف أو سوء التكيف الاجتماعي من خلال الفهم للتكيف الاجتماعي بأنه عملية وحالة وهدف لكل كائن إنساني سوار على مستوى الأفراد أو الجماعات. وتختلف فعالية هذه الديناميات باختلاف المجتمعات وذلك حسب طبيعة المجتمع ومعاييرها انطلاقاً من بدأ النسبية الاجتماعية وبما أن هذه العوامل تختلف من مجتمع إلى آخر فهي عوامل مؤثرة تؤدي إلى التكيف وأحياناً أخرى تعيق عملية التكيف فهي عوامل نسبية ويرى "جوديتن" أن دراسة عوامل التكيف يجب أن تركز على أخذ الفرد وبيئته في الاعتبار فدراسة الفرد كعامل من عوامل التكيف تتضمن جميع خصائصه ورغباته وجميع مهاراته التي تمكنه من إشباع حاجاته. أما العامل الثاني من عوامل التكيف فهو "الموقف" الذي يجد الأفراد أنفسهم فيه والتطلبات التي يشترطها هذا الموقف فيهم وتتضمن عملية التكيف الوعي بالموقف وتأثيره على المطالب والاحتياجات وعوامل التكيف هذه تؤثر في قدرة الفرد على التكيف وعلى درجة التكيف. (الصالح، ١٩٩٦، ص ٦٠)

## معيار التكيف الاجتماعي:

ويقصد بمعيار التكيف الاجتماعي ما يتضمنه من المعاني التي تحدد التكيف أو سوء التكيف الاجتماعيين حيث يوجد الكثير من الغموض أو الاختلاف في تحديد معيار التكيف عند الكثير من العلماء الذين تناولوه بالدراسة والتحليل فقد اتجه أصحاب الاتجاه الأخلاقي في دراستهم للتكيف إلى اعتبار مسابرة المعتقدات والأفكار الدينية مقاييس للحكم على السلوك بأنه تكيفي أو غير تكيفي إلا أن هناك بعض العلماء يرون ربط التكيف بالجانب الاجتماعي وأن درجة تكيف الأفراد تقاس من خلال المسابرة والالتزام بمعايير المجتمع المعني.

وينظر "ما كيفر وبيج" إلى التكيف الاجتماعي بمعنى أكثر شمولاً حيث يعني لديهما العملية الإطراوية لتكيف الإنسان مع بيئته الشاملة وهي البيئة الخارجية أو الطبيعية ثم البيئة الداخلية أو الاجتماعية يتكيف معها الإنسان بالاستجابة الواعية والتعود ويكشف مفهوم التكيف الاجتماعي كما أنه يرمز دائماً إلى مستوى معياري معين وأنه يتمثل في عملية المواءمة بين ظروف هذه البيئة.

وهناك من ربط بين التكيف الاجتماعي والسعادة كمعيار لهذا التكيف بمعنى أن الشخص المتكيف اجتماعياً هو السعيد وإن السعادة تحقيق في كل مكان بإشباع حاجتين أساسيتين تتمثل الأولى في المسائل المادية والثانية في "المسائل اللامادية" وحينما يحقق إشباع هاتين الحاجتين يسعد الفرد.

(الصالح، ١٩٩٦، ص ٥٣-٥٤)

## الأطر المرجعية لتحديد معيار التكيف "الاجتماعي"

١- الإطار المرجعي الاجتماعي الثقافي الحضاري:

يرى متعدد هذا الإطار أن الشخصية الإنسانية هي بالدرجة الأولى نتاج اجتماعي ثقافي حضاري محكوم ضمن سياق زمني ومكاني حيث أقر هذا السياقي في مسابرة تطورة مجموعة من المعايير والأعراف والتقاليد تحكم السلوك وتميزه من

مقبول إلى مرفوض وكل سلوك يتجاوز ما أقره المجتمع وثقافته يعد شاذاً وتفرض بحقه إجراءات معينة.

(الشيخ، ٢٠٠٣، ص٤٦)

٢- الإطار المرجعي الذاتي:

محك السلوك غير السوي وفق هذا الاتجاه هو ما يقرره الشخص وما يطلقه من أحكام وقيم مستخدماً إحساساته وإدراكاته الداخلية ومطبّقاً مفاهيمه وفلسفاته الخاصة معتمداً على تقويماته الذاتية فالشعور بالضيق أو القلق أدلة على شذوذ السلوك دون إغارة الاهتمام للبيئة ولطبيعة علاقاته ودرجة تكيفه معها.

(المرجع السابق، ٢٠٠٣، ص٤٦)

٣- الإطار المرجعي الكمي "الإحصائي"

أدى النجاح الذي حققته فكرة التوزيع الاعتدالي والممثلة إحصائياً في ميدان الذكاء إلى الدعوة إلى تعميم استخدامه من أجل الوقوف على مدى انتشار الظواهر الأخرى ومن بينها الظواهر النفسية وهكذا ظهر الاتجاه الإحصائي الذي يرى إمكان التعرف على السلوك الشاذ عبر توزيع يعتمد ثلاث كتل كمية يتركز أكبرها أكبر في الوسط ويتدرج كل من الكتلتين باتجاه التطرف لتصل إلى أقصى تطرف على طرفي منحنى التوزيع يتوزع حول كتلته الوسطى ما نسبته ٦٨% من الظاهرة المدروسة ويتوزع على كتلتيه المتطرفتين الباقي في نسبة واحدة.

(المرجع السابق، ٢٠٠٣، ص٤٧)

٤- الإطار المرجعي الإنساني:

في هذا الإطار دغدغة لعواطف الإنسان ورفع مكانته بين الكائنات الحية الأخرى يذكر هذا الاتجاه بكمال خلق الإنسان وانتظام طبيعته ومضمونها الإنساني الخالص ويربط السوية بتحقيق إنسانية الإنسان ويشير إلى الشذوذ بالخروج عن هذه الإنسانية هذا الكمال الذي جعل الإنسان منفرداً من حيث امتلاكه للجهاز العصبي الأرقى والعمليات العقلية واللغة والقدرة على التعليم والترميز والقدرة على العيش ضمن جماعات ما يترتب على ذلك من تفاعل اجتماعي بناء.

(المرجع السابق، ٢٠٠٣، ص٤٧)

#### ٤- الإطار المرجعي الإنساني:

في هذا الإطار دغدغة لعواطف الإنسان ورفعة لمكانته بين الكائنات الحية الآخرين يذكر هذا الاتجاه بكمال خلق الإنسان وانتظام طبيعته مضمونها الإنساني الخارجي ويربط السوية بتحقيق إنسانية الإنسان ويشير إلى الشذوذ بالخروج عن هذه الإنسانية.

هذا الكمال الذي جعل الإنسان منفرداً من حيث امتلاكه للجهاز العصبي الأرقى والعمليات العقلية واللغة والقدرة على التعليم والترميز والقدرة على العيش ضمن جماعات مع ما يترتب على ذلك من تفاعل اجتماعي بناء.

(المرجع السابق، ٢٠٠٣، ص ٤٧)

#### ٥- الإطار المرجعي الباثولوجي:

ويربط أنشأ هذا الاتجاه وجود السلوك غير السوي بوجود اضطراب أو مرض لدى الشخص ويستدل من وجهة نظر هؤلاء عن ذلك من خلال الأعراض بحيث يصبح محك وجود الشذوذ هو وجود الأعراض.

(المرجع السابق، ٢٠٠٣، ص ٤٨)

## المظاهر التي تدل على التكيف الاجتماعي السليم

### ١- الراحة النفسية:

من المعروف أن الاكتئاب والقلق والاحباط والصداع كلها من مظاهر تؤدي إلى سوء التكيف. ولذلك من سمات الفرد المتوافق قدرته على الصمود تجاه المواقف والمشكلات التي تؤدي إلى سوء تكيفه. ولذلك متى شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية كان ذلك دليلاً على تكيفه ولكن ليس معنى الراحة النفسية أن لا يصادف الفرد أي عقبات تقف في طريق إشباع حاجاته المختلفة وفي تحقيق أهدافه في الحياة. فكثيراً ما يصادف مثل هذه العقبات في حياته اليومية. وإنما الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات وحلها بطريقة ترضاهما نفسه ويقررها المجتمع.

(جبل، ٢٠٠٠، ص ٧٣)

### ٢- الكفاية في العمل:

تعتبر قدرة الفرد على العمل والانتاج والانجاز دليلاً على توافق الفرد في محيط عمله ولأن الفرد الذي يزاول المهنة أو العمل المعين الذي يرتضيه وتتاح له الفرصة فيه لاستغلال قدراته وإمكاناته وتحقيق ذاته فإن ذلك يحقق له الرضا والسعادة ويجعله متوافقاً مع هذا العمل. ولكي نتحقق من تكيف الفرد مع عمله يجب النظر إلى كفاية إنتاجه في هذا العمل فإذا كانت إنتاجيته في العمل عالية وبكفاءة كان ذلك دليلاً بأنه تكيف في محيط عمله.

(المرجع السابق، ص ٧٤)

### ٣- الأعراض الجسمية:

كثير من الاضطرابات النفسية والانفعالات الحادة تؤثر فسيولوجياً على جسم الإنسان وإصابته بالعديد من الأمراض العضوية مثل ارتفاع ضغط الدم أمراض المعدة التي ترجع أسبابها إلى القلق والتأزم النفسي. وهناك العديد من الاضطرابات والأمراض الجسمية التي ترجع إلى علل نفسية لذلك وفي بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء تكيف الإنسان هو ما يظهر عليه في شكل أعراض جسمية مرضية. وأن خلو الإنسان من عقدة الأمراض دليلاً على التكيف والتأقلم.

(المرجع السابق، ص ٧٤)

### ٤- مفهوم الذات:

إن فكرة الشخص عن ذاته هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته وكما عرف الإنسان نفسه معرفة جيدة وما تحتويه الذات من قدرات واستعدادات وميول ورغبات ومدرجات شعورية وانفعالات قام بتقييمها وتوجيهها الوجهة الصحيحة كان ذلك عاملاً ومؤشراً قوياً في تكيف الإنسان وتأقلمه وتتميز الصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن نفسه بأنها ذات ثلاثة أبعاد يختص أولها بالفكرة التي يأخذها الفرد عن قدراته وإمكانياته. أما البعد الثاني فيتعلق بفكرة الفرد عن نفسه في علاقته بغيره من الناس. أما البعد الثالث فهو نظرة الفرد إلى ذاته كما يجب أن تكون.

(فهيم، ١٩٧٨، ص ١٠٩)

### ٥- الأهداف الواقعية:

من المظاهر التي تدل عن تكيف الإنسان اختياره لأهداف ومستوى طموح واقعي تتسق مع قدراته وإمكانياته التي تؤهله في السعي للوصول إليها وتحقيقها لأن الشخص الذي يضع لنفسه أهدافاً لا يستطيع الوصول إليها إنما يعرض نفسه للفشل والاحباط والصراع والتي هي بمثابة العوائق التي تبعد الإنسان عن التكيف السليم وأيضاً الحال بالنسبة للشخص الذي يضع أهدافاً تقل بكثير عن قدراته وإمكاناته هو

شخص غير سوي. ولست له طموحات. ويتدنى بذاته مما يجعله غير مفيد لجماعته فلا يحقق القبول معها ولا يتكيف مع أفرادها.

(المرجع السابق، ص ١١٠)

٦- ضبط الذات:

الشخص السوي هو الذي يستطيع ضبط الذات والتحكم فيها وفي انفعالاتها تجاه المواقف المختلفة. وأن يتحكم أيضاً في حاجاته ورغباته فيختار من هذه الحاجات تلك التي يستطيع إشباعها ويغير تلك الحاجات التي يرى استحالة تحقيقها وكلما زادت قدرة الإنسان على ضبط ذاته كلما قلت الحاجة إلى الضبط من مصدر خارجي. ومثل هذا الشخص السوي لا نقول أنه متفق تماماً مع الجماعة فأحياناً يرفض الانصياع لما هو مؤلوف من معايير داخل الجماعة وأن رفضه هذا لا يخرج عن دائرة السواء إذ أن رفضه قد يكون عن إقناع بينه وبين نفسه بأن الأوضاع التي يرفضها أوضاع غير عادلة وأن ما يقترحه من أوضاع بديلة يرى فيها سعادة أكثر وأشمل وتؤدي إلى إشباع أعم وأكثر دواماً.

(جبل، ٢٠٠٠، ص ٧٧)

٧- العلاقات الاجتماعية:

من المؤشرات التي تدل على تكيف الإنسان هي علاقاته الاجتماعية مع الآخرين وسعيه في مساعدة الآخرين إلى تحقيق حوائج الناس والتعامل معهم. والعمل من أجل مصلحتهم العامة. وأن العلاقة بينه وبين الآخرين وثيقة الصلة يتفاعل معهم ويتحمل المسؤولية الاجتماعية ويحقق التعاون البناء كما أنه يحظى بحب الناس له وحبهم إليهم لأن الانطواء والبعد عن الناس دلالة عن عدم التكيف السليم وهي سمة الإنسان اللاسوي.

(المرجع السابق، ص ٧٧)

٨- القدرة على التضحية وخدمة الآخرين:

من أهم سمات الشخص المتمتع بالصحة النفسية قدرته على أن يبذل وأن يعطي ويمنح كما يستطيع أن يأخذ سواء ذلك مع أولاده أو مع أصدقائه أو مع جماعات يعرفها أو جماعات لا يعرفها. فالإنسان مهما كانت حالته. فهو مدين للإنسانية

بوجوده وبقدرته عن الكلام والحركة والتمتع بنتائج الأفكار والعقول التي سبقته وأثرت في نوع الثقافة التي يعيش فيها. ولذلك فإن الشخصية السوية هي التي تسهم في خدمة الإنسانية عامة. إنها تعمل على تقويم المجتمع والسير به في سبيل التطور إلى الهدف الأبعد هدف العمل للإنسانية جمعاء. والمشاركة في تحقيق السعادة لأكبر عدد ممكن من الناس.

(فهيمى، ١٩٧٨، ص ١١٢)

— عوائق التكيف الاجتماعي:

بالرغم من أن كثير من الناس يستطيعون أن يشبعوا الكثير من حاجاتهم ودوافعهم... لكن يجب الاعتراف أن هناك بعض من هذه الدوافع القوية التي لم يستطيع الفرد أن يهيء لها الإشباع التام حيث يوجد هناك بعض العقبات التي تحول بيننا وبين إشباع حاجاتنا الضرورية. ومن الممكن التمييز بين نوعين من العوائق هما الإحباط..... الصراع....

١— الإحباط:

وهو حالة من التآزم النفسي تنشأ عن مواجهة الفرد للعائق يحول دون تحقيق دافع أو حاجة ملحة. أو هو العملية التي تتضمن إدراك الفرد لعائق يحول دون إشباع حاجاته أو توقع الفرد حدوث هذا العائق في المستقبل ومن الآثار الواضحة للإحباط أنه يعمل على تغيير سلوك الفرد حينما يواجه موقفاً إحباطياً في حياته ويتخذ ذلك صور عديدة منها:

— من الناس حينما يواجه موقفاً إحباطياً فإنه لا يستسلم له بل يمضي في التفكير وتكرار المحاولات حتى يصل في النهاية إلى الهدف الذي يشبع هذا الدافع.

— من الناس حينما يواجه موقفاً إحباطياً لا يستطيع إشباع دوافعه فإنه يستسلم من أول مرة وذلك بكبت دوافعه في صورة دوافع مكبوتة في اللا شعور وتظهر في صورة أعراض مرخية.

— من الناس حينما يفشل في إشباع دوافعه من يضطرب ويختل توازنه ويدفعه الشعور بالفشل إلى اللجوء إلى أساليب سلبية تتقذه مما يعنيه من توتر وتآزم إذن

تختلف درجات التوافق من فرد لآخر على قدر هذا الاختلاف يقترب أو يبتعد الاختلاف يقترب أو يبتعد الإنسان إلى حالة التوازن الصحيح. والإنسان السوي هو الإنسان الذي يستطيع التغلب على مشكلاته لكل يصل إلى حالة من التوازن والتكيف. أما الإنسان غير السوي والذي يفشل في إشباع دوافعه يبتعد عن حالة التكيف والتوازن بقدر درجته من عدم السواء.

(جبل، ٢٠٠٠، ص ٨١)

## ٢- الصراع:

وهو حالة نفسية مؤلمة تنشأ نتيجة التنافس بين دافعين كل منهما يريد الإشباع أي ينشأ نتيجة تعارض دافعين لا يمكن إشباعهما في وقت واحد. إذن الصراع سمة من سمات الحياة فالإنسان منذ ولادته وحتى موته يقع في صراع ينشأ في الرغبة الأكيدة في إشباع الدوافع. فقد ينشأ الصراع بين رغباتنا وبين معايير المجتمع التي تقع حائلاً دون إشباعها. وقد ينشأ الصراع أيضاً في المجتمع الحالي وما يعترضه من كثرة الأدوار التي قد يتعارض بعضها البعض وهناك علاقة أكيدة بين الصراع والإحباط فالإحباط وجود عقبة تحول دون إشباع دافع واحد. أما الصراع فهو التعارض بين إشباع دافعين قد يكون أحد دوافع الإحباط أحداً منها.

وليس الصراع بالأمر الغريب في الحياة فما من كائن مهما كان جنسه أو نوعه أو درجة ثقافية إلا واجتاز أو سيجتاز في حياته ضرباً من ضروب الصراع. أي أن الصراع بهذا الشكل يمثل ناحية أساسية في حياة الإنسان وكثيراً ما ينتهي الصراع إلى مجرد الغاء للرغبة غير المقبولة لدى المجتمع أو لدى ضمير الشخص حتى يستطيع أن يتكيف مع نفسه أولاً ومع مجتمعه ثانياً.

(جبل، ٢٠٠٠، ص ٨٧)

# الفصل الخامس

## الفصل الخامس: إجراءات البحث وأدواته.

أ – عينة البحث.

ب – أدوات البحث.

أ – عينة البحث:

تم سحب عينة عشوائية من طلاب الثالث الثانوي بفرعي "الأدبي – العلمي" وتألفت العينة من ١٠٠ طالب "٢٥" ذكور أدبي و "٢٥" ذكور علمي "٢٥" إناث أدبي و "٢٥" إناث علمي

وطبق عليهم اختباري مفهوم الذات واختبار التكيف الاجتماعي. وذلك لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي بين طلاب الفرع العلمي والفرع الأدبي. وكذلك لمعرفة العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف.

ب – أدوات البحث:

– تم تطبيق اختبار مفهوم الذات وهو اختبار يتألف من ٨٠ عبارة. وهذا الاختبار مأخوذ من رسالة للدكتورة «دعد الشيخ» بعنوان (مفهوم الذات بين الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة).

– كما تم تطبيق اختبار التكيف الاجتماعي وهو اختبار ٥٠ عبارة وهذا الاختبار مأخوذ من رسالة للدكتور آدار عبد اللطيف بعنوان "العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي".

## ١ - اختبار مفهوم الذات :

### ١- صدق الاختبار:

من الطرائق التي يمكن أن يلجأ إليها الباحث للحصول على صدق المحتوى اللجوء إلى عدد من المحكمين ليقوموا بالحكم على ما إذا كان بند يمثل تمثيلاً صادقاً ما وضع له وما إذا كان يقيسه.

وبناء على ذلك تم استخراج صدق الاختبار عن طريق صدق المحتوى حيث قامت الباحثة بعرض عبارات الاختبار على محكمين مختصين في ميدان التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي وفي ميدان التقويم والقياس والإحصاء وذلك لبيان رأيهم في صدق العبارات ومناسبتها لقياس الجانب الذي وضعت لقياسه.

### ٢- ثبات الاختبار:

يشير الثبات إلى الدرجة التي ينجح ضمنها قياس ما في إعطاء النتائج نفسها حين تقيس تكراراً الأشياء نفسها استخرجت الباحثة ثبات الاختبار بإعادة إجرائه على العينة نفسها وكان الفاصل بين التطبيقين ثلاثين يوماً وقد بلغ معامل الثبات باستخدام معامل الارتباط بيرسون كما يلي

(مج س) (مج ص)

$$\frac{N}{\sqrt{\frac{2 \text{ (مج س)} - 2 \text{ (مج ص)}}{N} - \frac{2 \text{ (مج س)}}{N}}}$$

حيث س: الاختبار السابق.

ص: الاختبار اللاحق.

حيث: مج س هي مجموع درجات س

مج ص: هي مجموع درجات ص

مج س<sup>٢</sup>: هي مجموع مربعات س

مج ص<sup>٢</sup>: هي مجموع مربعات ص

(مج س)<sup>٢</sup>: هي مربع مجموع درجات س

(مج ص) ٢: هي مجموع درجات ص  
 مج س ص: هي مجموع حاصل ضرب درجات س بدرجات ص  
 ن: عدد القيم للمتغيرين س ن ص  
 الارتباط بين درجات المضمونين في مرحلتي التطبيق ٨٢% للمقياس الكلي.  
 وتراوحت قيم معاملات الثبات للمقياس الفرعية الأربعة:  
 الجسمية – الاجتماعية – النفسية – الفلسفية . ما بين ٠,٧٠ – ٠,٩٤ كما هو  
 موضح معامل الارتباط بين درجات المفوضين

الرقم	اسم الاختبار	قيم معاملات الثبات
١	مفهوم الذات العام	٨٢%
٢	مفهوم الذات الجسمية	٧٠%
٣	مفهوم الذات النفسية	٦٤%
٤	مفهوم الذات الاجتماعية	٨٦%
٥	مفهوم الذات الفلسفية	٨٤%

٣- تصحيح الإجابات:

تصحح الإجابات بجمع الدرجات كما هي في حالة العبارات الإيجابية وبعكس الدرجة في حالة العبارات السلبية ومجموع الدرجات في كل جانب هو درجة الطالب الكلية على ذلك الجانب من جوانب مفهوم الذات. أما المفهوم العام للذات فهو مجموع درجات الجوانب التي قسم إليها الاختبار.

## ٢- اختبار التكيف الاجتماعي:

### ١- صدق الاختبار:

من الطرق التي يمكن أن يتبعها الباحث للحصول على صدق المحتوى اللجوء إلى عدد من المحكمين يقوموا بالحكم على إذا ما كان بند ما يمثل تمثيلاً صادقاً ما وضع له وما إذا كان يقيسه وبناء على ذلك تم استخراج صدق اختبار التكيف الاجتماعي عن طريق صدق المحتوى. حيث قام الباحث بعرض عبارات الاختبار على محكمين في ميدان التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي و في ميدان التكيف والتقويم والإحصاء والقياس وذلك لبيان رأيهم في صدق العبارة ومناسبتها للمجال الذي وضعت لقياسه.

### ٢- ثبات الاختبار:

يشير الثبات إلى الدرجة التي ينجح ضمنها قياس ما في إعطاء النتائج نفسها حين يقيس تكراراً الأشياء نفسها.

وقد قام الباحث باستخراج دلالات ثبات الاختبار بطريقتين هما:

١- إعادة إجراءه عن العينة نفسها وكان الفاصل الزمني بين التطبيقين ثلاثين يوماً. وهذا وقد بلغ معامل الثبات باستخدام معامل الارتباط "بيرسون" كما يلي:

$$r = \frac{N \text{ مج س ص} - \text{مج س} \times \text{مج ص}}{[N \text{ مج س} - 2] [N \text{ مج ص} - 2]}$$

حيث يشير الرمز "مج س ص" إلى مجموع حاصل ضرب الدرجات المتقابلة في الاختبارين.

و "مج س X مج ص" إلى حاصل ضرب مجموع درجات الاختبار الأول "س" في مجموع درجات الاختبار الثاني "ص".

و "مج س ٢" إلى مجموع مربعات الاختبار الأول "س"

و (مج س) ٢ إلى مربع مجموع درجات الاختبار الأول "س".

و "مج ص ٢" إلى مجموع مربعات الاختبار الثاني "ص".

و "مج ص ٢" إلى مربع مجموع درجات الاختبار الثاني "ص".

وكانت درجة الارتباط بين درجات المفحوصين في مرحلتي التطبيق "٨٥%"  
للقياس الكلي. وتراوحت قيم معادلات ثبات المقاييس الفرعية الخمس "الجسمية –  
الاجتماعية – النفسية – الانفعالية – التعليمية" ما بين "٠,٧٥–٠,٨٥".  
٢– تم التأكد من ثبات الاختبار عن طريق استخراج معامل / كرونباخ ألفا/  
كمؤشر على الاتساق الداخلي للاختبار. وكانت قيمة معامل الثبات للاختبار وفق  
هذه الطريقة هي ٠,٨٩

$$= \frac{N}{[1 - مج ٢٤ ك]}$$

$$N - 1 \quad ٢٤$$

حيث أن:

ن = عدد أقسام الاختبار.

ك = أحد أقسام الاختبار دون اعتبار لطول هذا الجزء.

ع ك = الانحراف المعياري لدرجات الأفراد في القسم ك.

ع = الانحراف المعياري لدرجات الأفراد على الاختبار الكلي.

مما يدل تمتع الاختبار بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

٣– تصحيح الإجابات:

تصحيح الإجابات بجمع الدرجات كما هي في حالة العبارات الإيجابية وبعكس

الدرجة في حالة العبارات السلبية.

ومجموع الدرجات في كل جانب هو الدرجة الكلية للفرد في ذلك المجال من

مجالات التكيف. أما التكيف الاجتماعي العام فهو مجموع درجات المجالات التي

قسم إليها الاختبار.

# الفصل السادس

الفصل السادس :

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

١ - التحقق من الفرضية الأولى : لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث من طلبة الشهادة الثانوية.

مفهوم الذات التكيف الاجتماعي	مرتفع	متوسط	منخفض	المجموع
مرتفع	١٥	٨	٧	٣٠
متوسط	٩	٢٤	٣	٣٦
منخفض	٦	٨	٢٠	٣٤
المجموع	٣٠	٤٠	٣٠	١٠٠

الدستور :  $\chi^2$  المحسوبة =

$$= \text{مج} \left[ \frac{(ك - ك_n)^2}{ك_n} \right], ك_n = \frac{\text{مج السطر} \times \text{مج العمود}}{n}$$

درجة الحرية = ( عدد الأسطر - ١ ) ( عدد الأعمدة - ١ ) = ( ٣ - ١ ) ( ٤ - ١ )

$$= (٣ - ١) = ٤$$

ك	ك <sub>n</sub>	(ك - ك <sub>n</sub> ) <sup>٢</sup>	$\frac{(ك - ك_n)^2}{ك_n}$
١٥	٩	٣٦	٤
٨	١٢	١٦	١,٣
٧	٩	٤	٠,٤٤
٩	١٠,٨	٣,٢٤	٠,٣
٢٤	١٤,٤	٩٢,١٦	٦,٤
٣	١٠,٨	٥١,٨٤	٤,٨

١,٧٢	١٧,٦٤	١٠,٢	٦
٢,٣	٣١,٣٦	١٣,٦	٨
٩,٤	٩٦,٠٤	١٠,٢	٢٠
٣٠,٦ = كا <sup>٢</sup> المحسوبة		١٠٠	المجموع ١٠٠

### المناقشة والقرار :

تبين من الإحصائيات أن قيمة كا المحسوبة بلغت ٣٠,٦ وهي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> النظرية البالغة ٩,٤٥ عند درجة الحرية ٤ ومستوى الدلالة ٠,٠٥ «من جداول كا<sup>٢</sup>» وبالتالي فإننا نرفض الفرضية ونقرر بأنه توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث عند مستوى دلالة ٠,٠٥.

التفسير : العلاقة طردية ونجد أنه :

كلما ارتفعت درجات مفهوم الذات كلما ارتفعت درجات التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة.

كلما انخفضت درجات مفهوم الذات كلما انخفضت درجات التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة.

أي أن درجات مفهوم الذات المرتفعة تترافق مع درجات تكيف اجتماعي مرتفعة لدى غالبية أفراد العينة والمتوسطة مع المتوسطة والمنخفضة مع المنخفضة في الظاهرتين لدى الغالبية. وأخيراً إن مفهوم الذات الجيد لدى الفرد يؤدي إلى تكيف اجتماعي جيد لديه.

وإن مفهوم الذات المنخفض لدى الفرد يؤدي إلى تكيف اجتماعي سيء لديه.

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية الثانية :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لأفراد الفرع العلمي حسب متغير الجنس لدى أفراد عينة البحث من طلاب الشهادة الثانوية.

جدول إحصائيات مفهوم الذات لطلاب الفرع العلمي في عينة البحث حسب

متغير الجنس.

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
ذكور	٢٥	٣١٧,٦	٣٧,٧	٤٨	٠,٠٥	٢,٥٨	٢,٠١	الفرق
إناث								دال
	٢٥	٢٩١,٧	٣١,٥					إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول الإحصائيات بعد تطبيق المقاييس الإحصائية على بيانات

الاستبيان لأفراد العينة أن قيمة ت t المحسوبة من اختبار ستودنت بلغت ٢,٥٨

وهي أكبر من قيمة T النظرية البالغة ٢,٠١ عند درجة الحرية ٤٨ ومستوى

الدلالة ٠,٠٥ وبالتالي فإن نرفض الفرضية ونقرر بأن : توجد فروق ذات دلالة

إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى أفراد الفرع العلمي حسب المتغير الجنس عند مستوى الدلالة ٠,٠٥

التفسير:

إن متوسط درجات مفهوم الذات لدى الذكور الفرع العلمي أكبر من متوسط درجات مفهوم الذات لدى الإناث الفرع العلمي من طلاب عينة البحث :

القانون المستخدم :

$$\frac{\text{مج } x}{n} = \bar{x} \text{ الوسط الحسابي}$$

$$s = \sqrt{\frac{\sum (\bar{x} - x)^2}{n}} \text{ الانحراف المعياري}$$

– الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس الحجم :

$$\bar{x}_1 - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية الثالثة :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى

طلبة الفرع الأدبي حسب متغير الجنس لدى أفراد عينة البحث.

جدول إحصائيات مفهوم الذات لطلاب الفرع الأدبي في عينة البحث حسب

متغير الجنس.

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
ذكور	٢٥	٢٨٧,٩	٢٩,٣	٤٨	٠,٠٥	٢,٤٢	٢,٠١	الفرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥
إناث	٢٥	٣٠٧,٥	٢٦,٧					

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول أن قيمة ت t المحسوبة بلغت ٢,٤٢ وهي أكبر من قيمة

T النظرية البالغة ٢,٠١ عند درجة الحرية ٤٨ ومستوى الدلالة ٠,٠٥ وبالتالي

فإن فروض الفرضية ونقرر بأنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط

درجات مفهوم الذات لدى طلبة الفرع الأدبي حسب متغير الجنس من أفراد عينة

البحث عند مستوى دلالة ٠,٠٥ .

التفسير :

إن متوسط درجات مفهوم الذات لدى إناث الفرع الأدبي أكبر وأعلى من متوسط درجات مفهوم الذات لدى ذكور الفرع الأدبي

القانون المستخدم :

– الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x} - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية الرابعة:

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف لدى أفراد

الفرع الثانوي العلمي في عينة البحث حسب متغير الجنس.

جدول إحصائيات أفراد الفرع العلمي على مقياس التكيف الاجتماعي حسب

متغير الجنس.

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحرية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظرية	القرار
ذكور	٢٥	١٨٣,٩	٢٢,٣	٤٨	٠,٠٥	٣,٠٤	٢,٠١	الفرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥
إناث	٢٥	١٦٥,٤	١٩,٤					

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول أن قيمة ت t المحسوبة من اختبار ستودنت بلغت ٣,٠٤

وهي أكبر من قيمة T النظرية عند درجة الحرية ٤٨ ومستوى الدلالة ٠,٠٥

وبالتالي نرفض الفرضية ونقرر ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط

درجات التكيف الاجتماعي لدى طلبة الفرع الثانوي العملي من أفراد عينة البحث  
حسب متغير الجنس عند مستوى دلالة 0,05 . حسب

التفسير :

إن متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى ذكور الفرع العلمي أكبر وأعلى  
من متوسط درجات إناث الفرع العلمي.

القانون المستخدم :

– الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x} - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية الخامسة :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي

لدى طلبة الفرع الأدبي من أفراد عينة البحث حسب متغير الجنس.

جدول إحصائيات طلبة الفرع الأدبي في مقياس التكيف الاجتماعي حسب

متغير الجنس.

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
ذكور	٢٥	١٦٢	٢٠,٥	٤٨	٠,٠٥	٣,٠٩	٢,٠١	دال إحصاء ياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥
إناث	٢٥	١٧٩,٥	١٨,٧					

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول أن قيمة ت T المحسوبة بلغت ٣,٠٩ وهي أكبر من

قيمة T النظرية وبالتالي نرفض الفرضية ونقرر بأن :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي

لطلبة الفرع الثانوي الأدبي من أفراد عينة البحث حسب متغير الجنس عند

مستوى دلالة ٠,٠٥.

التفسير :

إن متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى إناث الفرع الثانوي الأدبي أعلى منه عند ذكور هذه المرحلة في عينة البحث.

القانون المستخدم :

— الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x} - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية السادسة :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى

الذكور حسب متغير التخصص لدى أفراد عينة البحث.

جدول إحصائيات الذكور في مفهوم الذات حسب متغير التخصص

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
الفرع العلمي	٢٥	٣١٧,٦	٣٧,٧	٤٨	٠,٠٥	٣	٢,٠١	أفرق دال إحصاءاً
الفرع الأدب	٢٥	٢٨٧,٩	٢٩,٣					مستوى دلالة ٠,٠٥

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول السابق أن قيمة ت T المحسوبة من اختبار ستودنت

بلغت ٣ وهي أكبر من قيمة T النظرية البالغة ٢,٠١ وبالتالي نرفض الفرضية

ونقرر بأنه :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى  
ذكور أفراد عينة البحث حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة ٠,٠٥ .

التفسير :

إن متوسط درجات مفهوم الذات لدى ذكور الفرع الثانوي العلمي أكبر  
وأعلى من متوسط درجات مفهوم الذات لدى ذكور الفرع الأدبي في عينة البحث.

القانون المستخدم :

— الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x}_1 - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية السابعة :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى ذكور عينة البحث حسب متغير التخصص.

جدول إحصائيات الذكور في مقياس التكيف الاجتماعي حسب متغير

التخصص

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
الفرع العلمي	٢٥	١٨٣,٩	٢٢,٣	٤٨	٠,٠٥	٣,٥٤	٢,٠١	دال إحصاءاً يأ عند مستوى دلالة ٠,٠٥
الفرع الأدبي	٢٥	١٦٢	٢٠,٥					

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول أن قيمة ت T المحسوبة من اختبار ستودنت بلغت ٣,٥٤ وهي أكبر من قيمة T النظرية وبالتالي نرفض الفرضية ونقرر بأن :  
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لذكور عينة البحث حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة ٠,٠٥.  
التفسير :

إن متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى ذكور الثانوي العلمي أعلى منه عند ذكور الثانوي الأدبي في عينة البحث.

القانون المستخدم :

– الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x}_1 - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية الثامنة :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى

إناث عينة البحث حسب متغير التخصص.

جدول إحصائيات الإناث في مفهوم الذات حسب متغير التخصص

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
الفرع العلمي	٢٥	٢٩١,٧	٣١,٥	٤٨	٠,٠٥	١,٨٧	٢,٠١	غير دال إحصاءً يأ عند مستوى دلالة ٠,٠٥
الفرع الأدبي	٢٥	٣٠٧,٥	٢٦,٧					

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول السابق أن قيمة ت T المحسوبة من اختبار ستودنت

بلغت ١,٨٧ وهي أصغر من قيمة T النظرية البالغة ٢,٠١ وبالتالي نقبل

الفرضية ونقرر بأنه :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مفهوم الذات لدى

إناث عينة البحث حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة ٠,٠٥.

التفسير :

إن متوسط درجات مفهوم الذات لإناث الفرع العلمي يساوي متوسط درجات مفهوم الذات لإناث الفرع الأدبي في عينة البحث.

القانون المستخدم :

– الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x}_1 - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

مناقشة الفرضيات إحصائياً :

التحقق من الفرضية التاسعة :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي

لدى إناث عينة البحث حسب متغير التخصص.

جدول إحصائيات الإناث في مقياس التكيف الاجتماعي حسب متغير

التخصص

المتغيرات	العدد n	الوسط الحسابي X	الانحراف المعياري s	درجة الحر ية df	مستوى الدلالة $\alpha$	قيمة T الدلالة	قيمة T النظر ية	القرار
الفرع العلمي	٢٥	١٦٥,٤	١٩,٧	٤٨	٠,٠٥	٢,٥٥	٢,٠١	دال إحصاءاً يأ عند مستوى دلالة ٠,٠٥
الفرع الأدبي	٢٥	١٧٩,٥	١٨,٧					

المناقشة والقرار :

تبين من الجدول أن قيمة ت T المحسوبة من اختبار ستودنت بلغت ٢,٥٥

وهي أكبر من قيمة T النظرية وبالتالي نرفض الفرضية ونقرر بأن :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى

إناث عينة البحث حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة ٠,٠٥.

التفسير :

إن متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى إناث الثانوي الأدبي أعلى منها لدى إناث الفرع العلمي.

القانون المستخدم :

– الخطأ المعياري المقدر للفرق بين وسطين حسابيين لعينتين من نفس

الحجم :

$$\bar{x}_1 - \bar{x}_2 = \sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}$$

$$T = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{S_{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}} \text{ المحسوبة.}$$

## التوصيات والمقترحات:

- ١- إقامة المراكز النفسية المتخصصة القادرة على مساعدة الطلاب التي يلجئون إليها في مختلف المشكلات التي يعانون منها.
- ٢- على الأسرة أن توفر الجو الدراسي للطلاب في الثالث الثانوي حتى يكونوا قادرين على تحصيل أكبر قدر ممكن من الدرجات التي تؤهلهم للفرع الذي يرغبونه.
- ٣- على الطالب تنظيم وقته والابتعاد عن ما يشغل باله في هذه المرحلة الدراسية حتى يستطيع التركيز بشكل أكبر ويحصل درجات تمكنه من دخول الفرع الذي يرغب فيه.
- ٤- أن تعمل الجامعات على التقليل من الدرجات التي تتطلبها من الطلاب لدخولها حتى يتمكن الطالب من دخول الفرع الذي يحبذ به وبالتالي يتجنب المشكلات النفسية التي قد يعاني منها.
- ٥- العمل على توفير فرص العمل للطلاب الذين لا تؤهلهم درجاتهم من دخول الجامعات والمعاهد. حتى لا يعانون من مشكلات تنعكس سلباً على تكيفهم الاجتماعي ومفهومهم عن ذواتهم.

المرجع

## قائمة المراجع:

- ١- أبو جادو، صالح، "١٩٩٨" سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، عمان، دار الميسرة.
- ٢- أبو زيد، إبراهيم، "١٩٨٨" سيكولوجية الذات والتوافق، الإسكندرية، دار المعرفة.
- ٣- جبل، فوزي، "٢٠٠٠" الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الإسكندرية.
- ٤- الحافظ، نوري، "١٩٨٧" التكيف وانعكاساته الإيجابية، المؤسسة العربية للدراسات والنشر.
- ٥- زهران، حامد، "١٩٨٩" التوجيه والإرشاد النفسي، دمشق، منشورات جامعة دمشق.
- ٦- الزيات، فتحي، "٢٠٠١" علم النفس المعرفي، مصرف دار النشر للجامعات.
- ٧- الشيخ، دعد، "٢٠٠٣" رحلة في عالم المتقاعدين مفهوم الذات والتكيف، دمشق، دار كيوان.
- ٨- الشيخ، دعد، "٢٠٠٣" مفهوم الذات بين الطفولة والمراهقة، دمشق، دار كيوان.
- ٩- الشيخ، دعد، "١٩٩٣" مفهوم الذات بين الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة، دمشق.
- ١٠- الصالح، مصلح، "١٩٩٦" التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي، دار الفصيل الثقافي.
- ١١- عبد اللطيف، آذار، "٢٠٠١" العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى المعوقين جسدياً.
- ١٢- عبد اللطيف، آذار، "٢٠٠٢" مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي، دمشق، دار كيوان.

- ١٣- الفقي، حامد، "١٩٩٠" نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الكويت، دار القلم.
- ١٤- فهمي، مصطفى، "١٩٧٨" التكيف النفسي، مصر، دار مصر للطباعة.
- ١٥- فهمي، مصطفى، "١٩٨٠" التوافق الشخصي والاجتماعي، القاهرة، مكتبة الخانجي.
- ١٦- القطان، محمد، "١٩٩٠" علم النفس الاجتماعي، دار الفكر العربي.
- ١٧- مخول، مالك، "١٩٩٢" علم نفس الطفولة والمراهقة، جامعة دمشق.
- ١٨- موسى، يوسف، "١٩٩٢" بعض مخاوف الأطفال ومفهوم الذات لديهم، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ١٩- المياسا، محمد، "١٩٨٨" التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي.
- ٢٠- الهابط، محمد، "٢٠٠٣" التكيف والصحة النفسية، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.

الملاحق

# الملاحق:

وتضم الاختبارات التي تم تطبيقها:

اختبار مفهوم الذات:

عزيزي الطالب: فيما يلي عبارات متعددة المطلوب منك أن تقرأ كل عبارة بدقة وأن يكون جوابك متسماً بالصدق من حيث مدى انطباق مضمون العبارة عليك وضع إشارة "x" أمام كل عبارة في المربع الذي يناسبك:  
الجنس – ذكر – أنثى.

العبارات	لا تتطبق أبداً	تتطبق بدرجة ضعيفة	تتطبق بدرجة متوسطة	تتطبق بدرجة مرتفعة	تتطبق بدرجة مرتفعة جداً
١- اعتبر وزني ملائم لعمرى.					
٢- يؤلمنى أنى أقصر من زملائى.					
٣- شخصىتى جذابة بالنسبة للجنس الأخرى.					
٤- يزعجنى ظهور حب الشباب فى وجهى.					
٥- يضايقنى تكرار الصداع دون سبب.					
٦- أتعب بسرعة.					
٧- أشكو أمراضاً عديدة.					
٨- أشكو أمراضاً جسدية لم يعرف سببها.					
٩- أشعر بالنشاط والحيوية فى معظم الأوقات.					
١٠- يزداد نشاطى أثناء اللعب الجماعى.					
١١- أشكو من ضعف الرؤية.					
١٢- أشكو من صعوبة فى النطق.					
١٣- أسمع جيداً.					
١٤- أعانى من ألم فى القدمين.					
١٥- أتمتع بقوة عضلية.					
١٦- أتمتع بأسنان جميلة.					
١٧- أتمتع بجسم رشيق.					
١٨- أشكو من مرض جلدى.					

					١٩- تقلقني التغيرات التي حدثت في جسمي.
					٢٠- تتقضي المهارة في الألعاب الرياضية
					٢١- أحب الرحلات التي تجمع أفراد الأسرة.
					٢٢- أفتقد الصديق ضمن أفراد الأسرة.
					٢٣- يزعجني تدخل والدي في اختيار أصدقائي.
					٢٤- يتصف معظم مدرسينا بالتواضع.
					٢٥- يتحيز المعلمون في مدرستي.
					٢٦- أخفي معظم مشكلاتي عن رفاقي.
					٢٧- أحب أن أساعد الأصدقاء عند الحاجة.
					٢٨- أصاحب من يحقق لي النفقة فقط.
					٢٩- أتعرض للنقد المستمر من قبل والدي.
					٣٠- يعتبر أهلي أن أصدقائي أكثر ذكاءً مني.
					٣١- أعتبر نفسي محبوباً من الجميع في الأسرة.
					٣٢- يبوح لي معظم الأصدقاء بالكثير من أسرارهم.
					٣٣- أشعر بمكانتي العالية بين أصدقائي.
					٣٤- يصفني معظم الأصدقاء بالأنانية.

					٣٥- يضايقتني إصدار أسرتي على احترام الأكبر سنًا .
					٣٦- يعجبني ذوق والدتي في اختيار الملابس .
					٣٧- أتقبل برضا تدخل والدتي في اختيار الملابس .
					٣٨- أتقبل برضا تدخل والدتي في تحديد مواعيد زيارة أصدقائي .
					٣٩- أتقبل معظم التقاليد الدينية .
					٤٠- اعتبر التقيد باللباس المدرسي أمر مملًا .
					٤١- أشرك في الاحتفالات المدرسية عن قناعة .
					٤٢- أساوي بين حقي وحقوق أفراد الأسرة .
					٤٣- أعتدي على من هو أصغر مني سنًا .
					٤٤- أعتقد أن لي مستقبلًا جيدًا .
					٤٥- أملك القدرة على حل مشكلاتي الخاصة .
					٤٦- نادراً ما أستطيع التعبير عما في نفسي .
					٤٧- أصمم على تحقيق ما أريد .
					٤٨- أقبل تنفيذ واجباتي بدقة .
					٤٩- أعتبر نفسي متفوقاً في دراستي .
					٥٠- أرتبك حين أتحدث مع الآخرين .

					٥١- أغضب بسهولة.
					٥٢- أشعر أنني محروم من الحب.
					٥٣- أكره الانتقام.
					٥٤- أشعر بالغيرة من زملاء.
					٥٥- أشعر بالفرح تارة والضيق تارة دون معرفة السبب.
					٥٦- أميل إلى إظهار انفعال الحزن.
					٥٧- أشعر بالخجل عند مقابلة من لا أعرفهم.
					٥٨- أنا متفائل دائماً.
					٥٩- نادراً ما أشعر بالقلق والضيق.
					٦٠- أرى أنني أهل للثقة.
					٦١- ذاكرتي ضعيفة.
					٦٢- أنا عنيد.
					٦٣- مشاكل الشخصية كثيرة.
					٦٤- أعتقد أنني شخص ذكي.
					٦٥- أشعر برغبة في العدوان.
					٦٦- أنا سريع البديهة.
					٦٧- أحترم نفسي كثيراً.
					٦٨- أنا متسامح.
					٦٩- أقدر قيمة العبادة.
					٧٠- تقلقني الأفكار التي تتعلق بالجنة والنار.
					٧١- أفضل صحبة الأغنياء.

					٧٢- أحبذ مساواة المرأة والرجل.
					٧٣- يزعجني السلوك الذي يظهر فيه تمييز الأغنياء عن الفقراء.
					٧٤- أحترم المدرس الذي يجيد تبسيط المعلومات.
					٧٥- يقلقني التفكير في أمر الروح.
					٧٦- أرى أن سعادة الإنسان في حسن مظهره.
					٧٧- أحب أن يتمتع كل إنسان بحريته.
					٧٨- أشعر بالقلق لأن مستقبلي مجهول.
					٧٩- تساعدني الإدارة في تجاوز الصعوبات الدراسية.
					٨٠- أتمتع بالتناسق بين أجزاء جسمي

– اختيار التكيف الاجتماعي:

عزيزي الطالب:

يتضمن الاختبار مجموعة من العبارات التي تهدف إلى التعرف على مدى تكيفك.

أقرأ العبارات بشكل جيد وضع إشارة "x" أمام كل عبارة في المربع الذي

يناسبك:

الجنس – ذكر – أنثى.

العبارات	لا تتطبق أبداً	تتطبق بدرجة ضعيفة	تتطبق بدرجة متوسطة	تتطبق بدرجة مرتفعة	تتطبق بدرجة مرتفعة جداً
١ – أشجار مع أخوتي كثيراً.					
٢ – أشارك في حل مشكلات الأسرة.					
٣ – أشعر بالضيق عندما أكون في المنزل وحيداً.					
٤ – أحترم أهلي كثيراً.					
٥ – يتوقع مني والدي أكثر من طاقتي.					
٦ – تفرض عليّ أسرتي رقابة مستمرة.					
٧ – أنا مدين لأسرتي لاهتمامهم بي.					
٨ – من غير المسموح لي استقبال أصدقائي في المنزل.					
٩ – والديّ هما المثل الأعلى في الحياة.					
١٠ – أشكو من عدم تفهم والدي لنظراتي.					
١١ – أشعر بالقلق لنقص خبرتي الاجتماعية.					
١٢ – أكون صداقات بسهولة.					
١٣ – أنا قادر على جعل الناس فرحين بأي حفلة.					
١٤ – أكره كل موقف اجتماعي لا أحسن به الأداء.					

					١٥- أمارس دوراً حيويّاً في كل الاجتماعات.
					١٦- لا أستطيع التغلب على المواقف الاجتماعية بسهولة.
					١٧- أظن بأن أصدقائي أكثر سعادة مني.
					١٨- أندمج بسهولة مع أي جماعة جديدة أقابلها.
					١٩- أرحب بالآخرين بشكل دائم.
					٢٠- أحب أن أنزوي بعيداً عن الآخرين.
					٢١- يرافقتي الشعور بالوحدة وأنا مع الآخرين.
					٢٢- أحب لقاء الآخرين بشكل دائم.
					٢٣- أشعر بأنني مرغوب عند الجنس الآخر.
					٢٤- أشعر بالخجل عند الحديث مع أصدقائي.
					٢٥- ينتابني الشعور بالضيق في الأماكن المزدحمة.
					٢٦- تزداد ثقتي عندما أحاور الآخرين.
					٢٧- سبب نجاحي هو تفهم الآخرين لما يريد.
					٢٨- أبذل جهودي كي لا يعاملني الآخرون على أنني فاشل.
					٢٩- لا أشكو من ألم في العين.
					٣٠- وزني خفيف.
					٣١- أشعر بالنشاط عندما أستيقظ في الصباح.
					٣٢- لا أعاني من مشكلات في السمع.
					٣٣- ينتابني الشعور بالإغماء أحياناً.

					٣٤- يحيطني الأهل بعناية جيدة.
					٣٥- عانيت في الطفولة من أمراض عديدة.
					٣٦- أصاب بالزكام بسهولة.
					٣٧- لا أشعر بأي ألم في المفاصل.
					٣٨- لا أنزعج من زيارتي المتكررة للطبيب.
					٣٩- يزعجني وزني الزائد.
					٤٠- لا أفهم ما أقرأ بسهولة.
					٤١- تهتم الإدارة بمشكلاتي الشخصية والتعليمية.
					٤٢- الالتزام بالمدرسة يسبب لي الانزعاج.
					٤٣- أنا راض عن مشاركتي في الحفلات المدرسية.
					٤٤- أنا فاس زملائي بشكل دائم.
					٤٥- يثق المدرسين بقدراتي.
					٤٦- لا أستطيع التركيز في التفكير عن موضوع محدد.
					٤٧- زملائي في المدرسة كثيرون.
					٤٨- أشعر بأنني شخص غير مرغوب في المدرسة.
					٤٩- يشجعني المدرسون على تجاوز الصعاب.
					٥٠- أحتاج إلى مساعدة أثناء أداء واجباتي الدراسية.

- \* - هذه الدراسة محفوظة الحقوق للمؤلفين ومصدر النشر.
- \* - منشورة للاستفادة العامة.
- \* - الرجاء عدم استخدامها لأغراض تجارية، والإشارة إليها عند النقل والاقتباس.
- \* - المعلومات الواردة في هذه الدراسة هي لأغراض البحث العلمي، وقد لا تكون ملائمة للتطبيق في الحياة الشخصية، ولا تغني عن مراجعة المختص.

"مرصد نساء سورية"