



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة -  
قسم العلوم الاجتماعية  
شعبة علم النفس  
تخصص علم نفس عيادي



عنوان المذكرة :

**مستوى تقدير الذات لدى العواشق ضحية التمر المدرسي**

**بواسطة عيادية لثلاث حالات بمدينة أولاد جلال**

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم نفس عيادي

تحت إشراف الأستاذة:

بومجان نادية

إعداد الطالبة:

تتاي فلة

السنة الجامعية: 2020/2019

## ملخص الدراسة :

مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التنمر المدرسي لثلاث حالات من تلاميذ الطور الثانوي في العيادة النفسية بديرينة سمية بأولاد جلال .

لقد جاءت هذه الدراسة لمحاولة الكشف عن مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التنمر المدرسي وذلك من أجل الإجابة عن الأسئلة التالية :

-هل يعاني المراهق ضحية التنمر المدرسي من مستوى تقدير ذات منخفض ؟

أجريت هذه الدراسة بإتباع المنهج الإكلينيكي الذي يناسب موضوع الدراسة وقد تم إختيار ثلاث من المراهقين ضحية التنمر المدرسي ممتدرسة بالطور الثانوي و تم اختيارها بصفة قصدية في العيادة النفسية بديرينة سمية و -بأولاد جلال- وقد تم استخدام ثلاث أدوات لجمع البيانات التشخيصية للحالات تمثلت في :

-المقابلة العيادية نصف موجهة

-الملاحظة

-اختبار تقدير الذات لكوبر سميث

ولقد تم تخصيص أدوات تم الاعتماد على الأسلوب المئوي وقد أسفرت الدراسة .

-نتائج هذه الدراسة التساؤل الأول: - يعاني المراهق ضحية التنمر المدرسي من مستوى تقدير ذات منخفض

الكلمات المفتاحية : تقدير الذات - المراهق - التنمر المدرسي

## Summary of the study:

**The level of self-esteem of a teenager who is a victim of school bullying for three cases of secondary school students in the psychiatric clinic in BDIRINA Samia in OuledDJellal.**

This study came to try to reveal the level of self-esteem of a teenager victim of school bullying in order to answer the following question:

- **What is the level of self-esteem of a teenager who is a victim of school bullying?**

This study was carried out by following the clinical approach that fits the subject of the study. Three teenage victims of school bullying who attended secondary school were chosen, and they were intentionally chosen in the psychiatric clinic in BDIRINA Samia - in OuledDJellal - and three tools were used to collect diagnostic data for cases, they were:

- The clinical interview is half-guided
- Observation
- Cooper Smith's Self-Esteem Test

The study has been assigned tools that have been based on the percentage method.

**The results of this study are the first question:** There is a low estimate for a teen who is a victim of school bullying

**The results of the second question:** High school student victim of verbal bullying has low esteem.

**Keywords:** self-esteem, adolescence, school bullying



## كلمة شكر

"كن عالماً.. فان لم تستطع فكن متعلماً"

"فإن لم تستطع فأحب العلماء فإن لم تستطع فال تبغضهم"

بعد حلة بحث و جيد و اجتهاد تثلت بإنجاز هذا البحث، نحمد الله عز و جل عمى نعمه التي منى علينا فهو العالى القدير ، كما لا يسعنا إلا أن نخص بأسمى عبارات الشكر و التقدير للدكتورة " بومجان نادية " لما قدمت لي من جهد و نصح و معرفة طيلة إنجاز هذا البحث.

كما أتقدم بالشكر العميق للدكتورة بديرينة سمية بالعيادة النفسية -أولاد جلال-

كما أتقدم بالشكر الجزيل لكل من أسهم في تقديم يد العون لإنجاز هذا البحث، و نخص بالذكر أساتذتنا الكرام الذين أشرفوا على تكوين دفعة عمم النفس العيادي خاصة و الأساتذة القائمين خاصة وعلى عمادة و إدارة كمية العموم الإنسانية و الإجتماعية.

إلى الذين كانوا لنا عوناً في بحث هذا و نورا يضيء الظلمة التي كانت تقف أحياناً في طريقنا.

على من زرعوا التفاؤل في دربنا و قدموا لنا المساعدات و المساعدات و المعلومات فميم منا كل الشكر.

## إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

(قل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله و المؤمنون)

صدق الله العظيم

إله يطيب الميل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك.. و لا تطيب اللحظات إلا بذكرك .. و لا تطيب

الآخرة إلا بعفوك .. ولا تطيب الجنة إلا برؤيتك

"الله جل جلاله"

إلى من بلغ الرسالة و أدى الأمانة.. و نصح الأمة..

بلغ العلى بكماله كشف الدجى بجماله

عظمت جميع خصاله صلوا عليه وآله

"سيدنا محمد صلى الله عليه و سلم"

إلى من كلفه الله بالهيبه و الوقار .. إلى من علمني العطاء دون انتظار .. إلى من أحمل اسمه بكل افتخار ..

أرجوا من الله أن يمد في عمرك لترى ثمارا قد حان قطافها بعد طول انتظار و ستبقى كلماتك نجوم أهتدي

بها اليوم و في الغد و إلى الأبد...والذي العزيز

"الجيلاني محمد"

إلى ملاكي في الحياة.. إلى معنى الحب و التقاني إلى بسمة الحياة و سر الوجود إلى من كان دعاؤها سر

نجاحي و حنانها بلسم جراحي إلى أعلى الحباب إلى من رافقتني منذ أن حملت حقيقتي الصغيرة و معك

سرت الدرب خطوة بخطوة و ما تزال ترافقني حتى الآن أُمي الحبيبة

"حكيمة"

إلى إخوتي و زوج أختي ورفقاء دربي في هذه الحياة...معكم أكون أنا و بكم أكون مثل كل شيء... إلى من

أرى التفاؤل بأعينهم و السعادة في ضحكتهم... إلى من كانوا سببا في وصولي إلى ما أنا عليه... إلى من

كانوا فخرا لوجودهم معي و دعما لي في كل حياتي إخوتي و سندي في الحياة

"عماد، سفيان، محمد دوبي"

إلى أخواتي... إلى من تحلو بإيحاء و تميزوا بالوفاء و العطاء إلى ينباع الصدق الصافي إلى من معهم

سعدت .... و برفقتهم في دروب الحياة المرة و الحزينة سرت ...إلى من كانوا معي على طريق النجاح و

الخير إلى من عرفت كيف أجدهم و علموني أن ألا أضيعهم

كنزة،غالية،ليندة ،هاجر، كوثر

تتاي فلة

# فهرس المحتويـات

## محتويات الدراسة

الصفحة	العنوان
	ملخص الدراسة
	شكر
	إهداء
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
الج	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الإطار العام للدراسة</b>	
16	(1) الإشكالية
17	(2) التساؤل
17	(3) أهمية الدراسة
18	(4) أهداف الدراسة
18	(5) أسباب اختيار للموضوع
18	(6) تحديد المفاهيم اصطلاحيا وإجراءيا
20	(7) الدراسات السابقة
25	(8) التعقيب على الدراسات السابقة
<b>الفصل الثاني: تقدير الذات</b>	
28	تمهيد
29	(1) مفهوم الذات
30	(2) تعريف تقدير الذات
32	(3) تطور تقدير الذات
33	(4) المقاربة النظرية لتقدير الذات
37	(5) أبعاد تقدير الذات
38	(6) مستويات تقدير الذات
41	(7) العوامل المؤثرة في تقدير الذات
44	(8) تقدير الذات وعلاقتها بالمراهقة



46	الخلاصة
<b>الفصل الثالث: المراهقة والتنمر المدرسي</b>	
<b>أولاً: المراهقة</b>	
48	تمهيد
49	(1) تعريف المراهقة
50	(2) مراحل المراهقة
52	(3) سيكولوجية النمو في مرحلة المراهقة
55	(4) أشكال المراهقة
56	(5) أهمية المراهقة
57	(6) المراهق المتمدرس والسلوك العدواني
59	الخلاصة
<b>ثانياً: التنمر المدرسي</b>	
60	تمهيد
61	(1) مفهوم سلوك التنمر
62	(2) تعريف التنمر المدرسي
63	(3) المفاهيم المرتبطة بالتنمر المدرسي
66	(4) المقاربات النظرية المفسرة لسلوك التنمر المدرسي
68	(5) أشكال التنمر المدرسي
71	(6) العناصر المشاركة في التنمر المدرسي
73	(7) أسباب وعوامل التنمر المدرسي
75	(8) الحلول المقترحة للحد من ظاهرة التنمر المدرسي
78	الخلاصة
<b>الجانب الميداني</b>	
<b>الفصل الرابع : منهجية الدراسة</b>	
81	تمهيد
82	المنهج المتبع في البحث
82	(1) الدراسة الاستطلاعية
84	(2) الهدف من الدراسة الاستطلاعية

84	3) الدراسة الأساسية
84	1.3 وصف حالات الدراسة
85	2.3 حدود الدراسة
85	3.3 أدوات الدراسة
89	4.3 الخصائص السيكومترية للمقياس
91	الخلاصة
<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج</b>	
93	تمهيد
93	1) دراسة الحالات
<b>دراسة الحالة الأولى:</b>	
93	1) تقديم الحالة
93	2) ملخص المقابلة
94	3) تحليل نتائج المقابلة والملاحظة
96	4) تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه
98	5) تحليل العام للحالة الأولى
<b>دراسة الحالة الثانية :</b>	
99	1) تقديم الحالة
99	2) ملخص المقابلة
100	3) تحليل نتائج المقابلة والملاحظة
102	4) تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه
104	5) تحليل العام للحالة الثانية
<b>دراسة الحالة الثالثة :</b>	
105	1) تقديم الحالة
105	2) ملخص المقابلة
106	3) تحليل نتائج المقابلة والملاحظة
108	4) تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه
109	5) تحليل العام للحالة الثالثة
111	2) مناقشة عامة للحالات في ضوء التساؤلات والدراسات السابقة

114	(3) إستنتاج عام
115	خاتمة
116	اقتراحات و توصيات
	المراجع
	الملاحق

### فهرس الجداول

الصفحة	رقم و عنوان الجدول
64	الجدول رقم 01 يمثل الاختلافات بين الصراع الطبيعي والتتمر
65	الجدول رقم 02 يشير إلى أشكال المضايقة بين الأقران
84	الجدول رقم 03 وصف الحالات
88	الجدول رقم 03 مستويات تقدير الذات
88	الجدول رقم 04 المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث
96	الجدول رقم 04 المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث - الحالة الأولى
102	الجدول رقم 04 المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث - الحالة الثانية
108	الجدول رقم 04 المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث - الحالة الثالثة

مقدمة

### المقدمة:

يعتبر تقدير الذات من المواضيع المهمة التي حظيت باهتمام الباحثين في الآونة الأخيرة، فمنذ سنوات عديدة والباحثون مهتمون بدراسة النظريات المرتبطة بالذات والشعور بها ، كما أنها من أهم الخبرات السيكلوجية للإنسان، والإنسان يغير من أنماط سلوكه بصورة نموذجية، كلما إنتقل من دور مختلف، و تظهر من خلال الإدراك المعرفي لقدراته الشخصية والخبرات المتعددة، بصورة إيجابية أو سلبية

عرفها **Smith Cooper** كوبر سميث "أنه تقييم يضعه الفرد لنفسه و يعمل على المحافظة عليه و يتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الايجابية و السلبية نحو ذاته" فتقدير الذات عبارة عن أحكام ذاتية، عن الأهمية الذاتية معبرا عنها باتجاهات الفرد نحو نفسه، فهي الأحكام الواعية أو الشعورية المتعلقة بأهمية الفرد و تميزه . (رغدة شريم ، 2009، ص 213).

حيث تبدأ معرفة الفرد لذاته وتقييمها بشكل خاص في مرحلة المراهقة التي يعرفها "هايل Hall " **STANELY**" على أنها "الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة ". وتتضح معالمها أكثر من خلال البيئة المدرسية التي تعتبر المؤسسة التربوية والاجتماعية الثانية بعد الأسرة، من حيث مكانتها في التأثير على التلميذ ورعايته، ومساعدته على تنمية شخصيته ومهاراته ومساعدته في حل مشكلاته ،وتزويده بالمعلومات والمعارف التي تعمل على تحفيز طاقاته الكامنة ورفع مستوى ثقته بنفسه ويجعله أكثر تقديرا لذاته .

ومن بين المشاكل التي قد تكون سببا في إنخفاض مستوى تقدير الذات لدى التلميذ مشكلة التتمير (الإستقواء) المدرسي، والذي يعرف أنه شكل من أشكال السلوك العدوانى، سواء كان بصورة جسدية أو لفظية أو نفسية أو اجتماعية أو إلكترونية، ويكون بصفة مستمرة ومتكررة، وقد يكون راجع إلى ضعف المدرسة في التربية النفسية للتلميذ، وإلى وسائل الإعلام ، فالنتمر قد ينمو ويستمر خفية، ليجد التلميذ المنتمر عليه (الضحية) نفسه مرفوض وغيرى مقبول، يشعر بالخوف والقلق وعدم الإرتياح، وقد تصل به إلى الانسحاب من المشاركة في الأنشطة المدرسية أو الهروب من المدرسة، وهذا ما يجعل مستوى تقدير الذات لديه منخفضة .

وعليه جاءت دراسة (مريم محمود غرابية، 2010) إلى التعرف على مستوى التعرض للسلوك التمرري (الإستقوائي)، وأثر برنامج تدريبي قائم على دعم الأقران في مواجهة هذا السلوك، واستخدمت الباحثة تصميمًا تجريبيًا يقوم المجموعات الضابطة والتجريبية مكونة من (31) طالبا وطالبة، وقد استخدم مقياس السلوك التمرري بمجالاته الثلاثة: اللفظي، والاجتماعي والجسدي وعلى الممتلكات، وبعد تطبيق البرنامج أسفرت النتائج أن نسبة الضحايا قدر بـ 2,4 وكان أعلى مستوى للسلوك التمرري هو اللفظي، ثم يليه الجسدي وعلى الممتلكات، وأخيرا الاجتماعي، وعدم وجود فروق دالة بين مجموعتين تعزى لأثر المعالجة أو الجنس والتفاعل بينهما، كما ظهرت فروق في تقدير الذات بين المجموعتين ولصالح التجريبية. (مريم محمود غرابية، 2010، ص 01).

حيث جاءت الدراسة الحالية لتبحث عن " مستوى تقدير لدى المراهق ضحية التنمر المدرسي " ولتناول هذا الموضوع ، تم إقترح الخطة المنهجية لدراسة الموضوع بشقيه النظري والتطبيقي والتي تضم ما يلي:

**الفصل الأول :** تناولنا في الفصل الأول الفصل التمهيدي وفيه تم تحديد صياغة إشكالية البحث التساؤلات أهمية الدراسة أهداف الدراسة أسباب إختيار للموضوع ، تحديد المفاهيم إصطلاحيا و إجرائيا والدراسات السابقة والتعقيب على الدراسات السابقة .

**الفصل الثاني :** وتناولنا فيه مفهوم الذات، تعريف تقدير الذات، تطور تقدير الذات، نظريات تقدير، الذات أبعاد تقدير الذات ، مستويات تقدير الذات .

**الفصل الثالث:** خصص للمراهقة والتنمر المدرسي ،وضم هذا الفصل :

**أولا :** المراهقة : حيث تم التعرف على تعريف المراهقة مراحل المراهقة سيكولوجية النمو في مرحلة المراهقة أشكال المراهقة أهمية المراهقة المراهق المتمدرس والسلوك العدوانى

**ثانيا:** مفهوم سلوك التنمر ،تعريف التنمر المدرسي ،بعض المفاهيم المرتبطة بالسلوك التمرري، المقاربات النظرية المفسرة لسلوك التنمر المدرسي ،أشكال التنمر المدرسي ،أسباب التنمر المدرسي، العناصر المشاركة في التنمر المدرسي وآثاره ،الحلول المقترحة للحد من ظاهرة التنمر المدرسي .

**أما الجانب الميداني :** والذي يضم فصلين هما:

**الفصل الرابع :** الإجراءات الميدانية للدراسة وتضم جزئين :

**أولا :** للدراسة الاستطلاعية : المنهج المتبع في البحث ، الدراسة الإستطلاعية والذي تم فيها عرض لأهم خطوات الدراسة الإستطلاعية ، مع وصف لعينتها والأداة المستخدمة فيها .

## مقدمة

---

**ثانيا:** الدراسة الأساسية: تم التذكير بعينة الدراسة، حدود الدراسة، أدوات الدراسة، وكذا تحديد بعض الخصائص السيكومترية لها.

**الفصل الخامس:** والذي تم فيه عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج قائمة المراجع المستخدمة في البحث ، الجداول و الملاحق

**الجانب النظري**



# الفصل الأول:

## الإطار العام للدراسة

تمهيد

(1) الإشكالية

(2) التساؤلات

(3) أهمية الدراسة

(4) أهداف الدراسة

(5) أسباب إختيار للموضوع

(6) تحديد المفاهيم إصطلاحيا وإجرائيا

(7) الدراسات السابقة

(8) التعقيب على الدراسات السابقة

الخلاصة

## 1-الإشكالية:

إن مفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، وقد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النفس بوجه عام، أمثال "كارل روجرز"، "ماسلو Maslow"، إذ صمم سلم الحاجات و يعتبر تقدير الذات من مطلب أساسي في الحياة، وقد تناوله "كارل روجرز" بالبحث ضمن إطار نظريته للذات الذي يحتل المرتبة الرابعة في تنظيم ماسلو وهذا التنظيم الذي قسم الحاجات إلى: حاجات فيزيولوجية ، الحاجة إلى الأمن ، الحاجة إلى الانتماء ، الحاجة إلى تقدير الذات والى تحقيق الذات ويرى أن كل فرد يكافح من أجل الوصول إلى السيادة و تحقيق الثقة بالنفس .

ويعد تقدير الذات من الأبعاد المهمة في حياة الفرد حيث يعبر عن اعتزازه بالنفس والثقة بها، هذا يجعل الفاعلية لديه نشطة أو قابلة للإنجاز خاصة إذا كان هذا التقدير نحو الذات إيجابي فإنه يدفع الإنسان إلى تحقيق أهدافه دون المراعاة إلى العوائق التي تواجهه، وقد تتأثر كل من تقدير الذات وفاعلية الأنا بعوامل متعددة .

فهو يتعلق بالجانب الوجداني منها حيث يتضمن الإحساس بالذات أو عدمه فالمفهوم الايجابي أو التقدير الإيجابي والجيد لها يدفع بالفرد إلى مواجهة المواقف الحياتية بشجاعة وثقة في حين يشعر الشخص صاحب المفهوم السلبي والتقدير المنخفض بالعجز هذا ما قد يدفعه أو يوقعه في الاضطرابات والأمراض المختلفة.

ومنها ما هو إجتماعي نفسي ويعتبر تقدير الذات حاجة تدفع بالتلميذ في المدرسة ،إلى توظيف إمكاناته وتوجيهها، نحوى حقيقة واقعية ترتبط بالتحصيل والإنجاز والتعبير عن الذات. وعليه فإن تقدير الفرد لذاته يشعره بالأمن والثقة، وأن عجز الفرد في تحقيق ذاته باستخدام قدراته وإمكاناته، يشعره بالنقص والدونية وخيبة أمل مما يعرضه للقلق والتشاؤم ،خاصة في مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة جد حساسة من حياة الفرد .

وهناك دراسات عديدة تناولت مفهوم تقدير الذات باعتبارها مفهوم سيكولوجيا يتضمن العديد من أساليب السلوك، فضلا عن ارتباطه بمتغيرات متباينة ومحددات مختلفة، فهو يرتبط بالعلاقات الشخصية المتنوعة، مدى شعور الفرد بتوافق مع ذاته ومع الآخرين إلى جانب تحديد أهدافه الذاتية. (فيوليت فؤاد إبراهيم،1998).

فقد بينت دراسة الباحث (روزهاري Roshary، 1983) "أن التقدير السلبي للذات يعتبر عائقاً أمام الفرد لأن نجاح أي نشاط يقوم به يتوقف بدرجة كبيرة على ثقته في إمكاناته وقدراته وبمجرد شعوره بالضعف يصبح حاجز يمنعه من المبادرة". (عزيز وسعاد، 2001) .

فتقدير الذات السليم يعطي للوعي الشعور بالأمن أو يسمح بتوظيف آله قدراته في التعرف على الأحداث وحل المشاكل، هذا ما أكدته دراسة (كوبر سميث Smith Cooper، 1967) أن أصحاب تقدير الذات المنخفض يعتبرون أنفسهم غير مهمين وغير محبوبين، إذ ينقصهم احترام الذات، ويعتبرون أنهم لا قيمة لهم وأنهم غير أكفاء، كما لا يستطيعون فعل أشياء كثيرة يودون فعلها وكذلك ينقصهم الثقة بالنفس ويخشون أفكارهم غير العادية أو المألوفة، ويميلون إلى الحياة في ظل الجماعات الاجتماعية مستمعين أكثر منهم مشاركين، كما يفضلون العزلة والانسحاب على التعبير والمشاركة أو الإتيان بأفعال تلفت النظر إليهم، أي أنهم يتميزون بالسلبية. (زهرة حميدة، 2006) .

و كما نعلم أن تقدير الذات سمة متغيرة تخضع للتأثيرات الداخلية و الخارجية للفرد و يتباين تبعاً للمواقف والوقت، كما صنّفه الباحثون إلى مجال الشخصية إلى عدة مستويات. لذلك جاءت هذه الدراسة لتتناول هذين المتغيرين (تقدير الذات) لدى فئة المراهقين ضحية التنمر المدرسي والكشف عن مستوى كل من تقدير الذات هذه الفئة وانطلاقاً من هذه المشكلة طرح التساؤل التالي: ما مستوى تقدير الذات عند المراهق ضحية التنمر المدرسي ؟

## 1. التساؤل:

-هل يعاني المراهق ضحية التنمر المدرسي من مستوى تقدير ذات منخفض ؟

## 2. أهمية الدراسة :

تنبثق أهمية الدراسة من كونها تبحث في ظاهرة ومشكلة تربوية، إجتماعية بالغة الخطورة في مجتمعنا، لها نتائج سلبية على العملية التربوية؛ والدراسة الحالية تتناول موضوعاً ذا أهمية كبيرة وهو إكتشاف مدى تأثير هذه الظاهرة التنمر في الثانوي نظراً لخطورة هذه المرحلة والتي تتصادف مع فترة المراهقة فهي المرحلة الأكثر عرضة لمثل هذه المشكلات السلوكية، و تتبع أهمية هذه الدراسة في الإستفادة من نتائجها لمساعدة المراهق بصفة خاصة والمدرسة و الوالدين والمدرسي والمرشدين بصفة

عامة للتكفل بمثل هذه المشاكل السلوكية والتي تشكل خطرا على تقديرهم لذات أبناءهم لإنتهاج سلوك سوي آمن هادئة بعيد عن إلحاق الأذى بالآخرين .

### 3. أهداف الدراسة :

- لكل دراسة علمية مهما اختلفت مجالاتها وتعددت أسبابها، تقوم وتتأسس على أهداف معينة تسعى إلى تحقيقها، وهذه الدراسة تهدف :
- الإجابة عن تساؤلات الإشكالية والكشف مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التتمر المدرسي .
  - معرفة مستوى تقدير الذات عند تلاميذ الثانوي والسلوك التتمر الأكثر إنتشارا .

### 4. أسباب إختيار للموضوع :

- إن اختيار موضوع البحث يعد أول الخطوات المنهجية أثناء التفكير في إعداد أي بحث علمي واختيارنا لموضوع " التتمر المدرسي عند المراهق ضحية التتمر المدرسي " لم يأت عشوائيا أو بمحض الصدفة بل جاء لاعتبارات ومبررات ذاتية تتعلق بمعايشتنا واحتكاكنا بمثل هذه السلوكيات وعليه الأسباب التي جعلتني أتطرق إلى هذا الموضوع تتمثل فيما يلي:
- تجربتي الشخصية مع التتمر المدرسي .
  - التأثير النفسي والجسدي الذي يخلفه التتمر على الضحية وعلى الوالدين .
  - ملاحظتي لتفشي الظاهرة رغم خطورتها الكبيرة .

### 5. تحديد المفاهيم إصطلاحيا و إجرائيا:

- 6-1 تقدير الذات : يرى "Smith Cooper" كوبر سميث 1997 أن تقدير الذات هو تعبير عن اتجاه القبول أو الرفض، وأنه يثير إلى معتقدات الفرد إتجاه ذاته، كما يتضمن التقييم الذي يصفه الفرد لذاته، وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه، ومن اختياره . (محمد سيد سليمان 1988،ص397) .

**وتعرفا إجرائيا :** هي الدرجة التي يتحصل قياسه من خلال إجاباته على مجموعة من العبارات الواردة في مقياس تقدير الذات لكوبر سميث بعد تقنينه على البيئة الجزائرية .

### 6-2 المراهقة : عرفها جلال "فترة زمنية في مجرى حياة الفرد، تتميز بالتغيرات الجسمية

الفسولوجية، تتم تحت ضغوط اجتماعية معينة، ولهذه المرحلة مظاهرها النفسية المتميزة" . (أحمد محمد الزغبي، 2001، ص319) .

**وتعرفا إجرائيا:** هي الفترة بين نهاية الطفولة وبداية الرشد وتنفرد بتغيرات البلوغ وما يرتبط بها من تغيرات في أبعاد الجسم ومظهره علاوة على ما يشعر به المراهق من أحاسيس جديدة ورغبة في الاستقلال عن الروابط الأسرية. وحددت المراهقة في دراستنا لدى تلاميذ بالطور الثانوي أي من أعمارهم بين 15-20 (إناث) سنة .

### 6-3 الضحية : أشار كل من حسين وحسين إلى أن الضحية هو تلميذ يتعرض بشكل متكرر،

ولفترة طويلة من الوقت للضرر والإيذاء من المتمم في صور مختلفة، فهو ضعيف من الناحية الجسمية عن المتمم، ومن ثم لا يستطيع يتعرض له من جانب المتمم، فضلاً مواجهة سلوك الإيذاء الذي عن خصائصه النفسية والاجتماعية التي تفرض عليه أن يكون ضحية . (حسين وحسين، 2010، ص307) .

**ويعرف إجرائيا :** ذلك التلميذ الذي تعرض لمضايقات، بشكل مستمر مختلفة سواء كانت لفظية أو جسدية تجعله يشعر أنه منبوذ من قبل طالب متمم أقوى منه، تجعله يشعر بالخوف والقلق حيث تكون ردة فعله غالبا الإنسحاب أو البكاء .

### 6-4 سلوك التمر المدرسي: هو شكل من أشكال السلوك العدوانى الموجه نحو الغير بشكل

مقصود ومتكرر، ويحدث عندما يتوجه فرد أو مجموعة أفراد نحو فرد أو مجموعة أفراد آخرين بالإيذاء اللفظي، الجسدي، الاجتماعي، الإلكتروني، النفسي أو الجنسي وعادة ما تكون الضحية أقل قوة. (عاصم عبد المجيد كامل أحمد وآخرون، 2016، ص7) .

**ويعرف إجرائيا :** هو إيقاع الأذى الجسدي أو النفسي أو العاطفي أو المضايقة أو الإحراج أو السخرية من قبل طالب متمم على طالب آخر أضعف منه، أو لأي سبب من الأسباب وبشكل متكرر، وهو الدرجة التي يحصل عليها التلميذ عند استجابته على فقرات مقياس التمر من إعداد موسى الصبحين والقضاة 2007 والتي تتراوح من 1 إلى 5 درجات بحيث دائماً (5 درجات)، غالباً (4 درجات)، أحياناً (3 درجات) نادراً (2 درجات)، أبداً (1 درجة) .

## 6. الدراسات السابقة :

بعد الاطلاع على عدة دراسات سابقة بهدف أن نجد دراسة تتناول متغيرات دراستنا، حيث وجدنا عدة دراسات التي تناولت متغيرات الدراسة (تقدير الذات، المراهقة و التتمر المدرسي) نظرا لأهمية المفهوم، حاولت الإلمام بالدراسات العربية و الأجنبية ، لأنها تمثل عينة الدراسة الحالية، و يمكن إجمال و في ما يلي عرض لبعض الدراسات التي تم الحصول عليها و التي تناولت مستوى تقدير الذات عند المراهق ضحية التتمر المدرسي في النقاط التالية :

## 7-1 دراسات عربية:

- فتحي عكاشة (1990) بعنوان " تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لمجموعة من أطفال مدينة صنعاء " التي هدفت إلى معرفة الأثر الذي يتركه حرمان الطفل من أحد الوالدين أو كلاهما على تقدير الطفل لذاته وأوضحت النتائج أن وجود تأثير واضح لحرمان الطفل من أحد والديه على تقديره لذاته ويزداد هذا التأثير بفقدان كلا الوالدين .ومن هنا تشير هذه الدراسة إلى أهمية الرعاية التي يعيش في كنفها الطفل والتي تؤثر على تقدير الذات لدى الطفل ، فحرمان الطفل من أحد الوالدين أو كلاهما يؤثر سلبيا على تقدير الطفل لذاته .

- دراسة محمد راضي (2001): هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين التلاميذ ضحايا التتمر وبين التلاميذ غير الضحايا في متغيرات تقدير، الاكتئاب، الوحدة النفسية، بالإضافة إلى معرفة أثر متغيري الجنس والصف الدراسي على وقو الفرد كضحية للتتمر، وقد تمثلت عينة الدراسة في مجموعة من التلاميذ (240) ذكورا و(263) إناثا بالمدارس الابتدائية والمتوسطة أعمارهم (11و12سنة) تم اختيار العينة بطريقة عشوائية، وكانت أدوات الدراسة تتمثل في مقياس تقدير الذات الأطفال ومقياس الاكتئاب عند الأطفال ومقياس الوحدة النفسية للأطفال، وأسفرت النتائج عن وجود فروق في تقدير الذات والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى ضحايا التتمر ووجود تأثيري دال إحصائيا متغير النوع والوصف الدراسي والتفاعل بينهما على درجات التلاميذ على مقياس الطفل الضحية.

–دراسة الصرايرة (2007) بعنوان: الفروق في تقدير الذات والعلاقات الأسرية والإجتماعية والمزاج والقيادية والتحصيل الدراسي بين المتممين وضحاياهم والعاديين في مرحلة المراهقة سعت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في تقدير الذات والعلاقات الأسرية والإجتماعية والمزاج والقيادية والتحصيل الدراسي بين طالبا(158) طالبا الطلبة المتممين وضحاياهم والعاديين في مرحلة (المراهقة) وقد تكونت عينة الدراسة من (312) وطالبة، منهم (144) طالبة صنفوا إلى ثالث فئات: فئة الطالب والطالبات المتممين، وفئة الطالب والطالبات الضحايا و فئة الطالب والطالبات العاديين. وتم تطبيق أربعة اختبارات فرعية من قائمة مينوسوتا الإرشادية، وهي تلك التي تقيس العلاقات الأسرية والعلاقات الإجتماعية والمزاج والقيادية، ومقياس تقدير الذات. واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، تم فيه جميع البيانات لمشكلة الدراسة بواسطة أدواتها وهي مقياس تقيس العلاقات الأسرية والعلاقات الإجتماعية والمزاج والقيادية، ومن ثم تفسير وتحليل البيانات والخروج منها بالمعلومات التي تساعد في الوصول لتحقيق أهداف الدراسة .

وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في تقدير الذات بين الطلبة تعزى إلى فئة الطالب (متمم، ضحية، عادي)، أظهرت النتائج أنه جاء ترتيب الطلبة العاديين أولا ثم المستقيين ثم الضحايا، وأن الذكور حصلوا على درجات أعلى من الإناث في هذا المتغير، فيما يخص العلاقات الأسرية ظهر تدني هذه العلاقات لدى الطلبة المستقيين وضحاياهم قياسا بالطلبة العاديين، وأن الرعاية المتسلطة والعقاب البدني والحماية الزائدة من أسباب السلوك الإستقوائي فضلا عن التفكك الأسري، وظهر أن العلاقات الاجتماعية لدى المستقيين عالية مقارنة بالطلبة الضحايا، وأن المستقيين يتمتعون بشعبية واسعة وأن كل من المستقيين وضحاياهم يعانون مزاجا سلبيا، وأن كل من الطلبة المستقيين وضحاياهم منخفضي التحصيل الدراسي.

– في دراسة جرادات ( 2008 ) التي هدفت إلى دراسة نسبة انتشار سلوك التنمر والعوامل المرتبطة به لدى عينة بلغت ( 656 ) طالبا وطالبة في الصفوف من السابع حتى العاشر الأساسي بمدينة إربد بالأردن، أشارت النتائج إلى 18.9% من الطلبة صنفوا على أنهم متممون، وإن الذكور قاموا بالتنمر على الأقران بصورة أكبر من الإناث، كما تبين أن تقدير الذات لدى الطلبة المتممين أعلى من الضحايا، وإن العلاقات السرية التي تسود لديهم أسوء من تلك التي تسود لدى اسر الطلبة غير المتممين .

كما قام البهاص ( 2012 ) بدراسة هدفت إلى فهم طبيعة العلاقة بين الأمن النفسي الإستقواء المدرسي سواء للتلاميذ المستقيين أو التلاميذ الضحايا، وكذلك التعرف إلى الفروق بين

المستقيين والضحايا في درجة الشعور بالأمن النفسي والتأثير المحتمل لمتغيرات الجنسية والفئة العمرية على سلوك الإستقواء وضحاياه، تكونت عينة الدراسة من (160) طالبا وطالبة من الصف الخامس الابتدائي إلى الثاني الإعدادي في المدارس الحكومية في طنطا، وبينت النتائج وجود بعض الخصائص الدينامية المشتركة بين الطلبة المستقيين والضحايا مثل (الوحدة النفسية، فقدان الأمن، إرتفاع معدلات القلق، سوء المعاملة الأسرية) وفي حين يتسم المستقوون بالعنوان والنشاط الزائد وإرتفاع تقدير الذات فإن الضحايا يتسمون بالسلبية والدونية والميول الإنسحابية وإنخفاض مفهوم الذات، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين درجات الأمن النفسي ودرجات كل من سلوك الإستقواء وضحايا الإستقواء .

وأجرت حميد (2013) دراسة هدفت إلى قياس السلوك الإستقوائي لدى طلبة المرحلة المتوسطة في مدينة بعقوبة في العراق، واستخدمت الباحثة مقياس السلوك الإستقوائي القائم على نظرية التعلم الاجتماعي، وبلغ عدد أفراد العينة (400) طالب من مجتمع البحث. وأظهرت النتائج أن طلاب الصف الثاني المتوسط لديهم سلوك إستقوائي وبدرجة كبيرة وبنسبة بلغت (59.92) وسبب وجود هذا السلوك أن الطلاب في هذه المرحلة المجموعة الضابطة في تقدير الذات وأعراض الاكتئاب والشعور بالوحدة ولكن لديهم ضغط أكثر ورضا عن الحياة أقل وبالنسبة لمجموعة الضحايا فقد أظهروا درجات عالية على مقياس الشعور بالوحدة، أما مجموعة الضحايا / المستقيين فهم يتشاركون خصائص المستقيين والضحايا معا.

- دراسة لمياء رفراف (2015) بعنوان مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المشاغبين :هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المشاغبين وتكونت عينة الدراسة من 36 تلميذ و تلميذة تم اختبارهم بطريقة العينة المقصودة وذلك لعدم توفر مجتمع إحصائي كبير لهذه الفئة، و إعتمدت الباحثة على مقياس كوبر سميث لقياس الاتجاه التقييمي، و توصلت سبب ارتفاع مستوى تقدير الذات الى أن لديهم كثير من تسميات تقدير الذات العالية انعكست على مشاعرهم وسلوكياتهم مثل: أنهم لا يواجهون صعوبات التحدث أمام الناس في اتخاذ قرارات وهناك عوامل أسرية تشجع التمكين على ممارسة سموك الشعب كترك أبنائهم دون متابعة مشكلات التفكك الأسري، التدليل الزائد...إلخ.



## 7-2 الدراسات الأجنبية:

-دراسة روبرتس وباتس ليفون (1997) بعنوان التهديدات المتعلقة بتقدير الذات وأثرها كمتغير وسيطي في عنف الطلاب حيث من بين أهداف الدراسة معرفة استجابة الطلاب الدين لديهم تقدير ذات مرتفع وتقدير ذات منخفض بأسلوب مختلف لمستويات العنف ومن بين نتائجها يستجيب الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع و منخفض بأسلوب مختلف مع مستويات العنف وتشير هذه الدراسة إلى أن الطلاب الذين لديهم تقدير ذات مرتفع أكثر عنف من الطلاب الذين لديهم تقدير ذات منخفض .

-دراسة كوبر سميث Smith Cooper حيث قام بتصنيف عدد من التلاميذ الذكور تتراوح أعمارهم بين 10-12 سنة إلى فئات ثلاث (مرتفعي- متوسطي ومنخفضي) تقدير الذات وذلك وفقا لما أدلى به التلاميذ عن ذواتهم وما قدره المدرسون عن هؤلاء التلاميذ فضلا عن تطبيق عدد من الاختبارات النفسية. وقد كشفت الدراسة أن التلاميذ ذوي تقدير الذات المرتفع يتميزون بقدرتهم العالية على الانجاز الأكاديمي وكذا الاجتماعي، ولديهم رغبة عالية في التعبير عن آرائهم ولكنهم حساسون نحو النقد، متفائلون نحو قدراتهم بالمقارنة بهؤلاء الأطفال ذي التقدير المنخفض .

وبعد إجراء كوبر سميث لمقابلة مع أولياء أمور هؤلاء التلاميذ من ذوي تقدير الذات الايجابي وجد أن الآباء أنفسهم لديهم تقدير موجب لذواتهم، في حين أن آباء الأبناء من ذوي تقدير الذات المنخفض لديهم اهتمامات أقل نحو أبنائهم لا يستطيعون اتخاذ القرارات يؤثر ذلك على الأبناء فينخفض مستوى تقديرهم لذواتهم.

ويذهب كوبر سميث إلى انه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات العالية وأصحاب الدرجات المنخفضة في تقديرا لذات من الأطفال، فإن هناك ثلاثا من حالات الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي : . تقبل الأطفال من جانب الآباء . . تدعيم سلوك الأطفال الايجابي من جانب الآباء . . احترام مبادرة الأطفال وحريرتهم في التعبير من جانب الآباء .

-دراسة (O 'Moore & kirkham,2001) أو موروكيرفام دراسة التي بحثا فيها على نوع العلاقة بين تقدير الذات والسلوك التنمر الأطفال والمراهقين المتنمرين والضحايا المتنمرين،وقد أجريت

الدراسة على عينة مكونة من 131 طالب وطالبة، تتراوح أعمارهم ما بين (8 - 18) سنة وبلغ عدد الطلبة في عمر (8 - 11) سنة و315 طالب وطالبة بعمر (12- 18) سنة وقد صنف الباحثان الطلبة على طلبة متممين وضحايا و الضحايا المتممين والعادين وقد أظهرت النتائج الدراسة أن لدى كل طفل من الأطفال والمراهقين الضحايا والمتممين تقدير ذات أقل من أقرانهم في العمر نفسه والذين لا يصنفون ضمن فئة المتممين والضحايا. في حين أن الضحايا جميعهم كانوا أقل شعبية وجاذبية وأكثر اضطراباً وقلقاً من غير الضحايا، توصلت الدراسة إلى أن الطلبة الضحايا المتممين كانوا أكثر المجموعات انخفاضاً في تقدير الذات.

وأجرى سولبرج وأوليس (Olweus and Solberg 2003) دراسة سعت إلى تقدير مدى انتشار ظاهرة التنمر في مدارس إحدى الولايات بالنرويج، بلغ حجم العينة (517) أطفال من الصف الخامس وحتى التاسع. وكانت أداة الدراسة مقياس التنمر الذي تكون من (36) فقرة أشارت النتائج إلى أن الطلبة المتممين أظهروا ميول عدوانية وسلوكيات غير إجتماعية في حين أظهر الضحايا مستوى عالياً من التقدير المتدين للذات، والتفكك الأسري وميول إكتئابية فكانت النتائج يزداد التنمر المباشر خلال السنوات في المرحلة الابتدائية، ويصل ذروته في المرحلة الوسطى، وينحدر خلال المدرسة الثانوية، ويتناقض التنمر الجسدي مع التقدم بالعمر، ويبقى التنمر اللفظي ثابتاً.

- دراسة كوكينوس و بانايوتو (2004) بحثت هذه الدراسة العلاقة بين سلوك التنمر والسلوك الفوضوي و اضطراب السلوك وتقدير الذات و التحصيل . تألفت عينة الدراسة من (202) طالب و طالبة من المدارس المتوسطة في قبرص و توصلت نتائج الدراسة الى أن جميع الطلبة المتممين لديهم مستوى منخفض في تقدير الذات و مستوى مرتفع في السلوك الفوضوي و ارتفاع في اضطراب السلوك وتوصلت الدراسة الى أن تقدير الذات المنخفض يتنبأ بسلوك التنمر الدراسي (جرادات، 2008 ، 112ص).

-دراسة اسبينوز 2006 ، Espinoz قامت بدراسة عن اثر التنمر في الأداء المدرسي على عينة من تلاميذ المدارس بلغت (500) تلميذ وتلميذة، ينتمون إلى طبقات اجتماعية مختلفة بالصنف الأول ثانوي ممن تراوحت أعمارهم ما بين (16 - 18) سنة وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن 6 % من التلاميذ قد أسيء عليهم بدنياً وانفعالياً من قبل أقرانهم ومعلميهم وأن من أهم المتغيرات الفصل الثاني الدراسات السابقة 16 المرتبطة بالأداء المدرسي كانت الثقة بالنفس وتقدير الذات، والمناخ المدرسي والفصل الدراسي والحالة الاقتصادية والاجتماعية. (خوج، 2012، ص04).

- دراسة Son, Jossen & person, 2007 لتبحث أسباب التمر وكيف يمكن وقف التمر لديهم وتكونت العينة (119) مرافقا عمرهم الزمني 17 عاما وبينت النتائج أن المتممون يقومون بالتمر عندما يكون ضحايا مختلفين عنهم ويكون الضحايا ليس لديهم ثقة في أنفسهم ولديهم ضعف في تقدير الذات وبيئة الدراسة أنه يمكن إيقاف التمر عن طريق حدوث تغيرات في سلوك الضحية و أن نقف في وجه المتمم بقوة.

-دراسة بولا ستري وآخرون Polla Stri; cardemil, 2010 هدفت إلى فحص العلاقة بين تقدير وسلوك التمر لدى المتممين والضحايا وتكونت العينة الدراسة من (307) من طلاب المدارس المتوسطة. وأسفرت النتائج الدراسة عن وجود علاقة بين تقدير الذات المتدني والتمر لدى الإناث في حين لم يتبين أي إرتباط بين تقدير الذات وسلوك التمر لدى الذكور كما تبين عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التمر اللفظي في إتجاه الإناث .

#### (8) التعقيب على الدراسات السابقة :

وفي الدراسة الحالية ومن خلال استعراضنا للدراسات السابقة وجدنا هناك تنوع في أهدافها وأدواتها ونتائجها. ومدى علاقتها بالدراسة الحالية، فمن خلال عرضنا للدراسات توصلنا الى أنها هدفت معظمها إلى دراسة تقدير الذات عند المراهق ضحية التمر المدرسي ، فهناك من ربط تقدير الذات ببعض المتغيرات كدراسة محمد راضي (2001)، والصريرية (2007)، دراسة جرادات (2008)، البهاص (2012) ، فتحي عكاشة (1990) .

أما الدراسات التي جمعت المتغيرين دراسة محمد راضي (2001)، والصريرية (2007) ماعدا دراسة كوبر سميث فقد تطرق إلى دراسة تقدير الذات لدى الأطفال العاديين أي أطفال ،فمن خلال نتائج دراسة كوبر سميث لتقدير الذات فقد كشفت الدراسة أن الأطفال ذوي التقدير المرتفع نشطين و ناجحين اجتماعيا وعمليا، أما الأطفال ذوي تقدير المتوسط للذات متشابهين تماما لذوي التقدير المرتفع للذات، بدوا غير واثقين من تقديرهم لذاتهم، أما الأطفال منخفضوا تقدير الذات فكانوا غير متحمسين و مكتئبين و ودراسة سولبرج وأوليس (Olweus and Solberg(2003) ، ودراسة ( O'Moore & kirkham, 2001).

فلاحظ من خلال معظم النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات أن معظم أفراد عينة الدراسة كلهم مراهقين ممتدرسين ويعانون من التقدير المنخفض للذات .

أما من حيث أدوات الدراسة فنلاحظ أن الدراسات السابقة إعتمدت على المقاييس لتحقق أهدافها، إما أن تكون من إعدادهم الشخصي أو ما أن تكون جاهزة مع تعديلها وتكييفها لتوائم عينة الدراسة . وعليه فقد استفدنا من هذه الدراسات السابقة في رسم معالم الدراسة النظرة للمتغيرات، وكذلك تحديد أداة القياس المناسبة في مناقشة النتائج .

# الفصل الثاني

## تقدير الذات

### تمهيد

- 1) مفهوم الذات
- 2) تعريف تقدير الذات
- 3) تطور تقدير الذات
- 4) المقاربات النظرية لتقدير الذات
- 5) أبعاد تقدير الذات
- 6) مستويات تقدير الذات
- 7) العوامل المؤثرة في تقدير الذات
- 8) تقدير الذات وعلاقتها بالمرآة

### الخلاصة

**تمهيد:**

يعد تقدير الذات من الموضوعات النفسية التي أهتم بها المختصون في مجال علم النفس اهتماما بالغاً لما له من أهمية كبيرة في دراسة الشخصية الإنسانية، فقد أكدت العديد من البحوث والدراسات العلمية والتطبيقية أن التصور الذي يكونه الفرد عن ذاته يؤثر تأثيراً واضحاً على سلوكه واتجاهاته، وتقدير الذات يحدث عن طريق الاتجاه الذي يقوم به الفرد المتعلم (التلميذ) ذاته والذي يسعى إلى تحقيقه والوصول إلى تقدير ذات مرتفعة وإيجابية حتى يشعر بالانسجام والتوازن النفسي وبأهميته ومكانته ضمن محيطه الذي يعيش فيه، فتقدير الذات عاملاً أساسياً لضمان نجا صيرورة التعلم، حيث يدل تقدير الذات على التعبير عن الرضا وعدم الرضا الذي يتبناه الفرد إزاء ذاته والذي يعد خبرة ذاتية ووعي التلميذ والصورة التي يكونها عن نفسه سواء كانت إيجابية أم سلبية.

وقبل التطرق في هذا الفصل إلى تقدير الذات وجب علينا أولاً التطرق إلى مفهوم الذات باعتبارها حجر الزاوية في الشخصية في إدراكنا لأنفسنا جسمياً وعقلياً واجتماعياً وأخلاقياً بالآخرين ، لنصل إلى تقدير الذات و تطرقنا إلى تطور مفهوم تقدير الذات ، أبعادها مستوياتها ، و العوامل المؤثرة فيها و تناولنا أهم النظريات المفسرة لتقدير الذات ، تقدير الذات عند المراهقين و المتمرس .

### 1- مفهوم الذات :

باعتبار أن مفهوم الذات هو النواة التي تقوم عليها الشخصية، و التي توفر المعنى لإدراك الفرد لنفسه من النواحي الجسمية و العقلية و الاجتماعية، فإن تعريف الذات خضع للتباين بحسب وجهات نظر علماء النفس و لكي نتوصل الى مفهوم جيد لتقدير الذات يجب أولاً إلقاء الضوء بصورة مختصرة عن الذات و فيما يلي تعاريف عن الذات حسب بعض علماء النفس وذلك على النحو الآتي :

- ويذكر حامد زهران (1977) " أن الذات هي الشعور والوعي بكينونة الفرد، وهي تنمو وتتفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي، ويتكون نتيجة للتفاعل مع البيئة" (عواض، 2003، ص37).

-وأما عماد الدين إسماعيل (1961) فيرى "أن مفهوم الذات هو ذلك يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائناً بيولوجياً اجتماعياً، أي باعتبار ه مصدر التأثير و التأثر بالنسبة للآخرين " ( فيوليت وسليمان، 2002، 25).

- تعريف كارل روجرز (Rojers) الذي يعرف الذات على أنها "كينونة الفرد أو الشخص، وتنمو الذات وتتفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي. وتتكون بنية الذات نتيجة التفاعل مع البيئة، وتشمل الذات المدركة والذات الاجتماعية والذات المثالية. وقد تمتص قيم الآخرين وتسعى إلى التوافق الإيجابي والثبات وتنمو نتيجة للنضج والتعلم وتصبح المركز الذي تنتظم حول الخبرات (عبد الله، 2010، ص45).

أما وليام جيمس فيعرفها " الامتداد الذي يفوق الجسد والتي هي روابط العلاقات المختلفة للفرد وسمعت أن التغيير في أي جزء منها يؤدي إلى التغيير في إدراكه لها " (بن سليمان، 2013، ص37). ويرى مورفي أن الذات هي الفرد، وأن تعزيزها والدفاع عنها يكون مجموعة النشاطات ألا وهي الأنا فاستعمال الذات هنا يتكون من المشاعر والمواقف أما الأنا يستخدم في العمليات المرافقة (ميزاب، 2013، ص37).

- كولي COOLEY (1902) من أوائل علماء النفس الاجتماعي الذين تعرضوا لمفهوم الذات. فهو صاحب القول المشهور أن المجتمع مرآة يرى الفرد فيها نفسه. و هو يعرف الذات بأن ما يشار إليه في الكلام الدارج بضمائر المتكلم، و لا يمكن تحديد الذات إلا من الشعور الذاتي للفرد" (سعد جلال، 1998، ص174) .

- يرى أبلورت بأن " الذات تمثل جوهر الشخصية التي تؤثر بشكل بالغ على السلوك وتصرفاته " ( محمد، 2010، ص 70).

من خلال التعاريف السابقة نستنتج أن الذات هي تنظيم عقلي معرفي منظم من المدركات والمفاهيم والقيم الشعورية التي تتعلق بالسمات والخصائص المميزة للفرد وعلاقاته المتعددة، فهي تعتبر كينونة الفرد وجوهر الشخصية التي تؤثر بشكل كبير على سلوك الفرد وتصرفاته.

## 2- تعريف تقدير الذات :

ظهر مفهوم تقدير الذات في أواخر الخمسينات و سرعان ما أخذ مكانته المتميزة في كتابات الباحثين و العلماء منهم الباحث (كوبر سميث) **SMITH COOPER** و الباحث (روزنبرغ) **ROSENGERG** ويعتبر تقدير الذات من الأبعاد الهامة الذي يعد دوره متغير أساسي في الشخصية. (الجمعية المصرية للدراسات النفسية، 1987) .

## 2-1 تعريف اللغوي لتقدير الذات : يشير إلى القيمة ، وهي ترجمة للكلمة اللاتينية

**aeslimare** التي تطورت الى المصطلح الإنجليزي **estimate** وتعني تقدير ، وتعني إعطاء قيمة لشيء ما ، ثم اشتق منها كلمة **esteem** التي تعني تقدير ، ثم صارت مصطلحا مركبا **esteem** و **self** وتعني تقدير الذات ، وهو أن يمنح الشخص لنفسه قيمة ذاتية ايجابية تنعكس في تقبله لذاته وفي تفكيره وتعامله مع الآخرين بايجابية تقود الى الكفاءة الذاتية في حياته مع نفسه ومع الآخرين . (علاء الدين الكفافي، 189، ص 104).

## 2-2 التعريف الاصطلاحي :

هناك تعاريف عديدة لمصطلح تقدير الذات و هذا راجع إلى الإطار النظري و المدرسة التي يستعين بها كل عالم .



-عرفه شوكت : تقدير الذات هو تقييم الفرد لذاته و معرفته لحدود إمكاناته و رضاه عنها و ثقته في نفسه و في قدرته على تحمل المسؤولية و مواجهة المواقف المختلفة مع الآخرين و شعوره بحب و اهتمام و تقدير الآخرين له . (شوكت، 1993، ص34) .

-عرفه قطب : بأنه كل ما يعطيه الفرد من تقديرات للصفات الحسنة و السيئة من حيث درجة توافرها في ذاته أو مدى اعتزاز الفرد بنفسه أو بمعنى آخر مستوى تقييمه لنفسه (قطب، 1993، ص34) .

- فحسب (روزنبرغ 1979، rosenberg) "فإن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وأن الفرد يكون اتجاهها نحو آل الموضوعات التي يتعامل معها , و الذات إحدى الموضوعات الأخرى ويرى أن تقدير الذات العالي لدى الفرد يعني شعوره بأهمية نفسه و احترام ذاته في صورتها التي هي عليه". (صالح محمد علي أبو جادو، 2006).

- تعريف (كوبرسميث 1967، smith Cooper) "إنه الحكم الشخصي للفرد على قيمته الذاتية والتي يكونها الطفل عن نفسه تعتمد بالدرجة الأولى على تقديره لذاته" .

-تعريف (بورن 1983، Born) "هو الحكم أو التقييم الذي نضفه لأفعالنا ورغباتنا وتتركز هذه الأحكام على القيم التي يعيش فيها الفرد ويؤمن بها ويتبناها" .

-تعريف (جراد Gurad) "هو نظرة الفرد إلى نفسه بمعنى أن ينظر الفرد إلى ذاته نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية، وتتضمن ذلك إحساس الفرد بكفاءته وجدارته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة". (محمد الطاهر عبد الله المحمودي، 2006) .

- تعريف (آوهن، 1959، Cohen ) "هي الدرجة التي يتطابق عندها الذات المثالية والذات الواقعية". (فيوليت فؤاد إبراهيم، 1998).

من خلال التعاريف نستنتج أن تقدير الذات هو حكم الفرد عن ذاته و التقييم الذي يضعه لنفسه، وشعوره بأهميته وقيمته ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية لنفسه. و هو حكم

يصدره الفرد على درجة كفاءته الشخصية أو جدارته. فهو خبرة ذاتية يكتسبها الفرد وينقلها إلى الآخرين، باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة .

### 3-تطور تقدير الذات:

لم يعرف الإنسان الذات، كما عرفها في الوقت الحاضر حيث كونها مصطلحاً له دلالاته نفسياً، فلا توجد لغة في العالم سواء كانت قديمة أو حديثة، وعلى اختلاف الحضارات، إلا واستخدمت ألفاظ مثل كلمة - أنا - و - نفسي - فجزور وأسس الذات قديمة جداً، حيث تؤكد المصادر بدايتها قبل الميلاد، وإنّ بعض الأفكار السائدة في الوقت الحاضر ترجع أصولها إلى هوميروس، الذي ميز بين الجسم الإنساني المادي، والوظيفة الغير مادية، والتي أطلق عليها بعد النفس أو الروح، لتكون عدة تفسيرات للذات في العصور القديمة تتأرجح بين كونه الروح واعتباره الذات.

وفي القرن التاسع عشر، اتسعت دائرة النقاش حول مفهوم الذات، بعد أن أصبح علم النفس علماً معترفاً به يدرس السلوك، ويعتبر وليام جيمس، نقطة الانتقال بين الطرق القديمة والحديثة وهذا إضافة إلى اهتمام علماء الاجتماع بدراسة الذات .ومن الأوائل نجد العالم (كولي Cooley، 1902) الذي توصل إلى أن الذات تنمو من خلال تفاعل الفرد الاجتماعي، وتتكون الصورة عن ذاته من خلال إدراكه لرؤية الآخرين له، وفي بداية القرن العشرين وبظهور عدّة تيارات نظرية في علم النفس، ظهرت عدّة مفاهيم حول الذات. (قحطان أحمد الطاهر، 2004).

ينحدر أول تعريف لتقدير الذات من نظرية التوازن ( HEIDER ) سنة 1958 .و بعدها أعمال (korman) سنة 1966، قد اعتر تقدير الذات كعمل للمشاعر الذاتية و من هذا المنظور يمكن لتقدير الذات أن يصبح عامل يسمح لنا بالتنبؤ بأداء الفرد في المستقبل ثم جاءت نظرية المقاربة الإجتماعية (ZiLLER) (KAGEY) (SMITH) (LONG) سنة 1969 والتي ترى أن تقدير الذات نتيجة لمقارنة سابقة أجراها الفرد بينه و بين أشخاص آخرين مهمين بالنسبة له فنتشكل علاقة بين المثيرات الإجتماعية و الاستجابات الفردية للشخص .

ثم ظهر مفهوم تقدير الذات، الذي يشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير المرء لذاته وشعوره بجدارته وأفاقه. (فيوليت فؤاد إبراهيم ، 1998).

حيث يرى (هامتشيك 1978) أننا حين نتحدث عن تقدير الذات لدى فرد ما ،فأننا في الواقع نشير إلى حكمه الشخصي بأهمية نفسه أو عدم أهميته ،ويتقبل الآخرين له أو عدم تقبلهم له والذي يعبر عنه الفرد بما لديه من اتجاهات نحو نفسه فا الأشخاص الآخرين الذين لديهم تقدير عال للذات يعتقدون في أنفسهم أنهم ذو قيمة وأهمية ،وأنهم جديرون بالاحترام و بالتقدير ،كما يؤمنون بصحة تفكيرهم واستقامتهم وهم كذلك لا يخشون إحداث التغيير المطلوب ، ولا يصابون بالتقهقر إذا تواجه جهودهم بالفشل .وعلى العكس من ذلك فإن الأشخاص الذين لديهم تقدير ذات منخفض لا يرون قيمة لأنفسهم ،ولا يتعقدون في قبول الآخرين لهم ، أو أن هناك سببا كافيا يجعل هؤلاء الذين الآخرين يحبونهم، كما لا ينظرون إلى أنفسهم على أنهم ذلك النوع الذي يمكنه أن يعمل ما يود عمله ، فعلا،وأنهم حتى لو حاولوا إجادة ما يعملون فلن يصلوا مستوى الجودة المطلوب ،بل يركنون إلى ما هو معلوم وما هو آمن لأنهم لا يمتنون بأن لديهم قدرا كبيرا من السيطرة على شؤون حياتهم .(روح مروح عيدات ،2009،ص 8).

سنة 1984 عرف (WARR) تقدير الذات على انه الحالة النفسية الجيدة.

و بهذا فقد اعتبر تقدير الذات ذو مفهوم واسع. و كان يخلط مفهوم تقدير الذات و المفاهيم القريبة منه ،مثل النظرة إلى الذات تقبل الذات و صورة الذات.رغم غياب الدقة في تحديد مفهوم تقدير الذات إلا أن أغلب الباحثين ، قد اتفقوا على انه ظاهرة مكتسبة تتدخل بعمل نفسي يدوم طول الحياة .

#### 4- المقاربات النظرية لتقدير الذات :

لقد اختلفت آراء الباحثين في تفسيرهم و التحدث عن تقدير الذات , فهناك من أرجعه إلى تقييم الفرد لذاته ومنه من ربطه بحكم المجتمع على الفرد و سنتطرق إلى تقديم بعض النظريات التي قامت بدراسة تقدير الذات و محاولة تفسيره و دوره في شخصية الفرد و من هذه النظريات نجد:

#### 4-1: (روزنبرغ، 1965، Rosenberg) تدور أعماله حول محاولته دراسة نمو وارتقاء تقييم

الفرد لذاته وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، وقد اهتم روزنبرغ بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد، أما أهتم بالتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر. (صالح محمد أبو جادو، 1998).

والمنهج الذي استخدمه روزنبرغ هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من السلوك. واعتبر "روزنبرغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهها نحو آل الموضوعات التي يتعامل معها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات ويكون الفرد نحوها اتجاهها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى، ولكنه فيما بعد عاد واعترف بأن اتجاه الفرد نحو ذاته ربما يختلف ولو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى. (محمد الشناوي وآخرون، 2001) .

#### 4-2 نظرية تعتمد نظرية "أبراهام ماسلو" على تمييزه بين نوعين رئيسيين من الحاجات

الأساسية كالجوع والعطش والأمن والجنس والتحصيل والحاجات الفوقية كالحق والخير والجمال والنظام والوحدة حيث تعد الحاجات الأساسية حاجات كفاية أما الحاجات الفوقية فتعد حاجات نمو وتسهيل فإذا أشبعت يتطور الإنسان تطورا كاملا ويصل إلى تحقيق الذات فدافع تحقيق الذات فطري. (راضي الوقفي، 2003، ص 600).

ويشير "ماسلو" إلى أن ظهور بعض تلك الحاجات يعتمد على إشباع بعضها الآخر وأن الحاجة التي تشبع تسيطر على الفرد وسلوكه بدرجة تجعل نظرتة إلى الحياة مختلفة وتؤثر تأثيرا بالغا في إدراكه وبالتالي في سلوكه وأضاف أن الحاجات أعلى الهرم قد تطفئ على سلوك الفرد أكثر من طغيان الحاجات الفيزيولوجية حتى ولو لم تشبع، كما يرى "ماسلو" أن الإنسان في سعيه المستمر ينشد تحقيق ذاته وأن هذا السعي يمر بمراحل ومن بينها الحاجة إلى تقدير الذات وهي حاجة كل فرد إلى تكوين رأي صائب عن ذاته وعن احترام الآخرين له والشعور بالكفاءة الشخصية . وأن حاجات التقدير تعمل كدافع فقط عندما تشبع الدوافع الثلاثة الأدنى إلى حد مناسب، ويؤكد أن الاعتبار الحقيقي للذات يعتمد على الكفاية والإنجاز وليس السمعة الخارجية والتواضع غير المجزي الذي لا مبرر له كما أعاد "ماسلو" تفسير التكرار القسري لأي سلوك بأنه نتيجة جهود غير موفقة للحصول على السيادة والتقدير. (رضا إبراهيم الأشرم، 2008، ص 57).

#### 4-3: نظرية (كوبر سميث Smith Cooper) أن عملية تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب،

كما يرى أحادية البعد، بمعنى إتجاه نحو موضوع نوعي، فهي ظاهرة أكثر تعقيدا لا تتضمن كل عملية تقييم الذات، وردود الأفعال الدفاعية، فهو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنه تصفه على النحو الدقيق. (صالح أحمد أبو جادو، 2004 ، ص 15) .

وقد ميز "سميث" بين نوعين من تقدير الذات وهما تقدير الذات الحقيقي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل ذوي قيمة، وتقدير الذات الدفاعي الذي يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أم ليسوا ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين . كما يرى أنه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات العالية وأصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات من الأطفال فهناك ثلاث حالات من الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو أعلى مستويات تقدير الذات وهي : تقبل الأطفال من جانب الآباء، تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء، احترام مبادرة الأطفال وحريرتهم في التعبير عن أفكارهم من جانب الآباء .

ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: يتمثل القسم الأول في التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها، أما القسم الثاني فيتمثل في التعبير السلوكي وهو يشير إلى الأساليب السلوكية التي تصح عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية. (محمد الشناوي، 2001 ، ص 127) .

**4-4 نظرية زيلر ( Ziller 1996 )** يرى أن تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات وينظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي.

ويصف "زيلر" تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويلعب دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك. (صالح محمد أبو جادو، 1998) .

وإن تقدير الذات عبارة عن مجموعة من الإدراكات التي يمتلكها الفرد عن قيمته الذاتية، وهذه المدركات تكون مرتبطة ومتأثرة لدى الفرد ويتطور تقدير الذات عن طريقة عملية مقارنة اجتماعية تخص سلوك ومهارات الذات ومهارات الآخرين. (محمد شناوي وآخرون، 2001) .

ولذلك فإنه افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل، تحظى بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه .إن تأكيد (زيلر) على العامل الاجتماعي جعله يتسم مفهومه وبيوافقه النقاد على ذلك بأنه تقدير الذات الاجتماعية. (زهرة حميد، 2006) .

#### 4-5 نظرية كارل روجرز: يعتبر " كارل روجرز " من الأشخاص المهمين في تطوير نظريات

تقدير الذات، كان روجرز عالما في علم النفس الإنساني واعتقد أن عملية التحليل النفسي كانت في الأصل عن العلاقات وأوضح روجرز أن العميل يمكن أن يكون في حالة من عدم التطابق ويشير عدم التطابق إلى التناقض بين الخبرة الفعلية للكائن الحي وصورة ذات الفرد بقدر ما يصور تلك الخبرة . ويرى " روجرز " أن كل الأشخاص لديهم رغبة قوية وأساسية في الحصول على الحب والاحترام والقبول من جانب الآخرين والمحيطين به وهذه الحاجة تظهر لنا رضاؤه وسعادته حين يراعه أحد والتي تظهر لدى الكبار عندما يثني أحد أفعالهم، أو يستحسنها كما تظهر هذه الحاجة في الإحباط والتعاسة حين يقابل الفرد بالاستهجان والنقد من قبل الآخرين.

كما ينصح " روجرز " بضرورة معاملة الطفل بطريقة ديمقراطية وكشخص مستقل وجدير بالتقدير يحق له تقدير خبرته بطريقته الخاصة وأن يقوم باختياراته من خلال عمليات التقييم لذاته ككائن عضوي . ويذكر " روجرز " أن الصورة الذاتية للشخص تكون نتاج تفاعلاته مع البيئة الخارجية وتعكس ما يواجهه من أحكام وتقييم، فعندما يواجه أحكاما رافضة فهو لا يستطيع أن يقبل نفسه وعندئذ يشك في قيمته وكفاءته الشخصية. (رضا إبراهيم الأشرم، 2008، ص58) .

#### 4-6 نظرية ألفرد أدلر : على الرغم من أن نظرية "كارل روجرز" أسست وأصلت عن تقدير

الذات، فإن عالما نفسيا آخر كان له تأثير على البحث في تقدير الذات "ألفريد أدلر" كان عالما في علم النفس الفردي واعتقد أن الشخصية تنمو وتتطور خارج الإطار الاجتماعي وافترض أن هذا السياق الاجتماعي يزيد الشعور بالإتحاد أو الوحدة وعضوية الجماعة الذين يجعلان الأفراد يقيمون أنفسهم للآخرين .(عبد الرحمان الأزرق 2000، ص212).

#### 4-7 نظرية بيك Beck ، 1976: يعتبر أن المشكلات النفسية تحدث نتيجة للاستنتاجات

الغير صحيحة على أساس المعلومات الغير كافية أو الغير صائبة ونتيجة لعدم التمييز الكافي بين الواقع والخيال فالتفكير يمكن أن يكون غير واقعي بسبب كونه مشتقا من مقدمات خاطئة وهذا ما يؤدي إلى تقدير الذات بصفة سلبية .فالأفكار والخبرات والتجارب السائدة لدى الفرد والمكونة حول الذات إذا كانت غير عقلانية فإنها تؤثر سلبا على تقديره لذاته، أما إذا كانت عقلانية صحيحة فإنها تساعد الفرد على تقدير إيجابي لذاته .(شريفى هناء، 2002).

نستنتج مما تقدم لمختلف النظريات المتعلقة بتقدير الذات التي اهتم بها هؤلاء العلماء نرى كوبر سميث ركز على تقدير الفرد لذاته و وصفه لها فالفرد يضع تقييم لنفسه و يرى روزنبورغ لدراسته لتقدير الذات عند المراهقين في جميع مراحل العمر و أكد على دور الأسرة و الرعاية الأبوية في تكوين تقدير الذات على فئة الأطفال، حيث يظهر من خلال نظرية التحليل النفسي أنه مرتبط بعلاقة الأنا الأعلى والأنا وذلك بصفة طردية مع تقدير الذات أما زيلر فقد ركز على العوامل الاجتماعية في تكوين تقدير الذات لدى الفرد و نشأته و نموه .

### 5- أبعاد تقدير الذات :

إن أبعاد تقدير الذات تتحدد بصفة عامة بنظرة الآخرين إلى الفرد أو بنظرة الفرد لذاته هو، و هذا بالاعتماد على مجموعة من الخصائص المتوفرة لديه، حيث أنها تكون شخصية متميزة من فرد لآخر. فحسب (ماسلو Maslow ،) 1903 فان للفرد حاجات متسلسلة و متدرجة يسعى دوما لتحقيقها وإذا لم يستطيع تحقيقها فانه يعيش حالة من الإحساس بالنقص و الشعور بالقلق و من بين الحاجات النفسية العليا نجد الحاجة إلى الاحترام و تقدير الذات ، و هي حاجات نفسية اجتماعية حيث يرغب الشخص في الحصول على احترام و تقدير الآخرين لشخصيته سواء ذلك بفضل سمات جسمية أو أخلاقية أو أدوار و مراكز يتمتع بها الفرد .

و يضيف (ماسلو) تقدير الذات في المستوى الخامس من هرمه الذي يشمل بعدين أساسيين

هما :

-البعد الأول : الحاجة إلى احترام الذات و يظم أشياء مثل الجدارة و الكفاءة ، الثقة بالنفس

القوة، الشخصية الانجاز الاستقلالية .

-البعد الثاني : يتضمن الحاجة إلى التقدير من الآخرين و يحوي المكانة، التقبل، الانتباه المركز

والشهرة. (بشير معمرية، 2012، 135) .

أما فليمنغ و كورتي (Court and Fleming،1984) فقد كشفت نتائج التحليل العاملي

التي قام بها وجود خمسة أبعاد لتقدير الذات و تتمثل في اعتبار الذات والثقة الاجتماعية ، القدرات المدرسية، المظهر البدني و القدرات البدنية ، البعد الانفعالي بصورة أقل ، و تعمل هذه الأبعاد على تكوين تقدير الذات و إنمائه ليصل الفرد إلى تكامل شخصيته .فإذا ما استطاع المراهق أن يدرك تماما هذه الأبعاد من حيث ما يمتلكه من استعدادات و قدرات ومكانة بين أفراد الجماعات التي ينتمي إليها فانه

يضع أهداف واقعية تسهل عليه التكيف الجيد مؤدياً به إلى شخصية سوية، أما إذا لم يدرك المراهق هذه الأبعاد فذلك يؤدي به إلى قلق و توتر مستمرين و بالتالي إلى التكيف السيئ.

أما (شاف لسون) **Shovlson** و آخرون فيضعون تصورا هرميا لتقدير الذات يبدأ بتقدير الذات العام ثم ينبثق عنه بعدان أساسيان يتمثل البعد الأول في التحصيل أما البعد الثاني فيتمثل في الجوانب الاجتماعية ، الانفعالية و البدنية و ينبثق عنهما مجموعة من الأبعاد الفرعية ، فينقسم بعد التحصيل إلى المواد الدراسية و البعد الاجتماعي إلى المواقف الوجدانية المحددة و البعد البدني إلى المظهر البدني و القدرة البدنية ، ثم ينقسم آل بعد من الأبعاد الفرعية إلى مجموعة من الأبعاد النوعية (شريفى هناء ، 2002).

#### 6- مستويات تقدير الذات :

توجد لدى جميع الأفراد حاجة إلى تقدير أنفسهم تقدير عاليا و ثابتا و إلى أن يقدرهم الآخري و يحترمونهم، و يؤدي إشباع الحاجة إلى تقدير الذات إلى الإحساس بالثقة بالنفس و إلى الإحساس بالقوة و الكفاءة و شعور الإنسان بضرورته في الحياة و يؤدي تعطيل هذه الحاجة إلى الإحساس بالضعف و النقص.(محي الدين مختار، 1982) .

ويتغير تقديرنا لذواتنا في مواقف الحياة المختلفة ، فهناك من يقدر نفسه بدرجة كبيرة في علاقاته الشخصية مع الآخري و هناك أيضا من يقدر نفسه بدرجة منخفضة في مواقف أخرى مثل التي تتطلب الذكاء و التفكير، ومهما كان الأمر فإن الناس يحاولون في كل المواقف أن يغيروا سلوكهم بطرق تدعم تقدير الذات. (فاروق عبد الفتاح موسى، 1981) .

بذكر مشكل مستويات و تغيرات تقدير الذات فتقدير الذات ينمو من قدراتنا على عمل الأشياء المطلوبة منا، فحسب الباحث ( برودن، **Broden**) فإن تقدير الذات يعطي للوعي الشعور بالأمن و يسمح بتوظيف آل قدراته في التعرف على الأحداث و حل المشاكل .و يضيف الباحث ( بيش، **Beach**)، ( 1978 أن تقدير الذات هو متغير تبعا لمتغيرات الأحداث و ردود أفعال الشخص وإتجاهها. منفض.



6-1 تقدير الذات المرتفع :

**مفهومه :** إن الحاجة للتقدير الايجابي هي ملحة ونشطة طول حياة الفرد، ولقد عرف جوزيف (موتان **mutin Joseph**) تقدير الذات العالي بأنه الصورة الإيجابية التي يكونها الفرد حول نفسه، إذ يشعر بأنه إنسان ناجح جدير بالتقدير وتنمو لديه الثقة بقدراته، إيجاد الحلول لمشكلاته ولا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة وبافتراض أنه سينجح فيه (أمزيان زبيدة، 2007، ص-36).

وحسب كل من "**Rorman et Coher**" الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات يميلون إلى ممارسة أكبر للسلطة الاجتماعية، وهم أقل حساسية لتأثير الحوادث الخارجية من ذوي التقدير المنخفض للذات، كما أنهم أكثر قدرة من غيرهم على اختيار المهمات التي تكون لديهم حظوظ أكثر للنجاح، وهم أقل حساسية للتهديد مقارنة بغيرهم. ويذهب "**Zeim**" إلى أن الأفراد ذوي التقدير المرتفع للذات، لا يظهرون تبعية للآخرين بصفة كبيرة، إذ أنهم يستطيعون إيجاد حلول لمشاكلهم بأنفسهم، إذا وجدوا لها حلا في المعايير الاجتماعية. (زهرة حميد، 2006).

أما كوبر سميث ( **SMITH COOPER** ) فإن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع، يعتبرون أنفسهم أشخاص مهمين، ولديهم فكرة محددة وكافية لما يضمنونه صوابا، كما أنه يملكون فهما طيبا لنوع شخصياتهم ويستمتعون بالتحدي ولا يضطربون عند الشدائد، وهم الذين يميلون إلى الثقة بأحكامهم وأقل عرضة لقلق ، ولديهم استعداد منخفض لإقناع ، والتأثر بآراء الآخرين هم أكثر ميلا لتحمل الإيجابية في المناقشات الجماعية وأقل حساسية للنقد . (إبراهيم أحمد أبو زيد، 1987).

6-2 تقدير الذات المتوسط:

و هناك تقدير متوسط للذات و هو يقع بين هذين النوعين من المستويين .أما بالنسبة لرواد النظرية التحليلية فتقدير الذات مرتبط بالعلاقة الموجودة بين الأنا و الأنا الأعلى ،إذا الصراع بينهما يؤدي إلى اضطراب الشخصية و بالتالي تقدير ذات منخفض أو علاقة مقبولة حسنة و بالتالي يتحقق التوازن و يتطور لديه تقدير ذات مرتفع .و يرى كل من (أليس و باك) أن الفرد الذي يفكر تفكير غير عقلاني و يعتمد على معطيات خاطئة مبنية على أساس معلومات غير كافية حتما فإنه سيقع في مشاكل و اضطرابات نفسية من بينها تقدير منخفض للذات ،والعكس إذا كان التفكير يعتمد على الواقع و النظرة الايجابية للحياة فالنتائج تكون جيدة على مستوى تقدير الذات. (أحمد أبو زيد، 1987).

ويشعر هؤلاء الأفراد كذلك باحترام الآخرين لهم، وبدورهم يحترمون آراء غيرهم من دون تبعية مطلقة وال تعصب صارخ إضافة إلى أنهم يميلون إلى التعامل مع غيرهم بطرق منطقية. (غربي، 2008).

### 3-6 تقدير الذات المنخفض :

**مفهومه:** ويمكن أن نجده بعدة تسميات: التقدير السلبي للذات، التقدير المنخفض للذات، ويعرفه: **Rosenberg 1978** بأنه رضا الفرد بحق ذاته أو رفضها " ويرى **Forkasch 1967** أن الأفراد الذين يتميزون بتقدير منخفض للذات يوصفون من طرف الآخرين على أنهم أقل تمكن في أمورهم أو من السهل التأثير عليهم، فهم قلما يبدون آرائهم، ومن الناحية العاطفية، يتعذر عليهم إقامة علاقات مرضية مع الآخرين، ولكنهم يرغبون في أن يكتسبوا محبة وثقة الآخرين لهم. (زهرة حميدة، 2006).  
وحسب ( **Shaty, 1950 et Rosenberg, 1965** ) فقد بين أنه في العلاقات الاجتماعية ذات المستوى المنخفض، فإن الأفراد الذين لهم تقدير ذات منخفض لا يحبون المشاركة في النشاطات، وفي الجماعة يفضلون أن يكونوا موجهون ويخضعون لقواعد ملتزمة ومنضبطة كما أنهم يتميزون بالخجل والحساسية المفرطة، متخوفون، منعزلون ويؤكدون أيضا أن تقدير الذات المنخفض مرتبط بظاهرة اكتئابية وأعراض القلق. (ربيع العبروي، 2001) .

وهذا ما عبر عنه ( **Rosenberg, 1975** ) حيث أن تقدير الذات المنخفض غالبا ما يكون مرتبط بصعوبة الإحساس بالفشل، الاكتئاب، مشاعر الإحباط وأعراض القلق .

كما أظهرت نتائج دراسة كاهل و آخرين ( **AL & Kahle 1980** ) أن انخفاض تقدير الذات يؤدي الى مشكلات شخصية في مرحلة المراهقة مما يؤدي الى سوء التوافق الاجتماعي الذي يستند بالأساس الى تقدير الذات الموضوعي، الذي يعتمد على تفاعلات الشخص و الآخرين ( أحمد إسماعيل الألويسي، 2014، ص47-50 )

نستنتج مما سبق أن تقدير الذات يمكن أن يكون مرتفع أو منخفض، فكلما كان تقدير الذات مرتفع فالفرد يكون قادرا و مستعدا على مواجهة كل الظروف و الضغوطات الصعبة التي يمكن له أن يتعرض لها في حياته ، هذا لان له الثقة بنفسه و القدرات التي يملكها عكس الذي له تقدير ذات منخفض فيتميز بانعدام الثقة بالنفس و عدم التكيف و التوافق مع الظروف الحياتية المزرية وهذا تحت تأثير عدة عوامل التي نتطرق إليها فيما يلي.

### 7- العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

تتداخل عدة عوامل في تحديد موقف الفرد من نفسه، وتقييمه لذاته، فإن أي تأثير بالعوامل الإجتماعية والجسمية والنفسية يؤدي إلى حالة عدم توافق، ولعل أبرز هذه العوامل هي :

### 7-1 العوامل الشخصية :

**متغيرات نفسية - عقلية - جسمية :** تؤثر العوامل الداخلية الخاصة بالفرد في تقديره لذاته ، ففي فترة المراهقة مثلا يولي اهتماما بالغا بجسمه، كلما كانت صورته الجسدية متشابهة بالأقران كلما كان تقديره مرتفعا ، أما إذا لاحظ أي انحراف في شكل الجسم كإصابته بالعاهات أو إعاقة جسمية يؤدي إلى الانطواء و الانسحاب وانخفاض تقدير الذات و يساعد النمو العقلي و التفوق و الابتكار على ظهور تقدير الذات المرتفع و تقويم المراهق لقابليته الذهنية و إمكانياته العقلية له تأثير واضح في تشكيل تقديره لذاته. (هناء شريقي، 2002) .

إن النمو العقلي والتفوق يساعد على ظهور تقدير الذات، وبالعكس فإن التأخر العقلي يؤدي إلى الشعور بالنقص، وبالتالي تقدير ذات منخفض كما توصل العالمان **(جولاقر وبراون Gollagher and Brown، 1992)** في دراستهما أن تقدير الذات لدى المراهق ينخفض إما بعد تجربة فاشلة أو عندما يتعرض إلى وضعيات ومواقف في حياته تفوق إمكانياته فلا يستطيع تأكيد ذاته إزاء ذلك، فتعتبر معرفة الفرد لقدراته ذات أهمية، ذلك أن الفرد الذي يدرك تماما ما مستوى قدراته وإمكانياته الشخصية، يستطيع أن يضع لنفسه أهداف واقعية ومستويات معقولة من الطموح. (محمد علي ديب، 2003) .

أما بالنسبة لتأثير عامل الجنس على تقدير الذات فقد اهتم عدة باحثين بالدراسة و لذلك يحصر الاختلافات بين الذكور و الإناث في سمة تقدير الذات ، فبعض الدراسات أثبتت وجود فروق فردية بين الجنسين بينما دراسات أخرى أثبتت عكس ذلك . و لقد بين الباحث **(انجل Angel)** في دراسته عن ثبات تقدير الذات في مرحلة المراهقة وعلاقته بالجنسين، حيث تناول عينة من مائة و أربعون (140) مراهق ومائة و ثمانية و ستين (168) مراهق تتراوح أعمارهم ما بين 15-16 سنة بالنسبة للذكور و 15-17 سنة بالنسبة للإناث، و لقد توصل هذا الباحث إلى وجود فروق بين الجنسين لصالح الذكور .

بينما بينت دراسة العالم **(1980 زوكرمان ، Zukarman )** أن الذكور و الإناث يتشابهون في الإحساس بتقبل الذات و تبين ذلك عن طريق قياس تقدير الذات ، فهذا الإحساس ليس له علاقة بالأدوار الخاصة بالجنسين.

### 7-2 العوامل المحيطة :

**متغير الأسرة :** تعتبر الأسرة الوسيط الأول المؤثر في شخصية الفرد و نشأة هويته, وبناء ذاته و ترويض نزاعاته الموروثة فهي التي تمدّه بالتراث البيولوجي و الاجتماعي اللذان يطلقانه ملذاته و قواه. كما أنها أول مجال تشبع فيه حاجاته الجسمية و النفسية ,فالتنشئة الأسرية تعمل على تشكيل تقدير الذات لدى أفرادها بما تظهره من اتجاهات نحوهم و بما توفره لهم من إشباع للحاجات النفسية الأساسية وهي المسؤولية عن إشارهم أنهم مقبولون من طرف الآخرين . و بما أنهم مرغوبون فيها حتى يستطيعون تقبل ذواتهم .

كما يتأثر تقدير الذات أيضا بنوع العلاقة الأسرية فإذا كانت العلاقة جيدة كان تقدير الذات مرتفع والعكس صحيح .وهذا ما تبينه دراسة (1967كوبر سميث ، **Smith Cooper**) بوجود علاقة ايجابية بين تقدير ذات الفرد و بين إدراكه لتقبل والديه و رعايتهما و حبهما له .

أما ( 1982سيمون **Simons** و روبرتسون ، **Robertson** ، بين أن إهمال الوالدين للأبناء يؤثر بشكل سلبي على تقديرهم لذاتهم .(هناء شريقي، 2002) .

كما دلت نتائج دراسة (إبراهيم العظماوي ، 1988) أن غياب أحد الوالدين عن البيت يعد من العوامل المؤثرة في بناء و تكوين شخصية الطفل .(سامي عبد القوى علي، 1997) .

### 7-3 العوامل الإجتماعية :

**متغير المدرسة- مستوى الإقتصادي والإجتماعية- جماعة الرفاق :** لا يمكن اعتبار الأسرة المؤثر الوحيد في نمو تقدير الذات لدى الفرد باعتبارها تتأثر بدورها بقيد ومعايير المجتمع الذي ينتمي إليه.وقد توصل ( روتز **Rutez** ) و(هارتر **Harter** ) إلى أن التجارب الاجتماعية السلبية تؤدي إلى سلوكيات غير مقبولة و بالتالي تقدير الذات منخفض . (هناء شريقي، 2002) .

كما يؤثر الدور الاجتماعي للفرد في تقديره لذاته,حيث تنمو صورة الذات للفرد خلال التفاعل الاجتماعي من خلال وضعه في سلسلة من الأدوار و قيامه بالمهام في إطار البناء الاجتماعي المختلف

و، بذلك فالتفاعل الاجتماعي السليم و العلاقات الاجتماعية و السوية تفوز بتقدير الذات الموجب للفرد. (حامد عبد السلام زهران، 1972) .

و يرى الباحث (هلمز 1981، Helmez) أن الأفراد الذين ينحدرون من المجتمعات ذات المستوى الاقتصادي و الاجتماعي المرتفع يقدرون أنفسهم تقديرا مرتفعا من حيث الاحترام و التربية، أما الأفراد الذين ينحدرون من المجتمعات ذات المستوى الاقتصادي و الاجتماعي المنخفض فإنهم يقدرون أنفسهم تقديرا منخفضا من حيث احترام لذواتهم كما أن المقارنة تلعب دورا هاما في تقدير الذات لدى الفرد، فلو قارن نفسه بجماعة من الأفراد أقل شأنه منه فيزيد قيمة ذاته أو رفع شأن منه فيقل من قيمتها فربما يشعر الفرد بالفقر برجة غير حقيقية إذ هو ارتبط في علاقات مع جماعة مستواهم الاقتصادي أعلى من أسرته. (محمد شناوي وآخرون، 2001) .

كما أن للمدرسة دورا كبيرا في دعم تقدير الذات لدى التلاميذ ، حيث يكون تقدير الذات للتلميذ الذي يستقبل المدح و التشجيع من أساتذته و زملائه في الفصل ايجابيا، فيما يحدث العكس للتلميذ الذي توجه إليه الانتقادات في آل الوقت، فينظر إلى نفسه على أنه لا يصلح لشيء و هذا يمس تقديره لذاته و يفترض الباحثون أن التحصيل الدراسي يرتبط بشكل قوي مع تقدير الذات، حيث وجدت (ويلي 1969، Wilie) أن التحصيل يمكن أن يتسبب في مفهوم الذات لدى الفرد و هناك افتراض آخر لدى المنظرين وهو أن حاجات الفرد التطورية متضمنة لتقدير الذات الايجابي فهي الأساس للتقدم التربوي كذلك فالعلاقة بينهما طردية. (سيد خير الله، 1981) .

تلعب جماعة الرفاق أثر على تنشئة الطفل و الطفل يتعلم أن يعدل سلوكه مثلما يفعل رفاقه، و أن ينظر الى نفسه مثلما ينظرون إليه، و هم يلعبون دورا مهما في تكوين مفهوم الذات عنده، و يمثل رفاق الطفل خاصة الأكبر سنا- أو القائد- نماذج أنماط السلوك المستحسنة اجتماعيا و الملائمة لجنسه، فخلال تفاعلات الطفل الاجتماعية مع الأطفال الآخرين يبدأ الطفل في صنع أحكامه عن كيف يقارن نفسه برفقائه و هذه هي بداية تقدير الذات، و تتأثر اتجاهات المرء نحو ذاته بالاتجاهات التي يبديها الآخرون نحوه منذ الطفولة المبكرة و يتوقف تقبل الطفل لذاته على تقبل الآخرين له. ( بن صالح الغامدي، 2009 ص 12) .

من خلال هذه العوامل التي تناولناها الشخصية منها المحيطة نستخلص بأنها تلعب دورا فعالا في تكوين شخصية الفرد و التي تؤثر بدورها على تقديره لذاته .

### 8- تقدير الذات وعلاقتها بالمرحلة :

تتميز مرحلة المراهقة بمجموعة من التغيرات و التحولات التي تطرأ على الفرد فالمراهقة تعني الخروج من مرحلة الطفولة ،أي أن جميع التقمصات التي قام بها الفرد في طفولته والتي شكلت أناه لم تعد تكفي ، فالمراهق يبحث دائما عن إندماج أوسع في مجتمعه وذلك من خلال تكوين مجموعة الرفاق واتساع دائرة معارفه من خلال القيام بأعمال متميزة عن الآخرين وذلك محاولة منه إبراز شخصيته المستقلة .

غير أن هذا الإنتقال من الطفولة إلى المراهقة هو الذي يخلق أزمة هوية لدى المراهق وهذه الأزمة تحدث تغيرات عميقة في الشعور بالذات ،بمعنى تعتبر مشكل الهوية جوهر الصراع في هذه المرحلة ذلك لأن التغيرات الجسمية والنفسية وغيرها تصيب المراهق بهزة كيان تجعله يفقد التعرف على نفسه ، وإلى إهتزازه في كل مفاهيمه السابقة وعن تصوره لذاته ، إن جوهر هذه الأزمة نابع من الخلل الذي يصيب بناء الشخصية نتيجة البلوغ وما يصاحبه من تغيرات ، ومن ثمة فإن إعادة بناء الشخصية تبدأ أساسا في الوصول إلى هوية واضحة ومحددة وينعكس هذا على تقدير المراهق لذاته، وهذا التقدير يبين لنا مدى رضاه عن هويته الجديدة التي بدأ يتلمس أبعادها وخصائصها ،ولهذا يؤكد بعض العلماء على ضرورة قياس الشخصية عن المراهقين كمؤشر على مدى تطور أزمة الهوية لديهم .

تنمو من خلال مراحل الطفولة الحاجة إلى تقدير الذات ،وهذا الإحساس مستمد من إدراكه لما تلقاه من إعتبار في تقدير الذات ، حيث يقول العالم " كولين " (1902): " أن الذات إجتماعية لحد كبير في أصولها وفي محتواها، والوعي بالوجود الذاتي هو حصيلة الحدس في إدراك الذات عبر الغير، وكذلك حصيلة الإتصال بالغير على حد سواء ". إذ أي سلوك يصدره الفرد هو سلوك هادف ، بمعنى أن الفرد يحقق من وراءه هدفا له فائدة على المجتمع من جهة وعلى نفسه من جهة أخرى ، فالذات تنمو من خلال العملية الإجتماعية التي ترسم الإطار الذي يمكن أن تنمو فيه إتجاهاته ،وهذا يتم من خلال إحساس الآخرين به .

و يقول "EBTENGER" (1971): "أن التقدير الذاتي كان مضمونا في الطفولة الصغرى من خلال الإحتفاظ بالنرجسية الأولى وبمواضيع الحب الأبوي، ولكن في المراهقة عودت النقصات الأبوية والقيم الإجتماعية وغياب أو قلة العلاقة بمواضيع جديدة لا تسمح بدعم النرجسية، إنه البعد بين السعي النرجسي لمثالية الأنا ، وصورة الذات الذي يؤدي إلى إفساد حب الذات والإكتئاب لأن المراهق في هذه المرحلة يعيش أزمة شديدة إتجاه العائلة وقوانين المجتمع، فيحاول أن يواجه سلوكياته وتصرفاته بطريقة مستقلة، إنطلاقا من معايير الخاصة وليس بالرجوع إلى القوانين التي تحكم المجتمع الذي يعيش فيه، ولكي يتمكن المراهق من تكوين خيارات موضوعية لابد له من بعض الثقة في النفس وفي طاقاته الشخصية وقيمه الفردية وذلك من خلال تقديره لذاته" .

وعليه يمكن القول أن تقدير الذات له دور كبير ومهم في إستمرارية النمو، فتقدير الذات دليل على إستقرار الأنا ونضجها وكذلك إحساس المراهق بالطمأنينة في الأوقات الأكثر نضجا ، أما الإضطراب أو الضعف في تقدير الذات فهو مرتبط بالقلق عدم الإلتزان الإنفعالي والعاطفي وما ينتج عنها هو عدم التكيف مع المحيط ، وإربتك دور على المراهق فلا يستطيع تحديد دور محدد ولا هوية واضحة فيعيش حالة عدم إستقرار فكل هذه الإضطرابات تتعكس على سلوك المراهق على مواجهة فيفضل الإنطواء و العزلة وفي الحالة الأنا لا تتمكن من القيام بوظائفها والمتمثلة في دور الدفاع ضد النزوات الناتجة عن البلوغ .

## الخلاصة:

من خلال دراستنا لموضوع تقدير الذات وجدنا أن هناك تداخل كبير بين مفهوم الذات في المضمون، فمفهوم الذات يتكون نتيجة التفاعل الإجتماعي للفرد مع محيطه من خلال العالقة الدينامية مع البيئة الإجتماعية ومدى تأثير هذا الجانب على تكوين هذا المفهوم، إلى جانب حياة الفرد إلى تحقيق الذات بمعنى الحاجة إلى تقدير الذات حاجة الفرد أن يرضى عن نفسه ويصل إلى إشباع حاجاته .

يؤدي هذا المفهوم إلى تكيف الفرد مع نفسه ومع بيئته الإجتماعية، ونتيجة هذا الاندماج بين التفاعل الإجتماعي والدافع إلى تحقيق الذات وتقديرها تتكون الصفات والسمات والمدرجات التي تحدد شخصية الفرد ذاته، كما لتقدير الذات أهمية بالغة في نظرة الفرد الإيجابية لنفسه بمعنى أن ينظر الفرد إلى ذاته نظرة عالية تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية إستعداده لتقبل الخبرات الجديدة تتضمن إحساس الفرد بكفاءته وجدارته.

ولتقدير الذات مستويات حسب كوبر سميث (المرتفع، المتوسط، المنخفض ) ويرجع إلى التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه كما يوجد إختلاف وفرق في تقدير الذات بين الذكور والإناث حيث تثبت دراسات أن تقدير الذات عند الإناث أقل منه عند الذكور وأن الذكور يعبرون عن قدراتهم بثقة أكبر من الإناث إضافة إلى ذلك أن هناك عوامل مؤثرة في تقدير الذات وهي عوامل الشخصية و المحيطية و الإجتماعية .

نجد أن النظريات المفسرة لتقدير الذات تختلف حسب كل عالم منها نظرية روزنبرغ و نظرية كوبر سميث ،نظرية التحليل النفسي و أخيرا نظرية زيلر ، كما لتقدير الذات المنخفض والمرتفع أسباب فبالنسبة للتقدير المنخفض إذا كان هناك شخص لديه احترام متدن لذاته يتضح أن سبب ذلك هو تأثير أحد الأشخاص عليه ومن ناحية أخرى في التقدير المرتفع إذا كان هناك شخص آخر لديه تقدير عال من احترام الذات فإنه يتضح أن سبب ذلك هو تأثير أحد الأشخاص عليه.



# الفصل الثالث:

## المراهقة والتنمر المدرسي

أولاً: المراهقة

تمهيد

- 1) تعريف المراهقة
- 2) مراحل المراهقة
- 3) سيكولوجية النمو في مرحلة المراهقة
- 4) أشكال المراهقة
- 5) أهمية المراهقة
- 6) المراهق المتمدرس والسلوك العدواني

الخلاصة

ثانياً: التنمر المدرسي

تمهيد

- 1) مفهوم سلوك التنمر
- 2) تعريف التنمر المدرسي
- 3) بعض المفاهيم المرتبطة بالتنمر المدرسي
- 4) المقاربات النظرية المفسرة لسلوك التنمر المدرسي
- 5) أشكال التنمر المدرسي
- 6) أسباب وعوامل التنمر المدرسي
- 7) العناصر المشاركة في التنمر المدرسي
- 8) الحلول المقترحة للحد من ظاهرة التنمر المدرسي

الخلاصة

**تمهيد :**

يمر الإنسان بمرحلة مهمة وصعبة في حياته لها خصائصها ومميزاتها تميزها عن المراحل الأخرى وهي مرحلة المراهقة، حيث تشهد تغيرات كثيرة في مختلف جوانب نموه وتطوره الأمر الذي يؤدي إلى تخط الفرد بين محنة وأخرى أثناء محاولته تحديد هويته وتأكيد ذاته بين المحيطين به .

مرحلة المراهقة هي من أهم مراحل الحياة، حيث يبني فيها الفرد شخصيته الجسمية والعقلية والاجتماعية خاصة من الناحية النفسية، وأي اعتراض أو مشكل يصادفه أو يعترضه قد يكون سبب من الأسباب التي تعرقل في نموه، مما يؤدي به إلى وقوعه في اضطرابات نفسية وسلوكية أو وسيلة لتفريغ والتعبير من جراء المشاكل والسلوكيات العدوانية التي يتعرض لها، خاصة في البيئة المدرسية من بينها التتمر لذلك .

ولمزيد من التفصيل سيضمن هذا الفصل أهم التعاريف لمرحلة المراهقة ونتناول مراحل المراهقة ثم أشكالها المراهقة وسيكولوجية خصائص هذه المرحلة ،أهميتها وعلاقة المراهقة بالسلوك العدواني .

## أولا المراهقة

## 1. تعريف المراهقة:

تعددت مفاهيم المراهقة واتسع نطاقها، مما يصعب تقديم تعريف شامل نظرا لصعوبة التحكم في عاملي الزمان والمكان، واختلافهما من مجتمع لآخر، ولهذا سنكتفي بتقديم الموجز منها.

## 1-1 المعنى اللغوي:

قال ابن منظور في (لسان العرب) في مادة رهق: "ومنه قولهم :غلام مراهق. أي: مقارب للحلم وراهق الحلم .

أما مصطلح المراهقة بالمعنى الحرفي **Adolescence** مشتق من الكلمة اللاتينية **Adolescencia** التي تشتق من الفعل اللاتيني **Adolescere** التي تترجم إلى اللغة الفرنسية والتي تعني كلمة **grandir** بمعنى كبر. فكلمة مراهقة بالمعنى الحرفي تشمل على المرحلة العمرية التي تتصف بالنمو والتطور. (عبد المنعم ميلادي، 2001، ص 53).

## 2-1 المعنى الإصطلاحي :

المراهقة في علم النفس تعني: " الاقتراب من النضج الجسمي، العقلي، النفسي، الجنسي والاجتماعي، ولكنه لا يصل إلى إكمال النضج إلا بعد سنوات عديدة ". (امتثال زين الدين الطفيلي، 2004).

أما حامد عبد السلام زهران : يعني مصطلح المراهقة كما يستخدم في علم النفس مرحلة إنتقالية من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج كالرشد فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد وتمتد في العقد الثاني من الفرد من 13-19 تقريبا ، وأقبل ذلك بعام أو عامين أي (11-21) سنة .(زهران ،1990، ص 233) . ويعرفها ببياجي : بأنها تعني العمر الذي يندمج فيه الفرد مع عالم الكبار والعمر الذي لم يعد فيه الطفل يشعر انه اقل ممن هم اكبر منه سنا ، بل هو مساو لهم في الحقوق على الأقل .(محمد ،2004، ص314) .

وحسب فاخر عاقل المراهقة هي "الفترة التي تبدأ في نهاية طفولة الفرد، وتنتهي في بداية بلوغه سن الرشد، وهي فترة انتقالية ويسعى المراهق خلال هذه الفترة إلى الاستقلال عن أسرته إلى أن يصبح شخصا مستقلا تكفي ذاته بذاته". (فاخر عاقل، 1985).

أما تعريف (ستانلي هول) **Hall Stanly** "المراهقة على أنها فترة عواصف وشدة تكتنفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة و الإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق". (صلاح الدين العمرية، 2005).

يطلق فرويد **Freud** على مرحلة مراهقة بالتناسلية وتحدث عدة أمور تستيق الكثير من الشحنات النفسية الليبيدية، وتنظم بعض الشحنات النفسية في صورة أعمال تمهيدية أو مساعدة، وتنشأ حالة النشوة التي تستيق اللذة تطرد بعض النزعات الأخرى من منطقة النفس .

دو بيس **De Besse** على أنها: "تحولات جسمية ونفسية تحدث بين الطفولة والرشد".

حسب (هروكس 1962، **Horrocks**) : " فيعرفها بأنها الفترة التي يكسر فيها الطفل شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي، ويبدأ في التفاعل والاندماج فيه .(أحمد محمد الزعبي، 2001).

في حين قاموس علم النفس؛ فيعرفها على أنها: "مرحلة إنتقالية تتسم باستثارة الغرائز الجنسية، كحب الحركة، الاستقلالية، وغناء الحياة العاطفية، وهي مرحلة تتطور فيها القدرات العقلية خاصة الذكاء، ويظهر فيها التفكير المجرد، وهي مرحلة تكوين علاقة صداقة " .

من خلال جميع هذه التعاريف السابقة نقول أن المراهقة هي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والرشد، حيث تعتبر من المراحل الحساسة في حياة الفرد، وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية ونفسية التي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل التالية من عمره .

## 2- مراحل المراهقة:

الملاحظ عموماً عدم اتفاق الباحثين و العلماء المختصين بدراسة التطور الانساني على فترة زمنية محددة لفترة المراهقة، كما أم لم يتفقوا على المراحل الفرعية التي تتضمنها هذه المرحلة. فمن حيث الفترة الزمنية التي تغطيها هذه المرحلة فترى هيرلوك (**Hurlock**, 1980) تمتد ما بين (12-18) سنة و قسمتها الى مرحلتين فرعيتين، أطلقت على الأولى التي تمتد ما بين (13-17) سنة اسم المراهقة المبكرة و على الفترة القصيرة الممتدة ما بين (17-18) سنة مرحلة المراهقة المتأخرة .

وقد تبنى لورنس سيشامبرج **Schiamberg**، 1985 تقسيم فترة المراهقة الى مرحلتين فرعيتين، تمتد الأولى التي أطلق عليها اسم المراهقة المبكرة ما بين (12- 16) سنة، في حين تمتد الثانية ما بين (17) سنة و حتى منتصف أو نهاية فترة العشرينات من العمر . بينما ترى **كاثلين بيرجر**، 1988، **Berger**، أن مرحلة المراهقة تمتد ما بين (10- 20)سنة. و قامت بدراسة هذه المرحلة كفترة عمرية واحدة دون تحديد مراحل فرعية .

و تذكر "لورا بيركل " 1998، **Berk** أن مرحلة المراهقة طويلة جدا، و قد جرت العادة بين الباحثين على تقسيمها الى ثلاث مراحل فرعية، يطلق على الأولى المراهقة المبكرة و تمتد في الفترة ما بين (11-14) سنة، وهي فترة من التغيرات السريعة نحو البلوغ، و المرحلة الثانية هي المراهقة المتوسطة، و تمتد في الفترة ما بين (14-18) تقسيمها الى ثلاث حيث تكون التغيرات ذات العلاقة بالبلوغ قد اكتملت تقريبا، أما المرحلة الأخيرة و هي المراهقة المتأخرة فتغطي الفترة ما بين (18-21) سنة . (صالح محمد أبو جادو، 2011، 407) .

وبداية المراهقة تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، فبعض الأفراد يكون بلوغهم مبكرا في سن الثانية عشر أحيانا، وبعضهم قد يتأخر بلوغه حتى سن السابعة عشر. (عزت ، 1945 ، ص 9) . وعلى العموم نذكر التقسيم الزمني الذي وضع من طرف هتشن **Hetching** أين قسمت المراهقة إلى أربعة مراحل :

**بداية المراهقة:** تبدأ بحدث بيولوجي هام، يميز المراهقة عن الطفولة، وهو البلوغ، هذا الأخير الذي يربط بتغيرات هامة على الجسد.

### 1-2 مرحلة المراهقة المبكرة **Early Adolescen** (12- 14 ) سنة :

تمتد منذ بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ حوالي سنة إلى سنتين بعد البلوغ الإستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد .في هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الإستقلال ويرغب دائما في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساس بذاته وكيانه ويصاحبها التقطن الجنسي الناتج عن الإستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق. (الزهران ،1995، ص 252-263) .

### 2-2 مرحلة المراهقة الوسطى **Middle Adolescen** (15-17) سنة:

و يلاحظ فيها استمرار النمو في جميع مظاهره، وتسمى أحيانا هذه المرحلة بمرحلة التأزم لأن المراهق يعاني فيها صعوبة فهم محيطه وتكيفه مع حاجاته النفسية والبيولوجية، ويجد أن كل ما يرغب في فعله، يمنع باسم العادات والتقاليد، دون أن يجد توضيحا لذلك، وتمتد هذه الفترة حتى سن الثامنة عشرة، وبذلك فهي تقابل الطور الثانوي من التعليم، وتسمى "بسن الغرابة والإرتباك، لأنه في هذا السن يصدر عن المراهق أشكال مختلفة من السلوك تكشف عن مدى ما يعانيه من إرتباك وحساسية زائدة". (زهرا، 1995، ص 297) .

### 2-3 المراهقة المتأخرة Late Adolescen (18-21) سنة :

يطلق عليها بالذات مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة إتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها إختيار مهنة المستقبل وكذلك إختيار الزواج أو العزوف، وفيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسمي ويتجه نحو الثبات الإنفعالي والتبلور لبعض العواطف الشخصية مثل: الإعتناء بالمظهر الخارجي وطريقة الكلام و الإعتتماد على النفس والبحث عن المكانة الإجتماعية وتكون لديه نحو الجماليات ثم الطبيعة والجنس الآخر . (زهرا ، 1995 ، ص 289-352) .

### 3- سيكولوجية النمو مرحلة المراهقة :

يجد المراهق نفسه أمام مرحلة ليست كسابقتها تستدعي أن يعيشها بمشاكلها وإضطراباتها النفسية الاجتماعية ، وباعتبار أن المراهقة هي مرحلة الانبثاق الوجداني وفترة التحولات النفسية العميقة الناجمة عن مجمل التغيرات المورفولوجي والفيزيولوجية. (منيرة، 2011، ص 15).

#### 3-1 النمو الجسمي الجنسي : يتميز النمو الجسمي للمراهق بتغيرات فيزيولوجية واسعة

وسريعة، تغير من بنيته الجسدية مما يؤثر على حياته الانفعالية، وتجعله فردا حساسا قابلا للإثارة .وهذه التغيرات تظهر في الطول والحجم، والوزن، والشكل والوظائف، وترجع هذه التغيرات الجسمية إلى تغيرات هرمونية، خاصة تلك التي تتحكم فيها الغدد النخامية وقد يتأثر النمو العضلي في بعض نواحيه عن النمو العظمي، الطولي، لذلك يشعر المراهق بآلام النمو الجسمي التوتر العضلات المتصلة بالعظام النامية المتطورة، هذا ويتفوق البنين على البنات في القوة العضلية، وذلك لامتيازهم عن الإناث، في اتساع المنكبين، طول الذراعين، كبر اليدين ولهذه الزيادة أثرها القوي في التكيف الاجتماعي للمراهق وفي تأكيد مكانته وشخصيته. (فؤاد البهي السيد، 1998).

وإلى جانب التغيرات الجسمية التي تختص بها المراهقة يوجد تغيرات أخرى وهو إفراز الغدد الكظرية لهرموناتها يسبب النمو الجنسي، فيحدث الطمث أو الحيض عند الفتاة عندما يبدأ إنتاج البويضة الناضجة وانتقالها من المبيض عبر قناة فالوب إلى الرحم، ومعلوم أن الفتاة تتوقف عن الطول بعد حدوث الطمث الأول بشكل عام. فالأوستروجين عند الأنثى له وظيفة تحفيز الرحم على تكوين البطانة المستقبلية للبويضة الملقحة، في حين أن هرمونات الأندروجين والتستوسترون يلعبان دوراً هاماً في تكوين الصفات الجنسية الثانوية عند الذكور، مثل القوة العضلية، وخشونة الصوت، وبروز الحنجرة . (روبرت واطسن، 2004، ص577).

**3-2 النمو الانفعالي:** يتأثر النمو الانفعالي بتطور نمو المراهق، وتعتبر العواطف مظهر من مظاهر الحياة الانفعالية، إذ يعبر هذا الأخير عن انفعالاته في مظاهرها الهيجاني والعاطفي بشيء من المغالاة. وتكون شخصيته مضطربة و غير مستقرة، بحيث يميل إلى القيام بالأعمال التي نسج حولها عاطفة خاصة. (حسين فيصل الغزي، 1976، ص 130) .

كما تبدو مشاعر الود والحب لدى المراهق بعد أن يتخطى مرحلة البلوغ ويدخل في مرحلة جديدة من العلاقات، قوية وحميمة في بدايتها إلا أنها تكون مؤقتة في أغلب الأحيان، وتتجه إلى السيطرة على الطرف الآخر في العلاقة يصل إدراك المراهق للأحاسيس في هذه الفترة إلى القمة. (رمضان محمد القدافي، 1997، ص358) .

حيث أشار مجدي محمد الدسوقي (2016) أن "جورج ستانلي هول" يعد هو أول من أطلق هذا الوصف في مقولته الشهيرة "مرحلة الضغوط و العواصف". و تؤكد فرانسواز دولتو **2003 Françoise، Dolto**، أن المراهق يتباهى ويفتخر، يكذب ليتعدى على صحة أقاويل الآخر من أجل الإستهزاء ولكن في الحقيقة إذا أعطى صورة صحيحة له، يعتقد انه يحمي أناه الحقيقي، الذي هو جد ضعيف و حساس، و يختبأ من وراء اللغة، هذه اللغة التي ليس لها أي علاقة بالحقيقة و لكن تدافع عن الموضوع المثالي .

وبهذا سنتنتج أن المراهق يتأثر بما يطرأ عليه من تطورات وتغيرات جسمية وإنفعالية، مما يدفعه إلى التعبير عن إنفعالاته بشكل حاد في سلوكيات لا يستطيع السيطرة عليه .

**3-4 النمو النفسي الإجتماعي :** تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة نضج، حيث ينعكس على نمو المراهق الاجتماعي فيبدو فردا يرغب في أخذ مكانه في المجتمع، وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يقبله كرجل أو امرأة، ولهذا كلما كانت البيئة الاجتماعية مناسبة، كلما أدى بالمراهق إلى التكيف الجيد وتكوين علاقات إجتماعية سوية، وتزداد أهمية العلاقات الاجتماعية عند المراهق في هذه المرحلة وذلك تؤثر بشكل جيد في حياته وسلوكياته بشكل عام، وقد أكدت الدراسات أن عملية التنشئة الاجتماعية، يكون لها أثرا كبيرا في مرحلة المراهقة، حيث يتم اكتساب المعايير والقيم. (أحمد محمد الزغبى، 2001، ص373) .

ومن مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة، وميله نحو الاعتماد على النفس، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق، إذ يشعر بأنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه لا يجب أن يحاسب على كل صغيرة وكبيرة. ومن الناحية الاجتماعية فإنه يميل إلى مساندة جماعة الرفاق، ويظهر الشعور المسؤولية الاجتماعية أي محاولة مناقشة المشكلات الاجتماعية، السياسة، والعامية ويتعاون مع زملائه ويتشاور معهم، ويحترم الواجبات الاجتماعية. (حامد زهران، 1995، ص385-384) .

من خلال ما سبق نستنتج أن المراهق يتأثر بعملية التنشئة الاجتماعية أو التطبيع الاجتماعي، ويتجلى ذلك من خلال سلوكه وأفكاره ورغباته، كما يلاحظ أيضا أنه يحاول إثبات ذاته من خلال تكوين علاقات إجتماعية جديدة.

**3-5 نمو الهوية :** إن إحدى أهم المهام النمائية الأساسية للمراهق هو سعيه الدائم لإيجاد نفسه، وللإجابة عن السؤال من هو؟ أو من سيكون؟ . ونحاول أن نركز في دراستنا على الاتجاه النفسي، هذا الاتجاه يعتبر المراهقة ظاهرة عالمية وهي تعيد مشكلات الطفولة كالصراعات الأوديبية: ويظهر الصراع بين التخلص من سيطرة الأهل والرغبة في التعلق و الإتكالية عليهم. وأهم رواد هذا الاتجاه إيريكسون Erikson الذي عالج المراهقة من زاوية أزمة الهوية مركزا على خطورة ما يسميه الدور، ويعرف مسألة الهوية بأنها انطباعات عن ذاتنا وأفكار الآخرين عنا. وتحقيق الهوية مرهون بشعور الكائن بالانتماء إلى مجموعته. ( شفيق فالح علاوة، 2004، ص159) .

ومنه نستنتج أن الآباء الذين يتمتعون بمستوى ناضج من نمو الهوية يقدمون نموذجا يحتذى به لأبنائهم المراهقين.



#### 4- أشكال المراهقة:

تختلف المراهقة من فرد إلى آخر ومن بيئة لأخرى، كما تتأثر أيضا بما يمر به الفرد من خبرات في المرحلة السابقة،(الطفولة) وفي دراسة قام بها الدكتور " صموئيل ماريوس " Marius "في جمهورية مصر العربية (1957) حاول أن يبين أشكالا للمراهقة تتمايز وفق الظروف المحيطة وقد استخلص من هذه الدراسة أربعة عامة للمراهقة وهي كالتالي :

**4-1 المراهقة المتوافقة:** من سماتها الاعتدال، الهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار والإشباع المتزن، الاتزان العاطفي الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة، التوافق مع الوالدين والأسرة والتوافق الاجتماعي والرضا عن النفس .ومن العوامل المؤثرة فيها نجد المعاملة الأسرية التي تتسم بالحيوية لفهم واحترام رغبات المراهق عدم تدخل الأسرة في أمور المراهق الخاصة،إشباع للهويات،توفير جو من الثقة والصراحة بين الوالدين والمراهق في مناقشة مشكلاته،شعور المراهق بتقدير والديه له واعتزازهم به والشعور بالتقدير بين الأقران والأصدقاء المتمدرسين . (مصطفى فهمي، 1983).

**4-2 المراهقة الإنسحابية (المنطوية) :** تتسم بالانطواء،الاكتئاب،العزلة،الشعور بالعنف،التفكير المتمركز حول الذات،الخجل،الثورة على تربية الوالدين،الإسراف في الإشاعات الجنسية والنزعة الدينية المتطرفة بحثا عن الراحة النفسية وهذا راجع إلى السيطرة الوالدية للحماية الزائدة،جهل الوالدين بأوضاع المراهق وطريقة تربيته. (العيسوي عبد الرحمان،1992) .

ومن العوامل المؤثرة فيها : عدم التوافق عم الجو النفسي للمنزل،الأخطاء الأسرية التسلط،سيطرة الوالدين وجهلهم بأوضاع المراهق وطريقة تربيتهم،تدني المستوى الاقتصادي والاجتماعي،سوء الحالة الصحية،عدم إشباع الحاجة إلى التقدير وعدم تحمل المسؤولية.

**4-3 المراهقة العدوانية (المتمردة) :** تتسم بالثورة والتمرد على الأسرة والمدرسة والسلطة عموما،الانحرافات الجنسية العدوانية على الإخوة والزملاء العناد بقصد الانتقام وخاصة مع الوالدين،تحطيم الأدوات المنزلية،الإسراف في الإنفاق،التعلق الزائد بقصص المغامرات،إعلان الإلحاح والشكوك الدينية،الشعور بالظلم وعدم التقرير،الاستغراق في أحلام اليقظة والتأخر الدراسي .العوامل المؤثرة فيها:التربية الضاغطة وقسوة القائمين على تربية المراهقين، الصحة السيئة،تركيز اهتمام الأسرة على

النتائج المدرسية، جهل الوالدين لطريقة توجيه المراهق والحرمان من الحاجات .( الكفاي ، 2006 ، ص 84).

**4-4 المراهقة المنحرفة:** تتسم بالانحلال الخلقي التام، الانهيار النفسي لجنوح الانحراف الجنسي، سوء الخلق، الفوضى وبلوغ الذروة من سوء التوافق .و من العوامل المؤثرة فيه: المرور بخبرات شاذة، صدمات عاطفية عنيفة، انعدام الرقابة الأسرية أو ضعفها، القسوة الشديدة في معاملة المراهق وحاجات نموه، مصاحبة رفاق سوء والفشل الدراسي . (حسن فيصل الغزي،1975).

### 5- أهمية المراهقة:

تعود أهمية المراهقة على أنها الفترة الفاصلة للولوج إلى عالم الرشد، وذلك لما تحمل من خصائص مميزة للجسم الإنسان تعكس سلوكه السوي ودوره الفعال داخل المجال الحيوي الذي ينتمي إليه، وعليه تمثل مرحلة المراهقة ميلادا جديدا لكلا الجنسين الولد والبنت ،واجتيازه لها بسلام سوف يكون صحيح النفس قوي الشخصية أما إذا لم يتجاوزها سوف تؤثر على تكوينه الجسمي والنفسي ،حيث لا تقدر (أناه) على تخطي الصراعات الداخلية وحلها وبذلك ظهور والإضطرابات كالعصاب والذهان وتكون الأعراض تواصل خاطئ مع الذات والمجتمع وبذلك تكمل أهمية المراهقة في :

- التوافق مع المتغيرات الجسدية الجديدة وما تجره من صعوبات وصولا إلى حالة الإستقرار والثبات التي تميز مرحلة النضج .

- الإستقرار العاطفي النظرة الموضوعية للأمور، التوافق مع المحيط والإنصياح للأنا الأعلى .

- توحيد الذات مع أهداف شبه مستحيلة إلى توحيد الذات مع أهداف ممكنة .

ينتقل المراهق من الشعور بعدم التأكد في قبول الآخرين له إلى الشعور بالأمن وقبول الآخرين له.

- وما يزيد هذه المرحلة أهمية تتضح القيم الروحية والدينية الخلقية ن ويحدث فيها ما يسمى باليقظة

الدينية وزيادة المشاعر الدينية المجردة والمعنوية التي لم يكن يقوى على إستعابها قبل النضج .(عبد

الرحمان العسوي،2005،ص 208).

## 6- المراهق والسلوك العدواني:

يعرف الفرد في مرحلة المراهقة تغيرات إنفعالية كبيرة وبروز طلبات جديدة و حاجات ضرورية بالنسبة له، كالحاجة إلى الاستقلال والشعور بالانتماء والتقبل من طرف الآخرين... كل هذه الحاجات قد تنشأ عن صراعات و إنفعالات حادة قد يتمكن المراهق من كبتها أو التنفيس عنها من خلال إستجابات إنفعالية أقلها الغضب الذي قد يعمل على تعطيل قدرته على التفكير السليم والسلوك السوي خاصتا في المجال الدراسي .

فالمراهق في هذه المرحلة يتعرض لإحباطات عديدة، وذلك لإشباع حاجاته، فإذا كانت الحاجة بيولوجية، ظل في حالة عدم التوازن (**Hoeostasie**) أما إذا كانت الحاجة نفسية فنجد أن المراهق في محاولته التعايش معها يلجأ إلى استعمال ميكانيزمات دفاعية مختلفة، ويمكن أن يكون العدوان أحدها (عياي محمد عوض، 2006، ص 145).

ولقد بين (ليندقرين 1974، Lindger أن المراهقين العدوانيين سجلوا ارتفاعا في حب السيطرة مقارنة بغير العدوانيين، كما توصل (جيسنس Jesnesse) إلى أن المراهق فردا يمتاز بعدم الرضا الشديد و الغضب إذ أنه أقل نضجا، يحس في علاقاته مع الآخرين بالضيق و يمتاز بقابلية قليلة للمخالطة، كما أن احترام المعايير الاجتماعية منعدم في استجاباته، كما يتميز بمستوى عالي من التوتر و الإحباط مقارنة بالمراهق غير العدواني، فضوابطه تبدو ضعيفة واستجاباته دون وعي وبصفة عدوانية ويتضح أنه غير قادر على كبت مشاعره، ويتبنى بكل سهولة إتجاه التمرد على السلطة إتجاه كل العوائق التي تحول دون تحقيق رغبته، كما أنه أقل حساسية لرأي الآخرين ويرفض النقد .

حيث أوضحت الدراسات أن مرحلة المراهقة تعتبر من أكثر المراحل عرضة للاضطرابات السلوكية عند التلاميذ المتمدرسين، وللمدرسة دورا هاما في حدوث ذلك. ففي هذا الصدد يشير "كازدين" (Cazdin) إلى وجود عوامل تساعد على حدوث الاضطرابات السلوكية للمراهقين، منها العوامل المدرسية، والتي تعد من أبرز العوامل التي تزيد من تعرض هذه الفئة لهذه الانحرافات.

كما أوضح "الحقيل" أن المرحلة الثانوية تعد من أخطر مراحل حياته، حيث يتوقف عليها مسار حياته المستقبلي، سلبا أو إيجابا، ويذكر "زهران" أن في هذه المرحلة يزداد لدى الفرد الوعي الإجتماعي والميل إلى العنف، ومحاولة تحقيق المزيد من الاستقلال الإجتماعي، ورغبته في مقاومة السلطة. (زيد عبد الزايد أحمد الحارثي، 2008، ص 86).

إذن فمرحلة المراهقة تعتبر أرضاً خصبة تنتشر فيها الاضطرابات النفسية كالضغط والسلوك العنيف، وذلك كون المراهق في هذه المرحلة عرضة لتغيرات عديدة، وفي مختلف الأعضاء، ما يخلق له ضغوطات وتوترات نفسية، ما يتوجب عليه البحث عن وسائل جديدة للتكيف مع كل الأخيرة، فكل العلماء يتفقون بأنها مرحلة صراعات وأزمات نفسية، أضف إلى ذلك المشكلات السلوكية التي تظهر من خلال التصرفات التي تصدر من المراهق المتمدرس داخل المؤسسات التربوية، وهكذا يجد التلميذ المراهق نفسه بحاجة إلى بذل أقصى جهوده لتحقيق أفضل تلاؤم مع متطلبات الواقع الجديد.

## الخلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى موضع مهم ألا وهو المراهقة وقد قمنا أولاً بتناول مجموعة من التعاريف لعدة علماء إتفقوا وإختلفوا في تعاريفها وعموماً فالمراهقة هي فترة حاسمة في حياة الفرد، ولها إنعكاس واضح على نمو شخصيته ووضوحها. كما تطرقنا لمراحل المراهقة من مراهقة مبكرة، ووسطى ومتأخرة، تناولنا كذلك أشكالها و التي نجد من بنها المراهقة ، المراهقة المنحرفة ، المراهقة الإنسحابية ، المراهقة العدوانية المتمردة تطرقنا بعد ذلك إلى سيكولوجية خصائص هذه المرحلة نمو جسمي، جنسي، عقلي، إنفعالي، إجتماعي و تناولنا أهميتها لأنها مرحلة معقدة وصعبة على الأهل والمحيط لما تحدث من تحولات وضغوطات وصولاً إلى المراهقة والسلوك العدواني نتيجة لتلك الحاجات والمتطلبات الجديدة التي يفرضها هذا التغير سواء على الجسد أو حتى على السلوك السوي للمواقف والمثيرات الخارجية .

وبناء على ما تم عرضه في هذا الفصل يمكن القول أن المراهقة يتضح لنا أنها ليست مجرد مرحلة تحدث فيها تغييرات فيزيولوجية سريعة مرتبطة بالبلوغ وما يترتب عليه من تغييرات جسمية بل بالعكس هي تحول حاسم في الجانب النفسي الإنفعالي الإجتماعي لشخصية المراهق ولهذا يجب التعامل مع ما يسمى بالأزمة من جانبها السيئ بأنها مجرد أزمة مؤقتة كونها مرحلة من مراحل النمو التي يمر بها الإنسان لينتقل إلى الرشد .

لذا يجب أن يحاط المراهق بالرعاية الإهتمام من الوالدين و المدرسة والمجتمع بأكمله لتحقيق التكيف و التوافق مع القيم و العادات والتقاليد وتجنب سوء المعاملة و التجاهل التي تؤدي به إلى الوقوع ضحية صراع ومشكلات المختلفة كالوقوع ضحية التنمر المدرسي .

**تمهيد:**

يعد التمر ظاهرة مرضية من أكثر المشكلات المدرسية التي تحدث في الخفاء، تؤثر سلبا على الطالب المراهقين سواء كانوا متمرين أو ضحايا بشكل خاص، وعلى النظام المدرسي بشكل عام، فالتمر هو التسلط و التهكم و الاستبداد من قبل شخص أو عدة أشخاص موجه إلى شخص أو عدة أشخاص مستضعفين، وقد يكون هذا السلوك جسديا أو لفظيا أو النفسي، ينتج عنه الشعور بالألم و الخوف و انعدام الثقة وضعف تقدير الذات، و نتيجة لما يخلفه هذا السلوك من تأثيرات سلبية نفسية منها إجتماعية وإضطرابات شديدة .

حظي هذا الأخير في البلدان الغربية و العربية بدراسات كثيرة تناولت كافة أشكاله و أنواعه والفئات المشاركة فيه و العوامل المؤثرة فيه، وخلصت إلى بناء برامج علاجية للحد أو لخفض من سلوك التمر في الوسط المدرسي، وهذا ما سنعرضه بالتفصيل في هذا الفصل.

## ثانيا : التنمر

### 1- مفهوم سلوك التنمر:

جاءت ترجمت الكلمة الإنجليزية ( **Bullying** ) إلى اللغة العربية بعدة مصطلحات في العديد من الدراسات، فبعض الباحثين يستعملون مصطلح المشاكسة و المضايقة، و البعض الآخر فضل إستعمال مصطلح الإستقواء لترجمة نفس المصطلح، أما البعض الآخر تناول مصطلح التنمر كترجمة لمصطلح ( **Bullying** )، أما في بحثنا الحالي فقد إعتدنا على مصطلح التنمر المدرسي ترجمة لكلمة ( **School** ).

### 1-1 التنمر في اللغة :

إشتقت جذور كلمة ( **Bullying** ) من الكلمة الألمانية "بوليل " بمعنى الآخر ،المحبوب ،الصديق أو فرد من العائلة الحبيبة ،إذا تتبعنا المعنى الحديث للتنمر تتبعنا منهجيا ، نجده أنها إشتقت من مظاهر وأشكاله . (مسعد أبو الديار، 2012، ص،18).

ويعرف التنمر لغويا : بأنه تشبه بالنمر، يقال (نمر ، نمرا) كان على شبه نمر، وهو أنمر وهي غراء،(نمر) فلان: ه، أي غضب وساء خلقه،و(تنمر) لفلان أي تنكر له وتوعده بالإذاء . ( المنجد في اللغة العربية المعاصرة، 2008، ص590) .

### 1-2 التنمر في الإصطلاح:

ظهر في ترجمة قدمتها (رابيه حكيم) وهي طبية نفسانية بإحدى المراكز الطبية النفسية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية ،وأشارت إلى أن التنمر يقصد به إلحاق بعض الأطفال أذى معنويا أو جسديا بأطفال آخرين .(مجد الدسوقي، 2016، ص11) .

هو إيقاع الأذى على فرد أو أكثر بدنيا أو نفسيا أو لفظيا، ويتضمن كذلك التهديد بالأذى البدني أو الجسمي بالسلاح و الابتزاز، أو مخالفة الحقوق المدنية، أو الاعتداء و الضرب، أو العمل ضمن عصابات، و محاولات القتل أو التهديد، كما يضاف إلى ذلك التحرش الجنسي .

ويرى كل من "جوفانن و جراهام و شيبستر" ( **shuster and Graham, Vonen 2003** ) إن

التنمر هو ذلك السلوك الذي يحصل من عدم التوازن بين فردين الأولى يسمى المتمتر ( **Bully** ) و

الآخر يسمى الضحية (Victim) هو يتضمن الإيذاء الجسدي و الإيذاء اللفظي، و الإذلال بشكل عام، و من ذلك دعوة الطفل باسم لا يحبه، أو لقب، أو العمل على نشر إشاعات عنه، أو إطلاق النار عليه، أو رفضه من قبل الآخرين . (الصباحين، القضاة، 2013، ص9) .

تعريف بانكس 1977 "BanKs" ورجبي 1999 "Rigby" : لسلوك التمر بأنه ك تكرار ممارسة مجموعة من الهجمات والمضايقات وبعض السلوكيات المباشرة، كالتوبيخ والسخرية والتهديد بالضرب، من قبل شخص ما يعرف بالمتتمر تجاه شخص آخر (ضحية)، بهدف السيطرة عليه، واكتساب القوة التي لا تأتي إلا بجعل هذا الأخر ضحية. (خوج، 2012، ص06) .

كما يعتبره (Creji & Pepler، 2000) : شكل من أشكال العدوان، لا يوجد فيه توازن القوى بين المتتمر والضحية عادة، ما يكون المتتمر أقوى من الضحية. ( جعيج، 2017 ، ص 09 . )

## 2- تعريف التمر المدرسي:

يعد ألويس (Olweus، 1993) من أوائل من عرف التمر تعريفا علميا مبنيًا على تجارب بحثية، حيث عرفه "بأنه شكل من أشكال العنف الشائعة جدا بين الأطفال والمراهقين ويعني التصرف المتعمد للضرر أو الإزعاج من جانب واحد أو أكثر من الأفراد. وقد يستخدم المعتدي أفعالًا مباشرة للتمر على الآخرين، والتمر المباشر هو هجمة مفتوحة على الآخرين، من خلال العدوان اللفظي أو البدني، والتمر غير المباشر هو الذي يستخدمه الفرد ليحدث إقصاء إجتماعيا مثل: نشر الشائعات، ويمكن أن يكون التمر غير المباشر ضارا جدا . على أداء الفرد مثله مثل التمر المباشر .

يري (Leung (2009) : "أن التمر نوع من السلوك العدواني، وبأن هذا النوع من السلوك يحدث في المدرسة يتم تضميني على أنه نوع من العنف المدرسي، سببه التنشئة الإجتماعية للطلبة، و التربية الأسرية و الثقافية السائدة لدى الطالب، وهذا يحدث عندما تستخدم الأسرة السلوك العدواني في حل مشاكلها، وبالتالي تعلمه من قبل الأطفال و استخدامه مع الآخرين عند اتصالهم بالبيئة المدرسية".(رشا منذر مرقعة، 2013، ص 01) .

يقصد بالنتمر المدرسي تعرض طالب غير قادر على الدفاع عن نفسه، بصورة متعمدة ومقصودة ومتكررة لمدة طويلة، من قبل طالب أقوى منه للأذى الجسدي أو اللفظي أو المعنوي، ويتضمن هذا الأذى أنماط السلوك المباشر مثل المضايقة والسخرية والركل والتهديد والوعيد والتوبيخ والشتم، وقد يتخذ التمر



أشكال غري مباشر عن طريق الإبعاد وإقصاء المقصود من جماعة الصف أو جماعة الأقران. (نورة سعد القحطاني، 2015، ص 89 ) .

عرفت الجمعية الطبية الأمريكية ( 2002 ) التنمر المدرسي على أنه سلوك عدواني يهدف إلى إحداث ضرر أو ضيق، ويحدث مرارا وتكرارا على مر الزمن، ويحدث في العلاقة التي فيها خلل في توازن القوى، ومن المهم أن نلاحظ أن البلطجة كشكل من أشكال إساءة معاملة الأقران، تحدث نتيجة إساءة معاملة الأطفال والعنف المنزلي". (عبد الرحمان مقبل، 2018، ص 26).

من خلال التعاريف السابقة يتضح أن التنمر هو شكل من أشكال السلوك العدواني، وهو مجموعة من السلوكيات العدائية السلبية، تسبقها نية مقصودة ومتعمدة ومكررة من قبل تلميذ يسمى (المتنمر) تجاه تلميذ آخر يسمى المتنمر عليه (الضحية)، ويكون المتنمر في وضع أفضل من المتنمر عليه سواء في الحجم أو القوة، يشتمل على جانب إستعراضي للقوة والسيطرة والرغبة في التحكم وإخضاع الضحية في إطار علاقة غير متوازنة، ويتخذ صور متعددة منها ما هو لفظي كالسب والشتم والتناز باللقاب المبنية على الجنس أو العرق، أو نفسية كالتجاهل وعزل الضحية عن الأقران والسخرية، ومنها ما يكون بشكل جسدي كالضرب والدفع والجروح أو التحرش، مما يسبب ألم النفسي والجسدي للضحية و تخويفه والتقليل من تقديره لذات .

### 3- المفاهيم المرتبطة بالسلوك التنمري:

إن مصطلح التنمر يتداخل مع مفاهيم و مصطلحات عدة، الأمر الذي قد يجعل من الصعب التمييز بينها، ومن بني هذه المفاهيم نجد العدوان و العنف و المشاغبة و المضايقة، فقد اختلفت تعريفات هذه المصطلحات تبعا للإختلاف آراء الدارسين و المهتمين في هذا المجال، و تبعا للإختلاف الأسباب التي تؤدي إلى حدوثها و سنعرض فيما يلي مفهوم كل مصطلح :

#### 1-3 التنمر والصراع:

يؤكد (Rigby، 1995) أن على أن ما يحدث بين الأقران صراع **conflit** عادة في الغالب يكون وليد موقف، ويكون عادتا بين أفراد متساوين في القوة، وبالتالي لا يعد صراع تنمرا، فاختلاف القوة بين المتنمر والضحية هو المعيار الحقيقي لتحديد سلوك التنمر ووصفه، ويمكن إيجاز الإختلافات بين سلوك التنمر والصراع في الجدول التالي :

الجدول (01) يمثل الاختلافات بين الصراع الطبيعي والتمر

التنمر	الصراع الطبيعي
يتكرر حدوثه	يحدث أحيانا
يحدث عمدا	عرضي
يميل إلى الأذى النفسي أو الجسدي أو العاطفي	ليس بالمشكلة الخطيرة
تكون ردة الفعل قوية وعنيفة تجاه الضحية	شعور طبيعي لردة الفعل
يسعى إلى السلطة والسيطرة	نادم ويتحمل المسؤولية

(أبو الديار، 2012، ص40)

3-2 التمر والعنف:

يشير بومان ( Baumann ، 2008 ) إلى أن سلوك التمر قد يؤدي إلى العنف (Violence)، إلا أنه يختلف تماما عن العنف، إذ أن العنف أخذ صورا شتى منها، حمل السلاح والتخريب والإيذاء الجسدي الشديد، القتل والسرقة والإكراه وغيرها، مما لا من أن ون من سلوك التمر. فضلا عن ذلك فان سلوك التمر يتوافر فيه النية المبنية للإيذاء والتكرار والاستمرار وعدم التوازن في القوة بين المتمر والمتنمر والمتنمر عليه (الضحية)، ولها شروط أساسية لتحديد ماهية التمر. (مصطفى مظلوم، 2007، ص87) .

3-3 التمر والعدوان :

التمر هو درجة هينة من العدوان، فالعدوان هو سلوك صدر من شخص تجاه شخص آخر أو نحو الذات لفظا أو جسما، وقد ون العدوان مباشرة أو غير مباشر ويؤدي إلى إلحاق الأذى الجسدي والنفسي إلحاقا متعمدا للشخص الآخر، وهذا فالعدوان أكثر عمومة من التمر، ويختلف سلوك التمر عن السلوك العدواني في أن التمر هو سلوك متكرر، وحدث إنتظام وفترة من الوقت، وعادة ما يتضمن عدم التوازن في القوة فالتمر نمط من العدوان . (أبو الديار، 2012، ص30).

ويشير هشام الخولي (2008) إلى العدوان فطر غريزي شمل على نوعين أساسيين من السلوك هما: العدوان الايجابي الذي يستخدم فيه الدفاع عن الذات أو تدعمها والعدوان السلبي الذي يوجه لهدم الذات أو الآخرين، أي أن السلوك العدواني مقبول في بعض أشكاله وفي ظروف معينة، ومذموم ومرفوض في البعض الآخر، إلا أنه لا يمكننا أن نقر ذلك بالنسبة للتمر الذي هو سلوك مرفوض في جمع أشكاله وفي ظروفه وأحواله، كما أنه لا يوجه نحوى الذات وإنما يوجه نحوى الآخرين ( مصطفى مظلوم ، 2007، ص87).

3-4 التنمر والمشغبة: هناك من عرف المشغبة على أنها تنمر يشمل جميع المشكلات التي حدثت بين تلاميذ المدارس، والتي تمارس من قبل أحدهم ضد الآخر (الضحية) قليل الحيلة ولا يقوى على المواجهة، إن هذا السلوك يأخذ أشكالاً متعددة جسدية و إنفعالية ولفظية ومباشرة وغير مباشرة. (خوج حنان، 2013، ص 13) .

### 3-5 التنمر والمضايقة:

تعرف المضايقة على أنها تعرض التلميذ لكلام سيء و جارح أو سخرية من طرف تلميذ آخر أو مجموعة تلاميذ، وقد يتعدى ذلك إلى الضرب أو الركل أو التهديد أو الحبس داخل غرفة، ولا يمكن أن تعتبر هذه التصرفات مضايقات إلا إذا حدثت باستمرار، وتعذر على التلميذ و صعب عليه الدفاع عن نفسه، والمضايقة اللفظية و المعنوية تتمثل في تعرض التلميذ للسخرية و التسمية بأسماء جارحة أو التهديد أو التهميش أو الرفض أو العزل المتعمد، وتكون المضايقة بسبب العرق أو الأصل أو إزاء العلاقات العاطفية مع الجنس الآخر. (غماري فوزية، 2012، ص 38).

### الجدول رقم (2) يشير إلى أشكال المضايقة بين الأقران:

المضايقة غير مباشرة	المضايقة المباشر	
نشر و ترويج الإشاعات	السخرية، استنارة الآخر بكلام غير لائق، والتناوب بالألقاب	المضايقة اللفظية
إقناع صديق و دفعه للإعتداء على أحدهم لصالح المعتدي	الضرب، الركل، الصفع، تحطيم أو سرقة أملاك الآخرين	المضايقة الجسدي
عزل البعض عن المجموعة و التلاعب بالصدقات و تهديد عن طريق وسائل التواصل الإجتماعي	تهديد، إشارات و إيماءات بذيئة و جارحة	المضايقة غير اللفظية وغير جسدية

من خلال ما عرض لمختلف المصطلحات نستنتج أن العدوان هو القالب الذي يحوي تلك الممارسات الغير سوية كالتنمر كالعنف ، المشغبة والمضايقة ،تجمع بينها سلوكيات إذائية لكن يمكن أن

يصنف التنمر السلوك العدواني أنه تنمر عندما تحمه ثلاث معايير أساسية. (القحطاني، 2012، ص118 )

- التنمر اعتداء متعمد
- التنمر يعرض الضحايا لاعتداءات متكررة وخلال فترات ممتدة من الوقت
- عدم التوازن في القوة تتبع من منطلق القوة الجسمانية أو من منطلق نفسي ذوي التأثير الكبير على أقرانهم فتظهر بين المتممرين والضحية .

#### 4- المقاربات النظرية المفسرة لسلوك التنمر المدرسي :

إهتم علماء النفس بالسلوك العدواني التنمر بإعتبار التنمر المدرسي مشكلة سلوكية مرضية خطيرة وحاولوا تفسيره حسب منظوره رغم اختلاف في المدارس و الإتجاهات، وعلى الرغم من هذا الإهتمام إلى أن تفسيرات علماء النفس حول هذا السلوك متباينة، ويرجع هذا التباين إلى الأطر النظرية التي تعتمد عليها كل نظرية أو مدرسة من مدارس علم النفس (التحليلية، السلوكية ونظرية الإحباط والعدوان) وهم كالتالي :

#### 4-1 المقاربة التحليلية:

يعد سيغموند فرويد مؤسس ورائد المدرسة التحليلي النفسي، يرى أن سلوك التنمر هو نتاج للتناقض بين دافع الحياة و الموت، وتحقيق اللذة عن طريق تعذيب الآخرين و عقابهم والتصدي لهم لكي لا ينجحوا، ويؤكد التحليليون القدامى أن الطفل أثناء الرضاعة يكون قد اكتسب خبرات سارة أو مؤلمة ترتبط بألم والموازنة و التمييز، ويخزن مثل هذه الخبرات في ذاكرته وتظل هذه الخبرات تلح و تسعى للظهور في أية مناسبة، و أحيانا تغشل المقاومات الشخصية في إخفاء هذه الخبرات بسبب القصور البيولوجي و الضعف الجسمي، حتى ظهور الموقف مع عامل المفجر العائد إلى خبرات السابقة للطفل حتى تخرج في سلوك الهجوم أو إعتداء أو تنمر، حيث يؤكد ذلك فرويد بربط العدوان والمراحل المبكرة للطفولة ويؤكد على أن جميع صور العدوان ذات مصدر جنسيي موجه نحو السيطرة على دفعات الجنس، وذلك من خلال ربطها بالمراحل المختلفة للتطور النفسي للطفل. (صباحين -القضاة، 2014، ص50 ) .

إلا أن فرويد ( Freud ) وبعد مراحل متعددة لتفسير السلوك العدواني، إنتهى به المقام إلى صياغة فرض جديد مفاده، أن غريزة العدوان لا تتبع غريزة الجنس، إنما تتبع غريزة الموت، وعليه فقد إعتبر الهدف الأول للعدوان هو تدمري الذات، ولا تصبح هذه غريزة موجهة نحو الموضوعات الخارجية إلا بعد تحررها من نظام الذات تحت تأثير الليبيدو النرجسي. (منذر رشا مرقة، 2013، ص34) .

## 4-2 مقارنة الإحباط والعدوان:

لقد أكد كل من دولارد و ميلر (dollerd & Miller) أن العنف و العدوان بجميع أشكاله اللفظية و الجسدية ما هو إلا إستجابة فطرية لإحباط، حيث تتناسب طرديا شدة العدوان كلما زاد الإحباط، وعليه فالرغبة يف السلوك التتمري و العنف تختلف بكمية الإحباط التي يعانها الفرد، إن الشعور بالضيق وإعاقة إشباع الرغبات البيولوجية أو النفسية تثير لدى الفرد الإحباط، مما يولد لديه سلوكا عدوانيا بالتالي فإن سلوك العدوان هذا ما كان ليحدث لو لم يكن هناك شعور بالإحباط. (مغار عبد الوهاب، 2015، ص 519 . )

وتقدم نظرية الإحباط - العدوان - تعديلا للوضع الغريزي، وتبعا لهذه النظرية تستبدل الغرائز بالدوافع كعوامل داخلية محددة للعدوان، والتي تعتبر إستجابات إحتماالية عالية الأوضاع الإحباطية، فالإحباط يحث دافع العدوان الذي بدوره يحول السلوك ليميل إلى إيذاء الآخرين أو تخريب ممتلكاتهم، وهذا بدوره يقلل من شدة دافع العدوان، وتبعا لهذا التحليل فإن الأفراد المحيطين بدرجة كبيرة من خلال العقاب الشديد من الوالدين أو الفشل المستمر في المدرسة أو نقص العمل يتوقع أن يظهروا إستياء و عدائية. (الصوفي، و قاسم المالكي، 2012، ص 158) .

## 4-3 المقاربة السلوكية: ترى النظرية السلوكية أن التمر قابل للتكرار إذا إرتبط بالتعزيز، فإذا

ضرب الولد شقيقه وحصل على ما يريد، فإنه سوف يكرره مرة أخرى كي يحقق هدفه كذلك. ومن ثم فإن هذه الاستجابات التي تبقى لتصبح جزءا من سلوك الفرد هي الاستجابات التي تبقى لتصبح جزءا من سلوك الفرد هي الاستجابات التي دعمت، أي التي أعقبها أثر طيب وسار فالاستجابات التي يعقبها تدعيم وإثابة تثبت و يميل الفرد إلى تكرارها، بينما الاستجابات التي لا يعقبها تدعيم تميل إلى الانطفاء والتلاشي ولا يميل الفرد إلى تكرارها.

فحسب نظرية التعلم الإجرائي عند (سكينر) ومفاده أن "السلوك الذي يلقي تعزيزا ويؤدي إلى الشعور بالراحة والرضا يميل الفرد إلى تكراره، وعلى هذا الأساس فإن سلوك التمر يحدث نتيجة لعملية التعزيز التي يتلقاها المتمم من أقرانه على مثل هذا السلوك، وقد يحصل المتمم أيضا على هذا التعزيز من خلال الأذى والضرر الذي يلحقه بالضحية، بمعنى أنه عندما يعتدي المتمم على الضحية ويميل الضحية إلى البكاء ولاسيما في المدرسة الابتدائية فإن ذلك يعزز سلوك المتمم تعزيزا إيجابيا، فيكرر

المتنمر هذا السلوك مرة ثانية ولكن إذا رد الضحية وانتقم من المتنمر -وهذا نادرا ما يحدث - فإن ذلك يعزز سلوك المتنمر تعزيزا سلبيا".(مرجع سابق ،ص74) .

يرى السلوكيون أن التنمر شأنه شأن أي سلوك، يمكن إكتشافه وتعديله وفقا لقوانين التعلم، ولذلك ركزت بحوث و دراسات السلوكيين في دراستهم للعدوان على حقيقة يؤمنون بها، وهي أن السلوك برمته يكتسب من البيئة ومن ثم فإن الخبرات المختلفة التي اكتسب منها شخص ما السلوك العدواني، قد مت تدعيمها بما يعزز لدى الشخص ظهور استجابة العدوانية كلما تعرض لموقف الضبط . (منذر رشا مرقه ،2013،ص30-31) .

مما سبق يتضح أنه على الرغم من تعدد النظريات المفسرة للتنمر إلا أنها مكتملة لبعضها البعض، حيث تناولت كل نظرية التنمر من جانب معين فمثال:النظرية المعرفية وهو تشوه في المخططات المعرفية أ أن أفكاره تعكس سلوكه ، أما نظرية الإحباط -العدوان- فسرت التنمر على أنه استجابة فطرية لإحباط فهو الذي يحث دافع العدوان، أما النظرية السلوكية التي فسرت التنمر على أنه سلوك متعلم، أي مكتسب من خلال ملاحظة نماذج ومبادئ معينة يتعلمها المتنمر من الأشخاص المحيطين به أو البيئة التي يعيش فيها.

### 5- أشكال التنمر المدرسي:

يحدث التنمر في المدرسة بأشكال ومظاهر متعددة و مختلفة، ويأتي هذا نتيجة لطبيعة العنف المعقدة والشكل الذي يتخذه و الكيفية التي يطبق بها، ودرجة الخطورة التي يصل إليها و الجهة المقصودة و الهدف منه.

يأخذ السلوك التنمري أشكال متعددة من حيث شدة الإيذاء، يشمل على التنمر الجسدي و اللفظي و التنمر على الممتلكات و النفسي و التنمر الجنسي، ويعرض جون (john ,2006) مجموعة من النماذج النمطية في التنمر المدرسي وهي كالتالي: (البنسهاوي علي حسن،2015،ص22).

- **النموذج الأول :** التنمر المدرسي الفردي (**Bullying Serial**)وهو في حالة متنمر أو معتدي يقوم بإيذاء فرد أو مجموعة من الأفراد وهذا النمط موجود بكثرة في المدارس

- **النموذج الثاني:** التنمر المدرسي الجماعي غير المتجانس (**Multiple victimisation**) عندما يقوم أكثر من متنمر أو معتدي بالتنمر المدرسي على الضحية وهو نوع حديث من التنمر المدرسي
  - **النموذج الثالث:** التنمر المدرسي الجماعي المتجانس (**patterun familial The**) وهذا النمط يتضمن مجموعة من الأطفال المتنمرين من نفس العائلة و يمارسون التنمر المدرسي على فرد أو مجموعة من الأفراد.
- كما قسمت خوج (2012) التنمر المدرسي إلى: (خوج حنان، 2012، ص 187).

- **سلوك مباشر:** يعتمد على مواجهة مباشرة بين كل من التنمر والضحية، إذ تتضمن هذا الشكل الموافق التي من خلالها يتم مضايقة الضحية، أو تهديده و السخرية والإستهزاء والتقليل أو التحقير من شأنه، والتعليقات البذيئة و إهانة مشاعر الضحية ورفض التعامل معه
- **سلوك غير مباشر:** يصعب ملاحظته ولكن يمكن استقراؤه والوقوف على أشكاله من خلال كتابة التعليقات الشخصية على الضحية بغرض جعله منبوذاً بين زملائه ونشر الشائعات والنظرات والإيماءات الوقحة.

يتخذ أيضا التنمر أشكال أخرى منها يرجح أنها الأكثر انتشارا في حسب سميث - هيافيرتش - Smith- Heavenrich (2001) وهي كالتالي :

- 1-5 التنمر الإنفعالي :** يطلق عليه الباحثون التنمر الإنفعالي (**Bulliyng Emotionne**) يسعى فيه المتنمر إلى التقليل من شأن الضحية من خلال التجاهل و العزلة والسخرية والإزدراء من الضحية، و إبعاد الضحية عن الأقران والتحديق في وجه الضحية تحديقا عدوانيا والضحك بصوت منخفض واستخدام الإشارات الجسدية العدوانية، ويعد هذا النوع من أكثر أنواع التنمر تأثرا على الصحة النفسية للضحية .

**2-5 التنمر الجسدي (Physical Bullying)** : أي إتصال بدني يقصد به إيذاء الفرد جسدياً ويأخذ أشكالاً مختلفة منها الدفع اللطم والضرب والركل والبصق والهجوم على الضحية وتحطيم ممتلكاتها الخاصة وغالباً لا يسبب التنمر الجسدي أذى كبير للضحية ،وهذا النوع من التنمر أقل شيوعاً بين الإناث اللاتي يستخدمنا وسائل كثيرة غير مباشرة وغير واضحة مثل إثارة الفتن والشائعات المتعمد لشخص ما من المجموعة ..إلخ

**3-5 التنمر الإجتماعي عنصري (Control Social)** : عزل الضحية عن مجموعة الرفاق ومراقبة تصرفات ومضايقته ورفض صداقته أو مشاركته في ممارسة الأنشطة المختلفة والتجاهل المتعمد .

**4-5 التنمر اللفظي (Verbal Bullying)** : تهديد من المتمرن للضحية أمام مجموعة من القران بقصد السخرية والتقليل من شأنها ونقدها نقداً قاسياً والتشهير بها ، كما يتضمن التنمر اللفظي أيضاً استخدام الكلمات لإذلال الضحية ، أو إيذاء مشاعرها من خلال المضايقة والتنازب بالألقاب أو السب أو التهديد . (مجدي محمد الدسوقي،20،2016-21) .

ويتفق كل من كيث ومارتن **Kith & Martin (2005)** وباريوش **Baruch (2005)** على وجود نوع من التنمر يسمى التنمر الإلكتروني الذي يعتمد على تكنولوجيا المعلومات ووسائل الإتصال المتمثلة في البريد الإلكتروني والهاتف المحمول ،المكلمات الهاتفية حيث يقوم المتمرن بإرسال رسائل للتهديد أو الإيذاء . (المرجع نفسه،ص22) .

من هنا نلاحظ أن للتنمر أشكالاً كثيرة، ويعتمد على البيئة التي يحدث فيها السلوك، فبعض أشكال التنمر تحدث في المدرسة أو داخل الصف كما أن بعض أشكاله لا تحتاج إلى التكرار لكي تكون تنمر، هذا وتختلف كلمة تنمر من بلد إلى آخر، حيث تلعب الفروق الثقافية دوراً مهماً في تعريف المفهوم وأشكاله .



## 6-العناصر المشاركة في التنمر المدرسي وآثاره :

التنمر أو الإستقواء المدرسي علاقة ثلاثية، فهو عنف يلعب فيه كل طرف دورا خاصا، وتكون فيه علاقة المتنمر والضحية والمتفرج محورية، حيث يتمكن المتنمر من خلق علاقة تسلط على الضحية يجعل المتفرجين متواطئين في أفعاله، وعليه يمكن تصنيف الأفراد المشاركين في السلوك إلى ثلاث فئات حيث تتأثر بالموقف التنمري إما بشكل مباشر أو غير مباشر، وكل طرف من الأطراف الثلاثة تعانين من عواقب قد تكون طويلة المدى وقد تكون قصيرة المدى والبيت تتمثل فيما يلي:

## 6-1 المتنمرين :

سلوك متعمد ضد طالب أو أكثر يتضمن الإيذاء الجسمي أم اللفظي أم الإذلال وإتلاف الممتلكات للطالب الآخر، بسبب الجو الأسري العنيف للمتنمر وعدم دعمه إجتماعيا ومشاهدته لبعض الأفلام التي تظهر هذه السلوكيات، لذلك يحاول تطبيقها الآخرين . (رنا محسن شايح،2018، 04).

## 6-2 الضحايا (victims):

قدم "أوليس " Olweus عام 1999 تعريفا يخص الضحية معرفا إياها : "بأنه الطفل الذي يتعرض تعرضا متكررا بمرور الوقت لسلوكيات سلبية من جانب واحد أو أكثر من الطلاب بقصد الأذى نتيجة لعدم توازن القوى ،مما يسبب القلق وعدم التوازن الإنفعالي " .(مسعد أبو الديار، 2012،ص30).

أشار كل من حسين وحسين إلى أن الضحية هو تلميذ يتعرض بشكل متكرر، ولفترة طويلة من الوقت للضرر والإيذاء من المتنمر في صور مختلفة، فهو ضعيف من الناحية الجسمية عن المتنمر، ومن ثم لا يستطيع يتعرض له من جانب المتنمر، فضلاً مواجهة سلوك الإيذاء الذي عن خصائصه النفسية والاجتماعية التي تفرض عليه أن يكون ضحية .(حسين وحسين، 2010،ص307) .

وعرفت عبد العال الضحية بأنه ذلك الطالب الذي لم تؤهله قدراته النفسية والاجتماعية للتصرف إيجابيا نحوى المواقف الطارئة التي يتعرض فيها للأذى، أو الإساءة من قبل زملائه المتنمرين في المدرسة. (عبد العال،2006،ص47) .

مما سبق يتضح أن خصائص ضحايا التمر هي خصائص لا سوية، نتيجة للظروف البيئية القاسية التي يعيشونها، فهم أشخاص تتقصم الشجاعة للدفاع عن أنفسهم ويسيطر الخوف عليهم، كما لديهم صعوبة في التواصل وحل المشكلات.

ويتميز الضحايا بمجموعة من الخصائص حددها ( p2,2007,Dougherty ) (مقبل خالد وسام،2018،ص41 ) كالتالي:

- يعانون من أعراض الإكتئاب
- التفكير في الإنتحار
- يعانون من مشاكل نفسية
- يعانون من اضطرابات في الأكل
- يعانون من مشاعر الوحدة
- يعانون من تدين إنخفاض احترام الذات
- يعانون من القلق
- يكونون أقل شعبية من الأطفال الآخرين
- يقضون الكثير من الوقت وحدهم
- يعانون من الإعتداء على الأطفال
- يكون الآباء أقل استجابة وأقل دعماً
- يعيشون في بيئات قاسية
- لا يستطيع آباءهم التحكم في ظروفهم الإجتماعية
- يعانون من التغيب عن العمل
- يواجهون مشاكل صحية بدنية

## 7- أسباب التنمر المدرسي:

## 7-1 الأسباب الشخصية :

هناك دوافع مختلفة لسلوك التنمر، فقد يكون تصرفاً طائشاً أو سلوكاً يصدر عن الفرد عن الفرد عند شعوره بالملل، كما أنه قد يكون السبب في عدم إدراك ممارسي سلوك التنمر وجود خطأ في ممارسة هذا السلوك ضد بعض الأفراد، أو الأم يعتقدون أن الطفل الذي يستقوى عليه يستحق ذلك، كما قد يكون سلوك التنمر لدى أطفال آخرين مؤشراً على قلقهم، أو عدم سعادتهم في بيوتهم، أو وقوعهم ضحايا للتنمر في السابق، كما أن الخصائص والإنفعالية للضحية مثل الخجل، وبعض المهارات الاجتماعية، وقلة الأصدقاء قد تجعله عرضة للتنمر (الصباحين و القضاة، 2013، ص 43).

## 7-2 الأسباب النفسية :

وهذه مبنية أساساً على الغرائز والعواطف، والعقد النفسية والإحباط، والضغط وقلق تأكيد فالغرائز هي إستعدادات فطرية نفسية جسمية تدفع الفرد إلى إدراك بعض الأشياء من نوع معين، وأن يشعر الفرد بانفعال خاص عند إدراك لذلك الشيء، وأن يسلك نحوه سلوكاً خاصاً، وعندما يشعر الطفل أو المراهق بالإحباط في المدرسة مثلاً عندما يكون مهملاً، ولا يجد اهتماماً به وبشخصيته، ويصبح التعلم غاية يراد الوصول إليها، وعدم الاهتمام بقدراته وميوله، فإن ذلك يولد لديه الشعور بالغضب والتوتر والانفعال لوجود عوائق تحول بينه وبين تحقيق أهدافه مما يؤدي إلى ممارسة سلوك العنف والتنمر، سواء على الآخرين، أو على ذاته لشعوره بأن ذلك يفرغ ضغوطه وتوتراته، كما أن الأسرة التي تطلب من الطالب الحصول على مستوى مرتفع من التحصيل يفوق قدراته وإمكاناته، قد يؤدي كل ذلك بالنهاية إلى الاكتئاب، وتفرغ هذه الانفعالات من خلال ممارسة سلوك التنمر. (المرجع نفسه، ص 44).

## 7-3 الأسباب الأسرية:

يعتبر العنف الأسري من أهم أسباب التنمر، فالطفل الذي ينشأ في جو أسري يطبعه العنف سواء بين الزوجين أو إتجاه الأبناء، لا بد أن يتأثر ما شاهده أو ما مورس عليه. وهذا فإن الطفل الذي يتعرض للعنف في الأسرة، ميل إلى ممارسة العنف والتنمر على التلاميذ لأضعف في المدرسة. أظهرت الدراسات أن للتنشئة الأسرية دوراً في إرتفاع نسبة العنف والتنمر بين الأقران في المدارس، وهذه الأسباب تكمن في طريقة تربية الأهل لأطفالهم، مثل التذبذب في إتخاذ القرارات،

وعدم الإتفاق على أسلوب معين في الثواب والعقاب بين الوالدين، مما يؤدي إلى الإختلاف على القوانين في المنزل، مما ينتج عنه أطفال متممرين مع أقرانهم في المدارس .

كما أن التساهل في التربية وعدم عقاب الأطفال على أخطائهم يؤدي إلى سلوكيات عنيفة من قبل الأطفال في المدارس (الشهري، 2009، ص31).

و حسب نتائج دراسة القحطاني أن العوامل الأسرة ساهمت بدرجة بيّرة في إنتشار ظاهرة التمر المدرسي ومن بينها، أسلوب التربية الخاطئة للأبناء، وعدم الإحساس بالأمان والاستقرار العاطفي في الأسرة، والنزاع المستمر بين الوالدين، وافتقار الابن للقوة الحسنة والنموذج الجيد في الأسرة (القحطاني، 2012، ص223) .

#### 4-7 الأسباب المدرسية :

وتشمل السياسة التربوية، وثقافة المدرسة ، والمحيط المادي، والرفاق في المدرسة، ودور المعلم وعلاقته بالطالب والعقاب، وغياب اللجان المختصة، فالعنف الذي يمارسه المعلم على الطلبة مهما كان نوعه، لن يقف عند حدود إذعان الطالب له سمعا وطاعة، فلا بد أن يدرك أن الإذعان الظاهري مؤقت يحمل بين طياته كراهية، وينتشر ليكون رأيا عاما مضادا له بين طلبة الصف والمدرسة، ومن المحتمل أن يصل إلى درجة التمر المضاد، سواء المباشر أو غير المباشر، وقد تكون الممارسات الاستفزازية الخاطئة من بعض المعلمين، وضعف التحصيل الدراسي للطالب، والتأثير السلبي لجماعة الرفاق، والمزاج والاستهتار من قبل الطلبة، والخصائص الشخصية والنفسية غير السوية، وضعف العلاقة بين المدرسة والأهل، والظروف والعوامل الأسرية والمعيشية للطالب، وضعف شخصية المعلم، أو أسلوبه الدكتاتوري والتمييز بين الطلبة، وعدم إلمام المعلم بالمادة الدراسية، كل هذه عوامل قد تساعد على تقوية وإظهار سلوك التمر من قبل بعض الطلبة. (الدسوقي، 2016، ص24-25).

## 8- الحلول المقترحة للحد من ظاهرة التنمر المدرسي :

### 1- دور الأسرة في مواجهة التنمر المدرسي :

إن الأسرة هي المسؤولة عن تكوين نمط الشخصية، وهي الإطار العام الذي يغطي جميع الأدوار الاجتماعية المختلفة ، كما أن الأساس الذي يحيط باستجابات الفرد المختلفة تجاه الأشخاص المحيطين به، وهي المسؤولة عن تكوين أخلاقيات الفرد بوجه عام، من أجل أن يكون التدخل الأسري فعال في مواجهة هذه السلوكيات، وجب التربوي عدم العجلة في الحكم على سلوك الطفل ووصفه بالتنمر، قبل أن تتضح الرؤية وتتم دراسته من جميع الجوانب، واستشارة جميع المدخلين في حياة الطفل من أجل معرفة الصعوبات التي يكن أن يواجهها الطفل، كإنخفاض تحصيله الدراسي الذي يمكن أن يكون وراء سلوكه العدوانية، وفي حالة ثبوت تنمر الطفل يجب مناقشته بهدوء وتعقل واستفساره حول الأسباب التي جعلته يسلك هذا المنحى تجاه أقرانه، وتوضيح مدى خطورة هذا السلوك وأثاره المدمرة على الضحية، فيجب على الوالدين إبلاغ الإدارة والشروع في تعليم الطفل مهارات تأكيد الذات ومساعدته على تقدير ذاته، من خلال تقدير مساهماته وإنجازاته، ويف حال كان منعزلاً اجتماعياً بالمدرسة فيجب إشراكه بنشاطات إجتماعية تسمح له بالإدماج مع الآخرين وبناء ثقته بنفسه. (ساحبي سليمة، 2019، ص 90-91) .

ويكمن دور الأسرة يف مواجهة ظاهرة التنمر المدرسي والحد منها من خلال المقترحات التالية:(عبد

العزیز سعید، 2004، ص 285)

- رعاية نمو الأطفال ومراعاة أساليبهم التربوية والإرشادية في التنشئة الاجتماعية .
- توفير المناخ الأسري المناسب للإسهام في من شخصية المراهق من جميع نواحيها، وذلك لإشباع حاجاتهم الأساسية مع تحقيق العلاقات الأسرية السوية.
- إستمرار الإتصال بالمدرسة للتعرف على أوضاع أبنائهم وحاجاتهم ومشكلاتهم وكذا مستواهم التحصيلي .
- مشاركة أولياء الأمور بالدورات الخاصة بالمناهج الجديدة، ومشاركتهم في الدورات والندوات التي تقيمها المدرسة.
- تزويد المعلمين والمرشدين التربويين في المدرسة بالمعلومات الصحيحة والدقيقة عن واقع سلوك الأبناء يف البيت، ألن ذلك يساعد على إعداد البرامج التربوية والإرشادية الهادفة لتعديل السلوك وتنمية شخصياتهم.

## 2- دور الإدارة المدرسية في مواجهة التنمر المدرسي :

تعلم المدرسة دورا أساسيا لا يقل أهمية عن دور الأسرة، في مجابهة والتصدي للسلوك التنمري، إذ تمثل العقل المدبر لتوجيه الأنشطة والعمليات الإدارية، من تخطيط وتنظيم وتوجيه ورقابة داخل المدرسة، والتي تمكنها من تحقيق أهدافها بأقل جهد وأقصر وقت ممكن، من خلال وضع البرامج والخطط المناسبة واللازمة لمحاربة ظاهرة التنمر، واحد من مظاهرها داخل البيئة المدرسية، وهذا بهدف إعداد جيل متعلم وواع يساهم في بناء وتطور المجتمع، ويواكب التقدم العلمي والتكنولوجي السريع الذي تشهده المجتمعات المتقدمة، ويتمثل هذا الدور في التقليل من إنتشار ظاهرة التنمر في البيئة المدرسية من خلال: (عطاري والموسى،2015،ص 11) .

- إجراء مسح شامل على التلاميذ في المدرسة لمعرفة مدى حجم مشكلة التنمر في المدرسة.
- تشجيع الآباء على المشاركة والإسهام بدور فعال في العملية التعليمية والمساندة يف الأنشطة والمشروعات المدرسية واستقبال الآباء الذين يبلغون عن التنمر والإصغاء لهم واتخاذ الإجراءات الملائمة لدراسة هذه البلاغات وحلها على مستوى المدرسة .
- عقد مؤتمرات وندوات وإجتماعات أو نشرات دورية خاصة يف المدرسة لدراسة ومناقشة مشكلة التنمر والآثار المترتبة على الضحايا من جراء سلوكيات التنمر، وإجراء أبحاث ودراسات عن أسباب حدوث السلوك التنمري وطرق مواجهتها.
- تدعيم التواصل والتفاعل المباشر بني الآباء والمدرسة للتأكد من أن التلاميذ يعيشون في بيئة مدرسية آمنة.
- إجراء حوارات ومناقشات جادة مع التلاميذ المتمررين وضحايا التنمر على حدا ألن مواجهة التلميذ المتمر أمام أقرانه قد يؤدي إلى زيادة التنمر.

## 3- دور المرشد التربوي في الحد من التنمر:

يعد المرشد التربوي في المدرسة ركيزة أساسية يف التعامل مع التلاميذ، وتقديم الخدمات الإرشادية لهم و مساعدتهم في حل المشكلات التي تعترضهم، كما أن تواصله مع أولياء الأمور من خلال عقد الإجتماعات الدورية و الزيارات الميدانية تعتبر وسيلة يمكن إستغلالها في الحد من السلوك التنمري، ومن الأساليب التي يمكن للمرشد التربوي إتخاذها للحد من السلوك التنمري ما يلي : (الزبون،الزغول،2016،ص20) .

- إعداد برامج تربوية التدريب التلاميذ على المهارات السلوكية الإيجابية كتقدير الذات ومهارات الإتصال الفعالة التي تتحكم في إدارة الغضب عند التلاميذ و الحوار البناء .
- تعزيز البناء الديني و القيمي عند التلاميذ و غرس روح التسامح والمحبة واحترام مشاعر الآخرين والتعايش معهم.
- فعل الأنشطة المدرسية غري المنهجية من مسابقات رياضية وثقافية وفنية ورحلات للحد من السلوك التتمري .
- استخدام المسرح المدرسي لتوضيح الآثار الناجمة عن ممارسة التتمر وما يعانیه الطالب الضحية أمام الطلبة والمعلمين وأولياء الأمور وتضمنه حوارات تهدف إلى الحد من السلوك التتمري عند التلاميذ .
- تعميق التعاون والتواصل بني المدرسة والمجتمع المحلي هيئته ومؤسساته وأفراده لتقدمي الدعم والمساعدة لتقدمي ما يلزم للحد من السلوك التتمري عند التلاميذ.

**الخلاصة:**

نستخلص مما سبق عرضه في هذا الفصل عن التنمر المدرسي أنه سلوك عدواني، يقوم به تلميذ أو مجموعة من التلاميذ، وهو سلوك يسبقه قصد ونية مضمرة يف إيذاء وإيذاء الآخرين ويكون بصفة مستمرة ومتكررة لفترة من الزمن، على إختلاف أشكال السلوك التنمري من نفسي إلى لفظي أو جسدي أو اجتماعي، وهذا التعدد أعطى مساحة إضافية للتنمر، وهذا اختلفت الرؤى والتعريفات وأسباب هذا السلوك، ما يخلقه من أضرار سلبية على المتمتم نفسه وعلى صحيته وعلى البيئة المدرسية ككل كالهروب من المدرسة وعدم الشعور بالأمن وتقدير الذات والخوف، كل هذا يفرض اتخاذ التدابير والإجراءات اللازمة لضبطه أو التخفيف منها .



**الجانب الميداني**

# الفصل الرابع: منهجية الدراسة

تمهيد

(1) المنهج المتبع في البحث

(2) الدراسة الإستطلاعية

(3) الهدف من الدراسة الإستطلاعية

(4) الدراسة الأساسية:

1.4 وصف حالات الدراسة

2.4 حدود الدراسة

3.4 أدوات الدراسة

4.4 الخصائص السيكومترية للمقياس

الخلاصة

## تمهيد :

لكل بحث علمي جانبيين، جانب نظري يعتبره الباحث قاعدة وجانب آخر تطبيقي يسمح بتجسيد أفكاره النظرية في الواقع، فهذا الأخير يمنح البحث العلمي نتائج أكثر دقة ومصداقية .

بعد طرح إشكالية بحثنا وتحديد الأسئلة مع ضبط المفاهيم الأساسية المتعلقة بموضوع الدراسة في الجانب النظري، وبعد تناول مختلف الجوانب المتعلقة بمتغيرات البحث والتمثلة في تقدير الذات، المراهقة، والتتمر المدرسي وهذا في الفصل على حدا، إنتقلنا إلى الجانب التطبيقي من أجل التحقق ميدانيا من المعطيات النظرية المذكورة.

حيث إتباعنا خطوات منهجية ومتسلسلة ابتداء من المنهج المتبع في البحث، مكان إجرائه، عينة البحث وخصائصها، الدراسة الاستطلاعية وأدوات البحث المتمثلة في المقابلة العيادية، الملاحظة و مقياس تقدير الذات لكوبر سميث والخصائص السيكومترية للمقياس هذا سوف نعرضه في الفصل الأول من الجانب التطبيقي أما الفصل الثاني يتمثل في عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لبلوغ الهدف الرئيسي للدراسة .

## 1- منهج الدراسة:

لكل دراسة علمية طريقة معينة لمبحث، حيث يختلف المنهج باختلاف الدراسة التي يتناولها البحث، لذلك وجب إختيار الدقيق للمنهج المطبق في دراسة حتى تكتسي الموضوعية والمصداقية العلمية، و لقد إعتدنا في هذه الدراسة على المنهج العيادي ( الإكلينيكي ) .

حيث يعد المنهج العيادي الإكلينيكي من أفضل المناهج العلمية وأدقها في دراسة الحالات الفردي التي تمثل الظاهرة المراد دراستها، حيث يقوم الباحث هنا باستخدام أداة البحث في المجال النفسي المختلفة والتي تمكن من دراسة الحالات دراسة شاملة ومعقدة حتى نتحصل على فهم جيد للعوامل العميقة المؤدية لنشوء الظاهرة (المجلي، 2011، ص69)، كما عرفه أيضا على أنه : "دراسة معمقة لحالات فردية". (حسن عبد المعطي، 2000) .

فالمنهج العيادي حسب (Lagache) هو تناول كل سيرة من منظورها الخاص ، وكذلك التعرف على المواقف ،وتصرفات الفرد تجاه وضعيات معينة محاولا بذلك إعطاء معنى للتعرف على بنيتها وتكوينها، كما يكشف عن الصراعات التي تحركها محاولات الفرد لحلها .(محمد، 2000، ص235).

## 2- الدراسة الإستطلاعية :

الدراسة الإستطلاعية خطوة هامة في البحث العلمي، فهي تساعد الباحث على إكتشاف طريقة البحث و التأكد من صحة توافق المنهج المختار للدراسة مع متغيراتها، ولذلك قبل الشروع في تطبيق اختبار تقدير الذات لكوبر سميث، بداية أخذت وثيقة من الإدارة قسم علم النفس العيادي بجامعة محمد خيضر، ثم قمت بزيارة الإستطلاعية لمكان البحث(18-03-2020)، وذلك للتأكد من وجود الحالات، و جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع البحث، حيث ميدان البحث كان في العيادة النفسية سمية بديرينة ،المتواجدة بالحي الغربي ، ولاية أولاد جلال ، التي تم فتحها في(16-03-2016) وبداية العمل بعد شهر من بداية فتحها تحتوي على( مكتب المديرية وهي نفسها الأخصائية النفسانية التي إستقبلتنا وقاعتين للعمل)، حيث أبدت إهتمامها ومساعدتها لنا والبحث العلمي بصفة عامة، وأثناء هذه المقابلة تم الإستفسار عن مدى توفر الحالات البحث ضمن التلاميذ المراهقين ضحية التمر المدرسي ، وهو ما أكدته لنا المديرية بعد ذلك، حيث صرحت لنا بتوفر حالتين .

ومن الصعوبات التي واجهتنا هي فترة الحجر والوضع المتأزم الذي شهدته الولاية ، قصد مقابلة العينة، و ذلك بتاريخ وخروج الأخصائية النفسية في عطلة ،حيث إعتذرت لنا عن السماح لنا قبل تاريخ (02-09-2020) .

بعد إنتهاء فترة العطلة للأخصائية النفسانية ورفع الحجر على معظم الولايات توجهت إلى العيادة النفسية بديرينة سمية ، وقبل الشروع في البحث قمت بالاستعلام على ما إذا كانت حالات البحث متوفرة في الميدان والتمثلة في المراهقين ضحية التمر المدرسي، وكان ذلك ابتداء من شهر مارس 2020 في العيادة النفسية فوجدت الحالات التي أحتاجها فكانت هناك حالتين فقط، تحت توجيهات من المختصة النفسانية بأولاد جلال. فكانت الدراسة الاستطلاعية، بحيث إتصلت بهم الأخصائية النفسانية وطبقت عليهم المقابلة العيادية نصف الموجهة ومقياس تقدير الذات ، بعد إنقطاع تم إجراء المقابلات فردية مع كل مفحوص على حدا، جرت المقابلة الأولى بتاريخ (05-09-2020) والثانية بتاريخ (10-09-2020) والثالثة بتاريخ (12/09/2020) صباحا في مكتب الأخصائية النفسية تحت ظروف إحترازية وقائية حيث جرت هذه المقابلات في ظروف لا بأس بها، حاولنا من خلال هذه المقابلات التقرب من الحالات، وذلك بالحديث عن اهتماماتهم بصفة عامة والإستماع إلى رغباتهم وميولاتهم وعن ما يحبونه وما يكرهونه في مدرستهم وداخل أسرهم .

فكانت المقابلة عبارة عن تحضير أسئلة من قبل إحتوة على محاور (محور البيانات الشخصية ،محور تقدير الذات ،محور والتمر المدرسي : محور الآفاق المستقبلية، ) ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث و الذي طبقته في البحث ،بحيث عرضته على الحالات لمعرفة ما إذا كانت العبارات واضحة بالنسبة لها، ولها القدرة على الإجابة عن مختلف بنود لمقياس كوبر سميث لتقدير الذات ،وإن لم تستطع الإجابة عليها أحاول ترجمتها بالأسلوب الذي يمكن أن تفهمه ،فوجدت الحالات صعوبة في فهم العبارات مما إضطررت إلى شرحها وترجمتها مثل أسئلة المقابلة لكي يفهمها مثلا العبارة " لا تضايقني الأشياء عادة" في مقياس تقدير الذات، والعبارتين "تختلط الأشياء كلها في حياتي" وعبارة "أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء" ، وإذا كانت الأسئلة ملائمة أو غير مفهومة بالنسبة للحالات أقوم بتعديلها وذلك بزيادة أو نقصان بعض الأسئلة .

وكل هذه الصعوبات والغموض التي وجدتها الحالات في فهم أسئلة المقاييس سوف أخذها

بعين الاعتبار وتعديلها أثناء إجراء الجانب التطبيقي على عينة الدراسة النهائية.

### 3-الهدف من الدراسة الإستطلاعية:

- التأكد من توفر مجموعة البحث ضمن تلاميذ المدرسة.
- جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول مجموعة الدراسة.

### 4- الدراسة الأساسية:

#### 1-4 وصف حالات الدراسة :

ونقصد بها الأفراد الذين يجرى عليهم البحث، حيث تتكون من مراهقين ضحايا التتمر المدرسي، تتراوح أعمارهم ما بين ( 15-16-20 ) سنة حيث تمت هذه الدراسة مع حالتين وقمنا باختيار هذه الحالة بطريقة قصدية وذلك في العيادة النفسية بأولاد جلال .

#### 4-1-1 معايير إنتقاء حالات البحث:

يتكون البحث من ثلاث حالات تم اختيارها وفق الشروط التالية:

- أن يكونوا تعرضوا للتتمر .
- السن: أن يكونوا من المراهقين تتراوح بحيت أعمارهم ما بين 15-16-20 سنة.
- المستوى التعليمي:متمدرسين

#### 4-1-2 خصائص حالات البحث :

إنطلاقا من معياري السن والمستوى تم جمع حالتين من المراهقين ضحايا التتمر المدرسي الذين تتراوح أعمارهم ما بين 15-16-20 سنة، والجدول الموالي يوضح حالات الدراسة حسب السن والمستوى .

#### جدول رقم (01) يبين وصف الحالات البحث:

الحالة	السن	المستوى
الحالة الأولى	15 سنة	أولى ثانوي
الحالة الثانية	16 سنة	أولى ثانوي
الحالة الثالثة	20 سنة	ثالثة ثانوي

4-2 حدود الدراسة :

4-2-1 الحدود الزمانية :

أجريت هذه الدراسة بداية من أواخر شهر 18 مارس 2020  
أما الدراسة الفعلية من 30 أوت 2020 حتى تاريخ 12 سبتمبر 2020

4-2-2 الحدود المكانية: الحالتين الأولى (ع) والثانية (ل) والحالة الثالثة (ر) في مكتب الأخصائية

النفسانية - بأولاد جلال - .

4-2-3 الحدود البشرية : شملت الدراسة على ثلاث تلاميذ من المراهقين من تلاميذ في الطور

الثانوي ضحية التتمر المدرسي.

4-2-3 الحدود الموضوعية :

تحدد الدراسة بالمتغيرات المدروسة والمقاسة بالمقاييس النفسية المستخدمة في هذه الدراسة ويتمثل  
موضوع الدراسة في البحث مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التتمر المدرسي .

4-3 أدوات الدراسة :

لدراسة مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التتمر المدرسي إعتدنا على الأدوات التالية :

4-3-1 المقابلة العيادية نصف موجهة :

هي عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي بين شخصين أو أكثر، فهي أداة مهمة لجمع  
المعلومات من خلال المصادر البشرية، حيث تتكون في أبسط صورها بمجموعة من الأسئلة التي يقوم  
الباحث بإعدادها وطرحها على الشخص موضوع البحث ليقوم الباحث بعد ذلك بتسجيل البيانات. (سامي  
محمد محمد، 2002) .

و يعرف (لويس كامل، 1980) المقابلة الإكلينيكية بصورة عامة على أنها تتضمن عمليتي

التشخيص و العلاج ،مؤكددا على صعوبة الفصل بين التشخيص و التنبؤ و العلاج في المقابلات

الإكلينيكية . و أشار لويس كامل في موضع سابق عن تعريف المقابلة الإكلينيكية الى أن عملية

التشخيص في الطب النفسي و علم النفس تتطلب عمليات خاصة بتقويم السمات المختلفة لشخصية

المريض مما يساعد على فهم مشكلاته بناء على تجميع تلك المعلومات المتاحة و اللازمة عنه و تحليلها و دراستها . و أشار الى أن عملية التنبؤ عبارة عن رسم و مباشرة خطة العلاج النفسي للمريض و متابعتها و تقييمها . (ماهر محمود عمر، ص 283) .

ويعرفها **Chiland** على أنها مقابلة يطرح فيها الفاحص أسئلة متعددة ومرتبة مسبقا، حيث يبقى المفحوص حرا كما يشاء لكنه داخل إطار سؤال مطروح. (جويده بني جابر، 2004) .  
ولقد إعتدنا في بحثنا على استخدام هذا النوع من المقابلة كونها التقنية الأكثر ملائمة لموضوع بحثنا حيث نجد في هذه المقابلة ما يسمى بدليل المقابلة نصف الموجهة الذي يحتوي على محاور ولقد تم بناء دليل المقابلة نصف الموجهة لبحثنا هذا أربعة محاور التالي:

- **المحور الأول** خاص بالمعلومات الشخصية والذي نهدف من خلاله الحصول على معلومات حول الفرد.
- **المحور الثاني** خاص بتقدير الذات لدى المراهق في البيئة المدرسية ونهدف من خلاله الكشف عن تقييم الفرد لذاته داخل الصف.
- **المحور الثالث** خاص التتمر المدرسي والعيادة الذي نهدف من خلاله معرفة نوع التتمر وسبب وكيفية تقييمه لذاته .
- **المحور الرابع** خاص بالآفاق المستقبلية الذي نهدف من خلاله إلى التعرف عن طموح الحالة ونظرتها الخاصة لمستقبلها وماذا تريد أن تكون .

#### 4-3-2 الملاحظة:

هي عملية مراقبة السلوك الظاهر والمشكلات والأحداث ومكوناتها المادية والبيئية ومتابعة سيرها وإتجاهاتها علاقتها بأسلوب علمي منظم ومخطط وهادف، بقصد التفسير وتحديد العلاقة بين المتغيرات و التنبؤ بالسلوك الظاهر وترجمته لخدمة أغراض الإنسان وتلبية إحتياجاته. (نائيل حافظ العواملة، 1995، ص 130) .

و يعرفها البعض بأنها وسيلة يستخدمها الإنسان العادي في اكتساب خبراته و معلوماته على أن يتبع الباحث في ذلك منهجا معينا يجعل الباحث من ملاحظاته أساسا لمعرفة أو فهم دقيق لظاهرة معينة. (نوقان عبيدات، 1989، ص 149).



وتعتبر الملاحظة أداة مكملة للمقابلة حيث يستطيع الأخصائي النفس ي من خلالها ملاحظة طريقة كلام المفحوص، نبرات صوته، بإضافة إلى اللغة غير المنطوقة من إيماءات الوجه، الحركات، طريقة اللباس...إلخ

4-3-3 مقياس تقدير الذات لكوبر سميث :

• تعريف المقياس:

صمم هذا المقياس في الأصل من طرف الباحث الأمريكي كوبر سميث **Smith Cooper** " سنة 1967 ) لقياس الاتجاه التقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية الأكاديمية ،العائلية، والشخصية ويحتوي هذا المقياس على صور مختلفة، صور خاصة بالصغار والتلاميذ في المدرسة وصور خاصة بالكبار ، حيث قام فاروق عبد الفتاح بترجمة وتكييف هذه الصورة وطبقها في البيئة العربية عام 1981 والتي إعتدتها في الدراسة الحالية .

يمكن تطبيق مقياس تقدير الذات فرديا أو جماعيا ومدة التطبيق لا تتجاوز 10 دقائق، ويحتوي المقياس على تعليمة يوضح فيها الباحث كيفية الإجابة على عباراته ويجب أيضا على الباحث أن يتحاشى استخدام كلمة تقدير الذات ومفهوم الذات في التعليمة حتى يتجنب التحيز في الإجابة . يتكون المقياس من عبارات سلبية عددها ( 17 ) وتحمل الأرقام التالية ( 2- 3- 6- 7- 10- 11- 12- 13- 15- 16- 17- 18- 21- 22- 24- 25 ) وعبارات موجبة عددها ( 08 ) تحمل أرقام التالية ( 1- 4- 5- 8- 9- 14- 19- 20 ) .

ومن المستوجب بعد قراءة العبارة أن يضع علامة (x) في إحدى المربعين المقابلين للعبارة الأولى (تتطبق) والثانية (لا تتطبق) تلك العبارة على المفحوص. (ليلى عبد الحميد، 1985) .

• تعليمة كوبر سميث باللغة العربية :

فيما يلي مجموعة من العبارات تتعلق بمشاعرك، إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به عادة فضع علامة (x) داخل المربع في خانة (تتطبق)، أما إذا كانت العبارة لا تصف ما تشعر به عادة فضع علامة (x) داخل المربع في خانة (لا تتطبق).

• طريقة تصحيح المقياس :

يحتوي مقياس كوبر سميث على (08) عبارات موجبة إذا أجاب عليها المفحوص ب (تنطبق) يتحصل على درجة في كل منها، أما إذا أجاب ب(لا تنطبق) فلا يتحصل على أية درجة. كما يتضمن الاختبار على (17) عبارة سالبة إذا أجاب ب(لا تنطبق) فإنه يتحصل على درجة كل منها، وإذا أجاب ب (تنطبق) لا يتحصل على أية درجة .

بعدها يتم جمع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في جميع العبارات جمعا عاديا، ثم الدرجة الكلية ضرب (04) للحصول على الدرجة النهائية للمقياس علما أن الدرجة المرتفعة في المقياس تعتبر مؤشرا للتقدير العالي للذات، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى التقدير المنخفض للذات.

جدول يوضح مستويات تقدير الذات:

الفئات	مستويات تقدير الذات
40 - 20	منخفض
60 - 40	متوسط
80 - 60	مرتفع

ويحتوي كوبر سميث لتقدير الذات على أربعة مقاييس فرعية تشمل: الذات العامة، الذات الاجتماعية، ذات المنزل والوالدين، وذات العمل والمدرسة .

جدول يوضح المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث :

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
12	25-24-19-18-15-13-12-10-7-4-3-1	الذات العاملة
04	21-14-8-5	الذات الإجتماعية
06	22-20-16-11-9-6	الذات المنزل والوالدين
03	23-17-2	العمل أو المدرسة

(سامية شويعل،1994)

#### 4-4 الخصائص السيكومترية للمقياس :

لقد تمّ التأكد من ثبات وصدق مقياس تقدير الذات من طرف العديد من الباحثين الذين استعملوها وذلك في البيئتين الأجنبية والعربية.

#### 4-4-1 ثبات مقياس تقدير الذات :

لقد تم حساب معامل الثبات في البيئة العربية بتطبيق معادلة "كوبر ريتشارد سن" رقم (21 K.R. ) على عينة عددها ( 526 ) فردا (370) منها ذكور، (156) إناث، فوجد معامل الثبات عند الذكور يساوي ( 0.74 ) وعند الإناث (0.70) وبالنسبة للعينة الكلية بلغ معامل الثبات (0.79) كما حسب بطريقة التجزئة النصفية بعد حذف العبارة رقم (13) وحساب الارتباط بين درجات أفراد العينة في النصف الأول والثاني، فبلغ معامل الثبات بالتجزئة النصفية بالنسبة للذكور (0.84) وبالنسبة للإناث (0.88) أما بخصوص العينة الكلية فبلغ (0.94) . ( ليلي عبد الحميد 1985 ) .

#### 4-4-2 ثبات مقياس تقدر الذات :

حسب الصدق الذاتي للمقياس في البيئة الأجنبية وجد أن 90% من عبارات المقياس لها معاملات إرتباطية دلالة إحصائية، في حين أن 10% لم تكن لمعاملاتها دلالة إحصائية، ويتبين من هذا التحليل أن عبارات المقياس تقيس جيّدا تقدير الذات. (Smith Cooper، 1984) .

وتم التأكد من صدق مقياس تقدير الذات في البيئة العربية عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات المقياس على عينة عددها (152) طالبا وطالبة، فبلغ صدق المقياس (0.86) عند الذكور و (0.94) عند الإناث وبالنسبة للعينة الكلية فقد بلغ عددها (0.88) . (فاروق عبد الفتاح موسى، 1981) .

وقد تم تقنيه في البيئة الجزائرية من قبل الباحث (بشير معمرة) بتقنين المقياس على عينة مكونة من 419 فردا، منهم 198 ذكرا و 221 أنثى. تراوحت أعمار عينة الذكور بين 17 - 46 سنة بمتوسط حسابي قدره 28,41 إنحراف معياري قدره 4,26. و تراوحت أعمار الإناث بين 16 - 46 بمتوسط حسابي قدره 27,21 و انحراف معياري قدره 4,21 و تم سحب العينتين (الذكور و الإناث) من تلاميذ و تلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة، و من طلاب و طالبات كليات جامعة الحاج لخضر-باتنة، و شملت الطلبة و الموظفين و الأساتذة، و من مراكز التكوين المهني و التكوين شبه الطبي بمدينة باتنة.

وتم الاستعانة بمقياس تقدير الذات لكوبر سميث المعرب و المقنن من طرف الدكتور بشير معمرية (أستاذ بجامعة "محمد خيضر" بباتنة). المرفق في الملحق رقم (8) و نظرا لأن هذا المقياس إستخدم في العديد من الدراسات في الجزائر، أصبح يتمتع بمستوى جد من المصداقية، لهذا إرتئينا الإستعانة به في دراستنا .

## الخلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية، حيث تم عرض المنهج المتبع في الدراسة ، و تطرقنا إلى عينة البحث ،خصائصها و شروط انتقائها و مكان إجراء البحث ، طريقة قيامنا بجانب التطبيقي و ذلك من خلال عرضنا لخطوات الدراسة الاستطلاعية ،و أخيرا تطرقنا إلى الخصائص السيكومترية للمقياس وتقنيه على مستوى البيئة الجزائرية ،في هذا البحث و تليل و تبرير اختيارها بالإضافة إلى عرض كيفية وتنقيط و تصحيح مقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

وسنتطرق في الفصل الموالي إلى عرض وتحليل الحالات، ثم مناقشة النتائج التحصل عليها بعد القيام بالقابلة العيادية، وتطبيق اختبار تقدير الذات لكوبر سميث المصغر

# الفصل الخامس

## عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1-دراسة الحالات

دراسة الحالة الأولى:

1. تقديم الحالة
2. ملخص المقابلة
3. تحليل نتائج المقابلة والملاحظة
4. تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه
5. تحليل العام للحالة الأولى

دراسة الحالة الثانية :

1. تقديم الحالة
2. ملخص المقابلة
3. تحليل نتائج المقابلة والملاحظة
4. تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه
5. تحليل العام للحالة الثانية

دراسة الحالة الثالثة :

1. تقديم الحالة
2. ملخص المقابلة
3. تحليل نتائج المقابلة والملاحظة
4. تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه
5. تحليل العام للحالة الثالثة

2-مناقشة عامة للحالات في ضوء التساؤلات والدراسات السابقة

3- إستنتاج عام

### تمهيد:

قد هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التنمر المدرسي، كما ،ومن ثم فإنه سيتم في هذا الفصل عرض النتائج المتعلقة بالإجابة على التساؤلات المطروحة في دراستنا وكذا وذلك حسب المعطيات والنتائج المتحصل عليها :

### دراسة الحالة الأولى :

#### 1. تقديم الحالة الأولى:

الحالة (ع) فتاة مراهقة تبلغ من العمر 15 سنة تدرس بالصف الأول من التعليم الثانوي ، تعيش مع أسرتها المتكونة من أب يعمل وأم مأكثة في البيت وإخوتها (02 ذكور) وأختها الصغيرة بأولاد جلال ،تحتل المرتبة الوسطى ،تعيش في ظروف لا بأس بها ومستوى معيشي متوسط ،علاقتها بوالديها لئس بها على حد قولها فهي قريبة جدا من والدها ، تعرضت للتنمر المدرسي تعاني من قصور عضوي على مستوى القدم اليسر ما سبب لها عقدة نفسية ،بحيث أن والدها هو من أحضرها للعيادة النفسية .

#### 2. ملخص المقابلة:

كان أول إتصال بالحالة من طرف أخصائية نفسانية متواجدة على مستوى بلدية أولاد جلال، حيث تعرفت على الحالة حيث قمت بإجراء المقابلة مع الحالة من أجل جمع المعطيات اللازمة عنها، وكذا تطبيق الاختبار.

وتم إجراء المقابلة على مستوى مكتب الأخصائية النفسية ، من خلال ما تم تسجيله أثناء سير المقابلة مع الحالة و تم ملاحظته عليها كان الحالة هادئة وخجولة حيث قمت أولا بتقديم نفسي وطلبت منها ما إذا كان بإمكانني طرح بعض الأسئلة وأنت تجيبني عليها بصراحة فتقبلت ذلك دون أية مشكلة، وأول سؤال طرحته يتمثل في سبب إلتحاقها بالعيادة فأخبرتني بأن والدها هو من أحضرها للعيادة حيث بدا عليها التردد في بعض الأسئلة ،وهو ما ظهر في حركة تشابك يديها وإشاحة النظر عني مرة في وجهي مرة في الأرض .

واجهت الحالة (ع)الكثير من التنمر المدرسي والمشاكل النفسية التي أثرت على علاقتها في المدرسة وخارجها ،لا تملك أصدقاء سوى بنت خالتها التي ترافقها أحيانا بسبب القصور العضوي الذي أثر على شكلها، نفسييتها ونظرتها لذاتها ،وسبب لها القلق والخجل من نظرة الناس لها والعزلة سواء في البيت والمدرسة . تميل لوالدها أكثر لأنها ترى أمها غير مبالية وعلاقتها معها سلبية برغم ذلك لم يؤثر على طريقة نظرتها للحياة والمستقبل لديها إرادة في التغيير وتحسين للأفضل .

### 3- تحليل نتائج المقابلة والملاحظة :

من خلال المقابلة والمقابل العيادية نصف موجه والملاحظة التي تمت على مكتب الأخصائية النفسانية جاءت المحاور كالأتي محور البيانات الشخصية ،محور تقدير الذات لدى المراهق ، محور والتمتع المدرسة ، محور الآفاق المستقبلية حيث تبين أن الحالة (ع) تبين أن الحالة تعاني من تقدير ذات منخفض ،من خلال ما تم من المقابلة حيث كان أول سؤال من جاء بك للعيادة النفسية " باب هو لي جابني للعيادة" تبين من خلال كلامها أنها غير متقبلة العيادة النفسية وكأنها جاءت للعيادة كشخص غير مرغوب فيه في البيت ، ولا تشعر بأهميتها ولا تعطي لنفسها قيمة ،ثم سألتها منذ متى وأنتي تعالجين في العيادة بدت مترد في الإجابة في البداية ثم قالت " تقريبا عام وأنا نجي هنا " حتى أنها ترددت في قول أعالج هنا وكأنها تترك وضعها لكن تنكر ذلك لا شعوريا حيث يشر أرون بيك : " إلى أن الفرد الذي يتدرب على متابعة وإقضاء أثر أفكاره يستطيع أن يلاحظ وبشكل متكرر تفسيره للموقف الذي يسبق إستجابته الإنفعالية نحو هذا الموقف، ويشير إلى أن الأفكار التلقائية التي ينتج عنها التشويه المعرفي تظهر في صور وأنواع مختلفة من التحريفات المعرفية تعكس نظرة غير واقعية وسلبية عن الذات والعالم والمستقبل لدى الفرد" وهو ما يوضح أن حكمها الخاطئ المسبق على الأشياء كون عندها شعور سلبي وبذلك تقدير ذات منخفض . وحين سألتها هل راضية عن نفسك وهل يعجبك مظهرك فأظهرت الحالة عدم قبولها لذاتها ولا عن شكلها أي النفور التام في العديد من العبارات : "مانش راضية على روعي" وعن مظهرها جاء أيضا في عبارات و توضح في قولها "ما تعجبنيش روعي ،كي نشوف في المرايا نطفي الضوء ،راني سميئة " نخلي باب مفتوح بيان الخيال، ونحب نشوف جسمي من فوق برك " يفسر أن وظيفة النرجسية هي المحافظة على مناعة أنا ولكن في الحالة (ع) غابت هذه أي ما يفسر أن الحالة تطغوا عليها أحاديث ذاتية سلبية وتخيلات غير مناسبة عن نفسها ، حيث يشير في ذلك مايكنيوم عن تعليم الذات " أن الحوار لداخلي مهم في تغير التفكير والمشاعر السلبية الموجهة نحو الذات و الآخرين من خلال أن يعطي الفرد تعليمات لنفسه ويغير من سلوكه " .

حيث سألتها هل تتمنين أن تكوني في مكان شخص آخر فصرحت " كما بنت خالتي ،زينة كفيها ونجري ونلعب ونفتح بابا كما تجري هيا " يوضح أن الحالة غير راضية عن شكلها ما عكس على وضعها داخل المدرسة عامة والصف خاصة مع أقرانها في المدرسة وهو عند سؤالي لها كيف تقضي أوقاتك في المدرسة مصرحة "تروح نقرا عادي ،من ذاك نحب نشارك في القسم لكن نخاف كان نغلط يضحكوا عليا ،كي نطلع صبورة يقعدوا يعايروني ويتغامزوا بيناتهم نحشم وما نهزش يدي ، نحب نقعد وحدي " مرة تعكلت وطحت في الساحة ، حيث توقفت الحالة وبدأت بالبكاء ..ومن بعد واصلت الحديث في قولها "



قعدوا يضحكوا عليا و يعايروا فيا حشمت بزاف وخوفت حتى جاوا صحابتي هزوني ودخلوني للقسم " ما لاحظته أن هذه الحادثة أثرت بشكل كبير على نفسياتها وتقديرها لذاتها و هذا النوع من التتمر وهو التتمر اللفظي (شتم ،الإزتهزاء، تلفظ بكلام بذيء) بسبب قصورها العضوي على مستوى القدم اليسرى . حيث يشير Lilz،2005 " أن هذا النوع من التتمر يهدف إلى التأثير على تقدير الذات لدى الضحية حيث يمارس أمام مجموعة من الأقران " وهو ما يتطابق مع دراسة وأجرى سولبرج وأوليس (Olweus 2003) and Solberg and دراسة سعت إلى تقدير مدى انتشار ظاهرة التتمر يف مدارس إحدى الولايات بالنرويج ، بلغ حجم العينة (517 ) أطفال من الصف الخامس وحتى التاسع .وكانت أداة الدراسة مقياس التتمر الذي تكون من (36) فقرة أشارت النتائج إلى أن الطلبة المتتمرين أظهروا ميول عدوانية وسلوكيات غير إجتماعية في حين أظهر الضحايا مستوى عاليا من التقدير المتدين للذات، والتفكك الأسري وميول إكتئابية فكانت النتائج يزداد التتمر المباشر خلال السنوات في المرحلة الابتدائية، ويصل ذروته في المرحلة الوسطى، وينحدر خلال المدرسة الثانوية، ويتناقض التتمر الجسدي مع التقدم بالعمر، ويبقى التتمر اللفظي ثابتا".يفسر أن فترة المراهقة للحالة (ع) متأزمة خاصتا وأن فترة المراهقة هي فترة العواصف النفسية بحيث يحدث تقلبات نفسية وتغيرات جسمية يصعب على المراهق تكيف معها يصاحبها خوف ،خجل ،عدم الثقة الخجل . ينشأ معظم الشعور بعدم الثقة لدى المراهقين في فترة البلوغ من الأسباب الآتية: نقص المقاومة الجسمية و القابلية الشديدة للتعب، الضغوط الاجتماعية المستمرة التي تستلزم القيام بما هو مطلوب منه، النقد الموجه من الكبار فيما يخص طريقته في أدائه للعمل أو العدم قيامه به . (محمد الدسوقي ،2003،ص57).

هذا القصور الذي تعاني منه الحالة (ع) أدى بها إلى الشعور بعقدة دونية أو عقدة الشعور بالنقص منعها من المشاركة والتفاعل الصفي و إستخدام آليات دفاعية متمثل في السلوك الإنسحابي المتمثل في (الهروب) في قولها "كنحل صحيح ينحولي كراسي نخليهم ينقلوا منا" حيث قمت بسؤالها ردة فعلك عندما تتعرضين للتتمر حيث أجابت:"تسحب ،نخليهم " وأنتي في داخلك ما هو شعورك صرحت " تغضني روحي ، نحب نعيط عليهم ، نخاف ونجبد روحي منهم " هذا التناقض الوجداني يدل على عدم التماسك الداخلي وعلى مستوى الذات منخفض .

يبقى السلوك الإنسحابي سلوك سوي في حالة خطر لكن إذا وضع في متناول الخوف والخجل فإنه سلوك غير سوي وهو ما أظهرته الحالة (ع) في المدرسة والجلوس وحدها في القسم بدون أصدقاء وشعورها بوحدة نفسية ،ما لاحظته أيضا في المقابلة أن الحالة تفتقد الموضوع الأمومي والحنان و الأمن حيث صرحت " قريبة بزاف لبابا ، نحب نحكيلو كلش وهو لجابني هنا (العيادة النفسية) ،وأما تعيط بزاف ،بابا يسكت ويجبد دائما " وهذا يدل أن خبرات الطفولة الأولى للحالة مع الأم خبرات مشوهة

لإفتقادها للحب والعاطفة لأن العلاقة داخل النسق الأسري مقلوبة نتيجة تكوين صورة مثالية للانا و التي تفتقدها (ع)، لقوله أي أن الصراع داخل نسق والمختل حيث كل من الوالدين .

وفيما يخص آفاقها المستقبلية في قولها "تحوس نولي طبيبة باه نداوي روعي ونعاونهم" حيث أبدت إرادة في أن تحسن من نفسها لكن لكي يقدرها الناس وليس لذاتها وهو ما يوضح تدني تقديرها لذاتها.

من خلال تحليلنا لهذه المقابلة يمكننا القول أن المفحوص (ع) تعاني من نقص الثقة بالنفس والإحساس بالضعف والنقص وهذا يبين أنه لديه تقدير ذات منخفض.

#### 4. تحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميت ونتائجه :

بعد إجراء المقابلة مع الحالة قمنا بتطبيق مقياس كوبر سميت لتقدير الذات الذي دام حوالي 10 دقائق، وقد دلّت النتائج أن المفحوص (ع) لديها تقدير منخفض لذاته حيث تحصل على 28% من مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك :

المقياس الفرعية	تنقيط العبارات	المجموع
الذات العامة	1-0-0-0-0-0-0-0-1-0-0-0-1-0-0-0-1	3
الذات الإجتماعية	0-0-0-0	0
المنزل والوالدين	0-1-0-0-1-0	2
العمل والمدرسة	1-0-1	2
		7

درجة تقدير الذات =  $\frac{100 \times \text{مجموع البنود}}{100}$

مجموع البنود

$$28 = \frac{100 \times 7}{100}$$

25

نلاحظ من خلال الجدول نتائج الاختبار للحالة الأولى (ع) كانت جد منخفضة ،حيث تحصل الحالة على 07 نقاط من 25 حيث كانت النتيجة الكلية المحصل عليها تساوي 28 نقطة أي أن النتيجة كانت في مجال 20-40 أي أن الدرجة منخفضة بالنسبة لمستويات الرائز التي وضعها كوبر سميث.

تحصلت الحالة على ثلاث (03) نقاط للمقياس الفرعي للذات العامة من أصل إثنا عشرة عبارة (12) أي ما يعادل 25 % من المقياس الفرعي و هذا يعتبر عدد منخفض بالنسبة لعدد العبارات المكونة لهذا الأخير إلا أنها النتيجة العالية بالنسبة للمقياس عامة و التي تكون 42,28 % من النتيجة العامة للمقياس وهذا دليل على عدم رضا المفحوص لذاته، ويتضح ذلك في العبارة التالية: "لا أقدر نفسي حق تقديرها".

أما في ما يخص المقياس الفرعي الخاص بالذات الاجتماعية و الذي يتكون من أربعة (04) عبارات المتمثلة في العبارات التالية :على الترتيب 5، 8، 14، 21، فإن الحالة تحصلت على (0) من الأربعة أي منعدمة و التي تعد نسبة ضئيلة بالنسبة لهذا المقياس الفرعي كذلك. ويتضح ذلك في العبارة "معظم الناس محبوبين أكثر مني" معنى هذا أن الحالة تظهر علاقات اجتماعية سيئة خاصة مع الأشخاص المهمين هذا مما جعل تقدير الذات الاجتماعي للحال منخفضة . وهذا ما يشير إليه ليمبير وزميله (Limber&Nalion1998) "أن ضحايا التنمر تميل إلى الهدوء وتوخي الحذر والحساسية الزائدة لأنه يشعر أنه أضعف من أقرانه".

كما تحصلت الحالة في المقياس الفرعي الخاص بالعلاقة بأفراد الأسرة على نقطتين بين مجموع ست (06) عبارات يعني ما يعادل 33,33 % من المقياس الفرعي أي ما يعادل 28,85 % من المجموع الكلي للمقياس أي أن النتيجة تعتبر جد منخفضة بالنسبة لعدد العبارات و أهمية هذا المقياس الفرعي و هذا يدل على علاقة الحالة بأفراد الأسرة إن لم تكن سيئة تكاد تنعدم.

إن المقياس الفرعي الخاص بالعلاقة بالعمل للحالة المتكون من ثلاث (03) عبارات على التوالي: 2، 17، 23، التي تحصلت فيها الحالة على نقطتين (02) من بين الثلاثة أي ما يعادل 66,66 % من المقياس الفرعي أي ما يمثل 28,57 % من المجموع العام المحصل عليه في المقياس التي تعتبر كذلك نسبة منخفضة و هذا ما يدل على أن الحالة يظهر تقدير أداء الذات في العمل ضعيف.

و مما تم استنتاجه من النتائج المحصل عليها من قبل المقاييس الفرعية الأربعة لمقياس تقدير الذات للحالة التي تكون النتيجة العامة المتحصل عليها و التي تساوي تسع (07) نقاط أي ما يعادل المجموع الكلي المتمثل في ثمانية وعشرون (28) الذي تنحصر في مجال 20 - 40 الذي يعد مستوى تقدير الذات منخفض بالنسبة للحالة .

### 5- تحليل العام للحالة الأولى :

من خلال ما تم سرده في التحليل الكيفي للمقابلة وما تحصلنا عليه من خلال المقابلة النصف موجهة و الملاحظة وكذلك تطبيق بالإختبار تقدير الذات لكوبر سميث، الذي تحصلت فيه الحالة **28%درجة**، حيث كان يبدو على الحالة الهدوء وبدت مهتمة بلباسها ،كانت تتردد كثيرا في إجاباتها وهذا ما لا حضنته طول المقابلة،فقد أظهرت الحالة ليست راضية عن مظهرها الخارجي نتيجة القصور العضوي الذي جعلها تعيش صراع نفسي بين إثبات ذاتها وشخصيتها الواقعية(أنا المثالية ضد أنا الواقع )، هذا الصراع أثر وبذلك (الأنا) هش خلف عندها عقدة نفسية وهي عقدة النقص .حيث يشر كارين هورني :**"صراع بين الأن المثالية وأنا الواقع "** أي ما تريد الوصول عليه لايطابق مع واقع وهو ما توضحه نتائج الإختبار في ما يخص نتائج المقياس الفرعي لتقدير الذات العامة التي كانت متدنية حيث تحصلت على 25% وهي نسبة منخفضة جدا. ما إنعكس سلبا على مراهقة الحالة (ع) وهي الفترة الحساسة التي يحدث فيها تغيرات فسيولوجية ونفسية كذلك أزمة الهوية ، الإستقلال العاطفي و الإعتماد على النفس،أثر هذا الأخير على فترة مراقبتها عامتا وفي البيئة المدرسية خاصتا حيث كثيرا ما تعرضت الحالة لتتمر اللفظي من قبل أقرانها في الصف وبالتالي تدني مستوى تقدير الذات وإفتقادها للأمن و العاطفة من قبل الأسرة. حيث يشير أوليس Owlwes **"إلى أن إنعدام الأمن فيما يتعلق بالضحايا التمر تعد عاملا أساسيا في إستمرار تعرض الضحية للتمر نتيجة الخوف والترهيب "** .فإستخدمت الحالة أليات دفاعية من بينها آلية الهروب المتمثلة في السلوك الإنسحاب الإجتماعي فكانت نتائج الإختبار المتحصل عليها في الذات الإجتماعية (0) في حيث يشير أدلر أن هذا من النوع المائل "يميل إلى إتباع الأوامر الآخرين أكثر، كما أنه مرتبط بهم بحيث لا يستطيع العيش من دون أن يسير حياته الآخرين " .

أما إذا إنتقلنا إلى تقدير الذات المنزل والوالدين للحالة (ع) يبين لنا أن علاقتها بوالديها علاقة طفل أب لأن الحالة قريبة جدا فهو من أحضرها للعيادة ،من والدها أم صورة الأم مفككة وهو سبب ونتيجة لسلوك الإنسحاب الإجتماعي للحالة حيث أنها تقمصت الصورة الوالدية الضعيفة بنسبة للصراع داخل النسق الأسري وهو ما يشير إليه بوين من خلال سوء الأداء الوظيفي داخل النسق الأسري "أن هذا هو حل لتخفيف التوتر لصالح النسق وهو الحل وسيط للإتزان العاطفي للنسق ما يؤدي إلى شعور الزوج الذي أستسلم للتعويض على حسابه وبالتالي الإنهاك " الصورة الضعيفة الهشة عكست على التنشئة للحالة حيث كان تقديرها لذاتها ضعيف وهي الدرجة التي تحصلت عليها في الإختبار 33,33% وهي نتيجة منخفضة . هذه العلاقة الأسرية الهشة والحرمان العاطفي أثر على الحالة النفسية لها وتدني تقديرها

لذاتها وعلاقتها بزملائها في المدرسة ، بحيث ليس لديها أصدقاء نما سبب لها العزلة والشعور بالوحدة النفسية والخجل 66,66 % وهي النتيجة التي تحصلت عليها في مقياس الفرعي للذات العمل أو المدرسة وهي نتيجة منخفضة .

وأما عن تطلعاتها في المستقبله ترغم في أن تصبح طبيبة حتى تعالج نفسها وعائلتها ومساعدتها ما يوضح من خلال ملاحظة والمقابلة أنها ترغب في تغيير شكلها لتتال إهتمام الذي تريده وليس لذاتها وأن تغير من تقديرها لذاته أي تغير نظرت الناس لها . قال دي سي بريجز: " سوف تتعامل مع الآخرين بنفس الكيفية التي تتعامل بها مع نفسك.

إن تدني كفاءة و قيمة الذات التي ظهرت على الحالة من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث و كذا نتائج المقابلة و الملاحظة و تصريحاته مع بعض الأعراض الظاهرة عن الحالة مثل الحساسية المفرطة للنقد السلبي، الإنطواء والقلق... هذا مما يدل على أن الحالة يعاني من تقدير الذات منخفض .

## دراسة الحالة الثانية :

### 1. تقديم الحالة الثانية:

الحالة (ل) فتاة مراهقة تبلغ من العمر 16 سنة ،عزباء ،مستواها الدراسي أوثانوي الدراسة ، تعيش مع أسرتها المتكونة أم مائكة والأب يعمل أستاذ، عدد الإخوة (02 ذكور) و(01 بنات ، بأولاد جلال تحتل المرتبة الأولى ،تعيش في ظروف لا بأس بها ومستوى معيشي متوسط ،علاقتها بوالدتها سيئة تعاني من مشاكل جسدية (تشوه على مستوى الأنف)، تعرضت لصدمة نفسية منذ الصغر ،جاءت للعيادة النفسية من قبل الوالدين .

### 2. ملخص المقابلة:

تمت المقابلة في مكتب الأخصائية النفسانية حيث تم الإتصال بالحالة (ل) من قبلها المتواجدة على مستوى بلدية أولاد جلال،حيث قمت بإجراء المقابلة مع الحالة ، وكذا تطبيق الاختبار .

تم إجراء المقابلة مع الحالة (ل) على مستوى مكتب الأخصائية النفسانية ، رفضت أيضا أثناء سير المقابلة مع الحالة و ما لاحظته عليها كان الحالة ، التوتر والارتباك ،حيث قمت أولا بتقديم نفسي وطلبت منها ما إذا كان بإمكانني طرح بعض الأسئلة وأنت تجيبني عليها بصراحة فرفضت في البداية التجاوب معي، ثم وافقت في حالة وجود الأخصائية النفسية وأول سؤال طرحته يتمثل في سبب إتحاقها بالعيادة فأخبرتني بأن أمها هي من أحضرتها للعيادة حيث بدا عليها التردد في بعض الأسئلة ،وهو ما

ظهر في حركة عينها كانت طول المقابلة في الأرض تتجنبني في طريقة جلوسا خاصة وجهها تضع يدها على أنفها لأن أنفها دائما كان يسبب لها إحراج وأثر على تقدير لنفسها .

واجهت الحالة (ع) إساءات (تتم اللفظي) في المدرسة وحرمان عاطفي بسبب شكل أنفها وقامتها الذي سبب لها عقدة نفسية من الطفولة أثرت على مراهقتها وسلوكها تجاه والديها في المنزل وفي المدرسة وخارجها ، لا تملك أصدقاء ، أثر ذلك على نفسياتها ونظرتها لذاتها ، مما أدى بها إلى محاولة الإنتحار عدة مرات ، فهي تخجل من نظرة الناس لها فأصبحت تزول المدرسة فقط لكي لا تعيد السنة . تنفر من والديها لدرجة تمارس سلوكيات تمردية وعصيان لكي يهتموا بها أدى على دخولها في إكتئاب . أثر جدا على نظرتها للحياة فهي تتمنى الموت .

### 3- تحليل نتائج المقابلة والملاحظة :

تمت مقابلة الحالة في العديد من المرات بعد ما كانت رافضة ، و بعد إقناعها بأن مغزى البحث إنما لغرض علمي أي من أجل بحث أكاديمي فقط ، و بعد إرتياحها لسرية و كذا الأمور الشخصية الخاصة تقبل مساعدتنا من أجل إتمام عملية البحث بإجراء المقابلة و تطبيق الاختبار بشرط أن يكون صريحة و واضحة ، و كانت إجاباته للأسئلة المطروحة مقتضبة وصريحة إلا القليل منها . من خلال المقابلة والمقابل العيادية نصف موجه والملاحظة التي تمت على مكتب الأخصائية النفسانية تبين أن الحالة (ل) تعاني من تقدير ذات منخفض ، إذن الحالة مراهقة تشعر أنها مختلف عن بقية الناس وخاصة أقرانها فهي تشعر أنها ليست مثل أي شخص طبيعي حيث لديها دائما شعور بالنقص وأنها غير سليمة من الناحية الشكلية وذلك في قولها : "أنا طفلة مختلفة نحس روعي ماشي طبيعية، عندي حاجة ناقصة مانيش كاملة في شكلي " ما يوضح أن الحالة (ل) تكره شكلها الخارجي بشكل كبير، لأن طول المقابلة وهي تضع الكمامة حتى لعينيها ورأسها في الأرض ولم ترفعهم نحوي حيث تشير مجريت ميد: " أن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه"، سألتها من أحصرك للعيادة فقالت : "ماما" وهل أنتي راضية بوجودك هنا فأجابة بقلق "عادي والديا حطوني هنا ، عارفين واش راهم يديروا ". كذلك ما زاد الأمر سوءا أنها تمارس سلوكيات عدوانية تجاه أخوها الأصغر منها: "خوي الصغير ديما يتهلو فيه هو لخطراه يدلعو فيه مي أنا ما يحبونيش كيفو" ما لاحظته أن هذه الغيرة من أخيها الصغيرة عكس على تعاملها مع والديها خاصتا الأب فصرحت "بابا يقلق وعصبي بزاف ، ما يتحملش خلاص تصرفاتي واش ندير ما يعجبوش " يتبن أن الحالة لا تلقى إهتمام من والديها كثير بإعتبارها فتاة واعية ناضجة ، ما أدى إلى العصيان أو التمرد على والديها من أجل لفت الإنتباه ، هذا الإحساس بالاختلاف جعلها غير قادرة على التأقلم إلى حد الوقت الحالي . بحيث يشير في ذلك عالم الإجتماع بريم : "إن التمرد النفسي لدى المراهق يعمل كقوة دافعية تنشئ عندما تقلل أو تقل الحريات الشخصية للفرد أو تتعرض للتهديد

أو الاستبعاد نتيجة لسلوك الإباء المتسلط مما يؤدي إلى زيادة دافعية الفرد إلى استعادة أو استرجاع أنماط السلوك المتعرض للتغير أو الاستبعاد". ما يوضح علاقتها السيئة بهم كذلك هي تستخدم آليات الدفاع التعويض والتكوين العكسي الذي هو وسيلة دفاعية يتخذ فيها اتجاه شعوريا معاكس لاتجاه أو دافعا لا شعوريا غير مقبول أو مثير للقلق، فالتكوين العكسي هو عملية لا شعورية تأخذ صورة إخفاء الفرد لمشاعره السلبية كما أنها شخصية إعتيادية، كذلك الحالة تعاني من الإحساس بالعجز والنقص وهذا راجع إلى شعورها بالاختلاف وأنها تعاني من تشوه يشعورها بالنقص.

هذا النفور من الذات و الشعور بالنقص لها في العديد من المواقف جاء في الإجابات منها قولها " حسيت روجي مانيش عبد " ماشي كما لبنات ". مع ملاحظة بعض العلامات بارزة لعدم تقبل الحالة (ل) لذاتها ما إنعكس على أفكارها ومستوى تقديرها لذاتها وعلى سلوكها الغير سوي نحو الآخرين وهما والديها وأخوها الأصغر . و إتضح أكثر في سؤالي هل كيف أنتي راضية على نفسك فقالت في عدت إجابات : " لا ،" نحوس نعدل شحال من حاجة في جسمي، لأن واحد ما يحبني " يلاحظ أن الحالة تعتبر نفسها غير محبوبة من طرف الجميع خاصة أفراد عائلتها فهي غير منقبلة لفكرة الاختلاف عن بقية إختوتها في المنزل من حيث لون البشرة وقامتها حيث تحسد (العائلة) على صحتهم وذلك حسب قولها : "تحسدهم على وجههم شكلهم ،وأنهم خير مني وأحسن مني، ونتمنى كان جيت نشبهلهم شوي برك " ما أكده أدلر : "عند ربطه الإحساس بالنقص بإصابة الشخص بعاهة ما حيث يقول: أن الشخص الذي يعاني من عاهة فإنه يزداد الشعور لديه بالنقص" . وعند سؤالي لها كيف تقضي وقتك في المدرسة وهل لديك أصدقاء فأجابت: "عادي، نروح نقرأ ونرجع مهم نطلع العام " ما عنديش أصلا نحب نقعد وحدي ما يحبونيش " وكأن الحالة تعيش وحدة نفسية قاسية وتشعر بأنها غير مرغوب بها في الصف أما فيما يخص هل يضايقونك في المدرسة فقالت : "إيه كلمة مانسهاش طول حياتي من صغر وهي في بالي نهار قالولي عندك نيف خنزير، بكت الحالة ..... ديما يعايروني بيه "....."ويتمسخوا عليا ويضحكوا على نيفي كفاه مداير" قاستني ياسر لدرجة كرهت خرجة والقرابة " إن الألم والشعور بالاختلاف دفعها إحدى المرات إلى محاولة الانتحار لتتخلص من معاناتها نهائيا بوضع حد لحياتها وذلك في قولها: "واحد المرة حاولت ننتحر"، " بكت الحالة " يوضح أن الحالة عانت من تنمر لفظي من قبل أقرانها أدى بها إلى الشعور بدونية والوحدة النفسية والعزلة الإجتماعية وعدم الشعور بأي قيمة لذاتها وبذلك تقدير ذات سلبي .حيث تأكدها عن تقدير الذات المنخفض فحسب " ROZENBURG" فهو غالبا ما يكون مرتبطا بوضعية خاصة منها الإحساس بالفشل ،الإكتئاب ،المشاعر المنحطة ، أعراض القلق ،الملل ، الخجل ،الحساسية المفرطة ،العزلة و قلة الثقة بالنفس .



ما نستنتجه أن مراهقتها كانت سيئة جدا نظرا للتمتر اللفظي عن شكلها التي صاحبته منذ خبراتها الطفولة لحد الآن و مما يزيد في صعوبة تقبله لذاته الجسمية و تأكيد شعوره بأن هناك خطأ ما, في طوله أو في وزنه أو في بشرته أو في شعره أو في درجة نضجه, أو في جوانب أخرى من العيوب الذاتية, التي تصبح محور اهتمامه, و تؤدي في كثير من الأحيان الى رفضه لذاته و هذا ما أكده راييس و دولجن **2005 Dolgin & Rice** أن تقديرنا لذواتنا يرتبط بالجاذبية الجسدية لدينا في مرحلة المراهقة " وهي المرحلة التي لم الحالة (ل) تعشها كما ينبغي فهي في مرحلة إكتئاب حادة منع نظرتها الإيجابية للمستقبل حيث صرحت أنها تفضل الموت في قولها : "تحوس نموت ونتهنى", "تموت ضك ونتهنى من معايير هذي " .

#### 4. تحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه :

بعد إجراء المقابلة مع الحالة قمنا بتطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات الذي دام حوالي 10 دقائق، وقد دلّت النتائج أن المفحوص (ل) لديها تقدير منخفض لذاته حيث تحصل على 20% من مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك :

المقياس الفرعية	تنقيط العبارات	المجموع
الذات العامة	0-0-0-0-1-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0	1
الذات الإجتماعية	0-0-0-1	1
المنزل والوالدين	0-1-0-0-1-0	2
العمل أو المدرسة	1-0-0	1
		5

درجة تقدير الذات =  $\frac{100}{\text{مجموع البنود}} \times 100$

مجموع البنود

$$20 = \frac{100 \times 5}{100}$$

25



من خلال الجدول للحالة الثانية ، تحصلت الحالة (ل) على مجموع كلي يقدر بـ 20 نقطة معنى هذا أن هذه النتيجة تمثل إجمالي المقاييس الفرعية الأربعة المكون للمقياس ،حيث تحصل الحالة على مجموع خمسة ( 01 ) نقاط من مجموع 12 عبارة أي ما يعادل 18,33 % من النسبة الإجمالية للمقياس الفرعي يعني هذا أن الحالة تعاني من مستوى تقدير الذات العام منخفض جداو هذا راجع للنتيجة المتحصل عليها. بحيث تحصلت على أربعة(01 ) نقاط من بين(12) درجة في الذات العامة وهذا دليل على عدم رضا المفحوص لذاته،ويظهر ذلك في العبارة التالية: "أود لو أغير أشياء كثيرة في نفسي".

أما في ما يخص المقياس الفرعي الذي يمثل الذات الاجتماعية ، لم تحصل الحالة على أي نقطة (01) من أصل أربعة (04) وهي النسبة الأضعف للمقياس الفرعي علما أن النقطة المحصل عليها كانت من بين العبارات السلبية أي العبارة رقم 21 التي تقول " معظم الناس محبوبون أكثر مني ". يدل هذا على تدني الذات الاجتماعية لدى الحالة بسبب العلاقات السيئة في البيئة المدرسة التي ظهرت في إجاباته عن العبارات 5 ، 8 ، 14 ، 21 و نستنتج من هذه النتيجة بأن الحالة قد تعاني من إنخفاض في مستوى تقدير الذات الاجتماعي .

ما يخص المقياس الفرعي الخاص بالمنزل و الوالدين الذي كانت نتائجه هو الآخر جد ضعيفة، حيث تحصل الحالة على نقطة واحدة (02) من أصل ستة الممثلة للعبارات التالية: 6، 9، 11، 16، 20، 22، ،تحصل على النقطة في إجابته عن العبارة السالبة التي تحمل الرقم (22) "أشعر عادتا أن عائلتي تدفعني لعمل الأشياء"،وهذه النتيجة المتحصل عليها يمكن أن توجهنا الى أن ن فكر في وجود العلاقة سيئة جدا بين الحالة و أفراد عائلته خاصة العلاقة الوالدية (التي تشعر بالنفور تجاههما )

وفيما يخص العمل أوالمدرسة فقد تحصل لحالة (ل)على نقطة(01) من بين ثلاث (03)عبارات وهذا التشوه على مستوى الأنف أدى إلى عدم الرضا على الذات والذي أفقدها روح المواجهة والتحدث أمام الناس وهذا من خلال العبارة التالية : " من الصعب التحدث أمام مجموعة من الناس"

أما نتائج المقياس الفرعي الخاص بالمنزل و الوالدين التي كانت جد منخفضة هي الأخرى التي تحصل فيها الحالة على نقطتين(01) من بين ست (06) عبارات منها ثلاثة عبارات موجبة و الأخرى سالبة علما أن الحالة تحصل على النقطة في الإجابة على العبارة السالبة ذات الرقم ستة عشر (16)التي تقول : " أود كثيرا لو أترك المنزل" هذا مستوى المرتفع للقلق الذي تعيشه و المعاملة البادية من أفراد العائلة .

ويمكن أن نستخلص من خلال نتائج مقياس كوبر سميث أن الحالة (ل) لديه مستوى تقدير ذات منخفض.

من خلال التحليل الذي قدمناه في المقابلة نصف الموجهة وتحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث توصلنا أن للحالة (ل) له اتجاه سلبي نحو ذاته وذلك من خلال المشاعر الدونية والنقص التي أبدأها من خلال المقابلة، فهذا ما تطابق مع المقياس من خلال نتائج المتحصل عليها حيث أشارت إلى نسبة (20%) فهي تشير إلى مستوى تقدير ذات منخفض.

#### 5- تحليل العام للحالة الثانية :

إن النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات لـ "كوبر سميث" التي تحصل عليها الحالة المتمثلة في مجموع كلي المقدر بـ 20 نقطة التي دلت على أن الحالة يظهر مستوى تقدير الذات منخفض لانحصار النتيجة في مجال 20 - 40 و التي أكدت ذلك حسب طريقة تصحيح المقياس من أن الحالة تحصلت على نتيجة جد منخفضة في ما يخص المقياس الفرعي الخاص بمستوى تقدير الذات و في باقي المقاييس الفرعية الأخرى المتعلقة بالتقدير الذات العامة، وكذا الذات الاجتماعية و المقياس الفرعي الخاص بالعمل أو المدرسة والمنزل و الوالدين التي كانت كلها تتميز بمستويات منخفضة

الحالة لديها تقدير الذات منخفض بحيث أنها لا تشعر بقيمتها إطلاقاً وهو ما أظهرته طول المقابلة هذا المستوى المنخفض جعلها عرضة هشة في مقاومتها النفسية للمواقف والضغوطات التي تلقتها بسبب معاشتها لخبرات الطفولة التمر اللفظي (نيفك نتاع خنزير) ومعاشتها لهذه الخبرات السيئة طول فترة مراقبتها أين يجد المراهق نفسه في صراع مع الهوية والتوازن النفسي مع ذاته المثالية والواقع أدى إلى بحيث عانة كثيراً من التمر المدرسي في الصف فهي تشعر أنها منبوذة وغير مقبولة من قبل أقرانها ما أدى إلى إنسحابها وإنطوائها، فهي لا تمتلك أصدقاء ، ما جعل نتائجها تحصيلها الدراسي ينخفض . هذا راجع إلى كما يشير "ستيكل" أن الإحساس الإيجابي المتعلق بالمظهر الجسدي يحتل المرتبة الأولى كمتنبئ لتقدير الذات الكلي لدى المراهق" التنشوء الإدراكي المعرفي للذات عكس على مشاعرها بالسلب حيث حاولت الإنتحار لتتخلص من حياتها ومن المضايقات التي تعرضت لها من شتم والإهانات التي لاحقتها طول فترة مراقبتها هذا التقدير السلبي عن ذاتها ونقص الثقة بالنفس بسبب حرمانها من الحان والأمان الذي تمثل في إهمال والديها لها و إهتمامهم برعاية إبنهم الذي يعاني من التوحد، وغيرها من أخيها الصغير خلف عندها عدم التأقلم مع الوسط العائلي وخاصة الحال الذي تعيشه الحالة (ل) من مشاجرات بين ولديها فتحي عكاشة (1990) بعنوان " تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لمجموعة من أطفال مدينة صنعاء " التي هدفت إلى معرفة الأثر الذي يتركه حرمان الطفل من أحد الوالدين أو كلاهما على تقدير الطفل لذاته وأوضحت النتائج أن وجود تأثير واضح لحرمان

الطفل من أحد والديه على تقديره لذاته ويزداد هذا التأثير بفقدان كلا الوالدين .ومن هنا تشير هذه الدراسة إلى أهمية الرعاية التي يعيش في كنفها الطفل والتي تؤثر على تقدير الذات لدى الطفل ، فحرمان الطفل من أحد الوالدين أو كلاهما يؤثر سلبيا على تقدير لذاته .

ملاحظته أن الحالة (ل) تتخذ العدوان على نفسها من خلال سلوكياتها الغير السوية كالعصيان والتمرد وعدوان نحو الذات للفت الإنتباه من قبلهما . يشير أدلر في كتابه "العصاب "يوضح وضعية الطفل البكر: يحتل الإبن البكر مكانة فريدة، ويعيش موقفا فريدا، فقد كان الطفل الوحيد لمدة معينة منذ بداية حياته، ونظرا لكونه مركز الاهتمام سيحظى بقدر كبير من الدلال، ويعاني هذا الطفل من التغير الكبير في وضعيته حيث يسحب من تحته البساط إثر ولادته الأخ الجديد، وقد يعيش خبرة صادمة عند زيادة المولود الثاني، لذلك سيلجأ الى إستخدام مختلف الطرق لاسترجاع عهده باستحضار تلك النشاطات القديمة التي جلبت له الاهتمام حتى وإن كانت إهتمامات غير سارة، عموما يحتمل أن يتحلى هذا الطفل بسمات ايجابية كأن يكون منظم ، حامي ونافع للآخرين ، كما قد يحتمل ذلك سمات سلبية كالقلق الشديد ، الشعور المبالغ بالقوة كراهية لا واعية شدة الانتقاد للغير ، و دائم إدعاء الأحقية على الغير .

حيث خلف عندها اضطرابات نفسية كالعزلة نفسية حادة و الإنطواء العدوان أثر بشكل واضح في سلوكياتها على المستوى النفسي وسوء تقدير ذات مما أدها في دخول إكتئاب حاد ، الذي تجلى في نظرتها السوداوية للمستقبل وهو أمنيته في الموت والتخلص من حياتها.

### 3- دراسة الحالة الثالثة :

#### 1 . تقديم الحالة الثالثة :

الحالة (ر) مراهق (ذكر) يبلغ من العمر 20 سنة ،أعزب ،مستواها الدراسي ثلاثة ثانوي ، يعيش مع عائلة مكونة من أم تعمل والأب عاطل ع العمل ، عدد الإخوة (03 ذكور) و(03 بنات ، بأولاد جلال يحتل مرتبة ما قبل الأخيرة ،يعيش في ظروف لا بأس بها ومستوى معيشي متوسط ،علاقته بوالديه جيدة ، لا يعاني من مشاكل جسدية واجهة العديد من المضايقات في المدرسة أثرت على تقديره لذاته وعلى تحصيله الدراسي .

#### 2. ملخص المقابلة :

تمت المقابلة في بت الحالة ،حيث تم الإتصال بالحالة (ر) حي 409 بأولاد جلال،حيث قمت بإجراء المقابلة مع الحالة (ر)، وكذا تطبيق الاختبار.

تم إجراء المقابلة مع الحالة (ر) لى مستوى مكتب الأب، رفض في البداية المقابلة معي ولكن بعد أن وضحت له أن بحث أكاديمي وافق حيث لاحظت عليه الخوف والارتباك ، ثم طلبت منه ما إذا كان بإمكانني طرح بعض الأسئلة وأنت تجيبني عليها بصراحة تجاوب معي، حيث بدا عليه التردد في بعض الأسئلة ، ما ظهر في إحمرار وجهه طول المقابلة و عينيه في الأرض .

حيث تعرض الحالة (ر) لمضايقات عدة (تتم لفظي) في المدرسة بسبب طريقة كلامه وتواصله مع الطلبة والأساتذة ما أثر في نفسيته ، لا يمتلك أصدقاء كثر، يخجل كثيرا في التحدث أمام الناس وبالرغم من كل الضغوطات إلا أن لديه نظرة إيجابية نحوى ذاته وخطط المستقبل .

### 3- تحليل نتائج المقابلة والملاحظة :

من خلال المقابلة التي تمت مع الحالة (ر) و الملاحظات التي بدت عليه أثائها و كذا النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات لـ "كوبر سميث " تمكنا من الإستنتاج و الوصول الى العديد من الصفات الخاصة به، كان الحالة له مظهر مقبول و عادي جدا بالرغم من أنه يظهر بوجه بشوش و قليل الابتسامة هذا ما لاحظته خلال المقابلة، كان الحالة يتمتع بصحة جيدة و لا يعاني مشكل جسدي الذي قد يعيق حياته اليومية، كيف علاقتك مع والديك جيدة "مي أنا قريب من والدة بزاف "حيث كان إلا أنه لوحظ عليه تدني في تقدير الذات في ما يخص الأداء في مجال العمل أو المدرسة إلتمست ذلك من خلال إجاباته عن أسئلة المقابلة الخاصة بهذا المجال كيف تقضي وقتك داخل المدرسة قال: "من ذاك نعود نشارك في القسم ناقش مع أستاذ يعاود حركاتي و لفاسن لنحكي بيها "،"ما تعجبنيش كي درولي هك يقلدوا فيا "، مش الأستاذ برك حتى صحابي يقعدو يمتسخرؤا عليا حركاتك ، " حتى في أغلب الأحيان عدت ما نشاركش خلاص عقودني "ما يوضح أن الحالة (ر) لديه قد تكون لديه شخصية أنثوية لأن يحب يقعد بزاف مع لبات أم من أصدقائه الأولاد فهو يمتلك صديق ، هذه الألفاظ أثرت على تقديره لنفسه وبذلك تقدير ذات مخفض .

أما في ما يخص تقدير الذات الاجتماعي، فالحالة محبوب من قبل أقرانه في الصف، فجاء سؤالي هل أنت محبوب من أشخاص من نفس سنك فقال: إيه الحمد الله ،مي ماشي كامل أصلا يغيروا مني صحابي كيشوفوا قاعدين معايا سواء بنات أو ولاد "،من ذلك حتى يخلو صحابهم ويجوا يقصروا معا" تبين أن الحالة (ر) مراهق إجتماعي محبوب من قبل أقرانه فهو لا يشعر بوحدة أو عزلة ذاته الإجتماعية إيجابية ما لاحظته حتى طريقة كلامه مرح ما يوضح أن مراهقته إيجابية في قوله: " الحمد الله عشتها مليح ، ودارنا مابخلوني بحتى حاجة كان مدلعيني " ما لاحظته أيضا أن علاقته بوالديه جيدة في قوله: " نحبهم في زوج ، مي نميل لماما أكثر نديما يشجعوني في قرائتي ،حتى كي عاودت السنة هم

قالولي عاود برونش وكمل والحمد لله بفضلهم راني نقرأ " هذا الجوى الأسري رفع من قيمته لذاته أي تقديره لذاته ، وهو ما يؤكد جين إيلسلي كلارك : "تقدير الذات هو شأن أسري"، ذلك لأن الأسرة هي المكان الأول الذي نقرر فيه ذاتنا ونلاحظ و نتدرب على الكيفية التي يمكن بها أن نكون على النحو الذي قررناه لأنفسنا بقدر ما نقرر مدى أهليتنا لأن نحظى بحب الآخرين و بقدر ما نقرر مدى اقتدارنا ، نبني تقديرا إيجابيا للذات .

لكن ذات العمل أو المدرسة منخفضة، في سؤال هل تشارك في أنشطة إجتماعية حيث صرح : " نخاف نحكي قدام الناس ، نحس كأنهم يعايروني ويحبوا يدا سروني ""لأنوا يقولولي تشبه حركاتك لبنات " ما يوضح الحالة تعرض لتنمر مدرسي تمثل لمضايقات لفظية سيئة في قوله : "من ذاك يحبو يستهزؤا بيا باه نهدر ويقعدوا يتمسخروا على طريقة كلامي وصوتي " كيف تكون ردت فعلك حول هذا السلوك التتري "ما نحبش نرجع ، لكن مرة واحد إستفزني طالب ضربتوا خطر كثرها بزاف حيث ضرني في نفسي الموقف " بين أن الحالة قد تسلك أسلوب دفاعي على نفسها أما نحوى الآخر فهو التعدي وهو السلوك العدوانى بحيث ميز كوبر سميث: بين نوعين من تقدير الذات "تقدير الذات الحقيقي و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة , تقدير الذات الدفاعي و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة" .

أما في ما يخص جانب المظهر للحالة فهو غير راضي على شكله حتى تصرفاته فصرح في كلمات مترددة ومقتضبة "نحوس نغير من شعري لبستي "، "من ذاك يجيني صوت داخلي يقولولي خلي شعرك هك " ثم عن تصرفاته "والله من ذاك بدون ما نشعر ندير حوايج نعود نقول علاه درت هك" يفسر أن الحالة قد تملك هوامات جنسية سلبية مضطربة (الشذوذ) تؤدي على ضيق واضح وخجل وصعوبات و توتر في العلاقات وهو ما أثر على سلوكه وطريقة حركاته التي قد تشبه الأنثى لحد كبير وهو أيضا ما لاحظته طول المقابلة معه ، حيث سألته هل أنت راضي عن نفسك أو تتمنى أن تكون في مكان شخص آخر فقال : "لا ، نحوس نغير نفسي ، من ذاك ما تعجبنيش تصرفاتي نحب نتحكم فيها مي خارجة عن شعوري " ثم قال : "تتمنى نكون كما صديقي يعرف يقرأ كامل الأساتذة يقلولوا بلاصتك مش هنا ، نحب نكون كيفوا يعرف يقرأ يلبس كلش جديد ،نتمى يقولولي كما يقلولوا ليه الأساتذة " يبدوا أن الحالة غير راضية عن شكلها وهو مدرك للوضع الذي يعيشه أيضا يريد التغيير للأفضل هذه الأفكار المعرفية الإيجابية وضحت أكثر عندما سألته عن مستقبله ونظرت له فصرح : "أني نحوس نجيب باك وندخل شبه طبي " و"تدخل مدرسة الجودو "

من خلال تحليلنا للمقابلة النصف موجهة نخلص على أن الحالة (ر) لديها تقدير ذات منخفض .

4. تحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ونتائجه :

بعد إجراء المقابلة مع الحالة قمنا بتطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات الذي دام حوالي 10 دقائق، وقد دلت النتائج أن المفحوص (ل) لديها تقدير منخفض لذاته حيث تحصل على 20% من مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك :

المقياس الفرعية	تنقيط العبارات	المجموع
الذات العامة	-1-1-1-0-1-0-1-0-1 1-0-1	8
الذات الإجتماعية	0-1-0-0	1
المنزل والوالدين	0-0-1-0-1-1	3
العمل والمدرسة	1-0-0	1
		13

درجة تقدير الذات =  $\frac{100 \times \text{مج}}{100}$

مجموع البنود

$$52\% = \frac{100 \times 13}{100}$$

25

5- تحليل نتائج المقياس:

إن النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق الاختبار، الذي بدوره يتكون من العديد من المقاييس الفرعية التي تعتبر أبعاد أساسية المكونة له، توصلنا على أن يظهر العديد من الأعراض و الصفات من خلال إجاباته عن العبارات المكون للاختبار جاءت النتائج التالية :

حيث تحصل على ( 08 ) من بين ( 12 ) درجة في الذات العامة وهذا دليل على عدم رضا المفحوص لذاته، ويتضح ذلك في العبارة التالية: "لا أقدر نفسي حق تقديرها . " وكذا تحصل على ( 01 ) من ( 04 ) درجات في الذات الاجتماعي، وهذا دليل على أن له ذات إجتماعية منخفضة ويظهر ذلك من خلال "أنا محبوب من أشخاص من نفس سني" وفيما يخص المنزل والوالدين فقد تحصل على ( 03 ) من ( 06 ) درجات وهذا تقدير عالي يعود لتفهم الأسرة للحالة ومساندته ويظهر ذلك من خلال العبارة التالية "تفهمني عائلتي".

وفيما يخص المدرسة فقد تحصل على ( 01 ) من بين ( 03 ) درجات وهذا راجع لإحساسه بالدونية والشعور بتقدير ذات سلبي، ويمكن أن نستخلص من خلال نتائج مقياس كوبر سميث أن المفحوص ( ر ) لديه مستوى تقدير ذات متوسط .

من خلال التحليل الذي قدمناه في المقابلة نصف الموجهة وتحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث توصلنا أن للمفحوص ( ر ) له تقدير ذات متوسط، ويظهر ذلك من خلال المشاعر التي أبداه نحو ذاته، فهذا ما تطابق مع المقياس من خلال نتائج المتحصل عليها حيث أشارت إلى نسبة 52 % فهي تشير إلى مستوى تقدير ذات متوسط.

#### 5- التحليل العام للمقابلة الثالثة :

من خلال المقابلة التي تمت مع الحالة و الملاحظات التي بدت عليه أثناءها و كذا النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات لـ "كوبر سميث" تمكنا من الإستنتاج و الوصول الى العديد من الصفات الخاصة به، كان الحالة له مظهر مقبول و عادي جدا بالرغم من أنه يظهر بوجه بشوش و قليل الابتسامة هذا ما لاحظته خلال المقابلة، كان الحالة يتمتع بصحة جيدة و لايعاني من أي مرض عضوي الذي قد يعيق حياته اليومية،

ما يخص قيمة الذات العامة فتحصل الحالة على ثمانية نقاط من أصل إثنا عشر نقطة التي قد تأكد سلبيا قيمة الذات عند الحالة، كما ظهر ذلك جليا في إجابات الحالة في المقياس الفرعي الخاص بالذات العامة خاصة في العبارات 13، 4، 15، التي كانت سلبية حيث تحصل على علامة الصفر هذا مما قد يوحي الى تدني قيمة الذات لدى الحالة. يقول "ماكسويل مالترز": "كيف يتأتى للمرء أن يفكر بإيجابية حيال موقف معين، إذا كان يحمل في داخله رؤية متدنية عن ذاته " يقول راجينت سينج & روبرت ديبلو إذا " كنت تعتقد أنك مهزوم، فأنت كذلك، و إذا كنت تعتقد أنك لا تستطيع القيام بأمر، فلن تستطيع ، " و



يقول مالترز: " لا يمكن للفرد أن يحقق النجاح الحقيقي أو يبلغ السعادة الفعلية حتى يكتسب درجة ما من قبول الذات.

أما في ما يخص تقدير الذات الاجتماعي، نفس النتائج تمكنا من الوصول الى العديد من المؤشرات التي قد تدل على العلاقات السيئة و المتدهورة بين الحالة و أقرانه في الصف المدرسي، بالرغم من وجود علاقة إيجابية مع والديه ، المتمثلة في العبارة (19) "تراعي عائلتي مشاعري عادة" إستطعنا الوصول الى من خلال إجابة الحالة عن الأسئلة المطروحة عليه خاصة على العلاقة السلبية مع الأقران بسبب التمر الفظي الممارس عليه في جملة الألفاظ "تتحرك كي الأنثى" تبين ذلك جليا من خلال التحليل الإختبار المقياس الفرعي حيث تحصل على نسبة تقدير الذات الاجتماعي المقدرة بـ 66,66 % وبذلك تقدير سلبي لذاته .

أما نتائج في الإختبار التي تحصل عليها الحالة و التي تمثلت في نتيجة المقياس الفرعي الخاص بالمنزل و الوالدين و التي قدرت بثلاث نقاط من أصل ستة نقاط، و كذا نتيجة المقياس الفرعي الذي يؤكد إرتفاع تقدير الذات العامة يوافق دراسة وأشار كوبر سميث الوارد في: "إلى أنه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين ذوي الدرجات العالية والدرجات المنخفضة في تقدير الذات لدى الأطفال، فإن هناك ثلاثا من حالات الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات العليا من تقدير الذات وهي:- تقبل الأطفال من جانب الوالدين،- تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الوالدين ، -إحترام مبادرة الأطفال وحريرتهم في التعبير من جانب الوالدين".

إلا أنه لوحظ عليه تدني في ما يخص الأداء في مجال العمل أو المدرسة إلتمست ذلك من خلال إجاباته عن أسئلة المقابلة الخاصة بهذا المجال كقوله: "كي نهدر ونشارك يقعد الأستاذ يعلق على حركاتي وصوتي"، "توصلت حتى كرهت المدرسة". كما تبين ذلك من خلال النتائج الكمية لتحليل المقابلة لوحدتي الأداء في العمل أو المدرسة ، الإجمال في المقابلة الذي تمثل وتؤكد ذلك من نتائج الإختبار التي تحصل عليها الحالة الخاصة بالمقياس الفرعي للعمل أو المدرسة الذي تحصل فيه الحالة وعلى نقطة واحدة ما يعادل نسبة 33,33% ما قد يدل على أنه يعاني من مستوى منخفض لأداء الذات. هذا ما عكس قول العالم "جون جيلمور" القائل: "أبرز سمة تميز الفرد عالي الإنتاجية من سواه هي تقدير الذات" و يقول "براند ني": "العيش بهدف يستلزم أن تهتم بتعريف الأفعال المهمة والمطلوبة لإحراز أهداف".

من خلال تحليلنا لهذه المقابلة يمكن القول أن المفحوص (ر) يحاول تقبل حالته، كما أنه يشعر بالنقص وعدم الرضا عن حياته، يحتقر ولا يثق بنفسه ولا بقدراته جيدا، وهذا ما بين أن له إتجاه سلبي



نحو ذاته أي يعاني من تقدير ذات منخفض، كما أنه يتصف بالسلوكيات العدوانية أحيانا يستعمل العدوان الصريح فقط للدفاع عن نفسه ولا يظلم الآخرين .

## 2- المناقشة العامة للحالات في ضوء التساؤلات و الدراسات السابقة:

بعد الدراسة النظرية و التطبيقية لموضوع دراستنا الذي يهدف إلى دراسة تقدير الذات لدى المراهقين الجانحين والتي أقيمت لغرض الكشف عن مدى تأثير الجنوح على مستوى تقدير الذات لدى فئة المراهقين، و لتحقيق هذا الغرض تم الاعتماد على المنهج العيادي، واعتمدنا فيه على دراسة الحالات و لذلك اتخذنا المقابلة نصف موجهة الملاحظة و مقياس كوبر سميث لتقدير الذات كتقنيات الدراسة.

✓ مناقشة السؤال الأول الذي جاء فحواه هل يعاني الذات لدى المراهق ضحية التنمر المدرسي من مستوى تقدير ذات منخفض ؟

بعد عرض و تحليل محتوى كل المقابلات نصف موجهة ، و مقياس تقدير الذات لكوبر سميث على حالات المتكونة من ثلاث حالات ،نتوصل إلى مناقشة كل ما صدر في تحليلاتنا السابقة ، و التي ستكون على النحو التالي:

لقد أظهرت النتائج أن الحالات الثالثة لديهم تقدير الذات ما بين المنخفض إلى المتوسط ، حيث نجد الحالة الأولى والثانية لديهم تقدير ذات منخفض والحالة الثالثة تقدير ذات متوسط. أي ما يعادل بالنسب المئوية 75 % متوسط 25 % هنا نلاحظ سيطرة المستوى المنخفض وهذا راجع إلى أن أغلب الحالات كان توجههم في الاختبار إلى سلبي .

فقد توصلت نتائج البحث من خلال تحليل المقابلات نصف موجهة أن معظم الحالات لديها تقدير سلبي للذات و المتمثلة في الحالة الأولى(ع)،الحالة الثانية (ل)،(ر)و يظهر ذلك من خلال المشاعر السلبية الموجهة نحو الذات كالشعور بالكراهية نحو الذات و الشعور بالنقص و عدم الرضا عن النفس و تدني إعتبار الذات و عدم احترامها وكذا الشعور بعدم القيمة و عدم الثقة بالنفس بسبب التنمر المدرسي الذي تعرضوا له .

و من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث إستنتجنا مستوى تقدير الذات النهائي لكل حالة على حدا، حيث حصلنا على كلا الحالة الأولى والثانية لديها تقدير ذات منخفض أما الحالة الثالثة لديها تقدير ذات متوسط و المتمثلة في الحالة الأولى (ع) حصلت على 28 درجة ،الحالة الثانية (ل) حصلت على 20 أما الحالة (ر) حصلت 52 درجة من مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ،حيث حصلت الحالات في ما يخص قيمة الذات نسب متفاوتة حيث حصلت الحالة الأولى ثلاث (03) نقاط

للمقياس الفرعي للذات العامة من أصل إثنا عشرة عبارة (12) أي ما يعادل 25 %، أما الحالة الثانية تحصلت على (01) نقطة من مجموع 12 عبارة أي ما يعادل 18,33 %، أما الحالة عند الحالة الثالثة فتحصل ثمانية ( 8) نقاط من مجموع 12 أي ما يعادل 66,66 % عبارة تبين لنا من النتائج المتحصل عليها الحاليتين قد يعانون من سوء تقييمهم لذواتهم الذي برز جليا من نتائج المقياس أما حالة الثالثة فتقديرها لذاتها متوسط .

أما فيما يخص لمقياس الفرعي الخاص بالذات الاجتماعية والذات العمل أو المدرسة من خلال تطبيق مقياس "كوبر سميث" فإن الحالة الأولى لم تتحصل على أية نقطة (0) أما الحالة الثانية والثالثة تحصلتا على نفس النتيجة نقطة (01) بين أربع عبارات، عكست هذه النسب الجانب السلبي للذات الاجتماعية و أداء العمل بالنسبة للحالة الأولى (ع) لم تتحصل على أي نقطة، أما فيما يخص الحاليتين (ل) و (ر) تحصلتا على نفس النتيجة نقطة (01) من أربعة (04) عبارات هذا ما قد يثبت إنخفاض مستوى تقدير الذات الاجتماعي لدى الحالات، أما في ما يخص الذات العمل والمدرسة المتمثل في نتائج الاختبار الخاصة بالمقياس الفرعي للعمل في العبارات 2، 7، 23، تحصل الحاليتين (ل) و(ر) على نفس النتائج التالية بالترتيب أي الحالة الأولى (ع) نقطتين (2) أما الحالة الثانية والثالثة نقطة (01) من ثلاثة عبارات في نتائج التحليل الكيفي للمقياس الفرعي وهكذا نتحصل بالنسبة للحالة الأولى ما يعادل 66,66% والثانية والثالثة ما يعادل 33,33% نفس النتيجة أي بنسبة تمثلت في جملة من العبارات الحالة الأولى "ما عنديش صاحبات ،ما يحبونيش " يضحكوا عليا كنطع للصبورة" أما الحالة الثانية يعايروني على نيفي"، "ديما يشبهوني بنيف الخنزير" أما الحالة الثالثة تجلت عباراته في " يعايروني يقولولي عندك حركات نتاع أنثى"، " يقلدوا على صوتي وحركاتي " كما يقول ليون تيك" ( طبيب نفسي): "الكفاءة في العمل يمكن أن ترفع من مستوى تقدير المرء لذاته إذا كان المرء يقدر عمله تقديرا كبيرا".

وجاءت نتائج مقياس الفرعي للذات المنزل والوالدين متفاوتة بالنسبة لنتائج المقياس الفرعي لكل الحالات فكانت نتائج الحلة الأولى و الثالثة تحصلتا على نقطتين (2) من (6) نقاط و جاءت نتائج الحالة الثانية التي تحصلت على نقطة واحدة (1) من ستة نقاط وهو مستوى منخفض وبذلت تقدير ذات منخفض يقول "جين إيلسلي كلارك": "تقدير الذات هو شأن أسري. ذلك لأن الأسرة هي المكان الأول الذي نقرر فيه ذاتنا ونلاحظ و نتدرب على الكيفية التي يمكن بها أن نكون على النحو الذي قررناه لأنفسنا. بقدر ما نقرر مدى أهليتنا لأن نحظى بحب الآخرين و بقدر ما نقرر مدى اقتدارنا ، نبني تقديرا إيجابيا للذات .

وبما أن الذات الإجتماعية والذات العامة يجعل المرء يشعر بالرضا عن نفسه لأنهما المكونان الأساسيان لتقدير الذات . ، فتنفق هذا ما ثبته ما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة مثل دراسة محمد راضي (2001) ودراسة جرادات (2008) ودراسة الصرايرة (2007).

ويمكن أن نفسر هذا التقدير المنخفض إلى عوامل نفسية (الأنا) الهشة للمراهق خاصة في هذه المرحلة الحساسة وإلى إجتماعية كالمعاملة الوالدية فيما بينهم وإنعكاسها على الطفل ونقص إهتمام المدرسة بمثل هذه السلوكيات وخاصة أن ظاهرة التمر من بين المشاكل التي تحدث في الخفاء يصعب ملاحظتها بشكل مباشر خاصة ما يتعلق منها بالجانب النفسي واللفظي، وهذه النتيجة ال تنفق مع ما توصلت إليه كل من دراسة (O 'Moore & kirkham,2001) ودراسة (Son,jossen&person,2007) بولا ستري وآخرون ودراسة (Polla Stri;cardemil,2010) بحيث توصلت نتائج الدراسات أن سلوك التمر يرجع إلى عوامل تكمن في الفرد نفسه ، أسرية وبعجز في المهارات الاجتماعية و مما يؤدي إلى إعتلال الصحة النفسية لدى المراهق الضحية و يظهر ذلك في تقديره المنخفض وانطلاقا من النتائج التي تحصلنا عليها تؤكد أن التمر يؤثر على مستوى تقدير الذات لدى المراهقين،و عليه بما أننا توصلنا إلى أن للمراهق ضحية التمر المدرسي لديه قيمة ذاتية منخفضة ،فالنتائج التي توصلنا إليها تشير إلى .

وعليه جاءت دراسة (مريم محمود غرابية ،2010) إلى التعرف على مستوى التعرض للسلوك التمر (الإستوائي)، وأثر برنامج تدريبي قائم على دعم الأقران في مواجهة هذا السلوك، واستخدمت الباحثة تصميمًا تجريبيًا يقوم المجموعات الضابطة والتجريبية مكونة من (31) طالبا وطالبة، وقد استخدم مقياس السلوك التمرى بمجالاته الثلاثة: اللفظي، والاجتماعي والجسدي وعلى الممتلكات، وبعد تطبيق البرنامج أسفرت النتائج أن نسبة الضحايا قدر ب2,4وكان أعلى مستوى للسلوك التمرى هو اللفظي، ثم يليه الجسدي وعلى الممتلكات، وأخيرا الاجتماعي، وعدم وجود فروق دالة بين مجموعتين تعزى لأثر المعالجة أو الجنس والتفاعل بينهما،كما ظهرت فروق في تقدير الذات بين المجموعتين ولصالح التجريبية . وانطلاقا من النتائج التي تحصلنا عليها تؤكد أن مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التمر منخفض .

## الإستنتاج العام

بعد إتمام دراستنا الميدانية التي صممت بهدف الكشف عن مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التتمر المدرسين على ثلاث حالات من الطور (الثانوي) تراوحت أعمارهم ما بين 15-16-20 سنة و بعد تطبيقنا أدوات البحث و المتمثلة في مقياس تقدير الذات لكوبر سميث، توصلنا من خلال دراستنا الى أن مستوى تقدير الذات لدى المراهق ضحية التتمر المدرسي منخفض، و بالتالي الإجابة على السؤال

أستخلص من خلال الدراسة عن وجود تقدير ذات منخفض ومتوسط الحالات الثلاث، ويعود ذلك إلى عدة عوامل من بينها نفسية فترة المراهقة كونها فترة حرجة، بما فيها من تغيرات سيكولوجية و فسيولوجية فهي دافع أساسي لتأكيد ذاته و تقديره لذاته وعلى عوامل خارجية كرد فعل الآخرين و الأدوار الاجتماعية مثل دور الوالدين، لذلك وجب على الوالدين أن يساعدوا أبنائهم في تجاوز مشكلة التتمر فتعامل الوالدين و التنشئة له دور كبير في تقدير التلميذ لذاته .

يقول كوبر سميث : "أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كلا من تقييم الذات ورد الفعل أو إذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات، فإن هذه الاتجاهات الاستجابات الدفاعية، وتتسم بقدر كبير من العاطفة، فهي الحكم الذي يصدره الفرد عن نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: التعبير وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها، والتعبير السلوكي ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تصح عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية".

وفي الأخير فالنتائج التي أسفرت عليها الدراسة الحالات الثلاث من الطور الثانوي قد انفتحت مع نتائج الدراسات، و اختلفت مع ما خلصت إليه دراسات أخر، وهذا يعود بالطبع إلى تباين خصائص العينات، وأدوات المقاييس المستخدمة، وذلك الزمان والأطر الثقافية والاجتماعية التي تميزها دون أخرى .

## الخاتمة

إن الدراسة الحالة تتدرج في إطار الدراسات النفسية الإجتماعية التي تهدف إلى معرفة مستوى تقدير الذات عند المراهق ضحية التنمر المدرسي ، حيث يعد موضوع التنمر المدرسي من بين المواضيع التي حظيت اهتمام وإشغال الباحثين والعلماء والتربويين، وهذا اعتباره من والسلوكيات الغير مقبولة اجتماعيا، ولما تخلفه من أضرار ونتائج سلبية وخيمة، ولانتشار سلوك التنمر في المدارس في المجتمعات لا سما عد أن أصح من المشكلات السلوكية الشائعة لدى تلاميذ في مختلف المراح، وخاصة أنها تتزامن مع بداية فترة المراهقة، التي تعد مرحلة تغير .

فالتقدير الذات لدى الفرد متوقف على وجهات النظر وآراء الآخرين أي تقييم الآخرين لذلك الفرد فالمواقف الاجتماعية الناجحة تعزز الفكرة السليمة لتقدير الذات والعكس صحيح، وأيضا الدور الذي تلعبه المقارنة بالآخرين حيث يؤثر على نمو ذاتية الفرد إذا قارن نفسه بجماعة من الأقران أقل قدرة وكفاءة منه فيزيد ذلك من قيمته وتقدير لذاته، أما إذا قارن نفسه بجماعة كثر منه قدرة وكفاءة فذلك يجعله ينقص من قيمته وتقديره لذاته. كما أن تقدير الذات يتكون داخل الأسرة ويتطور من خلال العلاقات الاجتماعية حيث يكون انخفاضه وارتفاعه مرتبط بهذه العلاقات ونوعيتها .

فالتقبل الذات بسلبياتها وإيجابياتها المبني على الوعي بالذات في ظل الظروف التي يعيشها المراهق هو فعلا خطوة الأولى نحو تقبل الآخرين، فالمهم أن نعلم المراهق كيفية تقبل نفسه وتقديره الإيجابي نحو ذاته .

فمن خلال دراستنا هذه بجانبها النظري والتطبيقي، حاولنا أن نقدم دراسة ولو بسيطة حول موضوع مستوى تقدير الذات لدى المراهقين ضحية التنمر المدرسي ،على مستوى تقدير الذات لدى ثلاث من المراهقين، في العيادة النفسية بديرينة سمية –أولاد جلال- حسب تحليل المقابلات ونتائج مقياس تقدير الذات لكوبر سميث .

وفي الأخير يمكن القول أن النتائج التي توصلنا إليها في بحثنا تبقى محصورة على أفراد الحالات التي اخترناها لهذا البحث وبالتالي لا يمكن تعميمها على الجميع .ولهذا تبقى دراستنا مجرد محاولة تقديم ومساهمة علمية متواضعة على المراهق ضحية التنمر المدرسي مما له أهمية على الفرد والمجتمع.

## الاقتراحات و التوصيات :

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالة من نتائج من خلال الإطار النظر والدراسات السابقة مننا تقدم عرض الاقتراحات

- (1) إعداد برامج لعدد من الفئات المشاركة والمؤثرة في سوك التتمر مثل ضحايا التتمر والمتفرجين والمعلمين وأولاء الأمور .
- (2) وضع برامج وقائية لمواجهة الظاهرة ومنع حدوثها أو التخفيف منها، وذلك بإشراك جميع أركان المنظومة التربوية .
- (3) زيادة الاهتمام والمتابعة للسلوكيات والمؤشرات التي تدل على مواقف تنمر التلاميذ في المدارس.
- (4) الأخذ بعين الاعتبار حاجات ورغبات التلاميذ المراهقين.
- (5) إعطاء الموضوع رعاية أكبر ورصد كل مجرياته ، ووضع برامج وأنشطة ثقافية اجتماعية تعمل على تخفيف بعض السلوكيات العدوانية عند التلاميذ
- (6) ضرورة الاهتمام بتنمية المهارات الإجتماعية عند التلاميذ لتحقيق الصحة النفسية مع نفسه ومع المجتمع .
- (7) ضرورة الاهتمام بإكساب التلاميذ المهارات الإجتماعية وتوفير برامج لتنميتها .
- (8) التكثيف من المختصين النفسانيين ذوي الكفاءة داخل المؤسسات والمدارس باعتبارهم الأكثر تفهما لجانب الذاتي للمراهق ومساعدته على الحصول على الثقة بنفسه.

# المراجع

## الكتب :

- إبراهيم فيوليت فؤاد1998،دراسات في سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، الطبعة الأولى مكتبة زهراء الشرق للنشر القاهرة، مصر.
- أبو بكر مرسي محمد مرسي2002، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي الطبعة الأولى ، ظافر للطباعة، مصر،
- أحمد محمد الزغبى2001، الأمراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية لدى الأطفال ، بدون طبعة ،دار زهراء للنشر والتوزيع،اليمن-السعودية .
- إمتثال زين الدين الطفيلي2004، علم النفس النمو من الطفولة على الشيخوخة ، الطبعة الأولى، دار المنهل اللبناني، للطباعة والنشر بيروت.
- جودة بني جابر 2004 ،علم النفس الاجتماعي, دون طبعة مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع, عمان .
- حامد عبد السلام زهران،2005، الصحة النفسية والعلاج النفسي ،الطبعة الرابعة،عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة،القاهرة .
- حامد عبد السلام زهران1995، علم نفس الطفولة والمراهقة ،الطبعة خامسة عالم الكتب القاهرة،مصر
- حامد عبد السلام زهران2005،علم النفس والطفولة والمراهقة، طبعة السادسة عالم الكتاب القاهرة،
- حسن عبد المعطي،علم النمو المظاهر و التطبيقات 2000 .
- حسن فيصل الغزي، علم النفس الطفولة والمراهقة سنة1975، مطبعة خالد بن الوليد، دمشق- دون طبعة.
- حسين فيصل الغزي 1976،علم النفس الطفولة والمراهقة مطبعة خالد بن الوليد، دمشق.
- حلمي المجلي 2011، مناهج في علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت لبنان
- دوقان عبيدات،البحث العلمي1989 ،(مفهومه، أدواته، أساليبه ) ، بدون طبعة، دار الفكر، عمان.
- رغدة شريم(2009) سيكولوجية المراهقة ط، الأولى،دار الميسرة،الأردن.



- رمضان محمد القدافي 1997، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة ، الطبعة الأولى، دار المكتبة الجامعية الحديثة، القاهرة- مصر الإسكندرية.
- رمضان محمد القدافي 1993، (الشخصية، نظريات، واختبارات، وأساليب قياسها )، بدون طبعة، دار الكتب الوطنية، بنغازي، ليبيا .
- سامي محمد محمد 2004، علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، الأولى الطبعة، دار الفكر ناشرون و موزعون، الأردن، عمان .
- سامي محمد ملحم 2012، مناهج البحث والتربية وعلم النفس، بدون طبعة، دار المسيرة للنشر والتوزيع عمان.
- سعيد، عبد العزيز 2004، التوجيه المدرسي، الطبعة الثانية دار العلم والثقافة، مصر .
- السيد خير الله 1981 ، علم النفس النظري ، بدون طبعة دار النهضة العربية بيروت.
- سيد، خير هلا 1973، مفهوم الذات و أسسه النظرية و التطبيقية ، دارا النهضة العربية للنشر، بيروت
- الشاذلي، عبد الحميد محمد الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية 2002، الطبعة الثانية، المكتبة الجامعية الإسكندرية، مصر.
- صالح الدين العمري 2005، علم النفس النمو سنة ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- صالح محمد أبو جادو 2000، سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، الطبعة الثانية دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع عمان.
- عبد الرحمان العيسوي 1992، سيكولوجية الجنوح ، بدون طبعة، دار النهضة العربية للطباعة للنشر والتوزيع، بيروت.
- عبد الرحمان العيسوي 1984، سيكولوجية التنشئة الاجتماعية ، بدون طبعة، دار النهضة العربية للنشر، بيروت.
- عبد الرحمان العيسوي 1993، علم النفس الأسري، دار النهضة العربية، مصر .
- عبد الرحمن العيسوي 1992، الصحة النفسية والعقلية، دار النهضة الجامعية لمنشر والتوزيع، بيروت . فاخر عاقل 1985، علم النفس التربوي، الطبعة الأولى ، دار العلم للملايين .
- عبد الرحمن العيسوي 2007، مدخل الى علم النفس ، الطبعة الثانية، دار كومة، القاهرة .

- عبد الرحمن العيسوي 2006، الأسس البيولوجية والشخصية والسلوك، القاهرة، دار المعرفة الجامعية لمنشر والتوزيع.
- عبد العظيم طه 2007، سيكولوجية العنف العائلي والمدرسي، دار الجامعة الجديدة الإسكندرية.
- عبد الفتاح محمد دويدار 1999، العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار الفكر العربي القاهرة.
- عزت عبد العظيم الطويل 1999، معالم علم النفس المعاصر، الطبعة الثالثة دار المعرفة الجامعية - الإسكندرية.
- علي موسى، الصبحين ومحمد فرحان القضاة 2013، سلوك التمر عند الأطفال والمراهقين (مفهومه، أسبابه وعلاجه) جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض
- عماد عبد الرحيم الزغلول وشاكر عقلة المحاميد 2007، سيكولوجية التدريب الصفي، الطبعة الأولى، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع عمان.
- عمار، بوحوش (2001)، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثالثة، بن عكنون، الجزائر
- فاروق عبد الفتاح موسى ومحمد أحمد الدسوقي 1981، اختبار كوبر سميث لتقدير الذات، مكتبة النهضة المصرية، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- فؤاد البهي السيد، 1998، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- فيد حسين 2004، دراسات في السلوك و الشخصية، مؤسسة طيبة لمنشر والتوزيع، القاهرة.
- فيوليت فؤاد إبراهيم، سيد سليمان 1988، دراسات في سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، مكتبة زهران، القاهرة.
- قحطان، أحمد الظاهر 1998، مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، الطبعة الثانية، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان .
- قطامي يوسف عدس، علم النفس العام 2000، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان.
- الكفافي، علاء 2006، (الارتفاع النفسي لمراهقة)، الطبعة الثانية، القاهرة، دار المعرفة الجامعية
- ليلي عبد الحميد عبد الحافظ 1985، كراسة التعليمات لمقياس تقدير الذات للكبار والصغار، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، بدون طبعة، سنة .
- ماهر محمود عمر 1988، المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي، الطبعة الثانية، دار المعرفة الجامعية - الإسكندرية الأزهرية، مصر .

- محمد الشناوي وآخرون 2001 ، التنشئة الاجتماعية للطفل، الطبعة الأولى دار الصفا للنشر والتوزيع ،الأردن.
- محمد، مجدي الدسوقي 2016 ، الطبعة السادسة عشر، مقياس السلوك التنمري الأطفال والمراهقين، جوانا للنشر والتوزيع ،القاهرة .
- مسعد أبو الديار 2012، التتم لدى ذوي صعوبات التعلم أسبابه ومشكلاته وعلاجه الطبعة الرابعة، سلسلة إصدارات مركز تقومي وتعليم الطفل، مكتبة الكويت الوطنية ، الكويت.
- مسعد، أبو الديار 2012،(سيكولوجية التتم بين النظرية والعلاج) ، الطبعة الرابعة، مركز تقومي وتعليم الطفل، الكويت.
- مصطفى فهمي، الصحة النفسية، دار العلم، بدون سنة القاهرة- مصر .
- معوض خليل ميخائيل 2004، سيكولوجية النمو (الطفولة والمراهقة) ، توزيع مركز الإسكندرية للكتاب مصر .
- الميلاني، عبد المنعم، سيكولوجية المراهقة لمؤسسة الشباب 2004، الطبعة الأولى ،القاهرة ،الجامعة
- نائل حافظ العوامة 1995، أساليب البحث العلمي، الأسس النظرية و التطبيقات، دار النشر، الأردن.

## رسائل:

- أمزيان زوييدة (2006-2007)، علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية، دراسة مقارنة متغير الجنس، مذكرة -ماجستير غير منشورة ، قسم عم النفس وعموم التربية جامعة الحاج لخضر، باتنة .
- الحميدي أحمد الضيدان 2003، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدوانى لدى المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض - رسالة الماجستير منشورة، جامعة الرياض.
- رشا منذر مرقة 2013 ،علاقة التتم المدرسي لدى بعض طلبة المرحلة الأساسية العليا بالمناخ المدرسي في مدارس مدينة الخليل، رسالة ماجستير، في الإرشاد النفسي والتربوي، كلية العلوم التربوية، جامعة القدس، فلسطين.

- رضا إبراهيم الأشرم 2008، صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية بمدينة الرقازيق، -رسالة ماجستير، كلية التربية قسم الصحة النفسية القاهرة.
- زهرة حميد، 2006 ، تقدير الذات والدافعية للإنجاز عند المراهقين ، رسالة لنيل الماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر .
- سامية شويعل 1994، الخصائص السيكو إجتماعية للأمهات العازيات اللواتي يحتفظن بأطفالهن - رسالة الماجستير في علم النفس العيادي، جامعة الجزائر .
- سليمة سايجي 2019، التتمر المدرسي ( مفهومه، أسبابه، طرق عالجته)، جملة التغيري الاجتماعي، جامعة بسكرة ، العدد السادس، الجزائر .
- الشهري على 2009 ،العنف لدى طالب المرحلة المتوسطة في ضوء بعض المتغيرات النفسية و الاجتماعيّة-رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية جامعة أم القرى في مدينة جدة .
- عمر، جعيج 2012 ،واقع المتمر عليهم من تلاميذ السنة الرابعة متوسط من التعليم المتوسط، دراسة إستكشافية محام الضلعة والية مسيلة، جملة التنمية البشرية، العدد (02) جامعة وهران .
- العيزوزي ربيع 2001،علاقة التحكم وتقدير الذات بأصل الإعاقة الحركية السفلي، دراسة مقارنة بين ذوي الإعاقات المكتسبة والإعاقات الخلقية عند الراشدين - مذكرة نيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي.
- فوزية، غماري 2012، (ظاهرة المضايقة بين الأقران ) ( Bullying School) وعلاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط بمقاطعة الجزائر-غرب-، جملة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، المجلد(10) العدد2 ،جامعة بليدة الجزائر
- مصطفى، مظلوم علي 2004 ،فاعلية برنامج إرشادي لخفض سلوك المشاغبة على طالب المرحلة الثانوية، جملة التربية بينها، العدد (29).
- نورة، بنت سعد بن سلطان القحطاني 2015، التتمر بين الطالب وطالبات المرحلة المتوسطة، دراسة مسحية وإقتراح برنامج التدخل المضادة بما يتناسب مع البيئة المدرسية، رسالة دكتوراه الفلسفة يف التربية تخصص أصول التربية، كلية التربية قسم التربية،جامعة الملك سعود، الرياض.
- هناء شريفي 2002، إستراتيجيات المقاومة وتقدير الذات وعلاقتها بالعدوانية لدى المراهق الجزائري- رسالة الماجستير في تخصص علم النفس العيادي، جامعة الجزائر .

- هناء شريفى 2018 ،تحليل ظاهرة الإستقواء ( Bullying ) في المدرسة الجزائرية، جملة الباحث في العلوم الإنسانية والإجتماعية، قسم علم النفس، جامعة الجزائر .
- وسام خالد عبد الرمحن مقل 2018، أنماط الشخصية وعلاقتها التتمر المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية، رسالة الماجستير، في علم الجريمة من عمادة الدراسات العليا، كلية الأدب، جامعة القدس، فلسطين.
- يوسف، قطامي، نظرية التعلم والتعليم الطبعة الأولى ، دار الفكر،الأردن.

## مجلات:

- أحمد محمد الزغبى، 2005 ، العلاقة بين تقدير الإكتتاب لدى طلاب المرحلة الثانوية من الجنسين ،مجلة العلوم التربوية ، جامعة قطر ، العدد8.
- أسامة، مجيد الصوفي وفاطمة هاشم قاسم الملاكي 2012، التتمر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية، مجلة البحوث التربوية والنفسية، الكلية التربوية المفتوحة، العدد (32).
- بن سليمان ، 2013 ،تقدير بن ذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين بإستخدام الأنترنت ، العلوم التربوية ،المجلد 40 ،ملحق 4.
- توفيق، عارف عطاري ورأفت حسني الموسى 2015 ، دور الإدارة المدرسية يف مواجهة وانتشار ظاهرة الإستقواء في المدارس الحكومية التابعة لمديرية تربية جرش من وجهة نظر معلمي المدارس، جملة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد ( 43 ) ،العدد الأول.
- زهرة حميد، 2006 ، تقدير الذات والدافعية للإنجاز عند المراهقين ، رسالة لنيل الماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر .
- سليمة ،ساىحي 2019 ،التتمر المدرسي( مفهومه، أسبابه، طرق عالجه)، مجلة التغيير الاجتماعى، جامعة بسكرة ، العدد السادس، الجزائر .
- شوكت ،محمد 1993،تقدير الذات المراهق بإتجاهات الوالدية والعلاقات مع الأقران ، مركز البحوث التربوية كلية التربية جامعة الملك سعود
- شوكت ،محمد 1993،تقدير الذات المراهق بإتجاهات الوالدية والعلاقات مع الأقران ، مركز البحوث التربوية كلية التربية جامعة الملك سعود.

- عاصم عبد المجيد كامل أحمد وآخرون، 2016، التتمر المدرسي وعلاقته بالذكاء الأخلاقي لتلاميذ المرحلة الإعدادية .
- عبد الرحمان الأزرق 2000، الدافعية للتدريس عند أساتذة التربية البدنية في مرحلة المتوسط دراسة ميدانية على بعض المتوسطات ولاية المسيلة ، العدد 25، الجزائر .
- عبد الوهاب، مغار 2015 ، التتمر الوظيفي- مقارنة نظرية، جملة العلوم الإنسانية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد (32 ،)جامعة مسيلة، الجزائر
- عكاشة، محمود فتحي، 1986 ، تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال اليمن". مجلة كمية التربية بالمنصورة، العدد السابع، الجزء الرابع.
- علاء الدين كفافى 1989، تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، دراسة في عملية تقدير الذات، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، مجلة العلوم الاجتماعية العدد 35 ، .
- عواض، 2003، العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدوانى لدى الطلبة الصم ، جامعة نايف العربية للعلوم المنية .
- فؤاد البهي السيد، 1998، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- قحطان أحمد الطاهر، 2004، مصطلحات ونصوص إنجليزية في التربية الخاصة ،دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع عمان.
- محمد سليم، الزبون ومحمد الزغلول 2016، برنامج تربوي مقترح للحد من الإستقواء لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن، المجلة العربية في العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 25 .
- محمد سيد سليمان 1988، سيكولوجية ذوي الإحتياجات الخاصة(المفهوم الفئات الطبعة الأولى مكتب زهراء الشرق، القاهرة .
- مصطفى علي مظلوم 2007 ،فاعلة برنامج ارشاد لخفض سلوك المشاغبة على طلاب المرحلة الثانوية ، المجلد الثالث، العدد 04 .

# الملاحق

1- مقياس تقدير الذات لكوبر سميث

2- دليل المقابلة الأولى

3- دليل المقابلة الثانية

4- دليل المقابلة الثالثة

## الملحق رقم (01)

دليل المقابلة العيادية نصف الموجهة

-المستوى:أولى ثانوي

-الإسم : (ع)

-اللقب:

-السن:15

-التعليمة-

فيما يلي مجموعة من العبارات حول نفسك ضع علامة (x) داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، أجب عن كل عبارة بصدق وليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة.

الرقم	العبارات	تنطبق	لا تنطبق	التنقيط
01	لا تضايقني الأشياء عادة	X		1
02	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		X	1
03	أود لو إستطعت أن أغير أشياء في نفسي	X		0
04	لا أجد صعوبة في إتخاذ قراراتي		X	0
05	يسعد الآخرون في وجودهم معي		X	0
06	أتضايق بسرعة من المنزل	X		0
07	أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة	X		0
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		X	0
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة	X		1
10	أستسلم بسهولة		X	1
11	تتوقع عائلتي من ي الكثير	X		0
12	من الصعب جدا أن أضل كما أنا	X		0
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	X		0
14	يتبع الناس أفكارى عادة		X	0
15	لا أقدر نفسي حق قدرها	X		0
16	أود كثيرا لو أترك المنزل	X		0



0		X	أشعر بالضيق من عملي غالبا	17
0		X	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	18
1		X	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	19
1		X	تفهمني عائلتي	20
0		X	معظم الناس محبوبون أكثر مني	21
0		X	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
1	X		لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال	23
0		X	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24
0		X	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	25
7			المجموع	

أي 20 = 4X7 ن

المجموع الكلي للحالة = مجموع النقاط 4 X

## المحور الأول: البيانات الشخصية

س) صباح الخير

ج) صباح الخير

س) كيف حالك ؟

ج) لباس الحمد الله

س) الحمد لله أنا متربصة في علم النفس العيادي ماستر أحتاج إلى معلومات لإكمال مذكرة التخرج هل

يمكنك مساعدتي ؟

ج) إيه تفضلي

س) كم عمرك ؟

ج) 15 سنة

س) ماهو مستواك الدراسي ؟

ج) أولى ثانوي

س) هل أنت متزوجة ؟

ج) عزباء

س) هل عندك إخوة ؟

ج) نعم 2 دراري وأنا من بعد أختي صغيرة

س) كم ربتك ؟

ج) أنا وسطانية

س) هل علاقتك بإخوتك جيدة ؟

ج) ديما نتقابل مع أختي صغيرة

س) كيف هي الحالة الإقتصادية ؟

ج) متوسطة، الحمد لله

س) ماهو مستوى تعليمي للوالد والوالدة ؟

ج) باب يخدم في السونال غاز ويما قاعدة في البيت

س) كيف هي علاقتك مع والديك ؟

ج) الحمد لله لباس قريب من باب أكثر من ماما

س) إذا كان هناك خلاف في العائلة هل يحدث صراع أم سيطرة من أحد الوالدين ؟  
ج) لا ،مش ياسر ...كي يتعاركوا في بيئاتهم بابا هو لي يجبد ويسكت ، ماما هي لتبقى تعيط بزاف

### المحور الثاني: تقدير الذات لدى المراهق في البيئة المدرسية

س)كيف تقضين وقت في المدرسة ؟

ج)عادي نجي صباح نقرأ ،نحب ركز في قرائتي بزاف ،وما نخرج بزاف للساحة

س) هل أنتي محبوبة في الصف ؟

ج) لا ما يحبونيش

س)هل لديك أصدقاء ؟

ج) صحبتي وحدة تقعد معايا و بنت خالتي برك

س)هل تشعرين أن زملائك لا يعاملونك كما تتبغي؟ ولماذا؟

ج)إيه ، ديمما يحبوا يعايروني وتمتموا عليا كي نمشي ولا نطلع للصبورة لأنهم ما يحبونيش

س)هل يقرر عنك الآخرين فيما ينبغي أن تفعله أحيانا ؟

ج) إيه ، لأن كان نغلط نخاف يضحكوا ونحشم بزاف

س) هل تشاركين في الصف ؟

ج) إيه ،بصح مش بزاف

س)هل لديك ثقة في نفسك ؟

ج) شوية شوي

س)هل يتنمر عليك زملائك في الصف؟وماهي ردة فعلك عليهم ؟

ج)إيه ،يحبوا يقولولي هدره ماشي مليحة ،ويعايروني

س) ماهو الموقف الذي حدث لكي أو أثر فيك في المدرسة ؟

ج)....نهار لطحت في الساحة..... بكت ..... وجعني بزاف كي ضحكوا عليا

كامل وقعدوا يهدروا عليا حتى جاوا صحباتي ردفوني ودخلوني للقسم ،قعدت في مكاني ما حبيت نحكي

مع حتى وحدة حسيتهم كامل يشوفوا فيا ،من بعد شاركت عادي مع الأستاذ في الحصة

س)عندما يريد أحد التكلم معك كيف تكون ردة فعلك ؟

ج) لا نخاف يشوفوني ،نجبدها بجهة ونحكي معها

س) أعتبر عن ما بداخلك ؟

ج) ماشي بزاف

س) هل أنتي راضية عن نفسك ؟

ج) لا ، نحوس نغير حوايج بزاف فيا

س) هل أنتي راضية على مظهرك الخارجي؟

ج) لا ،نحوس نبذل بزاف حوايج فيه

**المحور الثالث:** خاص بالحالة خلال تواجدها في العيادة النفسية

س) من أحضرك للعيادة ؟

ج) بابا هو لي جابني

س) هل أنت راضية بوجودك هنا(العيادة)؟

ج) من الأول.....لأنو ما نحيش يقولوا عني مهبولة ،ولا راهي تروح للطبيب نفساني،وضعك راني لباس

حتى بابا لاحظ أنني تبدلت فيا حوايج ياسر

س)كيف هي نظرتك للعيادة ؟

ج) نخاف بزاف منها ،ماكنتش نحب نحكي الأخصائية النفسانية كي تسقسينيس

س) كيف علاقتك بالأخصائية النفسانية؟

ج)مليحة تعاملني مليح، خير منهم (أقرانها في الصف) .

س) هل تعجبك البرامج المقدمة من قبل الأخصائية النفسانية ؟

ج) لباس الحمد الله

س) ماهو شعورك الآن بعد تطبيقك للبرامج من قبل الأخصائية

ج) الحمد الله ، تبدلت فيا حوايج

**المحور الرابع:**خاص بالآفاق المستقبلية

س) ماذا تريد أن تصبحي في المستقبل؟ولماذا؟

ج) حابة نعود طبيبة عيون ونداوي دارنا، ونجيب الدراهم ونعاونهم

س) هل هذا الحلم لنفسك أم لكسب محبة وتقدير الناس ؟

ج) إيه باه يحبوني الناس، ونتحسن ونعود خير منهم

س) ماهي نظرتك للمستقبل ؟

ج) جيدة،إن شاء الله نتحسن وننجح في حياتي

## الملحق رقم (02)

دليل المقابلة نصف موجهة الحالة الثانية

-المستوى:أولى ثانوي

-الإسم : (ل)

-اللقب:

-السن:16

-التعليمة-

فيما يلي مجموعة من العبارات حول نفسك ضع علامة (X) داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، أجب عن كل عبارة بصدق وليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة.

الرقم	العبارات	تنطبق	لا تنطبق	التنقيط
01	لا تضايقني الأشياء عادة	X		0
02	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	X		0
03	أود لو إستطعت أن أغير أشياء في نفسي	X		0
04	لا أجد صعوبة في إتخاذ قراراتي	X		0
05	يسعد الآخرون في وجودهم معي	X		1
06	أضايق بسرعة من المنزل	X		0
07	أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة		X	1
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	X		0
09	تراعي عائلي مشاعري عادة	X		1
10	أستسلم بسهولة	X		0
11	تتوقع عائلي من ي الكثير	X		0
12	من الصعب جدا أن أضل كما أنا	X		0
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	X		0
14	يتبع الناس أفكاري عادة		X	0
15	لا أقدر نفسي حق قدرها		X	0

0		X	أود كثيرا لو أترك المنزل	16
0		X	أشعر بالضيق من عملي غالبا	17
0		X	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	18
0	X		إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	19
1		X	تفهمني عائلتي	20
0		X	معظم الناس محبوبون أكثر مني	21
0		X	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
1	X		لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال	23
0		X	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24
0		X	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	25
5	المجموع			

أي 4X5 = 20 ن

المجموع الكلي للحالة = مجموع النقاط 4 X

## المحور الأول: البيانات الشخصية

س) صباح الخير

ج) صباح النور

س) كيف حالك ؟

ج) لباس الحمد لله

س) الحمد لله أنا متربصة في علم النفس العيادي أحتاج إلى معلومات لإكمال مذكرة التخرج هل يمكنك مساعدتي ؟

ج) إيه تفضلي

س) كم عمرك ؟

ج) 16 سنة

س) ما هو مستواك الدراسي ؟

ج) أولى ثانوي

س) هل أنت متزوجة ؟

ج) عزباء

س) هل عندك إخوة ؟

ج) نعم 2 دراري وطفلة

س) كم ربتك ؟

ج) أنا الأولى

س) هل علاقتك بإخوتك جيدة ؟

ج) لا ، نتقابض معاهم ، ما نحبهمش

س) كيف هي الحالة الإقتصادية ؟

ج) لباس ، متوسطة

س) ما هو مستوى تعليمي للوالد والوالدة ؟

ج) باب أستاذ أما ماما قاعدة في الدار

س) كيف هي علاقتك مع والديك ؟

ج) نكرهم ..... ما نحبهمش وهم ما يحبونيش

س) إذا كان هناك خلاف في العائلة هل يحدث صراع أم سيطرة من أحد الوالدين ؟  
ج) قتلك ما نحبهمش .....من ذاك ماما .

### المحور الثاني: تقدير الذات لدى المراهق في البيئة المدرسية

س)كيف تقضين وقت في المدرسة ؟

ج)عادي ،نروح نطلع عام ونسجل حضورنا ونجي

س) هل أنتي محبوبة في الصف ؟

ج) لا ما يحبونيش

س)هل لديك أصدقاء ؟

ج) ما عنديش

س)هل تشعرين أن زملائك لا يعاملونك كما ينبغي؟ ولماذا؟

ج) إيه ، لأنه ديما نحس روعي منبوذة ،كأنني نخلعهم لا وحدة خاطيتهم خلاص لأنو ما يحبونيش

س)هل يقرر عنك الآخرين فيما ينبغي أن تفعله أحيانا ؟

ج) لا ، نحب نديرها ، نديرها .

س) هل تشاركين في الصف ؟

ج) لا،ما نحبش

س)هل لديك ثقة في نفسك ؟

ج) نتمنى ....

س)هل كان يتتمر عليك زملائك في الصف ؟ وكيف كان ردة فعلك ؟

ج)إيه ، دايمًا يتتمروا ويعيروا نيف خنزير ، من ذاك حتى يحبوا يشار شوني باه نصد ليهم ويخزروا نيفي  
باه يضحكوا عليه خاصتا طولي .

س) ماهو الموقف الذي حدث لكي أوثر فيك في المدرسة ؟

ج) ما ننساش هدي كلمت كبرت معايا من صغر وهي تحرق فيا من نهار سمعتها.... بكت الحالة في  
قهر.....عقدوني حتى والديا كملو عليا .

س)عندما يريد أحد التكلم معك كيف تكون ردة فعلك ؟

ج) ما نحب نحكي مع حتى واحد .

س) أتعبر عن ما بداخلك ؟



ج) إيه، نهدر ونقول نورمال

س) هل أنتي راضية عن نفسك ؟

ج) لا ، حاب ندير عملية لنيقي ولا نحوا طول .

س) هل أنتي راضية على مظهرك الخارجي؟

ج) لا ، وحدة ديما منبوذة

**المحور الثالث:** خاص بالحالة خلال تواجدها في العيادة النفسية

س) من أحضرك للعيادة ؟

ج) ماما

س) هل أنت راضية بوجودك هنا(العيادة)؟

ج) لا ، ما نحبش نجي هنا

س) كيف هي نظرتك للعيادة ؟

ج) عادي والديا حطوني هنا ، عارفين واش راهم .

س) كيف علاقتك بالأخصائية النفسانية؟

ج) مليحة ، عادي

س) هل تعجبك البرامج المقدمة من قبل الأخصائية النفسانية ؟

ج) عادي

س) ماهو شعورك الآن بعد تطبيقك للبرامج من قبل الأخصائية

ج) أي نتمنى تكون كاين نتيجة لا

**المحور الرابع:** خاص بالآفاق المستقبلية

س) ماذا تريد أن تصبحي في المستقبل؟ ولماذا؟

ج) حاب ننتهي من حياتي ، نموت ضك قبل غدوا

## الملحق رقم (03)

دليل المقابلة نصف موجهة الحالة الأولى

-المستوى:ثالثة ثانوي

-الإسم : (ر)

-اللقب:

-السن : 20

-التعليمة-

فيما يلي مجموعة من العبارات حول نفسك ضع علامة (x) داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، أجب عن كل عبارة بصدق وليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة.

الرقم	العبارات	تنطبق	لا تنطبق	التنقيط
01	لا تضايقني الأشياء عادة	X		1
02	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	X		0
03	أود لو إستطعت أن أغير أشياء في نفسي	X		0
04	لا أجد صعوبة في إتخاذ قراراتي	X		1
05	يسعد الآخرون في وجودهم معي		X	0
06	أضايق بسرعة من المنزل	X		1
07	أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة	X		0
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		X	0
09	تراعي عائلي مشاعري عادة	X		1
10	أستسلم بسهولة		X	1
11	تتوقع عائلي من ي الكثير	X		0
12	من الصعب جدا أن أضل كما أنا	X		0
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي		X	1
14	يتبع الناس أفكاري عادة	X		1
15	لا أقدر نفسي حق قدرها		X	1

16	أود كثيرا لو أترك المنزل		X	1
17	أشعر بالضيق من عملي غالبا	X		0
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس		X	1
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة	X		1
20	تفهمني عائلتي		X	0
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني		X	0
22	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	X		0
23	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال		X	1
24	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	X		0
25	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	X		1
13	المجموع			

أي 4X13 = 52 ن

المجموع الكلي للحالة = مجموع النقاط 4 X

## المحور الأول: البيانات الشخصية

س) صباح الخير

ج) صباح الخير

س) كيف حالك ؟

ج) لباس الحمد لله

س) الحمد لله أنا متربصة في علم النفس العيادي ماستر أحتاج إلى معلومات لإكمال مذكرة التخرج هل

يمكنك مساعدتي ؟

ج) إيه تفضلي

س)كم عمرك ؟

ج) 20 سنة

س) ماهو مستواك الدراسي ؟

ج) الثالثة ثانوي

س) هل أنت متزوج

ج) أعزب

س)هل عندك إخوة ؟

ج) نعم 2 دراري و 2 بنات

س)كم ربتك ؟

ج) ما قبل الأخير

س)هل علاقتك بإخوتك جيدة ؟

ج) إيه الحمد لله

س) كيف هي الحالة الإقتصادية ؟

ج) متوسطة

س) ماهو مستوى تعليمي للوالد والوالدة ؟

ج)باب سيسيام يخدم ويما باك

س) كيف هي علاقتك مع والديك ؟

ج) الحمد لله جيدة

س) إذا كان هناك خلاف في العائلة هل يحدث صراع أم سيطرة من أحد الوالدين ؟

ج) لا دائما يما هي تسيطر

**المحور الثاني: تقدير الذات لدى المراهق في البيئة المدرسية**

س)كيف تقضين وقت في المدرسة ؟

ج)عادي ، نروح نقرأ كمل لي من دروس عليا ونروح للدار

س) هل أنتي محبوبة في الصف ؟

ج) لا ما يحبونيش

س)هل لديك أصدقاء ؟

ج) صحبي واحد فقط

س)هل تشعر أن زملائك لا يعاملونك كما تتبغي؟ ولماذا؟

ج) إيه ، يحبوا يشارشوا ديمما يستقروا فيا من صوتي حتى طريقة هدرتي و حتى كنطلع للصبورة لأنهم

مايحبونيش

س)هل يقرر عنك الآخرين فيما ينبغي أن تفعله أحيانا ؟

ج) إيه، لأن كاين مواد ا نحبهم وأساءة ما نحبهمش ، لكن مش دائما

س) هل تشارك في الصف ؟

ج) إيه ، لكن من ذاك

س)هل لديك ثقة في نفسك ؟

ج) الحمد الله عندي

س)هل يتنمر عليك زملائك في الصف؟وماهي ردة فعلك عليهم ؟

ج)إيه ، ديمما يضايقوني يعايروني يقولولي حركاتك أنثى وعلاه راك تحكي بالذيربية نحسهم يحمزوا مني ،

نخليهم مي كي يكثروا نقلق بزاف ن حتى خطرة دارهالي واحد ضربتوا ديراكت

س) ماهو الموقف الذي حدث لك أو أثر فيك في المدرسة ؟

ج) ياسر مانيش متفكرهم ، مي نتفكر مرة دارتلي أستاذة تاع الإنجليزية عفسة ما نسامحهاش كنت نجاب

عندها حتى قعدت تعاود في نفس حركاتي وتعلق حتى قعدوا يضحكوا في الصف ويكثروا في الهدرة وأنا

ما عجبنيش الحالة حسيتها تستفز وتزهزا بيا

س)عندما يريد أحد التكلم معك كيف تكون ردة فعلك ؟

ج) لا نخاف يشوفوني ،نجبدها بجهة ونحكي معها

س) أتعبر عن ما بداخلك ؟

ج) إيه ، نورمال

س)هل أنت راضي عن نفسك ؟

ج) لا ، نحوس ندير بزاف حوايج نغير من لبستي شعري حتى وقت يجيني صوت يقول خلي شعرك هك.

س) هل أنت راضي على مظهرك الخارجي؟

ج) لا ، كاين وكاين حوايج يعتدلوا

المحور الرابع:خاص بالآفاق المستقبلية

س) ماذا تريد أن تصبحي في المستقبل ؟ولماذا؟

ج) حاب نجيب الباك وندير شبه طبي ، من بعد ندخل للجيوودو

س) هل هذا الحلم لنفسك أم لكسب محبة وتقدير الناس ؟

ج) لا رغبتني من صغر

س) ماهي نظرتك للمستقبل

ج) الحمد لله ، جيدة