وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر –بسكرة–
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية
تخصص إرشاد و توجيه

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر –بسكرة–
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية – قسم العلوم
الاجتماعية–
تخصص إرشاد و توجيه

رقم:.....

مستوى مساهمة تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحو اختيار التخصص في التكوين التوجيهي

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص إرشاد و توجيه

اسم و لقب الأستاذ(ة)	الرتبة	الصفة

إعداد الطالبة:
ريان بو ضياف
راضية شنيني

إشراف الأستاذة:
يحي أبو أحمد

السنة الجامعية: 2022/2021

شكر وتقدير

بسم الله والحمد لله الذي هدانا إلى خير الأعمال وقوى فينا الصبر

والإبصار والأبدان وجعلنا نعمل بكل حب وعنفوان

والحمد لله رب العالمين وصلي على سيدنا محمد وعلى اله وأصحابه أجمعين

نشكر الله سبحانه وتعلى أولا و أخيرا ونحمده على فضله علينا

لإتمام هذا العمل المتواضع لإتمام هذا العمل نتمنى أن ينفعنا.

نتقدم بالشكر الخالص والجزيل لاستأذنا الفاضل لأنه كان مرجعنا وموجهنا الأساسي

في إعداد هذا البحث العلمي كما نتقدم بالشكر والاحترام

لجميع الأساتذة الذين كانوا لنا سندا ومرجعا طوال مرحلة دراستنا

والى الأساتذة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة لمناقشة هذا البحث وتكليف أنفسهم

ووقتهم لقراءته وتقييمه كما نتقدم بالشكر والتقدير

لكل من أمدنا بمصدر أو مرجع وساعدنا بثراء المذكرة

ولا ننسى الطلبة الذين أفادونا بمعلومات خدمت هذه الدراسة

وفي الأخير إلى أسرتي العزيزة التي ساندتني وتدعو لي بالتوفيق والتفوق.

.

الإهداء

الحمد لله الذي كفى وصلاة والسلام على الحبيب المصطفى

وأهله ومن وفى أما بعد:

الحمد لله الذي وفقني لتثمين هذه الخطوة بمسيرتي الدراسية لمذكرتي

والذي كان الجهد والنجاح بفضل الله تعالى مهداة

إلى الوالدين الكريمين حفظهم الله وأدامهم الله نورا لدربي

والى إخوتي الذين قاسموني لحظاتي رعاهم الله ووفقهم

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى مساهمة تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحوى اختيار تخصصه لتكوين توجيهي واتبع في انجاز هذه الدراسة المنهج الوصفي لأجل تحقيق الهدف من الدراسة تم بناء استبيان أعد خصيصا لهذه الدراسة ، والذي تم توزيعه على عينة البحث (36) من طلاب السنة الثالثة جامعي علوم التربية واشتمل الاستبيان على اثنان من المحاور اشتقت بنودها من الخلفية النظرية للدراسة وهي:

ـ ما مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحو اختيار تخصصه؟
ـ ما مدى تحقيق مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي في اختيار المهنة؟
ـ هل توجد علاقة ارتباطيه بين متوسطات درجات تقدير الذات ومستوى الجانب المهني؟
وبعد التحليل الإحصائي للمعطيات توصلنا إلى النتائج التالية:
مستوى لتقدير الذات لدى الطالب الجامعي مرتفعة نحو اختيار التخصص.
مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي متوسطة في اختيار المهنة.
توجد علاقة ارتباطيه بين تقدير الذات والجانب المهني.

الكلمات المفتاحية:

تقدير الذات،الطالب الجامعي،اختيار التخصص.

فهرس المحتويات

المحتوى	الصفحة
البسملة	
الشكر وتقدير	
الإهداء	
الملخص	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	
مقدمة	أ- ب
إشكالية	**16/14**
أسباب و دواعي اختيار الموضوع	**17/16**
أهمية الدراسة	**18/17**
أهداف الدراسة	18
مفاهيم إجرائية	**19**
دراسات سابقة	**23/20**
التعقيب على الدراسات السابقة	**23**
جانب النظري	
الفصل الأول : تقدير الذات	
تمهيد	30
الذات	
1- مفهوم الذات	31
2- المصطلحات المتعلقة بمفهوم الذات	33/32
3- أنواع مفهوم الذات	34/33

4- أشكال مفهوم الذات	34
5- خصائص مفهوم الذات	35
تقدير الذات	
1- مفهوم تقدير الذات	37/36
2- المكونات الأساسية لتقدير الذات	37
3- أهمية تقدير الذات	39/38
4- أبعاد تقدير الذات	40
5- المبادئ الأساسية لبرنامج تقدير الذات	41
6. سمات العامة لذوي تقدير الذات مرتفع ومنخفض	42
7- نظريات تقدير الذات	43
8- العوامل المؤثرة في تقدير الذات	50/44
9- الفرق بين تقدير الذات و مفهوم الذات	53/51
خلاصة الفصل	55
الفصل الثاني : الطالب الجامعي	
تمهيد	57
1- تعريف الطالب الجامعي	58
2- خصائص الطالب الجامعي	62/59
3- مسؤوليات الطالب الجامعي	63
4- طرق التدريس بالنسبة لطالب الجامعي	63
5- رضا عن التخصص و التكيف الأكاديمي للطالب	64
6- مشكلات الطالب الجامعي	66/65
خلاصة الفصل	67
الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث:الاجراءات المنهجية للدراسة	

تمهيد	70
منهج الدراسة	70
حدود الدراسة	70
مجتمع الدراسة	71
عينة الدراسة	71
أداة الدراسة	72
أدوات الدراسة و خصائصها السيكومترية	73/72
خلاصة	74
– تحليل ومناقشة التساؤل الأول	76
– تحليل ومناقشة التساؤل الثاني	76
ـ تحليل ومناقشة التساؤل الثالث	80/78
الاستنتاج العام	81
الاقتراحات	83/82
الخاتمة	84
قائمة المصادر و المراجع	89/86
الملاحق	93/91

فهرس الجداول

رقم الجداول	عنوان الجداول	الصفحة
الجدول رقم 01	يوضح تقسيم محاور الاستبيان الدراسة	61
الجدول رقم 02	يوضح مستوى استبيان	61
الجدول رقم 03	يوضح صدق الاتساق الداخلي	62
الجدول رقم 04	يوضح ثبات المقياس	63
الجدول رقم 05	يوضح حساب متوسط الحسابي و الانحراف المعياري المحور الأول	64
الجدول رقم 06	يوضح حساب متوسط الحسابي و الانحراف المعياري المحور الثاني	65
الجدول رقم 07	يوضح حساب العلاقة الارتباطيه	67

فهرس الأشكال

رقم الأشكال	عنوان الشكل	الصفحة
الشكل رقم 01	**العوامل المؤثرة في تقدير الذات**	**40**

مقدمة

مقدمة:

يسعى الإنسان إلى العلم والمعرفة منذ نعومة أظافره من أجل تحقيق التكيف للارتقاء بنفسه. و يمكن الانتقال من الحياة البيولوجية إلى الحياة المدنية بوضع الأنظمة و القوانين و إنشاء المؤسسات التي تهذب سلوكه و تنمي فكره، و منها النظام التربوي الذي يعتبر الحجر الأساسي في التنشئة الاجتماعية، فدوره لا يقتصر على التعليم و تزويد الطلبة بالمهارات العلمية بل هو أيضا يقوم بإعداد الحياة،باعتباره الوسيلة التي تقوده إلى ضمان مستقبل مميز و التمتع بمكانة مرموقة، فالمتعلم يختلف عن غيره في كل شيء في طريقة التفكير أسلوب التعامل و القدرة على التواصل، و بالطبع مع ارتفاع المستوى التعليمي للفرد تعلوا مكانته كل هذا لا يحدث في لمح البصر و إنما عبر أزمنة و مراحل و أخرتها المرحلة الجامعية.

فالجامعة هي أهم منعرجات في حياة الطالب. كونها أعلى درجات الهرم في نظام التربية. ولها الأثر الكبير في رسم معالم المستقبل للفرد والمجتمع بعد تخرج الطالب منها،ومن هنا فعملية اختيار التخصص الجامعي قرار مهم وتتدخل فيه الكثير من العوامل التي تؤثر وتجعل الطالب في حيرة عند عملية اختيار التخصص الجامعي الملائم الذي يلبي طموحاته ويتناسب مع قدراته العلمية ورغباته و ميولتاه، وما يتلقاه من المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يشكل رضا عن التخصص الدراسي بكل ما يشمله من عوامل مختلفة. وهناك نقطة مهمة لجعل الطلاب يشعرون بالراحة والطمأنينة والرغبة في بذل أقصى جهودهم لإنجاز متطلبات أدوارهم وهذا ما يزيد من رفع مستوى القيمة الذاتية للهدف وبالتالي الميل للبحث عن النجاح وتجنب الفشل الذي يبلور ويزيد من مستوى طموح الطالب. ويؤثر هذا على نظرته لمستقبله وما يتوقع أن يحققه من أهداف في حياته التعليمية والمهنية.

فلا شك أن الجامعة تسهم إسهاما ملحوظا في بناء شخصية الطالب بما تقدمه من معارف وخبرات ولذلك يمكن القول إن شخصية الطالب تتبلور وتتضح من خلال فترة الإعداد الجامعي ومن نعم الله على العبد أن يهبه المقدرة على معرفة ذاته ووضعها في الموضع الملائم بها إذ أن جهل الطالب وعدم معرفته لقدراته يجعله يقيم تقييما خاطئا. فأما أن يعطيها أكثر ما تستحق فيثقل كاهلها وأما أن يزدري ذاته ويقلل من قيمتها فيسقط نفسه فالشعور السيئ عن ذاته لذا فهي لها تأثيرا كبيرا في تدمير الإيجابيات التي يملكها الشخص وتقدير الذات لا يولد مع الإنسان بل هو مكتسب من تجاربه في الحياة وطريقة رد فعله اتجاه التحديات والمشكلات في حياته.

ويعتبر هذا البحث محاولة لفهم عامل مهم وهو كيفية بناء وتقدير الذات لدى الطالب جامعي وكيف تلعب دورا في اختيار تخصص الطالب لتكوين توجيهي.

وقسمنا الدراسة إلى أربعة فصول بحيث يدرس الفصل الأول تقديم موضوع الدراسة من خلال عرض الإشكالية وتساؤلات الدراسة إضافة لأهميتها وأهدافها و التعاريف الإجرائية لمتغيراتها. ويدرس الفصل الثاني تقدير الذات والتي يضم تعريف الذات، أنواع الذات،وتعريف مستوى الذات والعوامل المؤثرة فيه. أما الفصل الثالث الذي يدرس الطالب الجامعي من تعريف له وكذا دوره في الجامعة وخصائصه وأهم مشكلاته

أما الفصل الأخير الذي ضم فصلين وهما كالتالي:

الفصل الأول: إجراءات الدراسة الميدانية

الفصل الثاني: تحليل ومناقشة النتائج

وفي الأخير تمت إضافة مقترحات وخاتمة الدراسة التي تعتبر خلاصة الموضوع.

كما تطرقنا إلى بعض المراجع والمصادر ،والملاحق التي اعتمدنا عليها في دراستنا الحالية

1-إشكالية:

يعتبر التوجيه الجامعي المنظم الأساسي لعملية تزويد المجتمع بالقوى البشرية المطلوبة و المؤهلة تأهيلا يستجيب لمتطلبات المجتمع و تحقيق أهدافه في كافة المجالات و على مختلف المستويات فضلا على كونه أهم القواعد التي يرتكز عليها تحقيق مبدأ الاهتمام بنوعيه الطالب في إطار تحقيق الكفاءة النوعية للجامعة و منه فالتوجيه كما أشار إليه بوسنة (1988) أحد الدعائم الأساسية لنجاح عمليتي التعليم و التكوين فالتوجيه الفعال يؤدي إلى تحقيق المثلث الذهبي فيما يخص التكفل بالشباب أي اختيار مسار التكوين المناسب لنجاح في هذا التكوين و الحصول على منصب.

وبناءا عليه أن قدرة الجامعة على تكوين إطارات مؤهلة لخدمة المجتمع تكوينا علميا يرتبط بقبول طلبة واستعدادات فجودة المخرجات النهائية مرتبط بلا شك بجودة مداخلات وعمليات تكوينها. فالطالب يمر في حياته الدراسية بالعديد من المراحل الجامعية فمن ضروري جدا ان يكتسب الطالب حرفة علمية و يمارس هذا العلم في المستقبل فهي من أهم المراحل في حياة الإنسان حيث أنها حصيلة جهد السنوات السابقة و باب للدخول إلى مرحلة عملية في السنوات اللاحقة و العالم الذي نعيش فيه اليوم يتطور باستمرار حيث أصبحت متطلباته تحتاج إلى تعليم قوي و متشعب في التخصصات لذلك فهي تعتبر مؤسسة اجتماعية تنظم نشاطات الأفراد و تدمجهم في خبرات الحياة و مجالاتها و هي نسق منظم من العقائد و القيم و التقاليد و تعتبر في عصرنا أهم مؤسسة إنتاجية و استثمارية في الطاقات البشريون تعد البيئة التعليمية الثانية بعد المدرسة التي تطور المهارات العلمية و الاجتماعية لدى الطلبة فأصل كلمة جامعة هو اختصار للكلمة اللاتينيةUniversitasو هي مؤسسة عمومية للتعليم العالي و البحث العلمي فهي تتمتع بنوع من الاستقلالية مخولة لمنح شهادات ذات طابع وطني كما أنها منظمة تعليمية متعددة التخصصات مكونة من مجموعة مؤسسات التعليم العالي و البحث العلمي فيهدف التعليم في الجامعة بصورة عامة غلى تنمية جميع أبعاد شخصية الطالب و تطوير جميع جوانب قدراته و استعداداته و قابليته و تنمية معارفه و مهاراته و اتجاهاته في مجال تخصصه و في المجالات التي لها علاقة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بهذا التخصص فالطالب الجامعي يعتبر أحد العناصر الأساسية التي تكون الجامعة باعتبارهم أجيال المستقبل و يعتبر الشخص الذي يطلب العلم و يسعى للحصول عليه عن طريق متابعة دروسا في الجامعة أو أحد فروعها أو مؤسسة تعليمية مكافئة لها فنجاح الطالب في دراسته الجامعية يتوقف إلى درجة كبيرة على مدى ملائمة التخصص لقدراته و ميوله و رغباته حسب "تارزولت" يعبر على اهتمام بجانب واحد من جوانب شخصية

الطالب و هو التحصيل الدراسي و من المؤكد أن هذا الجانب لا يعكس باقي الجوانب الشخصية التي لها تأثير بالغ على توجيهه كسماته و قدراته العقلية و استعداداته و نواحيه الجسمية و الصحية و غيرها.

فالطالب الجامعي هو الذي يتلقى دروس ومحاضرات والتدريب على كيفية الحصول على المعلومات في مؤسسة التعليم العالي للحصول على الشهادة الجامعية (مزيش، مصطفى. 2009.ص24)

حيث يعتبر الذات من أهم الخبرات السيكولوجية للكائن البشري وتتكون من تفاعله بالآخرين المحيطين به ومن تقدير الآخرين ويكون فكره أو مفهومه عن ذاته وتتكون هذه الفكرة عند الفرد في ضوء استجابته التي يقيم ذاته من خلالها.

ومن الطبيعي جدا للكائن الموجود الذي يحمل في فطرته حب الذات أن يعرف هذه الذات ويدرك كما لها سبل الوصول إليها (مصباح. 1992.ص11)

فمفهوم الذات من أهم العوامل المؤثرة في السلوك الإنساني، وهو مفهوم متعلم ومكتسب من أنماط التنشئة الاجتماعية لقد استنتج لابيان وجرين (1981) أن مفهوم الذات يعمل كموجه للسلوك وقوة دافعة له وهو يشكل ذلك المكون أو التنظيم الإدراكي الذي يقف وراء وحدة أفكارنا ومشاعرنا والذي يعمل بمثابة الخلفية المباشرة لسلوكنا والمحرك الموجه و الموحد للسلوك.

أما تقدير الذات أو عدمه فالمفهوم الإيجابي يدفع بالفرد إلى مواجهة المواقف الحياتية بشجاعة وثقة في حين يشعر الشخص صاحب المفهوم السلبي بالعجز، الذي قد يوقعه في مغبة الاضطرابات والانحرافات السلوكية.

وتعد دراسة مفهوم تقدير الذات من الموضوعات المهمة التي مازالت تتصدر المراكز الأولى في البحوث النفسية،نظرا لأهميتها في الحياة الإنسانية وكما تعد من المفاهيم المهمة في العملية التربوية. فالذات تعتبر بمثابة حجر الزاوية في شخصية الإنسان حيث أن صورة الفرد عن ذاته لها أهمية كبيرة في مستقبل حياته، من خلال ما تعكسه من تصور رؤية الفرد لذاته و احترامه و تقبله لها، فكلما كان ذلك المفهوم إيجابيا قرب الفرد من الصحة النفسية و العكس الصحيح لذلك فالطالب لابد أن يكون لديه إطلاع كامل و تكوين معرفي منظم و متعلم للمدركات الشعورية و التصورات و التقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد و يعتبره تعريفا نفسيا لذاته و يتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد ذاتية المنسقة و المحددة للأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية و الخارجية و تشمل هذه العناصر المدركات التصورات التي تحدد خصائص الذات و تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته.

فيعد اختيار التخصص من القرارات المهمة التي يتخذها الإنسان في حياته و أن هذه القرارات تزداد أهمية عند الطلاب لأهميته حياتهم و مستقبلهم مدركين لمتطلبات الحياة التي تواكب تطورات العصر في النواحي الاجتماعية على حد سواء فهي قضية على مستوى فردي تخص الطالب لأن اختيار التخصص ما يحدد أمورا أساسية في حياته منها سهولة أو صعوبة الحصول على عمل معين و الاستمرارية فيه و النجاح أو الفشل و الرضا أو عدم الرضا عن هذا العمل المادي المناسب و المكانة الاجتماعية التي يسعى لها الفرد و الواقع أن الطالب إذ اختاره مجالا لا دراسيا لا يميل إليه قد يواجه الفشل و يشعر بالنقص و الدونية مما قد يؤثر سلبا على تقديره لذاته بالإضافة إلى عدم شعور بالأمن و الاستقرار الذي يؤدي به إلى الشعور بالإحباط و القلق على مستقبله المهني.

ومن هذا المنطلق تهدف الدراسة إلى تسليط الضوء على اختيار الطالب لتخصصه الجامعي،وذلك في إجراءاته ووسائله ومفاهيمه ومدى علاقته بتقدير الذات ومن هنا نطرح السؤال التالي:

ما مستوى مساهمة تقدير الذات للطلاب الجامعيين نحو اختيار تخصصهم؟

التساؤلات الجزئية:

1- ما مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحو اختيار تخصصه؟
2- ما مدى تحقيق مستوى تقدير الذات لدى للطالب الجامعي في اختيار المهنة؟
3- هل توجد علاقة ارتباطيه بين تقدير الذات والجانب المهني؟

2-أسباب ودواعي اختيار الموضوع:

تعود أسباب اختيار موضوع الدراسة إلى عدة أسباب منها:

أسباب ذاتية:

. رغبتي الشخصية في دراسة الموضوع.

- رغبتي في إثراء الرصيد العلمي والمعرفي بمختلف المعلومات والمعارف لهذا الموضوع.

-إعطاء بعض المقترحات من أجل معرفة أهم العوامل التي تؤثر على اختيارات الطالب لتخصصه.

أسباب موضوعية:

-الكشف عن العوامل التي تؤثر في اختيار التخصص الجامعي.

- كون هذا الموضوع من أهم المواضيع التي تؤثر على مسار الطالب الجامعي حاضرا ومستقبلا.
-باعتبار هذا الموضوع أنه الحجر الأساسي للطالب في مساره التعليمي.
. محاولة التعرف على ظروف الجوانب الأساسية (النفسية- مهنية- بيداغوجية) والكشف عن العلاقات في اختيار التخصص.
. باعتبار تقدير ذات الموضوعات النفسية التي لها اهتمام بالغ في اختيار الطالب لتخصصه.

3-أهمية الدراسة:

1. أهمية النظرية:

- تساهم هذه الدراسة في التعرف على مستوى تقدير الطالب لذاته في اختياره لمستقبله في مجال العلمي والمهني.

- يتزايد قلق الطلبة الجامعيين عند تخرجهم من الجامعة لشعورهم بالضعف من إمكانية الحصول على فرصة عمل أو مهنة بعد التخرج وهذا ما يولد لديهم الشعور بالإحباط والقلق على ذواتهم ومستقبلهم.

- تكمن أهميته في المشكلة التي يتصدى إليها بالدراسة والتقصي العلمي من خلال ما تفق عليه المختصون في هذا المجال على أهمية توجيه الطلبة أكاديميا ومهنيا للفاقد التعليمي والهدف الوظيفي.

- إلقاء ضوء على إحدى الموضوعات البحثية المهمة في مجال علم النفس تقدير ذات وتأثيرها في اختيار طالب جامعي.

- تتجلى الأهمية النظرية للدراسة أيضا في محاولة تقديم إضافة جديدة في البحوث النفسية والتربوية وهذا من خلال دراسة العلاقة بين تقدير الذات و اختيار التخصص لدى شريحة هامة من المجتمع وهي شريحة طلاب الجامعة

2. أهمية التطبيقية:

-يكتسب البحث أهمية إعطاء الطلبة فكرة عن التخطيط السليم لاختيار التخصص المناسب بما يجعلهم قادرين على إكمال دراستهم دون ضغوطات نفسية

– لفت نظر القائمين على الإدارة الجامعية بضرورة اهتمام بعملية التوجيه واختيار التخصص لما لها من آثار نفسية، مهنية، بيداغوجية على طلبة بمختلف مستوياتهم.

– تسعى الدراسة الحالية إلى المساهمة في إثراء جانب مهم في مجالات الدراسة النفسية والاجتماعية والمهنية البيداغوجية وهو الاتجاه نحو التخصص والذي يعتبر مهم للطلبة لدوره في رفع أو خفض مستوى تقدير الذات لديهم حيث تعد هذه الدراسة مطلب أساسي لكل طالب.

– من هنا نبرز أهمية الدراسة الحالية في التطرق لتقدير الذات عند طالب بتحديد حجم تقدير الذات الذي يشعره باعتباره تخصصه الذي يساهم في إكسابه خبرات ومعارف حيث يتكون لديه علاقات اجتماعية حيث معرفة الطالب بتخصصه الجامعي و اتجاهاته الايجابية نحوه تعزز ثقته بنفسه وتزيد من رغبته في الدراسة.

– ضرورة توعية الوالدين والمؤسسات التعليمية بالاهتمام بقدير الذات واختيار تخصص الطالب وذلك باعتبارهما من المتغيرات المؤثرة لاكتساب المعارف ومهارات الطالب.

4-أهداف الدراسة:

- التعرف على كيفية اختيار الطلبة الجامعيين لتخصصاتهم.
- تهدف هذه الدراسة لمعرفة العوامل (النفسية، المهنية، البيداغوجية) التي تدخل في اختيار التخصص.
- الكشف عن الصعوبات التي تواجه الطالب أثناء اختياره لتخصصه الجامعي بين ما يرغب به وما تطمح إليه أسرته وما هو موجود في اختيار سوق العمل.
- معرفة تأثير الظروف المحيطية على الطالب في اختياره لتخصصه الجامعي.
- إثراء التراث الأدبي والعلمي بنتائج هذه الدراسة بغية فتح زاوية بحث جديدة لتحسين واقع التوجيه الجامعي في الجزائر.
- تساهم هذه الدراسة في تحديد حجم مشكلة التوجيه الجامعي لدى الطلاب بتخصصاتهم النظرية والعلمية.
- قدرة على تقدير الذات والتعبير عن الرضا وعدم الرضا الفرد ووعيه وإدراكه التام لاختياره.

5-مفاهيم إجرائية:

1. تعريف إجرائي لتقدير الذات:

إن تقدير الذات يشير إلى نظرة الفرد الإيجابية إلى نفسه بمعنى تقييم شامل والكلي لذاته إما بطريقة إيجابية أو سلبية كما تتضمن إحساس الفرد بكفاءته وجدارته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة وهو تقييم الشامل الذي يضعه الفرد لنفسه ولقيمته الذاتية.

وهو الدرجات المتحصل عليها بمقياس الاستبيان الذي يقاس بالدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة السنة الثالثة من خلال الإجابة على فقرات مقياس تقدير الذات المطبق في الدراسة.

2. الطالب الجامعي:

هو ذلك الشخص الذي سمحت له كفاءته العلمية بانتقال من مرحلة الثانوية إلى مرحلة التكوين المهني أو الفني العالي إلى الجامعة تبعا لتخصصه الفرعي بواسطة شهادة يمتاز بنوع من الذكاء ومجموعة المعارف العلمية له طموحات وأهداف يتطلع إليها المجتمع التي سمحت له شهادته العلمية بأن يتلقى تعلما عاليا في مؤسسة علمية راقية.

فالطالب هو أحد العناصر الأساسية والفعالة في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي إذ انه يمثل عدديا النسبة الغالبة في المؤسسة الجامعية وهو الفرد الذي سمحت له قدراته الحصول على شهادة البكالوريا وهو يزاول دراسته بالجامعة ويتدرب على كيفية البحث والحصول على المعلومات وطالب السنة الثالثة هو العينة مراد قياسها وفق مقياس ضمن اختيار تخصصه.

3. اختيار تخصص الجامعي:

1.3. التخصص:يقصد به تقسيم أو تقسيم المناصب إلى عدد من الوظائف المتخصصة والمترابطة لجامعة أو مجتمع محلي آو مجتمع كبير لذلك يوجد التخصص المهني مثلا.

2.3. التخصص الجامعي:هو ما يقوم باختياره الطالب في المرحلة الجامعية من توجيهات و إرشادات علمية تحدد مسار حياته العلمية والعملية وهذا الاختيار لابد أن يتوافق مع استعداداته قدراته ومواهبه الذاتية ورضاه على التخصص ونوعية المقررات الدراسية وطرق و أساليب التقويم والتدريس والمستقبل المهني لهذا

التخصص. وهو الدرجة التي يختارها أفراد العينة السنة الثالثة من خلال إجابتهم على المقياس المستخدم في البحث.

6-دراسات سابقة:

أ . الدراسات العربية:

1/. **دراسة محمد الرشدي 1979**:بعنوان مفهوم الذات وعلاقته بالقيم لدى طلاب مرحلة الثانوية وهدفها دراسة أبعاد مفهوم الذات بالقيم النظرية والاقتصادية والاجتماعية والسياسية والجمالية القيمية تألفت العينة من 156طالبا و156طالبة تتراوح أعمارهم بين 15-16سنة وقد استخدم اختبار مفهوم الذات للكبار واختبار القيم وأسفرت النتائج عن:

- وجود علاقة ارتباطيه بين القيم مفهوم الذات وان الفروق بين الجنسين في أبعاد مفهوم الذات.
- فروق ذات دلالة إحصائية من حيث تقبل الآخرين وكشف ذلك وجود الاتفاق في ترتيب بعض القيم وخاصة ضمن الإطار الثقافي والدراسي.

2/ **دراسة احمد عربيات عماد الزعول (2008)**: تحت عنوان الفروق في مستوى تقدير ذات لدى طلبة جامعة مؤتة تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي اشتملت الدراسة على عينة بلغ عددها (622) منهم (280) طالبا و(382) طالبة وطبقا الباحثان مقياس تم إعداده خصيصا لقياس مستوى تقدير الذات وجرى رصد المعدلات التراكمية لأفراد العينة في دائرة القبول والتسجيل وأسفرت النتائج على وجود:

-وجود تباين دال إحصائيا في مستوى تقدير الذات لدى كل من طلبة العاديين والطلبة المنذرين.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات يعزى إلى المستوى الدراسي.

-لا توجد فروق في مستوى تقدير ذات تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص والتفاؤل بينهما.

-وجود علاقة ارتباطيه بين التحصيل الأكاديمي ومستوى تقدير الذات.

3/. **دراسة احمد إسماعيل الالوسي**:(1435-2014)هو تحت عنوان فاعلية ذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية في علم النفس الاجتماعي عمان والأردن هدفت الدراسة قياس فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة قياس الفروق في فاعلية الذات وفق متغير الجنس (ذكور إناث) قياس الفروق في فاعلية الذات على وفق متغير الاختصاص (علمي ،إنساني) تكونت عينة الدراسة من 400 طالب وطالبة موزعين على ثماني كليات في جامعة بغداد أربع كليات في الاختصاص العلمي وأربع كليات في الاختصاص الإنساني ومن خلال النتائج تم توصل إليها وتحليلها ومناقشتها:

-إن فاعلية طلبة بشكل عام فاعلية قوية على الرغم من العوائق مصاعب المحيط الاجتماعي والاقتصادي.
-الفرق في الفاعلية بين الإناث في الاختصاص الإنساني والإناث في الاختصاص العلمي لا ينفي وجود الفاعلية الذاتية لدى إناثا لاختصاص العلمي.
-إن طبيعة الاختصاص الدراسي لم يكن له إثر واضح في الفاعلية الذاتية إذأن كل اختصاص ينمي الفاعلية بحسب طبيعته.

.

5/.**اوشن نادية** (2015-2014م): تحت عنوان التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية لجامعة الحاج لخضر باتنة هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات لدى عينة البحث وإيجاد مدى فعالية إجراءات التوجيه الجامعي في الجزائر في تلبية رغبات الطلبة الحاصلين علي شهادة البكالوريا معرفة الفروق دالة إحصائيا بين الطلبة تجاه متغيرات الدراسة (التوجيه الجامعي -تقدير الذات -قلق المستقبل المهني) تبعا لمتغير الجنس والتخصص الدراسي تكونت عينة الدراسة استطلاعية من (30) طالبا وطالبة من أقسام الستة الأولى جامعي وبما أن الدراسة هدفها الوقوف على العلاقة التي تربط بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات وقلق المستقبل المهني وكذا إجراء مقارنة بين طلبة في هذه المتغيرات من حيث الجنس والتخصص فان المنهج هو المنهج الوصفي التحليلي ألارتباطي بإضافة إلى المنهج المقارن وتم استخدام في هذه الدراسة 3 مقاييس استمارة تقيس "" واقع التوجيه الجامعي"" والأخر اختبار يقيس مستوى "تقدير الذات" من إعداد كوبر سميث والثالث استمارة تقيس مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة أسفرت نتائج: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

6/- إهداء عادل الطارنة: (2015)السعادة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى جامعة مؤتة استهدفت الدراسة التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة. أما مستويات المساندة الاجتماعية تراوحت بين عالية وعالية جدا ووجود فروق تعزى لمتغير النوع الاجتماعي على مقياس المساندة الاجتماعية لصالح إناث.
- وتكمن الأهمية على التأكد الدور الايجابي للمكونات الأساسية للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية في تحقيق درجات مرتفعة من السعادة.

تكونت عينة الدراسة من (907) طالبا وطالبة تم اختيار بالطريقة عشوائية الطبقية من مجموع طلبة جامعة مؤتة تم استخدام ثلاث أدوات لقياس الدراسة ويعد إيجاد مؤشرات الصدق والثبات لها تم تطبيقها على أفراد العينة أظهرت نتائج:

-مستويات الشعور بالسعادة تتزاوج ما بين متوسط إلى عالية وأشارت النتائج إلى وجود بفروق دالة إحصائية إلى متغير نوع اجتماعي لصالح إناث.

7/-**دراسة امزيان زبيدة:**2007: بعنوان تقدير الذات للمراهق بمشكلات وحاجات الإرشادية دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس وهدفت الدراسة إلى التعرف على مشكلات المراهقين ومعرفة علاقة تقدير الذات لهم بالمشكلات بالإضافة إلى الكشف كما إذا كانت هناك علاقة بين تقدير ذات والحاجات الإرشادية وتكونت العينة من (200تلميذو تلميذة) واستخدمت الباحثة استبيان الحاجات والإرشادية بالإضافة إلى استبيان المشكلات النفسية ومقياس كوبر سميث أشفرت نتائج الدراسة:

-وجود علاقة بين تقدير الذات للمراهقين بالمشكلات والحاجات الإرشادية وفق متغيرات الدراسة.

-وجود فروق بين ذوي تقدير الذات المتداني وذوي تقدير الذات المتوسط في متغيرات الدراسة وفقا لمتغير الجنس.

8/ **دراسةحوريةبدرة2016:** تقدير الذات وعلاقته بالنضج المهني،دراسة ميدانية لعينة من الطلبة تهدف إلى معالجة موضوع مهم لعلم النفس،تقدير الذات و علاقته بالنضج المهني ،استهدفت الدراسة 40 طالبا جامعيا (33 ذكرا ،7 إناث) وتم الاعتماد في الدراسة على اختبارين ،اختبار تقدير الذات ل:هيلمريتش وستاب ورافين و إختبار النضج المهني ل: كرايتس تم التوصل إلى النتائج التالية:

. توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والنضج المهني لدى الطلبة الجامعيين

. لا يوجد فرق دال إحصائيا بين الجنسين من الطلبة من حيث تقدير الذات.

. لا يوجد فرق دال إحصائيا بين الجنسين من الطلبة من حيث النضج المهني.

ب . دراسات الأجنبية:

1. **دراسةبيمبنللي Pimpinelli:** حول تقديم برنامج للمساعدة في خفض درجة الاكتئاب والقلق وتحسين تقدير الذات المنخفض لدى عينة من جامعة "Polk" تبحث هذه الدراسة عن مدى وجود فعالية هذا البرنامج بالنسبة لهذه المتغيرات لدى المشاركين في هذا البرنامج.حيث شملت العينة(41 طالبا) ومن بين الأدوات التي استخدمت في هذه الدراسة اختبار الشخصية. مقياس الاكتئاب. قائمة القلق كحالة وكسمة قائمة تقدير الذات للراشدين. ولم القياس القبلي والقياس البعدي للمشاركين حيث كانت العينة عبارة عن مجموعة واحدة

وأشارت النتائج إلى وجود لانخفاض في درجة الاكتئاب وتحسن في تقدير الذات نتيجة تأثير وفاعلية البرنامج المستخدم.

2. **دراسةجولدسميثGoldSmith:** تناولت تقييما لتأثير برنامج المهارات المراهقين على تقدير الذات والاتجاهات نحو المدرسة تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير هذا البرنامج على تقدير الذات والاتجاهات نحو المدرسة و تكونت العينة من طلاب أمريكيين مكسيكيين شملت مجموعتين أحداهما مجموعة ضابطة والأخرى تجريبية حيث تم استخدام القياس القبلي للمجموعتين بنفس الأدوات ولم تتلق المجموعة الضابطة أي علاج أو تدريب لتعزيز وتقوية تقديرهم لذواتهم أو اتجاهاتهم نحو المدرسة بينما تلقت المجموعة التجريبية تدريبات لمدة عام دراسي بواسطة برنامج مهارات المراهقة التي أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في تقدير الذات وهذا يعني عدم وجود تأثير لبرنامج في تحسين تقدير الذات.

7- تعقيب على الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة تحاول الباحثتان الكشف عن أوجه الشبه والاختلاف بين هذه الدراسات من جهة، وبينها وبين الدراسة الحالية من جهة أخرى على النحو التالي:

– الهدف: تباينت أهداف الدراسات السابقة بتباين مشكلاتها حيث هدفت دراسة محمد الرشدي(1979) إلى دراسة أبعاد مفهوم الذات بالقيم النظرية والاقتصادية والاجتماعية والسياسية والجمالية القيمية ، وهدفت دراسة احمد عربيات عماد الزعول (2008)الى الفروق في مستوى تقدير ذات لدى طلبة جامعة مؤتة تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي، وهدفت دراسة احمد إسماعيل الالوسي (1435-2014) الى قياس فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة، قياس الفروق في فاعلية الذات وفق متغير الجنس (ذكور، إناث) قياس الفروق في فاعلية الذات على وفق متغير الاختصاص (علمي ،إنساني) ،وهدفت دراسة اوشن نادية (2014-2015م): إلى الكشف عن العلاقة بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات لدى عينة البحث وإيجاد مدى فعالية إجراءات التوجيه الجامعي في الجزائر في تلبية رغبات الطلبة الحاصلين علي شهادة البكالوريا معرفة الفروق دالة إحصائيا بين الطلبة تجاه متغيرات الدراسة (التوجيه الجامعي –تقدير الذات –قلق المستقبل المهني) تبعا لمتغير الجنس والتخصص الدراسي،وهدفت دراسة إهداء عادل الطارنة: (2015) إلى التعرف علي مستوى المساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة. أما مستويات المساندة الاجتماعية

تراوحت بين عالية وعالية جدا ووجود فروق تعزى لمتغير النوع الاجتماعي علي مقياس المساندة الاجتماعية لصالح إناث، وهدفت دراسة امزيان زبيدة:2007: إلى التعرف على مشكلات المراهقين ومعرفة علاقة تقدير الذات لهم بالمشكلات بالإضافة إلى الكشف كما إذا كانت هناك علاقة بين تقدير ذات والحاجات الإرشادية، وهدفت دراسة بيمبنللي Pimpinelli الى الكشف عن مدى وجود فعالية هذا البرنامج بالنسبة لهذه المتغيرات لدى المشاركين في هذا البرنامج، وهدفت دراسة جولد سميث Gold Smith فهدفت إلى التعرف علي مدى تأثير هذا البرنامج علي تقدير الذات والاتجاهات نحو المدرسة.

أما الدراسة الحالية فأنها تهدف إلى:

ـ معرفة العوامل (النفسية والمهنية والبيداغوجية) التي تدخل في اختيار التخصص.

ـ القدرة على تقدير الذات والتعبير عن الرضا وعدم رضا الفرد وإدراكه التام لاختياره.

ـ أدوات الدراسة: تباينت الدراسات السابقة من حيث الأدوات البحثية المستخدمة، حيث استخدمت دراسة احمد عربيات، عماد الزعول (2008) مقياس تم إعداده خصيصا لقياس مستوى تقدير الذات وجرى رصد المعدلات التراكمية لأفراد العينة في دائرة القبول والتسجيل، واستخدمت دراسة امزيان زبيدة (2007) استبيان المشكلات النفسية ومقياس كوبر سميث، أما دراسة بيمبنللي Pimpinelli فقد استخدمت اختبار الشخصية. مقياس الاكتئاب. قائمة القلق كحالة وكسمة قائمة تقدير الذات للراشدين، واستخدمت دراسة دراسة جولد سميث Gold Smith برنامج مهارات المراهقة.

أما الدراسة الحالية فقد استخدمت:استمارة استبيان.

ـ توصلت الدراسات التي تم عرضها إلى النتائج التالية:

ـ توصلت دراسة محمد الرشدي 1979إلى:

–وجود علاقة ارتباطيه بين القيم مفهوم الذات وان الفروق بين الجنسين في أبعاد مفهوم الذات.

–فروق ذات دلالة إحصائية من حيث تقبل الآخرين وكشف ذلك وجود الاتفاق في ترتيب بعض القيم وخاصة ضمن الإطار الثقافي والدراسي.

ـ وتوصلت دراسة احمد عربيات، عماد الزعول (2008) إلى النتائج التالية:

-وجود تباين دال إحصائيا في مستوى تقدير الذات لدى كل من طلبة العاديين والطلبة المنذرين.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات يعزى إلى المستوى الدراسي.

-لا توجد فروق في مستوى تقدير ذات تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص والتفاؤل بينهما.

-وجود علاقة ارتباطيه بين التحصيل الأكاديمي ومستوى تقدير الذات

. وتوصلت دراسة احمد إسماعيل الالوسي:(2014-1435) إلى أن:

- فاعلية طلبة بشكل عام فاعلية قوية على الرغم من العوائق مصاعب المحيط الاجتماعي والاقتصادي.

-الفرق في الفاعلية بين الإناث في الاختصاص الإنساني والإناث في الاختصاص العلمي لا ينفي وجود الفاعلية الذاتية لدى إناث الاختصاص العلمي.

-إن طبيعة الاختصاص الدراسي لم يكن له أثر واضح في الفاعلية الذاتية إذ أن كل اختصاص ينمي الفاعلية بحسب طبيعته.

. وتوصلت دراسة اوشن نادية (2015-2014م) إلى:

-وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

. وتوصلت دراسة إهداء عادل الطارنة: (2015) إلى:

-مستويات الشعور بالسعادة تتزاوج ما بين متوسط إلى عالية

-وجود بفروق دالة إحصائية إلى متغير نوع اجتماعي لصالح إناث.

. وتوصلت دراسة امزيان زبيدة (2007) إلى النتائج التالية:

-وجود علاقة بين تقدير الذات للمراهقين بالمشكلات والحاجات الإرشادية وفق متغيرات الدراسة.

-وجود فروق بين ذوي تقدير الذات المتداني وذوي تقدير الذات المتوسط في متغيرات الدراسة وفقا لمتغير الجنس.

. وتوصلت دراسة بيمبنللي Pimpinelli إلى النتائج التالية:

– وجود لانخفاض في درجة الاكتئاب وتحسن في تقدير الذات نتيجة تأثير وفاعلية البرنامج المستخدم.

. أما دراسة جولد سميث Gold Smith فأشارت النتائج إلى:

–عدم وجود فروق دالة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في تقدير الذات وهذا يعني عدم وجود تأثير لبرنامج في تحسين تقدير الذات.

. وتوصلت الدراسة الحالية إلى:

- مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي مرتفعة نحو اختيار التخصص.

- مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي في اختيار المهنة.

- توجد علاقة إرتباطية بين تقدير الذات والجانب المهني.

. تباينت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة من حيث هدف الدراسة مثل دراسة احمد إسماعيل الألوسي وأمزيان زبيدة و إهداء عادل مطارنة كما اختلف منهج البحث الحالي وهو المنهج الوصفي عن البحوث الآتية أوشن نادية وأمزيان زبيدة و اتفقت مع إهداء عادل مطارنة و اختلفت عينة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة.

. كما تم الاستفادة من الدراسات السابقة:في بناء مشكلة البحث،وعرض الإطار النظري في المراجع المستخدمة

. تتميز الدراسة الحالية كونها أول دراسة في حدود علم الباحثتان،هدفت إلى معرفة مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي في اختيار التخصص نحو التكوين التوجيهي وسلطت الضوء على تقدير الطالب منخفض أو مرتفع لذاته في اختيار تخصصه..

الجانب النظري

الفصل الأول : تقدير الذات

الفصل الأول: تقدير الذات

تمهيد

أولا:الذات

1- مفهوم الذات

2- المصطلحات المتعلقة بمفهوم الذات

3- أنواع مفهوم الذات

4- أشكال مفهوم الذات

5- خصائص مفهوم الذات

ثانيا:تقدير الذات

1- مفهوم تقدير الذات

2- المكونات الأساسية لتقدير الذات

3- أهمية تقدير الذات

4- أبعاد تقدير الذات

5. المبادئ الأساسية لبرنامج تقدير الذات

6. السمات العامة لذوي تقدير الذات المرتفع والمنخفض

7- نظريات تقدير الذات

8- العوامل المؤثرة في تقدير الذات

9- الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

تمهيد

يعتبر تقدير الذات من الموضوعات النفسية التي اهتم بها المختصون في مجال علم النفس اهتماما بالغا لما لها من أهمية كبيرة في دراسة الشخصية الإنسانية. فقد أكدت العديد من البحوث و الدراسات العلمية و التطبيقية أن التصور الذي يكونه الفرد عن ذاته يؤثر تأثيرا واضحا على سلوكه و اتجاهاته و تقدير الذات يحدث عن طريق الاتجاه الذي يقوم به الفرد المتعلم و الذي يسعى إلى تحقيقه و الوصول إلى تقدير الذات مرتفعة و ايجابية حتى يشعر بالانسجام و التوازن النفسي و بأهميته و مكانته ضمن محيطه الذي يعيش فيه والتعبير عن الرضا و عدم الرضا الذي يتبناه الفرد إزاء ذاته و الذي يعد خبرة ذاتية و وعي الطالب و إدراكه للصورة التي يكونها عن نفسه سواء كانت إيجابية أم سلبية و هذا ما سنتطرق إليه من خلال هذا الفصل.

أولا: الذات

1- مفهوم الذات:

. تطور مفهوم الذات من خلال الدراسات التي تناولت علم النفس التي تعبر عن الذات وماهيتها في أبحاث متعددة التي أدت إلى وجود مدارس مختلفة، ركز أصحابها على أهمية مفهوم الذات في تكوين شخصية سوية للفرد ونموها. كما يشرك الكثير من الباحثين في إعطاء أنماط متعددة الأبعاد لمفهوم الذات بمعنى أن هذا المفهوم مركب لمجموعة من المكونات الأساسية كالأدوار، القيم(سني أحمد 20105 ص 38).

. **عرف حامد عبد السلام زهران:** مفهوم الذات واعتبره تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريف نفسيا لذاته، ويتمون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة محدد الأبعاد من العناصر المختلفة لكينونته الداخلية والخارجية. وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات الواقعية (حامد عبد السلام زهران 2003، ص26).

. وقد أشار الله عز وجل في قرآنه الكريم وفي مواقف عديدة إلى الذات فقال تعالى"" ويسألونك عن الروح قل الروح من أمر ربي وما أوتيتم من العلم إلا قليلا "" (الإسراء.85. ص233)

. يرى ابن المنظور أن كلمة ذات هي كلمة مرادفة لكلمة النفس أو الشيء ويعتبر أن الذات أعم من الشخص لأنها تطلق على الشخص وغيره. أما الشخص فيطلق على الجسم فقط. (عبد ربه علي شعبان. 2010.ص31)

. **أما وليام البورت**ApportWilliam استعمل مصطلح النفس ويطلق على الأنا اسم الوظيفة الملائمة للنفس، ويرى أن مصطلح الأنا والنفس يجب أن يستخدما على اعتبار أن الأنا والنفس صفات تدل على الوظائف المناسبة للشخصية. (أمزيان زبيدة 2007.ص22)

. **ويرى كارل روجرز (Carl Rogers)**أن تعريف الذات يتحدد أنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية و التصورات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبر تعريفا نفسيا لذاته (أوشن نادية 2015. 70).

. الذات تدل على ما يختله من ردود شخصية وانفعالات دون وجود شريك في نفسه (سامي الوافي 2020. 271).

. ومن خلال التعاريف نستخلص أن ذات عبارة أفكار واتجاهات التي تنشأ وتكون عند الفرد من خلال تفاعله مع الآخرين.

2- المصطلحات المتعلقة بمفهوم الذات:

. يعرفها ((L'Ecuyerأنها عبارة عن تصور لمجموعة من الإدراكات التي يكونها الفرد على نفسه تشمل كل المشاعر من بين المفاهيم:

1- توكيد الذات:

. عرفه لازاروس (د.ت) بأنه القدرة على القول لا، وطلب الخدمة من الآخرين والتعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية وبدء وإنهاء والاستمرار في محادثة عامة.

. كذلك راكوز (د.ت): عرفها بأنها أسلوب نوعي موقفي متعلم. وكونه من فئات مستقلة جزئية هي: الاعتراف بأوجه القصور الشخصي أو مجالهورفض مطالب غير معقولة، وبدء الاستمرار في التفاعلات الاجتماعية والتعبير عن الآراء ومطالبة الآخرين بتغيير بعض سلوكياته غير المرغوبة (سهيلة عوطي2008. 75)

2- دينامية في ذات:

. عبارة عن بناء مركب في خبرة الطفل الخاصة بنواحي الاستحسان أو عدم الاستحسان والثواب والعقاب من الآخرين ويشبه سوليفان دينامية الذات بميكروسكوب يرى من خلاله مشاعر الآخرين يعمل على استحسان من جانبهم ويتجنب كل ما قد يجلب عدم الاستحسان (سهيلة عوطي2008. 77).

3- صورة الذات:

لهذه الصورة أهمية كبيرة لتكوين شخصية الفرد. إذا على أساسها يكون فكرته عن نفسه ويكون سلوكه متأثرا بها وهذه الصورة مأخوذة وتكون متجددة ودائمة التغيير.

فالصورة نوعان حسب (طومي) Tomi:

. صورة خاصة: الشعور بالذات وإدراكها عن طريق ميول تقدير الذاتي

. صورة اجتماعية: ما يمثله الآخرين في تحديد إدراك الفرد لذاته (بن دهنون سامية شرين 2017. ص 99).

4- الشعور بالذات: يتضمن نوعين:

. الشعور الإيجابي: نحو الذات ويتكون في النفس نتيجة للتقدير والمدح والتفوق الاجتماعي والنجاح.

. الشعور السلبي: يتكون داخل النفس نتيجة للشعور بالرفض ونقص الكفاءة الاجتماعية (بلقاضي فؤاد0 2016. ص40-41)

. إن الشعور بالذات حسب (سبيت)ابتسامة تظهر حوالي الشهر الثالث كرد فعل قبول وقلق في الشهر الثامن الذي يدل على التعرف على الموضوع واستعمال عبارة لا أي الرفض في حوالي الشهر الخامس عشر الذي يترجم الإقامة الحقيقية للذات (لقوقي دليلة.2016. 51)

3- أنواع مفهوم الذات:

هناك نوعين لمفهوم الذات هما:

. المفهوم الإيجابي للذات: والذي يعبر كما يشير "زهران " إلى الصحة النفسية والتوافق النفسي، ويذكر بأن تقبل الذات يرتبط ارتباطا جوهريا موجبا بتقبل الآخرين وأن نتقبل الذات وفهمها يعتبر بعدا رئيسيا في عملية التوافق الشخصي.

. يعتقد " روجرز" أن نمو مفهوم الذات الموجب لدى الطفل، يعتمد على تلقي الطفل التقدير الموجب غير المشروط و الذي يعني إظهار التقبل للطفل بغض النظر عن سلوكه فالآباء الذين يظهرون الحب و التقدير للطفل حتى إذا لم يحصل على درجات عالية في الدراسة، فإنهم بذلك يظهرون اعتبارا موجبا غير مشروط، و هذا الطفل سينمو لديه مفهوم موجب للذات و يشعر بتقبله لذاته عندما يفعل أشياء مخيبة لأمال الآخرين و الفرد الذي يتمتع بمفهوم ذات موجب يميل عبر الصورة الذاتية التي يكونها عن نفسه جسميا و عاطفيا و اجتماعيا و عقليا... و عبر إدراكه السليم لطموحاته و انجازاته و قدراته إلى أن يسعى لتحقيق أقصى ما تتحه له تلك الذات من إمكانيات.

. المفهوم السلبي للذات:وهذا المفهوم يتضح لدى الفرد من خلال أسلوب حديثه أو تصرفاته الخاصة وتعاملاته أو من تعبيره عن مشاعره تجاه نفسه وتجاه الآخرين، مما يجعلنا نصفه بعدم الذكاء الاجتماعي والخروج عن اللياقة في التعامل أو عدم تقدير الذات.

. كما أن المفهوم الذات السلبي يجعله يعاني من مشاعر عدم الثقة بالنفس ونقص الكفاءةوالدونية، مما يؤدي بالفرد أن يكون أقل تكيفا من الناحية النفسية. (خالد عوض حسين بلاح، 2009.ص253. 254)

. بصفة عامة ستجد أن الناس الذين يتمتعون بتقدير عال لذواتهم هادئون ومسترخون وايجابيون ولديهم قدرة على الحزم والتركيز على أهدافهم والتعبير عن أنفسهم.

. وعندما يتدنى مستوى تقديرنا لذاتنا فإننا نصبح خائفين وسلبيين ومتوترين وعدوانيين وغير حاسمين وغير متحمسين ونشعر بالعجز وقلة الحيلة وبالطبع سيكون لهذا الوضع تأثير كبير على شعورنا بالسعادة كما سيكون له تأثير سيء على عملنا وعلاقتنا بالآخرين. (جيل ليندفيلد 2006. ص 13).

. مفهوم ذات خاص: يرى زهران 1976 أن مفهوم ذات خاص في غاية الأهمية والخطورة وهو يختصب الذات الخاصة أي الجزء الشعوري السري الشخصي جدا من خبرات الذات والذي يقع في المنطقة الحدية بين الشعور واللاشعور وهو مستعد للانضمام في اللاشعور قبل أي خبرة أخرى من خبرات الذات (حامد عبد السلام 1977. ص78).

5- أشكال مفهوم الذات:

. لمفهوم الذات عدة أشكال أهمها:

1.5. مفهوم الذات الجسمية: ويعني شكل المرء وهيئته كما يظهر أنهما يبدوان للآخرين، وتعني في قاموس (English 1958)الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه عليها أو هو الكيفية التي يدرك فيها الفرد ذاته كفرد يقوم بعلاقات اجتماعية وقيادية ايجابية في المواقف الاجتماعية.

2.5. مفهوم الذات العصبية: ويعني مفهوم الفرد لما يعانيه من قلق وخوف وأعراض عصبية تؤثر على سلوكه توافقي وفي علاقته بالآخرين.

3.5. مفهوم الذات الأخلاقية: ويعني إدراك الفرد للجوانب الملتزمة بالقيم والمثل.

. ومن هنا نستخلص أن الذات متعددة أشكال تتماشى مع طبيعة هيئة الشخص داخل ذاته(مهند عبد السليم عبد العلي. 2003 ص 33. 34).

6- خصائص مفهوم الذات:

. أشارت أمينة بريمكو (2005) في مقال صدر عنها في جريدة الاتحاد تحت عنوان: خصائص المفهوم الذاتي وأبعاده أن مفهوم الذات يتميز بمجموعة من الخصائص هي:

6-1 منظم:إذا تشكل خبرات الفرد بكل تنوعها مجموعة المعلومات التي يؤسس عليها مفهوم عن ذاته ومن اجل تسهيل الاستيعاب هذه الخبرات التي يضعها في زمر ذات صيغ أبسط لينظم الفئات التي يتبناها بحيث تكون إلى حد ما انعكاسا لثقافته الخاصة.

2.6. متعدد الجوانب: مفهوم الذات متعدد الجوانب،وهذه الجوانب تعكس نظام التصنيف الذي يتبناه الفرد، أو يشاركه فيه العديدين.وأشارت بعض الدراسات أن نظام التصنيف هذا قد يشكل بمجالات كالمدرسة والتقبل الاجتماعي والقدرة والذكاء العام. (سهيلة عوطي، 2008. ص81)

3.6مفهوم الذات الهرمي: يشكل الذات هرما قاعدته الخبرات التي يمر بها الفرد في مواقف خاصة وقمته الذات العام وهناك من يقسم قمة إلى قسمين:

4.6مفهوم الذات التقييمي: إن الفرد لا يطور ذاته في موقف معين من جملة ما يتعرض له من مواقف، وإنما يعمل على تقييم ذاته في تلك المواقف ويمكن أن تكون تلك التقييمات لذاته وفق معايير مطلقة كالمقارنة المثالية أو حسب معايير نسبية كالمقارنة بالزملاء أو الإشارة إلى تقييمات مدركة قام بها الآخرون وتختلف أهمية ودرجة البعد باختلاف الأفراد والمواقف. وهذا كله يجعل مفهوم الذات يتسم بطبيعة تقييمه. (مريم بن كريمة 2015. 50).

5.6. مفهوم الذات الفارقي: حيث أن مفهوم الذات للقدرة العقلية مثلا يفترض ارتباطه بالتحصيل الأكاديمي أكثر من ارتباطه بالمواقف الاجتماعية والمواقف المادية وهذا ما يجعله متميزا عن المفاهيم الأخرى التي تربط بها علاقة نظرية حيث يمكن تمييز الذات من البناءات الأخرى مثل التحصيل (الأكاديمي) (مريم بن كريمة نفس المرجع 51).

. ثابت: أي أن مفهوم الذات العام يتسم بالثبات النسبي وكلما كان الاتجاه في مفهوم الذات نحو القاعدة كان هذا المفهوم أكثر ثباتا نسبيا.

من خلال التعرف على مفهوم الذات إن نمو الفرد يتفاعل مع بيئته في حالة تغير دائم نتيجة للنضج والتعلم.

ثانيا : تقدير الذات

1. مفهوم تقدير الذات:

. كلمة تقدير كما وردت في معجم تاج العروس مشتقة من الفعل قدر بمعنى ثمين وتقدير الحكم على الشيء ما المقدار قيمة الشيء بمعنى الحكم والتقدير تعنى شيء إذ يقال قدره إذ قاسه وقادر مقادرة. (تاج العروس 1965، 376ج13)

. ماذا نعني بتقدير الذات؟ إنه تقييم الذات بمعنى تقييمنا لذواتنا ويمكن أن يكون التقييم منخفضا حينما نفتقد السعادة أو القيادة. وغالبا ما يكون تقييم الذات المنخفض مرتبطا بالاكتئاب والتعاسة.

. فمعظم الناس يحاولون الاستمرار في أن تكون صورة ذواتهم ايجابية وبالتالي يحاولون الاحتفاظ بتقدير ذات مرتفع، وحينما تحدث ظروف تؤدي إلى صراع بين أن تكون صورة الذات طيبة أو غير طيبة يمر الأفراد بتجربة التنافر المعرفي ويحاولون حلها. (سلوى محمد عبد الباقي. دون سنة. ص 31)

. يمكن تعريف تقدير ذات بصورة شاملة على انه يقيم المرء الكلي لذاته إما بطريقة ايجابية وإما بطريقة سلبية إنه يشير إلى مدى إيمان المرء بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها للحياة وبباسطة تقدير الذات هو في الأساس شعور المرء بكفاءة ذاته وبقيمتها.

. عرفها ناثانيل براندين: "" اتجاه المرء نحو الشعور بأن ذاته مؤهلة وقادرة على التكيف مع التحديات الأساسية في الحياة والإيمان بأنها جديرة بالسعادة.

. باندورا عرفها "" الشعور بالقيمة والكفاءة الشخصية الذي يربط المرء بمفاهيمه وتصوراته عن ذاته"".

. عرفهادي سي بريجز "" الطريقة التي يشعر بها المرء إزاء ذاته وحكمه العام عليها وإلى مدى يحب ذاته""

. عرفها جيمس باتل "" الرؤية التي يحملها المرء عن قيمة ذاته""

–عرفها وايتلي"" الشعور الداخلي العميق بقيمة ذاته""(رانجيتسينج مالهي. روبرت دبليو .ريزنر2005ص02)

. يعتبر كوبر سميث Cooper Smith من أوائل الذين كتبوا عن مفهوم تقدير الذات حيث عرفه بأنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه يوضح إلى

مدى يعتقد الفرد أن لديه القدرة والإمكانيات وكذلك الإحساس بالنجاح والقيمة في الحياة،وهو الخبرة الموضوعية يقدمها الفرد للآخرين من خلال التعبير اللفظي والسلوكيات الأخرى. (البهلول، إسماعيل. 2015 ص 123).

. فمفهوم تقدير الذات يمثل ظاهرة سلوكية يفترض أنها قابلة للقياس،وبالتالي فإنه يمكن معالجتها وتناولها بطريقة علمية ويترتب على ذلك أنه يمكن قبول أو رفض أي من جوانبها أو صفاتها، ولقد أصبح مصطلح تقدير الذات منذ أواخر الستينات وأوائل السبعينيات وأكثر جوانب الذات انتشارا بين الكتاب والباحثين وذكر عدد كبير منهم علاقته بالمتغيرات النفسية الأخرى وطبقا لتلك المتغيرات فإن مفهوم تقدير الذات يعتبر مؤشرا للصحة النفسية (مجلي شايع عبد الله، 2013، 61).

. تقدير الذات يعمل على تحقيق الاتساق المتواصل بين سلوكنا ونظرتنا لأنفسنا سلبية كانت هذه النظرة أو ايجابية (أحمد إسماعيل الألوسي 2014، ص 104).

. وكذلك تعرف النظرة التي يوليها الفرد لنفسه والتعبير عن الرضا أو عدم الرضا الشخصي (بن دهنون سامية. ماحي 2014. ص 74)

. بما أن تقدير الذات يحتل موضوعا مركزا هاما في نظريات الشخصية كما يعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا على السلوك فالسلوك حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية وهو إحساس الفرد بذاته. (عبد الحفيظ معوشة 2008، ص 15).

2- المكونات الأساسية لتقدير الذات:

تقدير الذات له مكونان أساسيان: الكفاءة الذاتية، وقيمة الذات.

2. 1.الكفاءة الذاتية: معناها تمتع المرء بالثقة بالنفس وإيمانه بأنه قادر على التكيف والتعامل مع التحديات الأساسية في الحياة.

2.2قيمة الذات: تعنى في الأساس قبول المرء لنفسه من غير شروط أو قيد وأن يكون لديه شعور بأنه أهل للحياة وجدير بأن يبلغ السعادة فيها أي يشعر بأن له شأن وأهمية فيها وكل من الكفاءة الذاتية وقيمة الذات يجعل المرء يشعر بالرضا عن نفسه. (رانجيت سينج مالهي. روبرت 2005. ص 03).

3. أهمية تقدير الذات:

. تقدير الذات له تأثير على جميع جوانب حياتنا، فهو يؤثر على مستوى أدائنا في العمل وعلى الطريقة التي نتفاعل بها مع الناس. في قدرتنا على التأثير على الآخرين وعلى مستوى صحتنا النفسية.

. تقدير الذات والسلوك البناء: تقدير الذات هو شرط أساسي من شروط السلوك المثمر والبناء بوجه عام. فأداؤنا يكون أفضل في كل شيء نفعله عندما نعتبر أنفسنا أهلا لأن ننجز ما بدأنا فيه وجديرين بالنجاح، نحن نشعر في هذه الحالة بأننا ذوي شأن وأهمية (دون هاما تشك) يوجز لنا أهمية تقدير ذات على النحو التالي: الأشخاص الذين لديهم تقدير إيجابي لذاتهم يكونون في الغالب أسعد حالا وأفضل صحة وأكثر إنتاجية ممن لديهم تقدير متدن لذاتهم والتقدير المرتفع للذات يضع الجانب الأكبر من شخصية المرء وقدراته. إنه يشعل حماسه ويقويه من داخله كي يكون قادرا على بلوغ الأهداف الصعبة. كذلك فإن تقدير الذات يعزز من روح الإبداع والتفاؤل في مواجهة التحديات في موقع العمل وفي حياتنا الشخصية. (رانجيت سينج مالهي. روبرت2005. ص07).

1.3. تقدير الذات والأداء في العمل:

أشارت الأبحاث إلى أن الموظفين الذين يتمتعون بتقدير مرتفع للذات تكون هناك احتمالية أكبر. مقارنة بمن لديهم تقدير متدن لذاتهم لأن يكونوا منتجين في العمل وأكثر قابلية للعمل بمزيد من الحد استجابة للتقييمات السلبية، وأقل سلبية في التأثير بالضغوط المستمرة كغموض الدور والصراع، وهم عموما أسرع استجابة للتغيير وأكثر حسما و أقل اتخاذا للمواقف الدفاعية.

. وفي دراسة جالوب التي أجريت عام 1996، 89% من المجيبين قالوا إن تقدير الذات كان مهما جدا في التحفيز للعمل. بجد وتحقيق نجاح. حقيقة تقدير الذات كان في مرتبة أعلى كحافز من أي متغير آخر واتفاقا مع هذا الرأي وجد آن هاروت ودو جلاس براي (1988) أن مستوى تقدير الذات لدى مديري شركة أيه تي آندتي كان مؤشرا ذا دلالة للتنبؤ بدرجة تقدمنهم بعد 20 عاما تالية.

2.3. تقدير الذات والقيادة:

. أيضا يعد تقدير المرتفع للذات إحدى السمات الأساسية للقادة الأكفاء. فلقد أوضحت الدراسات العلاقة الإيجابية بين تقدير الذات والقيادة.

. فعادة ما يتمتع القادة بمستويات تقدير للذات تفوق غير القادة.والقادة ذوو المستويات المرتفعة من تقدير يتسمون بوجه عام بالجسم والقيام بمغامرات محسوبة ويكونون على استعداد لاتخاذ قرارات قوية ومهمة ويعلقون توقعات وآمالا تتحقق فبباسطة، كيف يمكن للمرء أن يكون قائدا جيدا إذا كان هو نفسه مزعزعا وغير آمن في علاقاته الشخصية والاجتماعية؟ نورمال هيل يستنتج قائلا: هناك عامل يتفق عليه جميع من يدرسون القيادة تقريبا وهو: من يستطيعون التأثير على الآخرين يتمتعون بدرجة عالية من تقدير الذات وتقدير الذات يلعب دورا حاسما وضروريا في وضع القرار وكسب ثقة الآخرين. وهو أمر أساسي في التطبيق الفعال للقرارات (رانجيت سينج مالهي. روبرت، 2005 ص 08).

3.3. تقدير الذات والعلاقات الشخصية:

. أيضا تقدير الذات يعزز من إقامة علاقات شخصية واجتماعية طبية فحتى تقيم علاقات اجتماعية قوية وجيدة ينبغي أولا أن تكون محبا لذاتك بحق فكلما زاد حبك لها زاد حبك للآخرين. كذلك هناك حقيقة ثابتة مفادها أن احترام المرء لذاته هو أساس احترامه لآخرين والأشخاص الذين يتمتعون بقدر عال من تقدير ذات لا ينظرون إلى الآخرين بحسد أو بريبة وحذروا كذلك هم أكثر تعاونا وحماسا وحسما واحتراما ومراعاة لمشاعر الآخرين إذا ما قورنوا بمن لديهم مستوى متدن من تقدير الذات،يقول فيرجينيا سأتير في هذا السياق:

. تتبع العلاقات البشرية الطبية والسلوكيات الملائمة من الأشخاص يتمتعون بتقدير لذاتهم وإحساس بقيمتها في الواقع معظم المشكلات المتصلة بالعلاقات في مواقع العمل تعود إلى موظفين لديهم تقدير متدن لذاتهم. (مالهي، ريزنر، 2005 ص09)

4.3. تقدير ذات والصحة النفسية:

- تقدير الذات يرتبط بشكل كبير بالأداء الوظيفي الفعال للأفراد فالأشخاص الذين يلتمسون المساعدة السيكولوجية كثيرا ما يعترفون بأنهم يعانون من مشاعر الدونية وعدم اللياقة وهذه الحقيقة واجزها كارل روجرز كما يلي : لو طلب مني تحديد أساس المشقة التي يجدها الناس بواقع خبرتي معهم لقلت انه موجود في الغالبية العظمي من الحالات التي يحتقر أصحابها أنفسهم ويعتبرونها غير ذات قيمة و أنها ليست أهلا لان تحب "تشير الأبحاث إلى ضعف تقدير ذات يرتبط بشكل ملحوظ بالاكتئاب والقلق والتوتر والعصبية والنزوع إلى العدوانية والخجل وقلة الشعور بالرضا في الحياة ".

. كذلك هناك ارتباط بين ضعف تقدير الذات والسلوكيات المدمرة كتناول الكحوليات وتعاطي المخدرات،والاضطرابات الغذائية والانتحار ف الواقع يعد ضعف تقدير الذات سببا رئيسيا لمعظم العلل والمشكلات الاجتماعية والشخصية التي تعاني منها حاليا كثير من الدول. (رانجيت سينج مالهي. روبرت،2005. ص10).

4- أبعاد تقدير الذات:

1.4. مفهوم تقدير الذات الأحادي البعد (Unidimensional Model):

. يعد هذا الاتجاه الأقدم والأكثر تعبيرا عن وجهات النظر التقليدية في النظر إلى مفهوم تقدير الذات ربما لأن الفكرة الأحادية تحمل في طياتها العمومية أو الشمولية ويعد نصار هذا الاتجاه أن مفهوم تقدير الذات يمكن تصوره على انه مركب شامل يتكون من عدد البيانات المتداخلة عن الذات وبمعنى أخر يؤكد هذا النموذج على أن أداة القياس في هذا البعد تتضمن مجالات أو مضامين مختلفة تشكل مفهوم تقدير الذات الأحادي البعد.

1.4. مفهوم تقدير الذات متعدد الأبعاد (Multidimensionnel Model):

. على العكس من الاتجاه التقليدي لمفهوم تقدير الذات الكلي فهناك النموذج الذي يؤكد أن مفهوم تقدير الذات متعدد الأبعاد، يرى أنصار هذا الاتجاه أن جمع فقرات الاختبار تعطي درجة واحدة كلية تؤدي إلى اختفاء الفروق أو المتمايزات التي يقيمها الأفراد فيما يتعلق بكفايتهم في مجالات الحياة المختلفة و قد أظهرت الدراسات بهذا الخصوص أن مفهوم تقدير الذات ليس متعدد البعاد حسب و إنما لا يمكن فهمه بشكل مناسب إذ ينظر إليه على انه بناء متعدد الأبعاد و قد استنجت بايرن(Byrune) بعد مراجعة مكثفة لعدد من دراسات الصدق البنائي أن مفهوم تقدير الذات متعدد الأبعاد.

. ومع زيادة تأكيد فكرة التعددية هذه أصبحت الأبعاد النوعية لمفهوم تقدير الذات أكثر أهمية وأصبح الدور الرئيسي لمفهوم تقدير الذات العام يأخذ بالتضاؤل تدريجيا. (أحمد الألوسي، 2014. ص 117).

ثالثا: النموذج الهرمي لمفهوم تقدير الذات (Hiérarchisa Model):

. يستند الأساس النظري لهذا النموذج إلى وجود عامل عام لمفهوم تقدير الذات كعنصر أعلى في الترتيب، و يتألف هذا العامل العام من مفاهيم للذات متعددة و ذات صلة بمجالات معينة و مع أن مفاهيم الذات هذه

مترابطة إلا أنه يمكن عدها تركيبات منفصلة ، و مفهوم الذات العام بحد ذاته و كل مجال نوعي يرتبط به يحدد بفقرات تشكل المقاييس الفرعية المستقلة، و مع أن التصور الهرمي لمفهوم تقدير الذات كان متضمنا في كتابات الكثير من الباحثين إلا أن شافلسون و زملائه تميزوا بأنهم الأوائل في اقتراح النموذج الهرمي لمفهوم تقدير الذات.(أحمد إسماعيل الألوسي، نفس مرجع ، ص118).

5- المبادئ الأساسية لبرنامج بناء تقدير الذات:

. إن معظمنا يزيد التزامه بأداء، نشاط ما إذ استطعنا أن نفهم الغرض والفلسفة المقصودة من قيامنا بهذا النشاط وهناك بضع كلمات يمكن أن تستخدم كوسيلة تساعد على تذكر هذه المبادئ بسهولة أكبر:

1.5. التدقيق: قبل أن نبدأ في إجراء أي تغيير فإننا ننصح دائما بالقيام بدراسة تفصيله للوضع الراهن وفي مجال العمل على تقدير الذات فإن هذا يعني اتخاذ خطوات لزيادة الوعي الذاتي والقيام بمراجعة شاملة لأسلوب حياتنا وعلاقتنا معا لآخرين وربما نجد أن هذه الخطوة هي أكثرها إثارة للرهبة في النفس. فغالبا ما يعتقد الناس أنهم حالما يبدؤون في التفكير الذاتي الجاد، فإنهم ربما يصابون بمزيد من الإحباط والاكتئاب وهذا يمكن يحدث فقط في حالة عدم وجود برنامج فعال للتنمية الشخصية يساند هذا العمل الذي يركز على بؤرة الشعور ولكن لا داعي للقلق فإنني أستطيع التأكيد على أن هذا الكتاب يحتوي على ما يكفي من الأفكار التي تساعدك في أن تغطي جدران منزلك بالكامل بالخطط العلمية للعمل.

2.5. التفسير: وحالما تنتهي من تجميع المعلومات يجب أن تقوم بتحليلها بأكبر قدر ممكن من الموضوعية وتلك التي لا نستطيع تغييرها نصبح أكثر قدرة على قبولها أو التخلي عنها على اعتبار أنها مسؤولية الآخرين وهذه الناحية من عملنا غالبا تتطلب العودة للتأمل في الماضي لكي نكتسب بعض الفهم للحاضر. وهؤلاء الناقدون الذين ينظرون إلى المشكلة من الخارج غالبا يعتقدون أننا عندما نفعل ذلك يكون هدفنا الرئيسي هو توزيع اللوم على أكثر من شخص أي تحليل نقوم به هو مجرد خطوة صغيرة واضحة الأهمية في عملية مساعدة أنفسنا لكي نزيد من قدرتنا على تحمل مسؤولية أكبر، وليس أقل عن مشاعرنا الخاصة ومستقبلنا. (جيل ليند نفيل: 2005، ص24).

3.5. الحب: و هذا هو الغذاء الأساسي للبرنامج بالكامل و حب الذات يجب تعاطيه فوراو بكمية وفيرة و عن طريق وسائل عملية يمكن إظهارها بوضوح و عند اقتراح نموذج أن تنفرد بنفسك لمدة أسبوع في فندق فاخر ويفر إمكانيات العناية بالصحة، قبل أن تقرأ الفصل القادم من هذا الكتاب و معظمنا يمكنهم الاكتفاء بالدفعة البسيطةلطاقتهم البدنية قبل البدء في العمل على تنصيه الشخصية و لكن بعضنا يمكن يكون تقديرهم للذات

منخفضا يمكن أن يكون اختيارهم أكبر للمزيد من الرعاية و الانتعاش البدني و لكنك لت تحتاج فقط بداية برنامجك الخاصة أن " تدلل نفسك" و تقدم البراهين على حبك لذاتك ، بل وف تحتاج إلى جرعات فعلية من هذا الدواء على مدى عملك في البرنامج و ذلك حتى تحقق التقدم و الفائدة المرجوة منه.

4.5. التركيز: إن انخفاض تقدير الذات يتسبب في الكثير من المشكلات وفي مجالات متنوعة من حياتنا وعلاقتنا لدرجة أنه من السهل أن نشعر بالعجز أو يتشتت انتباهنا في قلق من مجال لأخر ولذلك فمن الضروري للغاية التركيز على مشكلة واحدة يمكن حلها في كل مرة عندما نفعل ذلك فإننا نحقق هدفين حيث نقوي من فرصة نجاحنا كما أننا نعطي أنفسنا الفرصة للاستمتاع والاستفادة الكاملة من دفعة الثقة التي تصاحب كل انجاز يتحقق. والمشكلات الأولى التي تركز عليها يجب أن تكون متوسطة الصعوبة وليست بالغة الصعوبة (على سبيل المثال، يمكنك أن تختار العمل على تقوية تقديرك للذات عندما تكون بصحبة مجموعة معينة من الأشخاص الذين لا تهتم اهتماما كبيرا لإثارة إعجابهم ولكن تود أن تشعر معهم بمزيد من الراحة وهذا يعني أنك يمكن أن تحافظ على مستويات القلق والتوتر لديك تحت السيطرة. (جيل لبند نفيل.2005. ص25)

5.5. التخيل: نحن بإمكاننا أن نزيد من حوافزنا إذا حافظنا باستمرار على وجود صور واضحة في صدارة عقولنا عن الشخصية الجديدة الواثقة بنفسها التي نريد أن نكتسبها وسوف تجد أن في العديد من البرامج اقترح القيام بتدريبات تساعد على تغذية عقلك الباطن بالصور الايجابية عن ""شخصيتك" "التي تحاول تكوينها (ليندنفيل2005ص 26).

6.5. المحفزات:وان التخلص من العادات شيء صعب ولكن الأشكال انخفاض تقدير الذات غالبا ما تغرس بذورها في مرحلة الطفولة فربما تكون هي الأصعب في التغلب عليها ولان هذه الأشكال تكون غالبا مشروطة ومرتبطة بأشياء أخرى فانه من السهل أحيانا أن يتم إثارتها بسبب تجارب الحياة اليومية العادية المرتبطة بها.

6.5. التشجيع: ولان عملية تطوير الشخصية تحدث عادة بخطوات بطيئة هادئة وليس بسرعة فائقة، فالاحتمال الأكبر إنها سوف تدوم طويلا إذا كان هناك دعم يساندها ولكن في العمل على بناء تقدير الذات يجب إن يأتي هذا الدعم أولا وأخيرا من داخل أنفسنا في صورة جرعات علاجية منظمة ولان الأشخاص ذوي التقدير المنخفض للذات يترجون إلى البخل في مكافأة أنفسهم، فإننا نحتاج في العادة إلى من يذكرنا بطريقة فعالة قوية (جيل لبند نفيد. 2005ص 28-27).

6. سمات العامة للذوي تقدير الذات المرتفع والمنخفض:

1.6. السمات العامة لذوي التقدير المر تفع:

- موجهون ذاتيا

- إجتماعيون وإنبساطيون

- يتسمون بالحسم

- يتمتعون بعلاقات شخصية واجتماعية طيبة. (جعفر صباح2010 ص 78)

. يشتمل تقدير الذات الإيجابي بعدا أساسيا في عملية التوافق النفسي ويرتبط ارتباطا كبيرا بتقبل الآخرين ويعتبر مؤشر للصحة النفسية.

- يشعر الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات بالحب و الرضى من طرف الآخرين وبأنهم مؤهلين لإنجاز المهمات الموكلة لهم، ينظرون لأنفسهم بشكل ايجابي ،ويصفون أنفسهم بأنهم ذو فائدة وقيمة.

. عرف جوزيف موتان تقدير الذات العالي بأنه "الصورة الإيجابية التي يكونها الفرد حول نفسه،إذ يشعر أنه إنسان ناجح وجدير بالتقدير وتنمو لديه الثقة بقدراته لإيجاد حلول لمشكلاته ولا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة (سايح زليخة 2015 ص 38)

2.6. سمات تقدير الذات لذوي التقدير المنخفض:

- طموحاتهم متدنية .

- مترددون و يفتقرون لقبول الذات.

- يشعرون أنهم غير جديرين للحب.

- متشائمون (جعفر صباح 2010ص 78)

. يمتاز الأشخاص ذوي التقدير المنخفض للذات بمشاعر الرفض لأنفسهم بحيث يشعرون بالدونية وغير راضين عن قدراتهم وصورتهم الذاتية ويتوقعون الفشل والإخفاق في كل ما يقبلون عليه ويجيدون صعوبة في

التواصل مع الآخرين ويشعرون بعدم الكفاءة و انخفاض الفاعلية و يميلون للانسحاب الاجتماعي ويرتبط هذا النوع من تقدير الذات بسلوكات التي تقودهم للعنف والانحراف أحيانا والى الإرضطرابات النفسية أحيانا بحيث ترتفع مستويات القلق عندهم ويشعرون بالإعراض الاكتئابية . (سايح زليخة 2015 ص 38)

7. نظريات تقدير الذات:

1. المنظور الظواهري (كارل روجرز,Carl Rogers1959)

كارل روجرز معالج نفسي معروف ومؤسس طريقة العلاج المتمركز حول العاميل وقد عرف بأنه جمع المبادئ الأكثر وأسس عليها نظرية الذات من خلال شواهد سريرية كما انه طبق في مجالي الإرشاد وعلاج النفسي,واعتبر روجرز محور الأساسي للشخصية ولها اهمية قصوى في سلوك الفرد وتكيفه ونمو علاقاته الاجتماعية وقد عرف روجرز مفهوم الذات بانه نموذج منظم ومتسق من خصائص المدركة (الانا) او (ضمير المتكلم)مع القيم المتعلقة بهذه الرموزاي هو المجموع الكلي للخصائص التي يغزوها الفرد والقيم الايجابية او السلبية التي تتعلق بهذه الخصائص.

. إن مفهوم الذات وفقا لروجرز هو مثابة صورة يكونها الفرد عن نفسه جنبا إلى جنب مع تقويمه وحكمه على هذه الصوة ويرى روجرز أن الحاجة إلى الاحترام الايجابي هي حاجة عامة ودائمة ومستمرة وموجودة لدى كل البشر وكما يوحي الاسم الى الاحترام الايجابي, والتقبل والحب وإستحسان الأشخاص الآخرين والحصول على الاحترام الايجابي يؤدي إلى الشعور بالرضا،كما إن عدم الحصول على الاحترام الايجابي يؤدي إلى الإحباط ويسبب أهمية إرضاء هذه الحاجة بصورة خاصة في مرحلة الرضاعة يصبح الناس حساسين بدرجة عالية لاتجاهات وسلوك الآخرين وفي ضوء الاستجابة المرتدة التي نتلقاها من الآخرين (استحسانهم أو عدم استحسانهم) فنحن نطور وننمي ونصقل مفهومها لأنفسنا,وكنتيجة لذلك يأتي الاحترام الذات الايجابي تدريجيا من داخل أنفسنا بشكل أكثر من إتيانه من الآخرين وفي حالة يطلق عليها روجرز احترام الذات ويتحدث روجرز عن حاجتين مكتسبين من واقع تعامل الفرد مع البيئة وهما الحاجة إلى الاحترام الايجابي من الآخرين والحاجة إلى الاحترام الذاتي المرتبطة بشروط الأهمية:

آ/. الحاجة إلى الاحترام الايجابي من الآخرين:

. إن التقدير الايجابي للفرد يشبع عندما يدرك الفرد نفسه على أساس انه يرضي حاجة الغير والنظرة الايجابية من جانب شخص , لها أهمية اجتماعية يمكن أن تكون أقوى في عملها وتأثيرها من عملية التقويم المنبعثة من داخل الفرد نفس,إن الاحترام الايجابي يعني الحصول على أشياء مثل الدفء والحب والعطف والرعاية والتقبل من الأفراد الذين ننظر إليه معأنهم ذو أهمية في حياتنا.(أحمدإسماعيل الالوسي –2014،ص116).

ب/. نمو وتطور الحاجة إلى التقدير الذاتي:

. نتيجة للحاجة إلى التقدير الايجابي من الآخرين تتكون الحاجة إلى التقدير الذاتي إذ ينمي الأفراد حاجة للنظر لأنفسهم بشكل ايجابي وبمعني أخر فان الأفراد يرغبون أولا في إن يشعر الآخرون شعور طيبا نحوهم ثم أنهم بعد ذلك يرغبون في الشعور بطريقة ايجابية حول أنفسهم.

ج/. نحو شروط الأهمية:

إن شروط الأهمية تحدد الظروف التي يعايش الأفراد في ظلها التقدير الايجابي ومن خلال الخبرة المتكررة مع هذه الشروط الأهمية فان الأفراد يستدرجونها داخليا إذ يجعلونها جزءا من بنية الذات ومتى أدمجت في بنية الذات فأنهما تصبح الضمير الذي يقرر السلوك.

إن تقدير الذات وفقا لروجرز هو ذو طبيعة تبادلية فينما يدرك الناس أنهم يرضون حاجة شخص آخر للاحترام الايجابي فإنهم كنتيجة لذلك يشعرون بإرضاء تلك الحاجة لديهم وعلى ذلك فان إرضاء حاجة شخص أخر للاحترام الايجابي هي عملية مجزية ومكافأة للفرد نفسه وسواء كانت الحاجة إلى الاحترام الايجابي فطرية أو متعلقة فهي عامة ودائمة ومستمرة وموجودة لدى كل البشر.

2 . منظور السمات (جوردن البورت Gordon 1961):

استخدم البورت(Allport)مصطلح (البرويريوم ,Proprium) في إشارة منه إلى الذات ومصدر تفرد الشخص،والبرويريوم من وجهة نظر البورت عملية من التطور تستمر منذ الولادة وحتى الموت إذ تمر سبع مراحل والبرويريوم هو جميع النواحي المختلفة للشخص التي تجعل منه شخص متفردا،

(وهو الخاصية التنظيمية للوظائف التي يقوم بها الشخص)

عد البورت المرحلة الثالثة من البرويريوم بمرحلة تقدير الذات (Self–Esteem) والتي تبدأ بحلول العام الثاني أو الثالث من عمر الطفل عندما تنمو لديه الرغبة في السيطرة علي عالمه من خلال السلوكيات الصادرة عنه، كما ينمو لدية دافع حب الاستطلاع بوصفه رد فعل طبيعي علي علاقة الطفل المجهولة مع بيئته وفي محاولة منه السيطرة علي جزء من مفردات بيئته وفي هذه الفترة بنامي الإحساس بالفخر لدى الطفل كلما تمكن من السيطرة علي الأشياء دون مساعدة ويشعر بالذل حين يصاب بالخيبة والفشل وعندئذ يتولد لدى الطفل الشعور بالاهتزاز تقديره لذاته قد عطلت أو أحبطت والنتيجة هي الغضب والتحفيز ويصبح الطفل مدركا لذاته بشكل حقيقي كذات،وفي حلول العام الثالث أو الرابع يتعلم الطفل المنافسة وفي حلول العام السادس أو السابع يدخل الطفل في منافسات مع إقرانه إذ يتطلب تقدير الذات في هذه المرحلة صفة المنافسة.

3. المنظور الهرمي للحاجات (Abraham Maslow.1954)

إن تقدير الذات وفقا لماسلو يجب إن يقوم على أساس من الكفاية الذاتية الحقيقة لا على أساس ما يضيفه الناس على الفرد من امتدا لا يستحقه فعلا وبنفس الاتجاه يشكل النقد الموجه للفرد على غير حق عقبة في تطوره.

4 . نظرية موريس روز بيرك (Morris Rosen berg 1965) :

اهتم روز تيرك بشكل خاص بتقويم المراهقين لذواتهم ووسع دائرة اهتمامه بعد ذلك إذ شملت ديناميات تطور صورة الذات الايجابية في مرحلة المراهقة واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد .

. إن المنهج الذي استخدمه روزنبرك في دراسته لتقدير الذات هو الاعتماد على مفهوم (الاتجاه) باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك.

وعد روز نبرك إن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وطرح فكرة إن الفرد يكون اتجاه نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخيرها وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات ويكون الفرد نحو اتجاها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى,ويرى روزنبرك انه عندما يواجه الفرد قضية أساسية وخطيرة تعتمد على راية بينما يرغب إن يكون عليه فان صورته لذاته تكون فيما بعد في أولوية اهتمامه وينظر روز نبرك إلى صورة الذات هذه على أنها اتجاه .

5. كوبر سميث (StoneyCooper Smith):

يرى كوبر سميث أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب لذا علينا إلا ننغلق داخل منهج واحد معين لدراسته بل علينا أن نستفيد منها جميعا لنفس الأوجه المتعددة لهذا المفهوم وتقدير الذات عند كوبر سميث ظاهرة ذات عدة أبعاد لأنها تتضمن كلا من العمليات تقويم الذات وردود الفعل أو الاستجابات الدفاعية ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات:

أ. تقدير الذات الحقيقي:

يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة.

ب . تقدير الذات الدفاعي:

يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بأنهم غير ذوي قيمة ولكنهم لا يستعطون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساس مع أنفسهم ومعا لآخرين.

وقد افترض كوبر سميث أربع مجموعة من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي (النجاحات والقيم والطموحات والدفاعات)فالتقدير المرتفع للذات ينمو من قدرتنا علي عمل الأشياء المطلوبة منا بطريقة أفضل من معظم الأفراد الآخرين ويحدد مستوى طموح كل شخص لمدى كبيرة تفسيره للنجاح أو الفشل (Coopersmith1967. PP.-78-79) ويصف كوبر سميث الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع بأنهم يتوقعون النجاح في الأعمال التي يقدمونها كما يتوقعون رضا الناس عنهم لان ثقتهم بأنفسهم كبيرة. (احمد إسماعيل الالوسي,111,110,2014)

6-نظرية فليكر في بناء الجوانب الايجابية للذات (Feler,1974):

يعتقد فيلك ران تقدير الفرد لذاته واحترامه لها يرتفع عندما يخير (الإحساس بالانتماء) وعندما يشعر بالإحساس وانحدار وعندما يشعر انه متقبل وبأنه ذو كفاية وينمو الإحساس بالانتماء عندما يرى الفرد نفسه عضوا في جماعة الآن هذه العضوية تمنحه الشعور بالقيمة بالنسبة للآخرين ويذهب فليكرإلى أعظم العوامل تأثيرا في نمو تقدير الذات هو نوعية علاقات الفرد بالأشخاص من ذوي الأهمية النفسية لديه،وهم الأفراد الذين يحتك بهم باستمرار وبكثرة أو الذين يدركهم لوصفهم أفراد حائزين القوة والنفوذ أو الذين يملكون تقديم الثواب له أو إيقاع العقاب عليه أو كل ذلك ومن خلال تفاعل الفرد مع هؤلاء الأفراد يحصل علي تغذية راجعة(Feedback) يدعم شعوره بالانتماء والجدارة والكفاية.

7- تقدير الذات في المنظور المعرفي (سافلون)(Shavelson1976):

اقترح شافلسون نموذجا هرميا لمفهوم تقدير الذات يمكن اختبار تجريبي حيث يغبر هذا النموذج عن تركيب متعدد الأبعاد مرتب ترتيبا هرميا،فالمدركات الشاملة عن تقدير الذات(مفهوم تقدير الذات العام) في القيمة والسلوك الفعلي في القاعدة ويتسلسل من اعلي إلي أسفل الهرم يصبح التركيب متمايز بالتدريج وبتحديد أدق فان مفهوم تقدير الذات العام ينقسم علي فروع: مفاهيم الذات الأكاديمية وتتألف غي الأكاديمية من ثلاث جوانب مفهوم الذات الاجتماعية والجسدية والانفعالية وتتفرغ هذه الجوانب بدورها إلى مفاهيم أكثر تحديدا علي سبيل المثال, الرياضيات والأصدقاء والمظهر الجسدي , ويضع شافلسون سبع خصائص من الممكن تشخيصها بوصفها مفاهيم أساسية في التعريف البنائي لمفهوم تقدير الذات وهي على النحو الأتي:

. **إن تقدير لذات مفهوم منظم:**

يرى شافلسون إن خبرات الفرد على اختلافها وتنوعها تعتمد على ادراكات الشخص لذاته ولتخفيض درجة تعقيدها يلجا الشخص إلى ترميزها وتصنيفها بإشكال مبسطة وهذه الأنظمة التصنيفية الخاصة يعتمدها الشخص لكل محيط او سياق محدد، وهي انعكاس لثقافته وشخصيته, فخبرات الطالب مثلا تدور بشكل حتمي حول الأسرة وأصدقائه ومدرسته فدراسة تقدير الذات لدى هذا الطالب ينبغي أن تأخذ هذه التصنيفات في الحسبان إذ أنها تمثل طريقة لتنظيم الخبرات وإعطائها معنى.

. تقدير الذات متعدد المجالات:

إن تقدير الذات أوجها خاصة تعكس نظاما نوعيا يتبناه لشخص ويشترك به مع المجموعة وهذا ما يدل عليه بعض الدراسات مثل دراسة (بايرايت ومنداجليو,1994) التي أجريت على مجتمع الطلبة إذ ظهر أن نظام تقدير الذات يتضمن بعض المجالات وهي الأكاديمية والاجتماعية والرياضية والتقويمية.

.أبعاد تقدير الذات تترتب بشكل هرمي:

إن بناء تقدير الذات المتعدد المجالات ينبغي أن يكون مندرج أو هرميا،إذ لائق تقدير الذات تترتب أو تتشكل بشكل هرمي من خلال خبرات وتجارب الفرد في المواقف الشخصية علي أساس سيادة تقدير الذات العام في أعلى قمة هذا النظام وهكذا يمكن أن ينقسم تقدير الذات العام على عنصرين أكاديمي و غير أكاديمي و تقدير الذات الأكاديمي ينقسم على المواضيع والمجالات الدراسية والأكاديمية أما تقدير الذات غير أكاديمي فينقسم على تقدير الذات الجسمي والاجتماعي والانفعالي و بدوره ينقسم كل مفهوم على مجالات أكثر تحديدا وبالأسلوب نفسه في تقدير الذات الأكاديمي. (احمد إسماعيل الالوسي –2014,ص112.113).

. تقدير الذات ثابت بشكل عام وغير ثابت موقفيا:

يرى شافلسون إن تقدير الذات العام يعتمد بشكل كبير على المواقف المحددة الخاصة ومتنوعة يعتمد بالدرجة الأساس على تنوع المواقف ولتغيير تقدير الذات العام يتطلب ذلك الكثير من المواقف التي لا تتسق مع مفهوم الذات العام.

. مفهوم تقدير الذات قابل للتطور:

إن لأفراد لا يميلون أن تفريق وذاتهم عن بيئتهم في بادئ الأمرأ و في المراحل الأولى من تطور شخصياتهم بل يبدأ عندما يزداد مخزون خبراتهم البيئية وبمرور الزمن عندما ينمو الفرد وأكثر فأكثر فان الأجزاء الفرعية المختلفة تصبح ذا أهمية أكبر ومن ثم تصبح جزءا عن عالمه الخاص مما يميز شخصيته أكثر فأكثر عندما يمكن القول إن تقدير الذات لدى الشخص قد بني وتطور وأصبح له عدة أوجه.

. تقدير الذات يتمتع بخصائص مقيمة:

إن الخاصية التقويمية قد تخلفت من شخص لأخر في مدى أهميتها وخطورتها من موقف الأخر وتعتمد درجة الاختلاف في تحديد مدى أهمية الأبعاد التقويمية على خبرات الفرد السابقة في مجتمعه الخاص وثقافته الخاص وغيرها من العوامل المؤثرة.

. مفهوم تقدير الذات مختلف عن تراكيب الذات الأخرى:

يختلف مفهوم تقدير الذات عن التراكيب الأخرى المرتبطة نظريا بهذا المفهوم أي تقدير الذات يتأثر بالخبر إن الخاصة للفرد كذلك فان ارتباط تقدير الذات سيكون محددا بالمواقف الخاصة وبشكل أدق بتحديد في طبيعية العلاقة بين تقديرا الذات والسلوك المحدد في ذلك الموقف مثلا إذا ماركزنا على الجانب الأكاديمي في الشكل (4) يمكننا القول الذات من ناحية القدرات العقلية سيكون مرتبط بالتحصيل الأكاديمي بشكل أكبر من ارتباطية بقدرته في المواقف الاجتماعية أو قدرته الجسمية (احمد إسماعيل الالوسي – 2014,ص114)

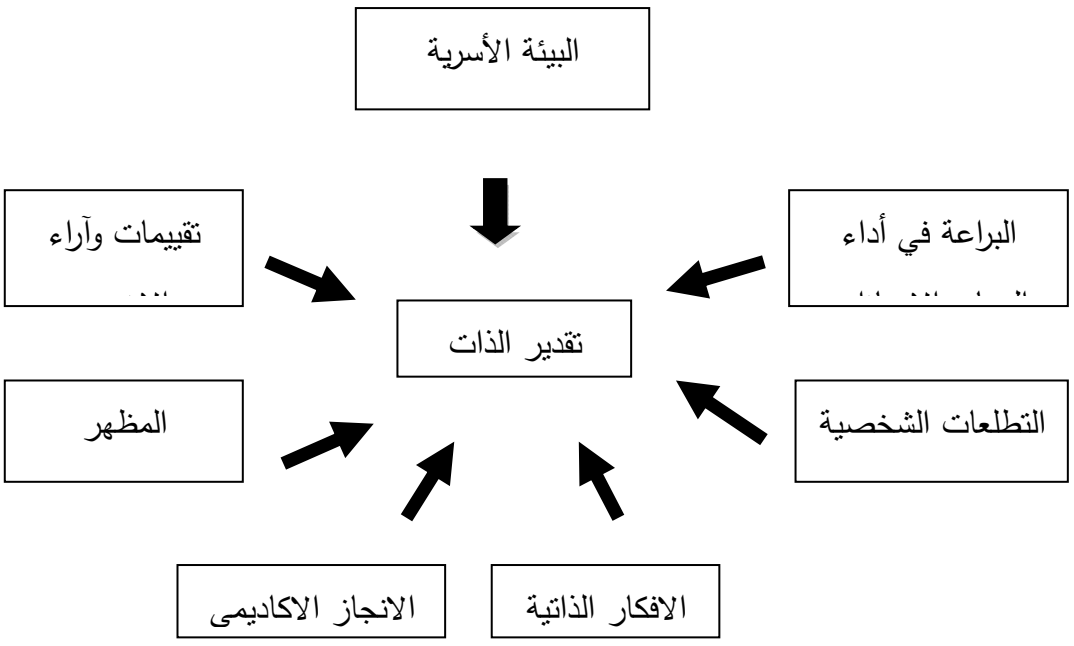
8نظرية القياس الاجتماعي (مارك ليري) (Mark Leray2000):

وفق لنظرية القياس الاجتماعي يعد تقدير الذات قياسا نفسيا يراقب نوعية علاقات الفرد بالآخرين وتقوم النظرية علي أساس افتراض إن الناس يمتلكون دافعا سائدا نحو تعزيز العلاقات الشخصية المهمة ونشأة هذا الدافع عبر تطور الأجيال منذ القديم فالإنسان وفقا لهذه النظرية يتصف بحاجة أساسية إلى الأشياء. وان هذه الحاجة نمت مع وجود الإنسان البدائي الذي كان ينتمي إلى مجموعات اجتماعية. وهذه المجموعات الاجتماعية تدفع الإنسان إلي البقاء علي قيد الحياة عن طريق التنافس مع المجموعات الأخرى من اجل الموارد المعايشة والفكرة الأساسية في نظرية القياس الاجتماعي هي إن نظام تقدير الذات يراقب وجود العلاقات بين الأشخاص وأفعال الفرد وعلي وجه التحديد الدرجة التي يقوم بها الفرد علاقاته بالآخرين علي أنها تحمل قيمة وأنها مهمة ووثيقة وعندما يتم المرور بخبرة التقويم الواطئ فان نظام القياس الاجتماعي يستشير الضيق الانفعالي كعلاقة تحذير وإنذار ويدفع بالفرد إلي إظهار سلوكيات تسترجع التقدير الايجابي وتدعيمه .إن تقدير الذات الواطئ لدى الفرد يكون مقدرنا بحالات الفشل في انجاز المهمات والانتقاد أو الرفض من الآخرين وغيرها من الأحداث التي لها مضامين سلبية ويرتفع تقدير الذات عندما ينجح الفرد في انجاز مهمات وعندما يمتد أو يختبر حب الآخرين,تقدير الذات الواطئ، بعدد من المشكلات الشخصية أو النفسية مثل الاكتئاب والوحدة والإدمان والفشل الدراسي والسلوك الإجرامي ووفقا لهذه النظرية لهذه النظرية

فإن الناس يسعون إلى تقدير الذات العالي لأنه يرتبط بالسعادة الذاتية وبالانفعالية العاطفية الايجابية لذا نجدهم يسعون إلي تعزيز والمحافظة عليه تشكل دائم. (احمد اسماعيل الالوسي,116,2014)

8. العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

يتشكل تقدير الذات لدى الفرد من عوامل داخلية وخارجية وتتمثل هذه العوامل الداخلية في أفكار الفرد عن ذاته والتطلعات الشخصية، أما العوامل الخارجية تتمثل في تأثير البيئة المحيطة وظروف التنشئة الاجتماعية:



شكل رقم 01: العوامل المؤثرة في تقدير الذات

– عوامل تتعلق بالفرد نفسه تبث أن الطفل تتحدد نسبه بقدر خلوه من المشاكل النفسية والجسدية بمعنى أن إذا كان الفرد متمتعا بصحة النفسية وجسدية جيدة ساعد ذلك على نموه نمو طبيعيا ويكون نموه طبيعيا خالي من القلق إما إذا كان الفرد يعاني من القلق وأمرض نفسية وجسدية فان فكرته عن ذاته ينخفض تقديره أيضا.

. **العوامل البيئية:** هي أسباب التي تحيط بالفرد مثل انخفاض مستوى الثقافي الصحي والاقتصادي للأسرة والطفل الذي تمنعه من الأسباب البيئة إتباع أساليب التنشئة خاطئة مثال أسلوبا لإهمال وأسلوب القسوة،أسلوب التذبذب في التعامل إذا فالمرجعية الثقافية والبيئة المحيطة بالفرد حيث أن العوامل الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد تسيطر على الكثير من صفاته.

. يرى الباحثان فهمي والقطان الأسئلة المتعلقة بالبيئة الخارجية التالية هي تتدخل في نمو تقدير الذات: هل يقرر لنفسه.

-ما هي نظرة الأسرة المحيطة بيه والأصدقاء؟

- هل تسمح بأسرته المشاركة في أموره؟

وكل ما تكون الإجابة موضوعية ايجابية تؤدي إلى درجة تقدير الذات عالية. (حدواس منال .2013ص 133-134)

وكذلك من المتغيرات المتعلقة بالبيئة الخارجية:

. البيئة الأسرية:يبدأ نمو تقدير الذات منذ الميلاد فالتجارب الأولى أثناء الطفولة والمراهقة يكون لها تأثرا كبيرا في نمو تقدير الذات. فكلما كان تقدير الذات للطفل لذاته مرتفعا ومفهوم ذاته ايجابيا كلما كان أكثر تكيفا ونجاحا، و الأسرة هي العامل الأساسي في التنشئة الاجتماعية.فهي تنمي في الطفل مؤشراته الأولى بكونه محبوب أو غير محبوب، مقبول أو غير مقبول. (رانجيت سينغ مالهي،روبرت دابليو،ريزنر،سنة 2005 ص16)

أشارت الأبحاث أن الطريقة التي يتم تربية الطفل بها تؤثر بشكل كبير على تقدير الذات فالآباء الذين يتمتعون بقدر عالي من تقدير الذات يقومون في الغالب بتنشئة أطفال يتمتعون بتقدير مرتفع للذات، في حين الآباء ذو تقدير منخفض للذات يقومون في الغالب بتنشئة أطفال ذوي تقدير منخفض للذات.

. أراء الآخرين:

يتأثر مستوى تقدير الذات بالكيفية التي يعاملنا بها الاخرين فالأفراد الذين تمت بعاملتهم باحترام واهتمام من قبل اشخاص مهمين في حياتهم كمعلميهم وزملائهم غاليا ما يكون لديهم قدر مرتفع من تقدير الذات. لقد اشارت الابحاث الى ان مستوى تقدير الذات يرتبط بأراء وتقييمات الاخرين خصوصا من نعتبرهم مهمين وجاذبين واقوياء والتقييم الايجابي يرفع غالبا من مستوى تقدير الذات والتقييم السلبي يقلل غالبا منه.

. المظهر:وهو عنصر مهم في تحيد مستوى تقدير الذات وهذا يرجع اساسه الى تقييمات الاخرين غالبا ما تكون مبنية على مظهرنا فالأشخاص الجاذبون يكونون أكثر قابلية لأنهم يحبون مقارنة بالأشخاص الغير جاذبين، وغالباما يحضون بحبالاخرين. (رانجيت سينغ مالهي،روبرت دبليو,2005. ص18)

. الانجاز الأكاديمي:فالدرجات الاكاديمية الجيدة تعزز من شعور المرء بالقيمة والكفاءة،وكما يقول او مالي وباكمان "النجاح التعليمي يصبح اقل مركزية وتأثيرا في تقدير الذات اثناء السنوات الاخيرة من الدراسة الثانوية والسنوات التي تعقبها"

. الافكار الذاتية: تقديرنا لذاتنا خصوصا اثناء البلوغ،وتحدده افكارنا الذاتية او صورتنا التي نرسمها لذاتنا

والافكار الذاتية هي افكار في عقولنا نقبلها ونسلم بانها حقيقة، و افكارنا الذاتية تشكل اساس صورتنا الذاتية التي تأثر بشكل كبير على مستوى تقديرنا لذاتنا،وعندما تكون صورتنا الذاتية ايجابية تنمو لدينا قيمة الذات والشعور بالكفاءة.

. التطلعات الشخصية: مستويات التطلعات الشخصية تؤثر بالفعل على الشعور بتقدير الذات. فما يمثل نجاحا لشخص معين يمكن أن يكون فشلا لأخر. ومستوى تقدير الذات لدى المرء يرتفع إذ ألبي إنجازه أو فاق التطلعات الشخصية في جانب قيم من جوانب السلوك.

. البراعة في المهام والإنجازات:وأخيرا يتأثر تقديرالذات ببراعة المرء في أداء المهام والإنجازات السابقة.وكما يقول ليون تيك،وهو طبيب نفسي مشهور:"بدون الشعور بالإنجاز،وبدون الشعور أنه بمقدورنا أن نكون فعالين في سلوكياتنا،تصبح الثقة الحقيقية بالنفس وتقدير الذات والأمور المستحيلة".والبراعة في أداء المهام تعزز في شعور المرء بقيمة ذاته. فهي تجعل المرء يشعر بأنه مهم وهذا يقوي من تقديره لذاته.فمثلا،الكفاءة في العمل يمكن أن ترفع من مستوى تقدير المرء لذاته إذا كان المرء يقدر عمله تقديرا كبيرا.بالمثل،فإن انجازات مثل اختيارك كموظف العام او تأليف كتاب يمكن أن تزيد من تقدير المرء لذاته. (رانجيت سينغ مالهي،روبرت دبليو,2005 ص 19-20)

حالة المجتمع لها دخل كبير يرى ماسلو إن تقدير الذات يتضمن التقبل الاجتماعي والمنزلة الاجتماعية ومن آخرين تقدير العلاقات الأسرية: أسرة تبنى على الحوار والحب والتعاون تعزز لدى الفرد تقدير ايجابي مرتفع وتشعره انه مرغوب وله دور في هذه العلاقات ولديه مسؤوليات اتجاهها إما إذا كانت علاقات ضعيفة من حيث التواصل والحوار فانه تعزز لدى الفرد تقدير الذات المنخفض. (طالبيصادة. 2019.ص 73)

9. الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات:

إن مفهوم الذات عبارة عن معلومات وعن صفات الذات، بينما تقدير الذات تقييم لهذه الصفات وإن مفهوم الذات يتضمن فهما موضعيا أو معروفا للذات بينما يشمل تقدير الذات فهما انفعاليا للذات ويعكس الثقة بالنفس هناك ارتباطا وثيقا بين مفهوم الذات وتقدير الذات أيإذ كانت صورتنا عن أنفسنا ايجابية من الطبيعي إن نشعر بالاعتزاز والرضا بهذه الذات وعلى العكس من ذلك إذ كانت صورتنا عن ذاتنا سلبية فسوف نكره ذاتنا ونذمها ونحتقرها.

قدم كوبر سميث تعريفا للتفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضعه وما يتمسك بيه من عادات مألوفة لدية مع اعتبار لذاته، ولهذا فان تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض ويشير إلى معتقدات الفرد تجاه ذاته وباختصار يكون تقدير الذات هو الحكم علي مدى صلاحيته، معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير للفظية، ويعبر عنها بالسلوك الظاهر.

الأبحاث التي قام بها فوكس 1990 ميز بين الاصطلاح الوصفي مفهوم الذات . والاصطلاح العاطفي الوجداني تقدير الذات وقد علق قائلا :إن مفهوم الذات يشير إلي وصف الذات من خلال استخدام سلسلة من الجملة الإخبارية مثال: أنا رجل أنا طالب وذلك لتكوين صور شخصية متعدد الجوانب.

–أما تقدير الذات فيهتم بالعنصر التقويمي لمفهوم الذات حيث أن الأفراد يقومون بصياغة و إصدار الأحكام الخاصة بقيمتهم الشخصية كما يرونها و ببساطة فإن مفهوم الذات يسمح للفرد أن يصف نفسه في إطار تجربة مثيرة، إما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه خلال هذه التجربة ويميز هامشك بين ثلاث مصطلحات في هذا المجال (الذات وتمثل الجزء الواعي من النفس على مستوى الشعوري"" ومفهوم الذات) ويشير إلى المجموعة الخاصة من الأفكار و الاتجاهات التي تكون لدينا في أيلحظة من الزمن، أيأنها ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشأ من خبراتنا بأنفسنا و الوعي بها، أما تقدير الذات فيمثل الجزء الانفعالي منها .

ومنه نستخلص إن الذات يضعه الفرد لذاته أما تقدير الذات التقييم الذي يضعه شخص لذاته بما فيه من صفات. (جعفر صباح. 2010.ص 67)

إن مفهوم الذات عبارة عن معلومات وعن صفات بينما يشير تقدير الذات الى تقسيم هذه الصفات بالإضافة الى ذلك فان مفهوم الذات يتضمن فهم موضوعي او معرفي للذات بينما تقدير الذات فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس .(حدواس منال 2013 ص131)

خلاصة الفصل:

من خلال دراستي لهذا الفصل يتضح أن تقدير الذات عبارة عن الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية تقييم الآخرين ورؤيتهم له فهي بمثابة تقييم عام لقدرات الفرد ينقله إلى الآخرين بالأساليب التعبيرية المختلفة والعوامل (الاجتماعية،الشخصية) لها دور بارز وفعال في تكوين تقديره(منخفض ومرتفع) لديه الفرد هذا ينعكس عن تصرفاتهم على سلوكهم سواء مع غيرهم أو نفسه.

الفصل الثاني : الطالب الجامعي

تمهيد

1- تعريف الطالب الجامعي.

2- خصائص الطالب الجامعي.

3- مسؤوليات الطالب الجامعي.

4- طرق التدريس بالنسبة لطالب الجامعي.

5- رضا عن التخصص والتكيف الأكاديمي للطالب .

6- مشكلات الطالب الجامعي.

تمهيد

إن مركز المجتمع يعتبر الشباب باعتباره، وتيرة أساسية ومركز طاقته الفعالة وهم أساس ازدهار وتطور والتنمية الاجتماعية والاقتصادية فالشباب له دور أساسي في حياة كل الأمة من كفاية وخلق وعلم يكون تقدمها وازدهارها فهم البنية الأساسية لذلك توجه الامم المعاصرة جهود كبيرة لرعايتهم وإعدادهم لأن هذه المرحلة للفرد وبخصائص تميزها عن غيرها من المراحل في النواحي الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية.

والشباب الجامعي اليوم هم المركز الأساسي ومهم في بناء واعدد الجامعة لأنهم يشكلون مادتها الخام وتفاعل قدراتها العلمية وتوجهها العلمي والتربوي ليكونوا الطاقة وأداة مساهمة في تطوير المجتمع عن مجتمع نواحي وجوانب التربوية النفسية الاقتصادية ولهذا سوف نتحدث في هذا الفصل عن الطالب الجامعي الذي يعتبر تكوين فلسفة المجتمع الذي يستند عليها التعليم.

1. مفهوم الطالب الجامعي:

. لغة: من الطلب أي السعي وراء الشيء للحصول عليه.

. اصطلاحا: هو كل شخص ينتمي لمكان تعليمي معين، مثل:المدرسة، القامة، الكلية،أو المعهد والمركز، وينتمي لها من أجل الحصول على العلم وامتلاك شهادة معترف بها من ذلك المكان حتى يستطيع ممارسة حياته العلمية فيما بعد تبعا للشهادة التي حصل عليها.

ونقصد بالطالب الجامعي هو الذي يتلقى الدروس والمحاضرات،والتدريب على كيفية الحصول على المعلومات في مؤسسة التعليم للحصول على الشهادة الجامعية.(مزيش مصطفى 2009ص 24).

الطالب هو حجر الزاوية في العملية التعليمية التي من أجله أنشئت،ويقصد بها:مدى تأهله علميا وصحيا ونفسيا حتى يتمكن من استعاب دقائق المعرفة وتكتمل متطلبات تأهيله ،وبذلك تضمن أن يكون هذا الطالب من صفوة المتخرجين القادرين على الإبتكار والخلق وتفهم وسائل العلم وأدواته،ويعتبر محور العملية التربوية،والغاية التي يطلبها عملية التعلم والتعليم(العيادي واخرون،2008ص 68).

ويعرف ايضا على أنه الفرد الذي إختار مواصلة الدراسة الأكاديمية والمهنية ويأتي إلى الجامعة محملا معه جملة قيم وتوجيهات صقلتها المؤسسات التربوية الاخرى، والجامعة من المفروض تحضره للحياة العليا (محمد إبراهيم عبده،2002ص222،223)

الطالب الجامعي هو من يمر في مرحلة نمو معينة فهو على وشك إنهاء مرحلة المراهقة إن لم يكن على قدر تجاوزها فعلا إلى مرحلة النضج أخرى، وعلى أستاذ الجامعي أن يكون على وعي بأن عملية التربوية التي يقوم بها لطلابه في الجامعة لا تنحصر في مجرد تزويد الطالب بمجموعة من المعرف، والحقائق النظرية، وإنما هي عملية تنمية الطالب من جوانبه المختلفة. (راشد علي، 2007، ص 46).

من خلال التعاريف نستنتج أن الطالب الجامعي له دورا فعال بارز في العملية التعليمية فهو يعتبر مداخلات ومخرجات العملية التعليمية الجامعية.

2. خصائص الطالب الجامعي:

إن الطالب الجامعي هو عنصر فعال في العملية التربوية يتميز بمجموعة خصائص جد مهمة في حياته ويمكن التحديد المجال الزمني للطالب الجامعي في فترة الفتوة أو فترة الشباب الأولى من بداية الحلم حتى سن الواحد والعشرين، وهي تطابق الفترة التي تستخدم مصطلح (Adolescence)وهي مرحلة انتقالية يتحول من خلالها الشاب إلى رجل بالغ أو امرأة بالغة،ويحقق فيها نضج الجنسي ومستوى عاليا من النضج الانفعالي والاجتماعي وفيما يلي أبرز خصائص الطالب الجامعي:

2. 1. الخصائص البيولوجية:

بالنسبة للطالب الجامعي تطرأ عليه جملة من الخصائص البيولوجية وفي هذه المرحلة فإنه يطرأ كثير من التغيرات والتطورات العامة وهي تتأثر بكثير من العوامل الوراثية، والبيئية، التي من بينها:

. انتقال الصفات الوراثية عبر الأجيال.

. الإفرازات الغددية وجنس الفرد.

. أنواع التغذية ودرجة صحته.

كما تبدو مظاهر أخرى للنمو الجسمي عند الطالب الجامعي تتمثل في قابلية الجهاز: العظمي، العصبي للنمو وسرعته يتوقف على نوعية الغذاء ,كما يبدو النمو السريع في الجسم يسبق عند الإناث، فظهر عدة تغيرات لدى البنات بشكل خاص العجز، أو الأرداف أو بروز النهدين وحدوث الطمث كعلامة مميزة للنضج الجنسي كما يتأثر النمو الجسمي بالكثير من العوامل الوراثية والبيئية.

ويزداد النمو العضلي بنمو الأعضاء الداخلية ووظائفها حيث تؤثر كل هذه النواحي على نمو الطالب الطولي والوزني.

ويتميز الطالب الجامعي في هذه المرحلة بتغيرات على المستوى الفيزيولوجي التي لها علاقة بوظائف الغدد, كما تتأثر هذه المرحلة البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها، والأحوال النفسية التي تسيطر عليه، فالبيئة الجغرافية على سبيل المثال:

1- تؤثر في لون البشرة ونوع الشعر(اللون مثلاني الجنوب صعيد أسوان الأقصر يختلف عن المناطق الساحلية أو الريفية أو الحضرية.

2- تشكل هيئة الوجود والمعالم الخارجية(لون العيون، هيئة الأنف، اتساع الجبهات.) (عادل مرابطي 2007، ص 78)

2.2. الخصائص العقلية:

تزداد قدرة الطالب في هذه المرحلة على الانتباه فيستطيع ان يستوعب مشاكل طويلة معقدة، في يسر وسهولة ويصاحب نمو قدرة المراهق على الانتباه نمو مقابلا في القدرة على التعليم والتذكر (يتذكر الأشياء التي يفهمها)، أما فيما يخص الخيال فيتجه الخيال نحو الخيال المحدد المبني على الألفاظ لا كتابة اللغة تكاد تدخل في طورها النهائي كالسحاب.

ويتميز التفكير في حل مشكلة قائمة يجب أن نهدف في عملية التوجيه على اكتساب القدرة على التفكير الصحيح في جميع مشاكلهم ما هو علمي أو اجتماعي أو اقتصادي وهذا ما يجعل المراهق فرصة معالجة المشاكل بطريقة سليمة.

ويتمثل تفكير الطالب في هذه المرحلة بالتفكير الذاتي والاستدلال المنطقي فتتعاظم لديه القيم والمثل العليا وينعكس ذلك التحول الظاهري في ميوله وحاجيته الطبيعية وما يكون متميز بالمراهقة والمنافسة بالإضافة إلى قدراته على التحريش والتقييم بفضل ذكائه الذي يسمح له مواقف الحياة المختلفة، فيتجه بهذا النمو للتركيز على دراسته ومهنته والتفكير في الأسرة.

3.2. الخصائص النفسية:

تتميز الحالة النفسية في هذه المرحلة لدى الطالب الجامعي بالتوتر تسودها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والضغوطات الاجتماعية والقلق وغيرها من المشكلات.

فالطالب الجامعي وفي هذه المرحلة المراهقة التي تعد عنيفة من الناحية الانفعالية حيث تختلج نفس المراهق توترات تمتاز بالعنف والاندفاع كما تساوره من حين إلى آخر أحاسيس بالضيق والزهد.

ولقد اختلف الباحثون في تقسيم بواعث هذه الاضطرابات الانفعالية التي تشوه حياة المراهق، فهناك من يرجعها إلى ما يطرأ من تغيرات على إفراز العند، وهناك من يرجعها إلى العوامل البيئية التي تحيط بالمراهق ومن المظاهر الانفعالية نجد:

. الرهافة: التي تعني بشدة حساسية الشاب الانفعالية وشدة تأثره بالميزات الانفعالية المختلفة، وذلك نتيجة التغيرات الجسمية السريعة التي يمر بها في أول هذه المرحلة والاختلال اتزانه الغدي الداخلي.

. الكآبة:يشعر الشاب في تلك الفترة بالكآبة والانطواء والحيرة محلولا بذلك كتم انفعالاته ومشاعره عن المحيطين به، حتى لا يثير نقدهم ولومهم.

. التهور والانطلاق:حيث يندفع الشاب وراء انفعالاته، سلوكيات شديدة في المواقف العصيبة التي لم يألفها من قبل،وأيضا صورة من صور تخفيف شدة الموقف المحيط به ووسيلة لتهدئة التوتر النفسي في مثل هذه المواقف الغريبة عليه.

ولهذا نجد أن الصفات العالية على انفعالات الشباب تتأرجح ما بين الخوف من المراهقة،ومن الفشل المدرسي، والمواقف المحرجة اجتماعيا وعدم رصا المجتمع أو انفعال الغضب، عندما يشعر بما يعوق نشاطه ويحول بينه وبين تحقيق رغباته وأهدافه، وعندما يشعر بالظلم أو الحرمان من حقوقه ومميزاته قد يظهر في صورة عدة منها:

- البكاء الفترات الطويلة دون ابداء الأسباب/ والصراخ وكل الأشياء
- إلقاء التهديدات واللوم المستمر على الآخرين.

ويظهر هنا في هذه المرحلة بشكل على انفعال الحب فالشباب أكثر نضجا في حبه وأقوى في مشاعره اتجاه الجنس الآخر، إلا أنه يتأثر إلى حد كبير بقيم المجتمع وتقاليده وقيوده، ويتطور الحب لديه من حب الذات إلى حب النظير في الجنس الآخر. ومن التنافر إلى التآلف ومن الخيال إلى الواقع (عادل مرابطي. 2007،ص79. 80).

4.2. الخصائص الاجتماعية:

تستمر عملية التنشئة الاجتماعية بالنسبة للطالب الجامعي حيث يتعلم القيم السائدة في مجتمعه، كما تتوسع آفاقه ونشاطاته الاجتماعية، بحيث تظهر لديه خصائص منها:

-**الميل إلى الجنس الآخر**: الاهتمام بالجنس الأخر الحاجة إلى التوافق الجنس الآخر.

-**الثقة وتأكيد الذات:** ويحاول أن يجلب الاهتمام بشتى الطرق فيهتم بمظهره الشخصي، وذلك باختيار الملابس التي يرتديها، ويكون لبقا في كلامه، يلاطف ويجامل كما يخضع إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق والحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية.

- **الخضوع غلى جماعة الرفاق:** ويحاول هنا من التخلص من سيطرة الأسرة، ولكن إشباع حاجاته الاجتماعية يتطلب منه الانتماء إلى جماعة فيجعلها مرجعا له، ويتبع قوانينها وأساليبها.

. اتساع دائرة التفاعل: فتتسع دائرة نشاطه الاجتماعي يدرك حقوقه والمشاركة في النشاطات، ويتضح النفور في التمرد على السلطة الأسرية، ليشعر بالفردية والاستقلالية، وكذلك الحرية من القيم والتقاليد فلا يمتثل لها، فيزداد عصبا لا آرائه ومعايير جماعة النظائر، ولكن تصبح ميزة نوعا ما حسنة وهي المنافسة لزملائه لتحقيق مكانته من خلال المنافسة في النشاطات والتحصيل الدراسي.

5.2. الخصائص الدينية:

ترتبط الخصائص الدينية ارتباطا وثيقا بالخصائص الاجتماعية ويخضع تطورها لمدى علاقة الفرد بالمعايير والقيم السائدة ويرتبط من ناحية أخرى بالخصائص الدينية وبمدى علاقة الفرد بالشعائر والطقوس والحرمات، وبمدى استجابته لمستويات الخير والشر، وهذه الظاهرة تتصف بها المراهقة بصفة عامة والطالب الجامعي بصفة خاصة.ويظهر عند الطالب الجامعي في هذه المرحلة وما يلي:

. **خاصية التفكير التأملي:** يتأثر النمو الخلقي لدى الشاب بتفكيره وتأملاته، وبصيرته القوية التي تهدف إلى تحليل المواقف المختلفة، ورسم خطط أساسية للوصول بها إلى المثل العليا التي تساير أهدافه، وأهدافه جماعية، وإنسانية كلها وانتهاء إلى القضية الإنسانية.

. **الدينو العقيدة:** فهما أساس بناء الخلق لدى الشباب، حيث ترسخ المبادئ الدينية والقيم الأخلاقية المستمدة من العقيدة منذ الصغر، حتى تصبح عادة وسلوك لا يمكن الاستغناء عنها في ظل معايير اجتماعية وعادات وتقاليد أخلاقية، إلا يستطيع الشاب التخلي عنها حفاظا على مكانته الاجتماعية وسط الآخرين.

. **الثواب والعقاب:** يتأثر منذ طفولته بأسرته وبأصدقائه ثم بالمعلمين في المدرسة وبالأساتذة في الجامعة وبالمجتمع المحيط به في تقويم مستويات خلقه، وفي تعديل سلوكه وذلك عندما يثاب على ما يعمل أو يعاقب على أخطائه، ولا يعني بالعقاب الضرب والقسوة، وإنما يعني هنا عاقبه السلوك الشاذ وذلك بتحويل طاقته إلى سلوك مرضي وللتشجيع والإثابة الأثر القوي في تكوين مستويات الخلق والسلوك الأخلاقي لدى الشاب وقد يعوق العقاب والفشل نموهما.(عادل مرابطي، نفس المرجع ص82.81)

3-مسؤوليات الطالب الجامعي:

1.3. مسؤولية الالتزام بالقوانين الجامعية:

على الطالب الجامعي احترام القوانين والأنظمة والتشريعات الجامعية والالتزام بها، وعد القيام بأي فعل يخالف هذه القوانين

2.3. مسؤولية تقع على عاتق الطالب الجامعي:

في هذه المرحلة هي مسؤولية التفوق الدراسي،والحصول على أعلى معدلات النجاح والتسلح الكامل بالعلم والمعرفة.

3.3 . مسؤولية بناء الذات:

رسالة الطالب الجامعي لا تقف عند الحصول على العلم في تخصص معين بل تتعدى إلى أبعد من ذلك، فمن مسؤوليات الطالب الجامعي الاستفادة مما تقدمه الحياة الجامعية في بناء شخصيته القيادية القوية القادرة على تحمل المسؤولية والإبداع (بلال حديثي 2011. ص 13. 14)

4- طرق التدريس بالنسبة للطالب الجامعي:

للتدريس الجامعي أهداف متنوعة لذا لا يوجد هناك نموذج بسيط للتدريس الجامعي ومقبول عالميا لتصنيف الطرق التدريسية فالتالي فإن طرائق التدريس تتعدد وتتنوع وكل منها يلائم بصورة مثلى موقف معينا دون المواقف الأخرى، وتنقسم طرق التدريس المتبعة حسب العملية البيداغوجية غلى ثلاث:

-**التدريس**:وهذه العملية ترتكز على أشكال مختلفة من البحوث (كالتعليم الموجه، المحاضرات، العروض، البرهان والتبيين).

-**التكوين**: يعتمد على المناقشة والعمل الجماعي (كالملتقيات العلمية، التعليم الثنائي، العمل المخبري، العمل التطبيقي، دراسة حالة...إلخ)

-**التعليم**: هذه العملية ترتكز على التعلم الفردي (كالقراءة الموجهة، العمل التطبيقي، تحضير ملف تربص، مشروع تموين... إلخ) (عادل مرابطي، 2007، 84).

5- الرضا عن التخصص والتكيف الأكاديمي للطالب الجامعي:

يقصد بداية بعملية التكيف بصورة عامة عملية التفاعل بين الأفراد وما لديه من إمكانيات وحاجات من جهة وبين البيئة وما فيها من خصائص ومتطلبات من جهة ثانية، ويكون النتاج النهائي لهذه العملية هو التكيف الحسن أو التكيف السيئ ويظهر التكيف الحسن في شعور الطالب لرضا أو الإنتاج اتجاه دوره كطالب في الجامعة وينعكس التكيف الحسن في الإنتاجية أي في أداء المهمات المتضمنة في التعليم الجامعي والتمكن من المعارف والمعلومات والمهارات، الأمر الذي يظهر في النتائج الدراسية التي يحصل عليها الطالب في مستوى نجاحه، أما التكيف السيئ للطالب الجامعي فيظهر في شعور الطالب بعدم الرضا عن دوره كطالب في الجامعة وهو الأمر الذي يبدو على شكل إحساس بالقلق والتوتر والشعور بالغربة والاكتئاب، وتتراوح هذه الحالة من الاضطرابات ما بين عدم التكيف البسيط وحتى حالات الاضطرابات النفسية الشديد التي تعيق اتصال الفرد بالواقع، كما أثار التكيف السيئ في إنتاجية الطالب على شكل تدهور في الأداء التحصيلي وفي نتائج الطالب الدراسية إضافة إلى ذلك فان التكيف الطالب يتأثر بطبيعة الحياة في الجامعة وما فيها من قواعد وتعليمات ومناهج وعلاقات مع الأساتذة والزملاء وما تقدمه الجامعة للطالب من خدمات في مجالات التوعية و الإرشاد و الإعداد للدراسة الجامعية والمساعدة علي اختيار التخصص وبرامج تنمية المهارات الدراسية والاجتماعية التي تساعد علي النجاح وبرامج التنمية المهارات الدراسية والاجتماعية التي تساعد علي النجاح في التكيف الأكاديمي.

- التكيف مع البرنامج الدراسي: ويشير هذا البعد إلى مدى رضا الطالب عن دراسته في الجامعة وقناعته بالبرنامج الذي التحق به مدى استمتاعه بالموضوعات التي يدرسها.

. وضوح الأهداف التعليمية يشير هذا البعد إلى مدى إدراك الطالب لوجود علاقة بين التخصص ومحتويات المواد التعليمية من جهة والمهنية التي يطمح للانخراط بها في المستقبل من جهة ثانية كما يشير إلى وجود خطط واضحة لدى الطالب لما بعد التخرج.

. القدرة على تنظيم الوقت واستخدامه، يشير هذا البعد على إدراك الطالب لمدى كفايته وفعالية في برمجة نشاطاته اليومية وتنفيذها بحيث يستخدم الوقت على نحو مناسب أي يوزع وقته بين النشاطات الاجتماعية والنشاطات الدراسية.

. كفاية المهارات والعادات الدراسية: ويشير هذا البعد إلى مدى استخدام الطالب العادات الدراسية الجيدة مثل التحضير المسبق للمحاضرات وأخذ الملاحظات واستعمال المكتبة والتخليص وكتابة البحوث والتقارير. (بن مبارك نسيمة. 2014ص 63).

6- مشكلات الطالب الجامعي:

أهم المشكلات التي أدت إلى عدم رضا الطالب عن الدراسة:

. ارتفاع ثمن الكتب الدراسية وعجز المكتبات الجامعية عن إشباع حاجات الطلاب.

- العجز عن الدراسة في التخصص الذي يميل إليه الطالب أحيانا.

- عدم إحساس الطالب بالتفاعل مع الأساتذة نتيجة عدم وجود فرصة لتكون علاقات أكاديمية وشخصية مع الطالب.

- زيادة كثافة المحاضرات وقاعات الدرس.

- الاعتماد على التلقين وحفظ المعلومات، مما يفقد الطالب الإحساس بقيمة ما يدرسه.

وهناك من يرى أن مشاكل الطلاب الدراسية تتمثل في:

المنهج الدراسي: يجب أن تكون المناهج متنوعة ووظيفية، بحيث يكون ما درسه الطلاب مرتبط بكيفية إعدادهم للمواطنة الصالحة وتحقيق أهدافهم بدلا من المناهج التي ترهق ذهن الطالب.

. علاقة المدرس بطلابه ويلعب عضو هيئة التدريس دورا هاما في توجيه الطلاب داخل المحاضرات، أما دوره خارج المحاضرة فهو لا يقل عنه شيئا من خلال الزيادة الطلابية فيستطيع أن يساعدهم على التغلب على البعض المشكلات الدراسية والشخصية.

وعلى ذلك عملية الاتصال بين الأستاذ والطلاب تساعد أعضاء التدريس في:

- توجيه الطلاب لحل مشكلاتهم الشخصية ومشاكلهم الأكاديمية توجيها سلميا.

- توضيح أي صعوبات يمكن أن تواجه الطلاب من خلال المحاضرات والدراسات العلمية.

- توجيه الطالب توجيها مباشرا يمكنهم من إكمال دراستهم بنجاح ويمكن أيضا من النجاح في عملهم فيالمستقبل.

. غرس القيم الدينية والاتجاهات المرغوبة لكي تكون أساسا في انتماء الطلاب لمجتمعهم.(نورهان,منير حسين,1999,ص265)

. المشكلات النفسية:

تتركن معظم النفسية لطلاب الجامعة حول المشكلات النمو الانفعالي لمرحلة المراهقة والإسعاد للرشد وتحمل المسؤولية والاستقلال عن الأسرة، والشباب في مرحلة الجامعة يعاني الكثير من التوتر والقلق، وتغلب الحالة الانفعالية والشعور بالنقص والارتباك والخوف من المستقبل و تؤثر هذه المشاعر على النفسية والنشاط العقلي، وقد تؤثر على اتجاهات وعاداته ويعاني الطالب الجامعي أيضا من صراعات نفسية متباينة مثل

الصراع بين الحاجة إلى الإشباع الجنسي وبين التقاليد الدينية والاجتماعية وصراع القيم بين ما يعتنقه الشاب من مبادئ وقيم وهذا عند دخول الطالب إلى العالم الجامعي يجد أمور لم يجدها ولم يشاهدها من قبل هنا يجد نفسه في صراع ما يؤمن به وما يعتنقه وبين ما يمارسه مع الآخرين.

. مشكلات المهنة والعمل:

نقص الإرشاد المهني، قلة المساعدة في اكتشاف قدرات الفرد الحاجة في اختيار مواد الدراسة، قلة المساعدة في معرفة الفرص المتاحة في المجالات المختلفة، قلة المساعدة في اختيار المهنة، نقص الخبرة في الأعمال المختلفة، نقص معرفة كيف وأين يبحث عن العمل، الحاجة إلى الكسب المادي، قلة توفر فرص العمل، نقص التدريب والإعداد المهني، سوء التوافق في المهنة.

. المشكلات الاجتماعية:

أول ما يلتحق الطالب بالجامعة بيئة واسعة الأفق تتسع بها دائرة العلاقات الاجتماعية، وهو بذلك معرض للتصدي لأول مشاكله الاجتماعية وهي عدم تكيفه الاجتماعي مع الظروف البيئة الجديدة ولذلك قد تكون البيئة ذاتها مصدر إعاقة في وجه إشباع حاجاته.

وقد يتجه الشباب نتيجة للتربية الخاطئة إلى الانخراط مع جماعات السوء وهذا الانخراط يمهد السبل لظهور مشكلة الانحرافات السلوكية كالسرقة وارتكاب الجرائم والغش في الامتحان وسوء التكيف الأسري والاجتماعي وهنا يحاول الشاب أن يؤكد اعتزاز بشخصيته ويشعر بمكانته.

. المشكلات الاقتصادية:

تتعلق بمدى التأثر لوضع الأسرة الاقتصادي على الطالب كعدم التمكن من الحصول على كل ما يحتاجه والافتقار إلى سكن ملائم وعدم الحصول على مصروف كافي كل هذا قد يخلق مشاكل في المجال تكون معيقة لأي مشروع يريد بنائه.

ونستطيع تلخيص مشاكل الطالب الجامعي فيما يلي:

. عدم اهتمام السلطات بقضاياهم ومشاكلهم التي تقف حاجزا أمام تحقيق مطالبهم.

. عدم إشباع الحاجات الأساسية للطلبة من سكن ومواصلات وخدمات صحية.

. بعض المشكلات على المستوى التعليمي من حيث المقررات الدراسية والعلاقات بين الطلبة والأساتذة.(حامد عبد السلام,501,502,2001)

خلاصة الفصل:

من خلال الفصل يتضح أن للطالب الجامعي دورا هاما وبارزا في الجامعة فهو أحد أهم مكونات البارزة والعناصر الأساسية المكونة في العملية التعليمية في المرحلة الجامعية فهو يعتبر باحث جامعي لأنه يعد رسالة علمية , وطاقته تحدث تغيرات في المجتمع لهذا لابد من تهيئة الطالب لمستقبله والرقي والازدهار لأنه يعتبر ضمانة للمجتمع وتطوره ونجد أن هذا يحدث حين تستطيع الجامعة تنمية هذه الطاقة من خلال:

. مساعدة الطالب على تحليل دوافعه.

. اكتشاف حاجاته وميوله بنفسه .

مناقشة في مختلف مشكلاته وحقوقه.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث : الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. منهج الدراسة.

2. حدود الدراسة.

3. مجتمع الدراسة.

4. عينة الدراسة.

5. أدوات الدراسة.

6. أساليب المعالجة الإحصائية

تمهيد:

يعتبر تحديد الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية من أساسيات البحث العلمي، و بعد ما تطرقنا في الجانب النظري إلى المشكلة التي نحاول من خلال هذا البحث الوصول إلى حل لها و التعرف على بعض الدراسات التي تناولتها من قريب أو بعيد، و سيتم في هذا الفصل عرض أهم الإجراءات التي قام بها الباحث من أجل تحقيق أهداف البحث التي تتلخص في تحديد مجتمع البحث و اختيار العينة و الحصول على أداتي القياس و تحقيق الشروط العلمية الواجب توافرهما، و قيمهما من صدق و ثبات لتكونا صالحتين لغرض تطبيقها على العينة المختارة و تحديد الوسائل الملائمة لتحليل البيانات و معالجتها إحصائيا وصولا إلى النتائج و ما يبنى عليها من توصيات و مقترحات، و فيما يلي وصف لتلك الإجراءات:

1-المنهج الدراسة: نظر موضوع بحثنا يتناول "مستوى مساهمة تقدير الذات لدى طالب الجامعي نحو اختيار تخصصه لتكوين توجيهي لدى طلاب السنة الثانية" فقد تم استخدام المنهج الوصف الذي يتناسب مع طبيعة دراستنا الذي يمكن تعريفه " **بأنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لمشكلة ما**" كذلك طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصوريها كميا عن طريق جمع معلومات مقننة عن مشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (عمار بوحوش الذنيبات 2007. ص143. 144) هو أيضا طريقة لوصف الموضوع دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي تم الوصول إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها .(محمد سرحان علي المحمودي،2013 ص46)

2-حدود الدراسة:

. الحدود الزمنية: أجريت هذه الدراسة خلال شهر ماي من السنة الدراسية (2021-2022)

. الحدود المكانية: تمثلت في قسم العلوم الاجتماعية جامعة محمد خيضر بسكرة قطب الجامعي لشتمه ولاية بسكرة

. الحدود البشرية: تتمثل المجال البشري لدراستنا لطلبة العلوم الاجتماعية سنة ثالثة علوم التربية

3- **مجتمع الدراسة:**بالنسبة لطبيعة الدراسة الحالية واستنادا على نتائج تم تحديد المجتمع الأصلي طلبة جامعة محمد خيضر القطب الجامعي شتمه من كلا الجنسين (ذكر، أنثى) للسنة ال دراسية2022-2023

4- **عينة الدراسة:** تم اختيار العينة بطريقة عشوائية وتكونت عينة الدراسة من 36 طالب وطالبة للسنة الثالثة علوم التربية.

5-**أداة الدراسة:** تعتبر عملية جمع البيانات من المراحل الهامة التي تحتاج إلى عناية خاصة من قبل الباحث ذلك أن قيمة البحث و نتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا بالمنهج الذي يتبعه الباحث و الأداة التي يستخدمها بطريقة واضحة حتى يتمكن من تحقيق أهداف الدراسة ففي بحثنا هذا اعتمدنا على استبيان مع الاستعانة بمجموعة من الدراسات السابقة التي تتضمن مجموعة من المقاييس التي تتوافق مع طبيعة دراستنا مثل: دراسة بم مبارك نسيمة الرضا عن التخصص الدراسي فقد تم استقاء بعض العبارات من بعض الدراسات التي وجدنا بنودها تتناسب مع هذه الدراسة.

فالاستبيان:مجموعة من الأسئلة والاستفسارات المتنوعة والمرتبطة بعضها بالبعض الأخر بشكل يحقق الهدف أو الأهداف التي يسعى إليها الباحث بضوء موضوعه والمشكلة التي اختارها لبحثه .(محمد سرحان علي المحمودي,2019.ص 126)

تصميم الاستبيان ووحدة الأسئلة يسهل عملية تجميع المعلومات في مجاميع وتصنيفها في حقول،وبالتالي تفسيرها والوصول إلى والاستنتاجات المطلوبة والمناسبة.

ولذلك فإن من أهم شروط صياغة الاستبيان هو أن تكون واضحة ولا تحتمل اللبس.

ولقد قمنا بإعداد عبر مراحل نذكرها على النحو التالي:

1- تم تحضير مجموعة ممن الأسئلة المتعلقة بالموضوع الدراسة.
2- تم تجميع الأسئلة وجعلها في كل محاور، كل محور يجيب عن فرضية الدراسة
3- احتوت الاستمارة على 30 سؤالا وكانت تتضمن مجموعة من الأسئلة المفتوحة وقسمت إلى محورين رئيسيين وهما:

1. **المحور الأول:** يتضمن البيانات المتعلقة بتقدير الذات للطالب الجامعي.

2. **المحور الثاني:** والذي تضمن بنود المتعلقة بتقدير الذات في الجانب المهني.

كما هو موضح في الجدول التالي:

الاستبيان	عدد البنود/30
تقدير الذات في اختيار التخصص	15
تقدير الذات في الجانب المهني	15

الجدول رقم 01:تقسيم الاستبيان

قامت الباحثتان بحساب المدى وطول الفئة

بحيث أعطت الدرجات التالية:

3درجات: موافق

2درجات: محايد

درجة1: معارض

الاتجاه	ضعيفة	متوسطة	مرتفعة
الفئة	1 ← 1.66	1.67 ← 2.33	2.34 ← 3

الجدول رقم 02: يوضح مستوى استبيان

الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

. صدق المحكمين: وهو مدى قياس محتوى الاستبيان للشيء المطلوب.

من خلال البحث والتقصي في الأدبيات الدراسة لحساب صدق المقياس قمنا بتوزيع أداة الدراسة في صورتها الأولية على (05) محكمين من الأساتذة من ذوي الخبرة والتخصص في مجال التربية لاستطلاع أراءهم حوا فقرات مقياس التأكد من سلامة تطبيقه على عينة الدراسة وقد تمت نسبة الاتفاق 80 %معيارا لقبول فقرات المقياس ولذلك أصبح المقياس صالحا للتطبيق في هذه الدراسة.

. صدق الاتساق الداخلي:

. لقد قمنا بالبحث من خلال اجلد الاتساق الداخلي للمقياس ودلك بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة المفحوصين في كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول وقد تراوحت معاملات الارتباط بين:(763 156) , كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (3) يوضح صدق الاتساق الداخلي

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	*408	16	**493,
2	**564	17	*423,
3	**814	18	**763,
4	**488	19	**557,
5	*378	20	**660,
6	*35.4	21	**477,
7	156,	22	**802,
8	*493,	23	*340,
9	**574,	24	*421,
10	**744,	25	388,
11	*375,	26	*357,
12	*450,	27	325,
13	*661,	28	**504,
14	*364,	29	**602,
15	**533,	30	211,

(**): دال عندمستوى(0.01)

(*): دال عند مستوى (0.05)

. ثبات المقياس:

تم اعتماد في حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرومباخAlpha Cranachوالذي بلغت قيمته 0.76 القيمة تؤكد على ثبات المقياس ويتضح أن المقياس ثابت ويفي بالشروط السيكومترية للمقياس الجيد.

كما هو موضح في في الجدول رقم (4):

عدد العناصر	الفا كرونباخ
30	0,76

6. أساليب المعالجة الإحصائية: تمت معالجة البيانات وفق الحزم الإحصائية (Spss) للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري.
- استخدام صدق الاتساق الداخلي.

استخدام معامل الارتباط بيرسون.

- استخدام صدق وثبات الاستبيان باستخدام معامل ألفا كرومباخ.

الفصل الرابع

تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

1. تحليل ومناقشة التساؤل الأول.

2ـ تحليل ومناقشة التساؤل الثاني.

3ـ تحليل ومناقشة التساؤل الثالث.

تمهيد:

. تعتبر عملية تحليل البيانات وتفسير النتائج من المراحل الأساسية التي يعتمد عليها البحث فهي خطوات جد مهمة تلي عملية جمع البيانات من أفراد العينة المدروسة.

. مناقشة وتحليل النتائج:

1. مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:

. ينص التساؤل الأول على" ما مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحو اختيار تخصصه؟

وللإجابة تم حساب المتوسطات وانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة.

الجدول رقم (5) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تقييم
تقدير الذات في اختيار التخصص	2.37	0.77	مرتفع

من خلال الجدول رقم (05) قامت الباحثتان بحساب المتوسط الحسابي لعبارات البنود

اتضح أن مستوى المتوسط الحسابي مرتفع والذي قدر ب: (2.37)لأنه وجد بين المجال (2.37. 3) وبانحراف المعياري الذي قدر ب(0.77).

. ترى الباحثتان أن تقدير الطلبة لذواتهم ووثوقهم من أنفسهم والتخصصات التي قاموا باختيارها. يرجع الى إقتناعهم بالتخصص الذي يدرسونه عكس الطالب الذي يكون غير واثق من التخصص الذي يدرسه فنجده دائما يشعره بالقلق والخوف من الرسوب اي كلما كانت البيئة التي يدرس فيها الطالب ملائمة كلما قلت هواجسه وقلقه نحو المستقبل، فالأشخاص الذين يتمتعون بالتقدير العالي لذواتهم هادئون ومسترخون وايجابيون ولديهم القدرة على الحزم والتركيز على أهدافهم والتعبير عن أنفسهم.

لذا نجد أن تلبية رغبة الطالب في مواصلة الدراسة في التخصص الذي يرغب فيه. يؤدي الى إعطاءه تقديرا مرتفعا لذاته ودافعية للاستمرار في التخصص المختار على عكس الطالب الذي وجد نفسه في

تخصص لم يفكر فيه يوما وأرغم عليه وعلى مواصلة الدراسة فيه،وهذا ينعكس على مستوى تقدير لذاته ويصبح لديه عدم القابلية للتعلم.

. إن الاتجاه المعرفي السلبي للطالب يؤدي الى تدني مستوى تقديره لذاته،فالأفكار والاستعدادات وقدرات الطلاب تختلف حسب تخصصاتهم،حيث أن قدرات وإستعدادات الطالب لا تسمح له بدراسة تخصص اخر، لكن ميوله ورغبته تؤثر عليه. ومن هنا فإنه لا يتم توجيهه للتخصص الذي يرغب ويطمح له،وهذا يؤثر على مستوى تقديره لذاته، ويصبح مؤشر خلل في المعلومات والخبرات التي تمكن الطالب لتقييمه لذاته نحو التخصص الذي إختاره ، وهذا يلعب دورا هاما في استخدام قدراته استخداما بناءا مما يزيد من نجاحه في تخصصه حيث يسعى الى تطوير وتنمية كفاءته.وإعطاءه نظرة ايجابية لمستقبله المهني.

فالفرد الذي يتمتع بذات إيجابي يميل عبرة صورة ذاتية التي يكونها عن نفسه،جسديا،نفسيا،عقليا،عاطفيا واجتماعيا وعبر إدراكه السليم لطموحاته وانجازاته وقدراته الى أن يسعى لتحقيق أقصى ماتتيح له ذاته من إمكانيات ومعارف التي من خلاله تكونت له صورة وهذا ما ادى به الى إختيار تخصصه.

وهذا لا يتفق مع دراسة أوشن نادية من ناحية نتائج دراستها

2. النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

. والتي تنص ما مدى تحقيق مستوى تقدير الذات لدي الطالب الجامعي في اختيار المهنة

. وتم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للاستجابات أفراد عينة الدراسة من خلال المحور الثاني

الجدول رقم (6) يوضح ذلك:

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تقييم
اختيار المهنة	2.22	0.79	متوسط

الجدول رقم 06: يوضح حساب متوسط الحسابي والانحراف المعياري المحور الثاني

. من خلال الجدول رقم (07) قامت الباحثتان بحساب المتوسط الحسابي لعبارات البنود اتضح أن مستوى المتوسط الحسابي متوسط الذي قدر ب: 2.22 لأنه وجد بين المجال (1.67-2.32).

وكان انحرافه المعياري ب(0.79).

– ويمكن تفسير هذه النتيجة بعدم وجود مستقبل مهني واضح أمام الطلبة عند تخرجهم وينعكس ذلك على وجود قلق لديهم وذلك من خلال انشغالهم بإمكانية الحصول على وظيفة مستقبلا.

– إن تدني مستوى تقدير الذات لدى الطلبة يصاحبه قلق في المستقبل المهني او الظروف التي يعيشها الطالب سوآءا في أسرته او في مجتمعه فتدني المستوى المعيشي لدى العائلة وعدم تمكنهم من مزاولة أي عمل يكسبهم نظرة سلبية نحو انفسهم ويجعلهم يهابون مستقبلهم المهني ،فمن خلال توزيعنا استمارة الاستبيان قمت بالحديث مع بعض الطلبة عن تخصصهم من ناحية نظرتهم له فهم يعتقدون ان دراسة الماستر مضيعة للوقت وعدم قدرتهم على رسم خطط في حياتهم المهنية والخوف من المستقبل المجهول او البطالة او عدم العمل بشهادتهم واصبح لديهم مستوى منخفض من قابلية التعلم.

– الشعور بالخوف من عدم وجود فرص العمل تؤدي الى مستوى تقدير متدني للطالب في حد ذاته، فهو يتساءل بين نفسه ماذا بعد التخرج؟ فالشعور بالقلق من الاوضاع الحياتية والاقتصادية والاجتماعية الغير مستقرة التي يعيشوه اوالتي خلقت لديه صورة ضبابية غير واضحة المعالم والاطر بما ينتظرهم مستقبلا،بالإضافة الى ارتفاع كبير من الشباب الحاملين الشهادات الجامعية وهذا ما أدى الى قلة فرص العمل واصبحت مشكلة الطالب اليوم مركزة أكثر على وجود عمل،واختيار التخصص الذي يضمن له فرصة العمل دون اهتمام بنوعية التخصص بحد ذاته.

. إن الاشخاص الذين يتمتعون بتقدير عال للذات اكثر توافقا في عملهم وأعلى دافعية في الانجاز و افضل في التحصيل الدراسي،ويمكن تفسير ذلك بأن الفرد الذي يكون تقديره لذاته عاليا يدرك جيدا نقاط ضعفه ونقاط قوته ونجده ينظر الى نفسه نظرة واقعية،وهذا ما يجعله اكثر موضوعية في تحديد مجاله المهني المناسب لقدراته .

. وفي دراستنا الحالية لم تتفق نتائج الدراسات السابقة مع نتائج هذه الدراسة.

3. مناقشة وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث:

. والتي تنص هل توجد علاقة ارتباطيه بين متوسطات درجات تقدير الذات واختيار المهنة

معامل بيرسون	مستوى المعنويةSig	مستوى الدلالة	حجم العينة	اتخاذ القرار
,390*	0,019	0,05	36	دال إحصائيا

الجدول رقم 07: يوضح حساب العلاقة الارتباطية

يتضح من خلال تحليل الجدول انه توجد علاقة إرتباطية ودلالة إحصائية بين المتغيرين عندمستوى الدلال (0.05) والجدول رقم(7) يوضح ذلك:

العامل المهني مهم جدا في تقدير الذات لدى الطالب الجامعي و نجد ان المستوى الثقافي والاقتصادي الضعيف يعتبر عاملا هاما في إكتساب الطالب لتقدير ذات سلبي،فالمستوى المعيشي المتدهور للاسرة ينتج عليه الكثير من الاحباط النفسي للطفل حيث تكون متطلباته ورغباته في أسرته لا تحقق له الاشباع،فالطفل الذي ينشأ في أسرة جاهلة لا تهتم به ولا تهيأ له جو صالح يساعده في التكيف الاجتماعي مع من حوله وهذا يؤثر سلبا على إكتساب الذات لدى الطفل.

ومن العوامل النفسية (الحرمان) له علاقة طردية مع التكيف الاجتماعي حيث يؤدي الى إضرابات الاتزان العاطفي لدى الطفل وضعف الثقة في النفس اللذان يؤثران بدورهما على الطفل إجتماعيا،فالطلاب ذوي التقدير المنخفض للذات يشعرون بالرفض والدونية وغير راضين على قدراتهم وصورتهم الذاتية ويتوقعون الفشل والاحباط في كل ما يقبلون عليه ويجدون صعوبة في التواصل مع الاخرين ويشعرون بعدم الكفاءة وانخفاض الفاعلية ويميلون الى الانسحاب الاجتماعي.

. فالخطأ في اختيار التخصص المناسب في الجامعة يضعف دوافع الطلبة نحو العمل ويجعلهم منهزمون في أول صعوبة تواجههم وهكذا يقضون مدة بين الصمود على اختاره أو محاولة تفسير الاختصاص وفي الحالتين ينخفض مردودهم التعليمي).

. إن الشخص الذي يبني تصورا ايجابي عن ذاته وتقدير لها مرتفع يواجه الحياة ككل بمزاج الرابح والمنتصر وتكون له القدرة على تجاوز حالات فشله واختيار جيد للمهنة.

. الجانب الايجابي لتقدير الذات للطالب الجامعي له رؤية واضحة بارزة فالشخص الذي يدرك ذاته تتولد لديه قدرة على انجاز الأعمال ولا يضعف أمام التحديات ويكون له تخطيط جيد لمستقبله المهني.

نجد ان تقدير الذات مهما جدا في التحفيز للعمل, يعد مؤشرا او منبها للكفاءات المستقبلية للفرد فاذا يحمل الفرد تقديرا عالي حول ذاته فهذا سيجعله يبرر كفاءة عالية مرتبطة بصورته حول ذاته تمكنه من حل عقدة التي تواجهه او تخصه فتقدير الذات يدفع الفرد الى المزيد من العمل نحوي دراسته من اجل تحقيق نتائج ايجابية لتحقيق طموحاته المستقبلية.

. وهذا ما يتفق مع دراسة حورية بدرة من خلال نتائج انها توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا والنضج المهني لدى الطلبة الجامعيين ،ومن خلال ما توصلنا اليه في دراستنا انه توجد علاقة إرتباطية بين تقدير الذات والجانب المهني،وإختلفت مع بعض الدراسات السابقة في تحليل النتائج.

. العلاقة بين تقدير الذات واختيار الطالب لمهنته المستقبلية علاقة ايجابية وطيدة فهي تحدد مساره المستقبلي.

الاستنتاج العام:

تم في هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة وذلك انطلاقا من عينة الدراسة حيث تم عرض نتائج تساؤلات الدراسة:

من اجل التأكد من مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي في اختيار تخصصه.

معرفة مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي في اختيار المهنة

معرفة هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والطالب في اختيار مهنته في المستقبل:

توصلت نتائج الدراسة:

- مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي مرتفعة نحو اختيار التخصص.

- مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي متوسطة في اختيار المهنة.

- توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والجانب المهني

الاقتراحات:

بناءا على النتائج المتحصل عليها من البحث الذي قمنا به تم تقديم الاقتراحات التالية:

. ضرورة توعية الطالب الجامعي بالدور الذي تلعبه اتجاهاته وأفكاره عن ذاته في بناء شخصيته وسلوكياته، ونجاحه الدراسي من خلال الاختيار الجيد لتخصصه.

. كسر الاعتقادات الخاطئة والاتجاهات السلبية نحو التخصصات التي تعاني من نفور الطلاب.

. ضرورة بناء البرامج التعليمية تسعى لتكوين الطالب ليس من الناحية المعرفية فقط بل من جميع النواحي النفسية والتربوية والاجتماعية تساعده على بناء وتشكيل وصقل مفهوم الذات منسجم ومتوافق مع نفسه ومع بيئته المحيطة.

. ضرورة على الأهل توعية وإرشاد أبنائهم بأهمية مستقبلهم ومساعدتهم على تعزيز ذاتهم وقدراتهم على الاختيار الأنسب والصحيح دون الفرض عليهم أو الضغط في أي اختيار.

. يجب على الأسرة الاجتهاد في التعرف على شخصية أبنائهم بمعرفة مولاتهم ورغباتهم وبالتالي تتمكن من توجيههم توجيها سليما.

. التأكيد على تدعيم الثقة بالنفس للطالب من خلال دورات تدريبية ونفسية واجتماعية.

. يجب على الأسرة والمؤسسة التربوية أن تكون واعيتين بدورهما في التربية ومدركتين للأساليب التي تدعم تقدير الفرد لذاته وتلك التي تزعزع هذا التقدير وبالتالي تؤدي إلى انخفاض ذاته وعدم قدرته على اختيار تخصصه في مساره التعليمي.

. ضرورة توعية الطلاب وإرشادهم ونصحهم في تكوينهم إن عملية اختيار التخصص يترتب عليها نتائج مستقبلية هامة.

. ربط الجامعة بسوق العمل وعمل منشورات علمية من خلالها الطالب يتطلع ويأخذ فكرة عامة عن سوق العمل.

. العمل على فتح تخصصات تتماشى مع متطلبات سوق العمل.

. لابد من إجراء العديد من الدراسات التطبيقية عن الموضوع.

. إعداد ندوات وملتقيات للطلبة لمعرفة التخصصات عن قرب وطبيعة الدراسة ومتطلباتها قبل اختيارهم للتخصص.

. إنشاء مكاتب خاصة بالمرافقة البيداغوجية داخل الجامعات والتي من شأنها مساعدة الطلبة في اختيارهم لتوجهاتهم.

. إجراء مزيدا من الدراسات حول تقديرات الذات

. إعداد دورات تثقيفية في الجامعات للطلبة لمساعدتهم في بناء تقدير ذات ايجابي لديهم.

. إجراء المزيد من الدراسات حول الجانب المهني والعوامل التي تؤثر على الطالب في إختياره لمهنته.

خاتمة

. يعد تقدير الذات من الموضوعات المهمة التي مازالت تتصدر المراكز الاولى في البحوث النفسية،نظرا لأهميتها في الحياة الإنسانية وكما يعد ايضا من المفاهيم المهمة في العملية التربوية، ونظر لكونه يلعب دورا اساسيا في مساعدة الفرد على انجاز صورة لذاته، فنجاح الطالب في دراسته الجامعية يتوقف بدرجة كبيرة على مدى ملائمة التخصص لقدراته وميوله ورغباته،لانه عنصر فعال في العملية التعليمية، فتقديره المنخفض يؤثر في إختياره لتخصصه، وهذا يدفعه الى إختيار لا يتناسب مع طموحه ويجعله عاجز على مواصلة الدراسة وتتولد لديه الرغبة في ترك مقاعد الدراسة،مما يؤدي الى ارتفاع مستوى القلق والتوتر النفسي بلإضافة إلى الشعور بالعجر والإحباط وهذا يؤثر سلبا على تقديره لذات ويولد لديه الشعور بالقلق لإلتحاقه بالتخصصات لا تتوافق ميوله ورغباته وخوفه بعدم وجود فرص عمل لائقة ،مما تكون له صورة ضبابية بشأن مستقبله المهني وعدم وضوح معالمه الذي من خلاله يجعل الطالب يعيش ضغط نفسي حول مستقبله،فأختيار الطالب لتخصص يعد عملية حتمية ومصيرية تستهدف تحقيق التوافق العلمي والعملي من خلال شعوره بالرضا النفسي والذي يولد له القدرة الذاتية مع المحيط والتفاعل الايجابي مع الاخرين فهذا مؤشر نجاح في اي مهنة مستقبلا،لأن الطالب يعتبر احد المتطلبات الاساسية للتوافق في مختلف ميادين الحياة(عائلية ،مهنية ،مدرسية ،اجتماعية)

قائمة المراجع

قائمة المراجع

1- أحمد إسماعيل الألوسي. (2014) ***فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.*** مكتبة المجتمع العربي النشر والتوزيع. عمان

2- أمزيان زبيدة (2007). ***علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته و حاجاته الإرشادية.*** شهادة ماجيستر إرشاد نفسي مدرسي. كلية آداب و العلوم الإنسانية . جزائر

3- انتصار علي محمد (2015)، ***العلاقة بين أساليب المواجهة و المشكلات النفسية و السلوكية لطالبات المرحلة الثانوية مجلة البحث العلمي في التربية.*** جامعة عين شمس. العدد: 16،

4- أوشن نادية (2015)، ***التوجيه الجامعي و علاقته بتقدير الذات و قلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات*** . شهادة الماجيستر تخصص إرشاد و توجيه . كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية و العلوم الإسلامية . جامعة باتنة. الجزائر

5- بلال الحديثي(2011). ***الطالب الجامعي إلى القمة الأجيال،*** *للنشر والتوزيع.*

6- بلقاضي فؤاد (2016). ***مفهوم الذات و التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأم العازبة*** . شهادة ماجيستر في علم النفس الأسري كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران جزائر

7- بن دهنون سامية شيرين ماجي إبراهيم (2014). ***الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.*** مجلة جامعة وهران (الجزائر) . العدد 16 (9)

8- تاج العروس(1965). ***معجم اللغة العربية.*** دار التراث العربي.د.ط. الكويت

9- جعفر صباح (2010). ***تقدير الذات و علاقته بدافعية الانجاز لدى متربص المعهد الوطني.*** مذكرة ماجستر . قسم علم النفس الاجتماعي الجامعة محمد خيضر بسكرة. الجزائر

10- جيل لبند (2006). *دستور تقدير الذات (إبني ثقتك بنفسك، يوما بعد يوما).* مكتبة جرير للنشر والتوزيع. رياض.

11- جيل ليندفيلد: (2001) ***تقدير الذات.*** (خطوات مبسطة لتنمية و الإحساس بالقيمة الذاتية و شفا الجراح العاطفية).مكتبة جرير لنشر و التوزيع. رياض

12- حامد عبد السلام زهران إجلال محمد سري(2003) ، ***دراسات في علم نفس النمو عالم الكتب*** للنشر و التوزيع. القاهرة

13- حامد عبد السلام زهران (1977). ***الصحة النفسية و العلاجي النفسي.*** ط2 عالم الكتب. مصر.

14- حامد عبد السلام(2010)، ***علم النفس نمو الطفولة و المراهقة***، النشر و التوزيع و الطباعة ، القاهرة.

15- حدواس منال(2013) . ***الشعور بالوحدة النفسية و علاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي و مستوى تقدير الذات لدى المراهق الجازح*** . شهادة ماجستر في علم النفس الاجتماعي. كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية تيزي وزو. جزائر

16- حمزاوي زهية(2011) . ***صورة الجسد و علاقتها بتقدير الذات عند المراهق*** . مذكرة دكتوراه العلوم تخصص علم النفس الجماعات و المؤسسات جامعة مستغانم . جزائر

17- حورية بدرة (2016)، ***تقدير الذات و علاقته بالنضج المهني مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية***. جامعة وهران الجزائر. العدد. 26

18- خالد عوض حسين بلاح (2009). ***الاضطرابات النفسية لدى ذوي الإعاقة السمعية (في ضوء تواصل)*** دار الجامعة الجديدة للنشر الإسكندرية

19- د. سامي الوافي، (2020)، ***مظهرات الذات الأنثوية في الشعر النسوي الجزائري المعاصر***. شعر عائشة جلاب مجلة اشكلات في اللغة العربية و الأدب عربي بن مهيدي أم البوقي الجزائر مجلد 9 عدد: 5

20- رانجيت سينجم الهي. روبرت دبليو. آخرون(2005).***تعزيز تقدير الذات إعادة بناء و تنظيم نفسك للنجاح في الألفية الجديدة*** مكتبة جرير لنشر و التوزيع. رياض

21- سايح زليخة(2015) ، ***علاقة تقدير الذات و جهة الضبط بالتحصيل الدراسي***،دراسة ميدانية مذكرة ماجيستر في علم النفس. جامعة أبي بكر بلقايد.

22- سلوى محمد عبد الباقي. ***آفاق جديدة في علم النفس الاجتماعي***. مركز الإسكندرية للكتاب الأزرابطة. دون سنة

23- سني أحمد (2015). ***تقدير الذات و علاقته بالتوافق النفسي لدى المسن،*** شهادة الماجيستر قسم علم النفس الأسري. جامعة وهران. الجزائر

24- سهيلة عوطي(2008). ***العلاقة تقدير الذات و الدافعية للإنجاز لدى الطالب الجامعي*** شهادة ماجيستر في علم النفس التربوي. كلية آداب و العلوم الإنسانية جيجل. جزائر

25- طالبي صادة.(2019)، ***الضغوط النفسية و علاقتها بكل من القلق الاجتماعي و تقدير الذات لدى النساء المصابات بالسرطان الثدي***. أطروحة الدكتوراه في علم النفس العيادي . كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية باتنة جزائر

26- عادل مرابطي(2007). ***مواقف الصدمة النفسية لدى الطالب الجامعي*** . شهادة ماجيستر في علم النفس المرض الاجتماعي . كلية آداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية. الجزائر

27- العبادي . هشام فوزي آخرون (2008). ***إدارة التعليم الجامعي***. الوراق للتوزيع و النشر. الأردن

28- عبد الحفيظ معوشة(2008) . ***الميول الانتحارية و علاقتها بتقدير الذات عند الشباب*** . شهادة ماجيستر علم النفس المدرسي. الاجتماعي كلية آداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية. باتنة الجزائر

29- عبد ربه علي شعبان (2010). ***الخجل و علاقته بتقدير الذات و مستوى طموح لدى المعاقين بصريا***. مذكرة ماجيستر قسم علم النفس. عمادة الدراسات العليا كلية التربية . غزة

30- العربي حران حفيظة خليفي، (2019/10/13)***.. دور الجامعة في تنمية قيم المواطنة لدى الشباب الجامعي***. مجلة سوسيولوجيا. الجزائر المجلد 3 العدد2 (5)

31- علي راشد (2007). الجامعة و التدريس الجامعي لبنان. دار مكتبة الهلال

32- عمار بوحوش . محمد محمود الذنبيات، ***مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث***. ط4 ديوان المطبوعات الجامعة- بن عنكون الجزائر

33- كفافي علاء الدين (1989). ***تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية و الأمن النفسي***. جامعة الكزيت. مجلس النشر العلمي. المجلة العربية للعلوم الانسانية المجلد (9) العدد(35).

34- لقوقي دليلة (2016). ***مستوى تقدير الذات لدى المراهق المجهول النسب المكفول في الأسرة البديلة دراسة حالة للمراهقين المكفولين*** شهادة ماجستر علم النفس كلية علوم الإنسانية و الاجتماعية. بسكرة الجزائر

35- مجلى شايع عبد الله(2013). ***تقدير الذات و علاقته بأسلوب العدواني لدى طلبة الصف الثامن مرحلة التعليم الأساسي بمدينة صنعاء***. مجلة جامعة دمشق المجلد 29 (1)

36- محمد ابراهيم. (2003)***دور التربية في المستقبل الوطن العربي*** ط3 دار المجد للنشر و التوزيع عمان.

37- محمد سرحان علي المحمودي. (2019). ***مناهج البحث العلمي.مكتبة الوسطية*** للنشر و التوزيع .اليمن

38- مريم بن كريمة(2015). ***علاقة تقدير الذات بمستوى الطموح و التحصيل الدراسي*** مذكرة ماجيستر في علم النفس التربوي . كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية ورقلة . جزائر

39- مصباح محمد تقي(1992). ***معرفة الذات و بناؤها من جديد***. دار الأمير بيروت. لبنان

40- مهند عبد سليم عبد العالي (2003)، ***مفهوم الذات و اثر بعض المتغيرات الديموغرافية و علاقته بظاهرة الاحتراق النفسي*** بشهادة ماجيستر كلية دراسات العليا. فلسطين

41- نورهان منير حسن، فهمي (1999)، ***القيم الدينية للشباب من منظور الخدمة الاجتماعية***، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية.

42- الهلول إسماعي لعيد (2015)، ***أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء في النرجسية العصابية و علاقتها بمستوى تقدير الذات*** مجلة جامعة الأقصى سلسلة العلوم الإنسانية المجلد 19 (1) جانفي.

الملاحق

ملحق رقم (01) قائمة أسماء المحكمين:

الرقم	اسم المحكمين
01	**سهيلة بوعمر**
02	**نادية بومجان**
03	**سليمة سايحي**
04	**شفيقة كحول**
05	**مليكة مدور**

ملحق رقم(2) يوضح استبيان مستوى مساهمة تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحو إختيار تخصصه للتكوين التوجيهي.

أخي الطالب أختي الطالبة:

. بهدف إعداد مذكرة ماستر في إرشاد وتوجيه نضع بين أيديكم هذه الاستمارة المتكونة من (30) عبارة والتي أعدت للتعرف على مستوى مساهمة تقدير الذات لدى الطالب الجامعي نحو اختيار تخصصه لتكوين توجيهي وذلك بوضععلامة (X)في المكان المناسب علما أن إجابتك تستهدف لأغراض علمية فقط وتبقى سرية.

البيانات الشخصية:

الاسم واللقب: .....

العمر: .....

الجنس: .....

التخصص: .....

المستوى التعليمي: .....

الرقم	العبارات	موافق	معارض	محايد
1	أشعر بأنني حققت رغبتي من خلال هذا التخصص			
2	معرفتي السابقة بطبيعة هذا التخصص جعلني أرغب في دراسته			
3	اختياري لدراسة هذا التخصص كان صائبا			
4	اخترت هذا التخصص دون تردد			
5	التخصص الدراسي الذي وجهت اليه يتعارض مع طموحي			
6	شعرت بحزن شديد لما علمت أني وجهت لهذا التخصص			
7	إذا أتيحت لي الفرصة للتسجيل في الجامعة من جديد سوف اختار نفس هذا التخصص			
8	اخترت هذا التخصص بإرادتي دون تأثير من محيطي			
9	الطموح الايجابي يحفزني على الاختيار الجيد			
10	اختياري لهذا التخصص يتوافق مع قدراتي و استعداداتي			
11	الدروس التي أتلقاها في هذا التخصص لا تتفق مع ميولي و رغباتي			
12	عامل النتائج المتحصل عليها يفرض عليا اختيار التخصص			
13	اشعر أن محتويات البرنامج الدراسي لا ترضي طموحي و ذاتي			
14	أساليب التدريس حفزتني على مواصلة الدراسة في هذا			

	التخصص الذي اخترته				
15	تشجعني أسرتي على الالتحاق بالعمل الذي يحقق طموحي بعد التخرج				
16	اطلاعي على احتياجات سوق العمل كانت متعلقة بتخصصي قبل اختياره				
17	معظم الأعمال المتوفرة لتخصصي لا توفر الأمان الوظيفي				
18	فرص العمل في هذا التخصص متاحة مستقبلا				
19	أشعر بالرضا اتجاه التخصص لما يوفره لي من مال و مكانة اجتماعية				
20	التخصص الذي اخترته مطلوب في سوق العمل				
21	تأثير نظرة المجتمع لأهمية المهنة لها دخل في اختياري لتخصصي الجامعي				
22	يتماشى هذا التخصص مع حاجة سوق العمل من اليد العاملة				
23	الخوف من عدم إدماجي في العمل يجعلني افقد الثقة في مواصلة الدراسة				
24	اشعر بالضيق عندما أفكر في مستقبلي المهني من خلال دراستي لهذا التخصص				
25	اخترت هذا التخصص لأنه يمنحني فرصة توظيف ذاتي				
26	الخبرة النظرية التي اكتسبتها أثناء التكوين الأكاديمي تمنحني الخبرة الكافية للشروع في العمل				
27	شهادتي التي تحصلت عليها لا تسمح لي بالتوظيف في مناصب عليا				
28	أرى أن دراستي لهذا التخصص مضيعة للوقت لأنه لا يضمن لي منصب عمل في المستقبل				
29	اخترت هذا التخصص لأنه يربط بين ما هو نظري و ما هو عملي مما يساعدني على التكيف المهني مستقبلا				
30	افقد الثقة بنفسي عندما أفكر بأنني لن أجد عملا مستقبلا				