جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس والفلسفة

الرقم التسلسلي:.....

التفاؤل وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

(دراسة ميدانية بثانوية النجاح بولاية الجلفة)

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي

إعداد الطالبين:

خبيزي السعيد

بن نايم يمينة

إشراف الأستاذ:

بن قسميه موسى الأسعد

لجنة المناقشة:

1. أ. فرحات عبد الرحمان ..... رئيسا
2. أ. بن قسمية موسى الأسعد ..... مقررا
3. أ. حربي سليم ..... مناقشا

الموسم الجامعي:2019/2018

بسم الله الرحمن الرحيم
الله لا إله إلا هو الحي القيوم لا تأخذه
سنة ولا نوم له ما في السموات وما في
الأرض من ذا الذي يشفع عنده
إلا بإذنه يعلم ما بين أيديهم وما خلفهم
ولا يحيطون بشيء من علمه إلا بما شاء
وسع كرسيه السموات والأرض ولا
يؤوده حفظهما وهو العلي العظيم
صدق الله العظيم

إهداء

إلى من قال فيهم عز وجل (وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا)

..والدي روح إلى

معطاءً دائماً كنت

..أمي إلى

ما زال نبع عطاؤك فياضاً

والتي كان كلامها سبب تفاؤلي وحرصها وتعبها سبب نجاحي

إلى... من قاسمتني آمالي وآلامي... زوجتي العزيزة

إلى... هذى عمري وأملي في مستقبل مشرق أبنائي ...أسماء و فاطمة ومحمد

السعيـــــــــــد

شكرو تقدير

بادئ ببدء الحمد والشكر للإله القدير على العون و التيسر،حمدا يليق بجلاله وعظيم سلطانه الذي وفقنا لإتمام هذه الدراسة المتواضعة وصلى الله على سيدنا محمد خاتم الأنبياء والرسل وعلى آله وأصحابه ومن سار على هديه

أما بعد

امتثالاً لقول الله تعالى﴿ وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ﴾ **(النمل:40)**

قال الله تعالى:﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ. ﴾ (الأحقاف :15)

ولتوجيه النبي الكريم عليه أزكى التحية والتسليم في الحديث الشريف" :لا يشكر الله من لا يشكر الناس."

أتوجَه بأسمى آيات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى الأستاذ الدكتور" **بن قسمية موسى الأسعد** " لتفضله بالإشراف على هذه الرسالة

كما أتوجه بالشكر إلى كل الفريق التربوي و كل العاملين في ثانوية النجاح التي تم فيها الجانب الميداني.

و نتقدم بأخلص تشكراتنا إلى أساتذتنا و جميع عمال جامعة زيان عاشور

ملخص الدراسة بالعربية:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي في ولاية الجلفة ،والتعرف عما إذا كان هناك فروق في مستوى التفاؤل وتقدير الذات تعزى إلى المتغيرات التالية (الجنس ، التخصص الدراسي ، المستوى الاجتماعي) وقد استخدمنا المنهج الوصفي الذي يعتمد على وصف الظاهرة كما وكيفا ،بهدف الوصول إلى نتائج بتطبيقية.

مجتمع الدراسة هو تلاميذ ثالثة ثانوي بثانوية النجاح بالجلفة، ولقد تحصلنا على عينة فعلية للدراسة (80) تلميذ و تلميذة ممن يزاولون دراستهم بالأقسام النهائية بثانوية النجاح ولقد استخدمنا مقياس التفاؤل لـ: ديمبري وتقدير الذات لـ:لكوبر سميث **وأهم النتائج التي توصلت الدراسة إليها:**

*وجود علاقة طردية ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ ثالثة ثانوي

*لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات التفاؤل تعزى للمتغيرات التالية: (الجنس ، التخصص الدراسى،المستوى الاجتماعي)

*لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات تقدير الذات تعزى للمتغيرات التالية: (الجنس ، التخصص الدراسى)

*توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات تقدير الذات تعزى إلى المستوى الاجتماعي

Résumé de l'étude en français:

La présente étude vise à identifier la nature de la relation entre optimisme et estime de soi chez les étudiants du troisième cycle du secondaire dans wilaya de Djelfa et à déterminer s'il existe des différences de niveau d'optimisme et d'estime de soi en raison des variables suivantes (sexe, spécialisation, niveau social).

Approche descriptive, qui dépend de la description quantitative et quantitative du phénomène, dans le but d'obtenir des résultats pratiques. La population étudiée est un élève de troisième cycle de la classe de réussite de Najaf.Nous avons obtenu un échantillon réel de 80 étudiants et étudiants qui étudiaient dans les sections finales de la classe de réussite.Nous avons utilisé la mesure d'optimisme pour: **Dember** et l'estime de soi de **Cooper Smith** et les principales conclusions de l'étude:

* Il existe une corrélation négative statistiquement significative entre optimisme et estime de soi chez les étudiants du troisième cycle du secondaire.

* Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans les degrés d'optimisme dus aux variables suivantes: (sexe, spécialisation, niveau social)

* Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans l'estime de soi dues aux variables (Genre, spécialisation)

* Il existe des différences statistiquement significatives dans les scores d'estime de soi attribués au niveau social

فـهـــرس المحتويـــات

الموضوع	الصفحة
الاية	أ
الإهداء	ب
شكر وتقدير	ج
ملخص الدراسة بالعربية	د
ترجمة الملخص	هـ
فهرس المحتويات	و
فهرس الجداول والأشكال	ي
مقدمة	1
الفصل التمهيدي: مدخل نظري عام للدراسة	
1- تحديد الإشكالية	4
2- التساؤلات	7
3- فرضيات الدراسة	7
4- اسباب اختيار الموضوع	9
5-أهمية الدراسة	9
6-أهداف الدراسة	9
7-تحديد المفاهيم	10
8-حدود الدراسة	11
9-الدراسات السابقة	11
10-التعقيب على الدراسات السابقة	17
الباب الأول: الجانب النظري	
الفصل الاول : التفـــاؤل	
تمهيد	21

1-مفهوم التفاؤل	22
2-أنواع التفاؤل	24
3-خصائص وصفات المتفائلين	26
4-النظريات المفسرة للتفاؤل	28
5-العوامل المؤثرة في التفاؤل	32
6-فوائد التفاؤل	35
7-قياس التفاؤل	36
8-خلاصة الفصل	38
الفصل الثاني:تقدير الذات	
تمهيد	40
1-مفهوم الذات	41
2- بعض المفاهيم المرتبطة بالذات	44
3-مفهوم تقدير الذات	48
4-الاتجاهات التي تناولت تقدير الذات	49
5-تكوين تقدير الذات	50
6-الفرق بين الذات مفهوم الذات وتقدير الذات	50
7-نظريات تقدير الذات	52
8-مستويات تقدير الذات	55
9-عوامل تقدير الذات	56
10-خلاصة	60
الفصل الثالث: مرحلة التعليم الثانوي	
تمهيد :	62
1-تعريف التعليم الثانوي	63
2-نشأة التعليم الثانوي	63
3-النمو النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي	63
4-مفهوم المراهقة	64

5- تقدير الذات عند المراهق	65
6-خلاصة	67
الباب الثاني :الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع :الاجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	70
أولا: الدراسة الاستطلاعية	71
1-الغرض من دراسة الاستطلاعية	71
2-مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية	71
3-طريقة المعاينة وخصائص عينة الدراسة الاستطلاعية	71
4-وصف الأدوات المستخدمة في الدراسة	72
5-الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة	74
ثانيا :الدراسة الاساسية	83
1-منهج الدراسة	83
2-حدود الدراسة	84
3-مجتمع الدراسة	84
4-إجراءات الدراسة الاساسية:	86
5-الأساليب الإحصائية	87
الفصل الخامس: عرض و تحليل و مناقشة نتائج الدراسة	
1-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى	90
2-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية	91
3-عرض و مناقشة نتائج الفرضيةالثالثة	92
4-عرض و مناقشة نتائج الفرضيةالجزئية الأولى	93
5-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية	93
6-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	94
7-عرض و مناقشة نتائج الفرضيةالرابعة	95
8- عرض و مناقشة نتائج الفرضيةالجزئية الأولى	96

9- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية	97
10- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	98
-الاستنتاج العام	101
خاتمة	102
-الاقتراحات	105
- قائمة المراجع	106
-الملاحق	

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	72
2	النتائج المتوصل اليها عند تطبيق الاختبار (X)وإعادته	75
3	**نتائج ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار** لمقياس التفاؤل	75
4	الصدق التلازمي لمقياس التفاؤل لدى فراد عينة التقنين	76
5	معاملا ت الارتباط بين مقياس التفاؤل و بعض المقايس الشخصية	77
6	النتائج المتوصل اليها عند تطبيق اختبار(X) و بعد اعادته	78
7	نتائج ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار للتقدير الذات	79
8	قيم"ت"لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابين لعينة الذكور	80
9	قيم"ت"لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابين لعينة الإناث	81
10	معاملات الارتباط بين قائمة التقدير الذات وقوائم أخرى	81
11	معاملات الارتباط بين تقدير لذات ومتغيري التشاؤم واليأس	82
12	يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب التخصص	84
13	يبين توزيع أفراد العينة حسب الجنس	85
14	يبين توزيع أفراد عينة حسب التخصص الدراسي	85
15	**يبين توزيع أفراد عينة حسب المستوى الاجتماعي**	85
16	يبن علاقة الارتباط بين التفاؤل وتقدير الذات	90
17	يبين الحكم مستوى التفاؤل وتقدير الذات لدى عينة الدراسة	91
18	يبن الفروق بين الجنسين في التفاؤل	92

19	يبين تحليل التباين للتفاؤل بالنسبة للمتغير التخصص الدراسي	94
20	يبين تحليل التباين للتفاؤل بالنسبة للمتغير المستوى الاجتماعي	95
21	يبن الفروق بين الجنسين في تقدير الذات	96
22	تحليل التباين لتقدير الذات بالنسبة لمتغير التخصص الدراسي	97
23	تحليل التباين لتقدير الذات بالنسبة لمتغير المستوى الاجتماعي	98
24	يبين اختبار شيفيه لمستوى الاجتماعي لمتغير تقدير الذات	99

فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	**يبين العوامل المؤثرة في تقدير الذات وفق"ماسلو و ريزورز**	57
2	**يبين خريطة معرفية لتقدير الذات**	59

مقدمة

مقـدمة:

تعد مرحلة التعليم الثانوي مرحلة حاسمة في حياة التلميذ لما يتم فيه من تغيرات ولقد بينت الدراسات السيكولوجية أن مستوى تقدير الذات يؤثر سلبيا أو إيجابيا على مستويات الأداء في مختلف المجالات،كما يعتبر تقدير أهم السمات في الشخصية فإذا كانت شخصية الإنسان عبارة عن مزيج من السمات التي لا يزال الكثير من الباحثين يوم بعد يوم يكتشفون خباياها وتفاعلاتها وتأثيرها، ولقد تم بناء العديد من الاستراتجيات التنموية الفعلية مستمدة من أساليب وفنيات العلاج السلوكي المعرفي الانفعالي والعقلاني التي ساهمت ولا تزال في تنمية السمات الايجابية في شخصية الفرد لعل أبرزها الثقة بالنفس وتقدير الذات والتفاؤل.

ويعد التفاؤل من أحد المفاهيم الهامة الأساسية في هذا الإتجاه، وخاصة لما له آثار إيجابية عديدة على الفرد، فقد توصلت نتائج العديد من البحوث أن التفاؤل أمر أساسي للصحة النفسية، والصحة الجسمية.

فنجد ان التفاؤل يقلل من خطر التعرض للمشاكل الصحية وإلى انتعاش أسرع بعد الأحداث المهمة كالموت أو المرض ،وأن المتفائلين أقل قلقاً، وأكثر قدرة على تحمل الشدائد، وأكثر ثقة وقدرة على اتخاذ القرا، وأكثر إبداعاً كما أظهرت وجود علاقة إيجابية مرتفعة بين النظرة التفاؤلية والسعادة، وأن التفاؤل يرتبط إيجابياً بالسيطرة على الضغوط ومواجهتها وحل المشكلات بنجاح، وضبط النفس، وتقدير الذات والتوافق والصحة الجسمية والنفسية وعادات غذائية صحية.(عون محيسن2012،ص 54)

فهذا الأخير له دور مهم في الارتقاء بحياة الإنسان وتحقيق رفاهيته وسعادته ورضائه عن عمله، وصحته النفسية والجسمية، وأن التفاؤل يعد حجر الزاوية الذي يمكن للأفراد من رسم أهدافهم المحدودة وطرق تغلبهم على الصعوبات التي تعترض حياتهم.

جاءت هذه الدراسة لتسليط الأضواءعلى التفاؤل وتقدير الذات ومن هنا تكمن أهمية دراسة التفاؤل وتقدير الذات نحاول من خلال هذه الدراسة إبراز العلاقة القائمة بين التفاؤل و تقدير الذات لدى التلميذ المتمدرس المقبل على شهادة البكالوريا، والوقوف على الفروق بين الذكور والإناث من جهة وفق التخصص الدراسي الذات وكذلك

وفق المستوى الاجتماعي من جهة أخرى وللإحاطة بهذا الموضوع وتحقيق أهداف بحثنا قمنا بتقسيمه الى ثلاثة أقسام:

القسم الأول: تضمن الجانب التمهيدي الذي خُصص للإطار العام للدراسة لعرض الاشكالية وتساؤلاتها وفرضياتها أهداف الدراسة وأهميتها تحديد حدود الدراسة والمفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة،وأخيرا عرض ومناقشة الدراسات السابقة.

القسم الثاني: فتمثل في الجانب النظري الذي تناولنا فيه ثلاثة فصول .

الفصل الاول : تطرقنا فيه الى مفهوم التفاؤل الأنواع خصائص وصفات المتفائلين والنظريات المفسرة للتفاؤل العوامل المؤثرة في التفاؤل وكذلك القياس.

الفصل الثاني : تم تخصيصه للمتغير الثاني وتقدير الذات حيث تعرضنا الى مفهوم الذات و المفاهيم المرتبطة بالذات و ايضا مفهوم تقدير الذات والاتجاهات التي تناولت تقدير الذات و تكوينه والفرق بين الذات ومفهوم الذات وتقدير الذات وكذلك نظريات و مستويات وعوامل تقدير الذات ....الخ

الفصل الثالث: تم تخصيصه لتعريف بمرحلة التعليم الثانوي وخصائص التلاميذ في هذه المرحلة

-**أما الجانب التطبيقي** : فتضمن إجراءات الدراسة الميدانية في فصلين هما(الفصل الرابع و الفصل الخامس)

-**الفصل الرابع:** والذي فيه لأدوات جمع البيانات وخصائصها السيكومترية في الدراسة الاستطلاعية ثم جاءت الدراسة الأساسية موضحة المنهج المتبع و العين وموصفاتها وأخيرا المعالجة الإحصائية

-**الفصل الخامس:** تم عرض فيه النتائج التى توصل اليها في ظل الفرضيات المقترحة إضافة إلى تفسير النتائج التى تم التوصل اليها في ضوء الجانب النظري والدراسات السابقة

وختمت الدراسة إستنتاج عام وخاتمة و جمل من الإقترحات.

الفصل التمهيدي :مدخل نظري عام للدراسة

1تحديد الإشكالية .

2 التساؤلات .

3 فرضيات الدراسة .

4اسباب اختيار الموضوع

5أهمية الدراسة .

6 أهداف الدراسة .

7 مفاهيم الدراسة .

8حدود الدراسة

9الدراسات السابقة .

10التعقيب على الدراسات السابقة .

1-تحديد الإشكالية:

يعدُ التفاؤل أبرز مكونات علم النفس الإيجابي ومن المفاهيم النفسية الحديثة في مجال التربوية النفسية وخصوصا لدى المتمدرسين وقد حظي مفهوم التفاؤل بدرجة بالغة من اهتمام من قبل المتخصصين في مجال الصحة النفسية و التوافق

تستحوذ دراسة سمة التفاؤل على اهتمام بالغ من قبل الباحثين نظرا لارتباط هذه السمة بالصحة النفسية والجسمية للفرد فهو يزرع الامل ويبث الطمأنينة والسكينة في النفس وهذا يجعل التفاؤل طريق الصحة والسعادة والسلامة اي له علاقة بالرضى الذاتي عن الحياة والتوافق مع خبراتها المختلفة كما يعتبر تقدير الذات لبنة أساسية يجب أن يقوم عليها البناء النفسي لشخصية المراهق خصوصا إذا علمنا أن إحدى المهمات النمائية الأساسية للمراهق هو سعيه الدائم لإيجاد نفسه وتقديرها وتحقيقها الأمر الذي يشير إلى عملية فهم متصاعد حول (من هو) (من سيكون).

مفهوم تقدير الذات خاصية سلوكية نفسية قابلة للقياس من خلال عدة مقايس، هذا من جهة ومن جهة اخرى فهو يمثل احدى اهم المواضيع المدروسة من طرف الباحثين لكونه مرتبط بعدة متغيرات متباينة كالاعتماد على الذات والثقة بالنفس، ويحتل تقدير الذات مركز هاما في نظريات الشخصية كما يعتبر من العوامل الهامة التى تؤثر تأثير كبيرا على السلوك وهذا ما ذهب اليه الحميدي محمد ضيدان فهو يرى أن السلوك هو حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية وهو إحساس الفرد بذاته (الحميدي محمد ضيدان،2003،ص2)

ويري **زيلر**(Ziller) أن تقدير الذات يقع بين ذات الفرد والواقع الاجتماعي الذي يعشه وهو بذلك يحافظ على الذات من خلال الأحداث السلبية والايجابية التى يتعرض لها وبذلك يرى أنه عندما تحدث تغيرات في بيئة الفرد الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التى ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك. (سميح أبو مغلي 2002،ص112)

وباعتبار البحث يدرس ظاهرة التفاؤل وعلاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي وهذه المرحلة من التعليم، حيث تعتبر كباب لدخول التلميذ الى الحياة الجامعية في حالة النجاح اما في حالة الرسوب فيبقى مستقبل التلميذ غامض لكون التفاؤل يمثل حالة نفسية للفرد، تؤثر تأثيرا بالغا على سلوكه وتوقعاته للحاضر والمستقبل. هذه السمة لها تأثير مباشر على تغير حياة الانسان الى الأفضل، حيث تساعد الفرد في تجاوز عقبات الحياة والتأقلم معها، كما يتجاوز مشاعر القلق والخوف إلى مشاعر الأمل والإرادة والإصرار، مما يجعل الفرد اكثر ثقة بالنفس، من خلال بناء الفرد يمكن تكوين جيلًا قادرًا على النهوض بالمجتمع، ينظر إلى المستقبل بإيجابية وأمل.

إن كثيراً من مشكلات التلاميذ تنجم عن الشعور بانخفاض تقدير الذات، فالشعور الذي يحمله الأطفال نحو أنفسهم هو أحد المحددات الأساسية للسلوك ، وشعور التلميذ بأنه شخص بدون قيمة يفتقر إلى احترام الذات ، ويؤثر على دوافعه واتجاهاته وسلوكه ، فهو ينظر إلى كل شيء بمنظار تشاؤمي.

إن الأطفال الذين يفتقرون إلى الثقة بالذات لا يكونوا متفائلين حول نواتج جهودهم فهم يشعرون بالعجز والنقص ويفتقدون حماسهم بسرعة، وتبدو الأشياء بالنسبة لهم وكأنها تشير دائماً بشكل غير سليم، وهم يستسلموا بسهولة وغالباً ما يشعرون بالخوف ويصفون أنفسهم بصفات سلبية مثل: " سيئ-عاجز ـ فاشل "، ويتعاملوا مع الإحباط والغضب بطريقة غير مناسبة ، حيث يتوجهون بسلوك انتقامي نحو أنفسهم ونحو الآخرين.

وإن تقدير كل شخص لذاته يؤثر في أسلوب حياته، وطريقة تفكيره ، وعمله ومشاعره نحو الآخرين ، ويؤثر في نجاحه ، ومدى انجازه لأهدافه في الحياة ، فمع احترام الشخص وتقديره لذاته تزداد إنتاجيته، وفاعليته في حياته العملية والاجتماعية.

(عبد ربه شعبان ،2010 ، ص36)

من جهة اخرى نجد تقدير الذات ينقسم بأبعاده الشاملة لعدة أقسام منها: التقدير المادي كالمظهر والقدرات البدنية، وتقدير أداء الذات كالأداء في العمل وفي المهام الأخرى، وتقدير الذات الاجتماعي كالعلاقة بأفراد الأسرة والعلاقة بالأشخاص المهمين في حياتنا.

فكلما كان تقديرنا لذاتنا سليماً وجيداً، قويت رغبتنا في أن نعامل الآخرين باحترام وود وكرم وعدل وإنصاف بما أننا لا ننزع للنظر إليهم على أنهم بمثابة تهديد لنا، ولأن احترام الذات هو أساس احترام الآخرين كما يقول ناثانيال براندين، فتقدير الذات هو الأساس للعلاقات الإيجابية.

فالأهداف كما يقول فيكتور فرانكل(Viktor Frankl) أمر أساسي لا غنى عنه، لأنها تعطي للحياة معنى فالأمل والتفاؤل يزيد من تقدير الذات أيضاً وهو يعتبر كتصرف حكيم أن تتفاءل.

إن تعقد الحياة الناتج عن التغير السريع و المتلاحق لمعطيات عصرنا يجعل من متغيرات الدراسة برغم تعدد تناولها من قبل الباحثين،إلا أن الحاجة الماسة لمزيد من الدراسات حيث تتنوع العينات وتتباين جوانب الفهم والتحليل على وضوء ما ذكر سابقا يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

2 - التساؤلات:

1-هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

2- هل تتمتع عينة الدراسة بمستوى مرتفع لكل من التفاؤل وتقدير الذات

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي ؟

3-1 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بين الجنسين

3-2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب التخصص

3-3 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب المستوي الاجتماعي

4-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي

4-1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب الجنس؟

4-2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب التخصص؟

4-3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب المستوى الاجتماعي؟

3-فرضيات الدراسة:

وانطلاقا من التساؤلات المطروحة قمنا بصياغة الفرضيات التالية:

الفرضية العامة الأولى:توجد علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

الفرضية العامة الثانية:تتمتع عينة الدراسة بمستوى مرتفع من التفاؤل وتقدير الذات

الفرضية العامة الثالثة:توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي ؟

الفرضية الجزئية الأولى :توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بين الجنسين

الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب التخصص الدراسي

الفرضية الجزئية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب المستوى الاجتماعي

الفرضية العامة الرابعة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي

الفرضية الجزئية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بين الجنسين

الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب التخصص الدراسي

الفرضية الجزئية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب المستوى الاجتماعي

4-أسباب اختيار الموضوع:

4-1-اسباب ذاتية:

-ان اختيار هدا الميدان لدراسته يعكس اهتمامنا حيث تعد مرحلة اجتياز البكالوريا مرحلة مهمة في حياة ، المتعلم

4-2-أسباب موضوعية:

-قلة البحوث التى جمعت موضوع التفاؤل وعلاقته بتقدير الذات.

-التعرف على ماهية التفاؤل وتقدير الذات وما مدى علاقتهما وتأثيرها في تحصيل دراسي لتلميذ.

-إثراء المجال العلمي بدراسة حول التفاؤل و تقدير الذات.

5-أهمية الدارسة : تكمن أهمية الدراسة الحالية في الموضوع بحد ذاته وهو العلاقة بين التفاؤل وتقدير الذات ، ويرجع ذلك إلى محاولة تسليط الضوء على سمة التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي في رفع مستوى تقدير الذات كما تبرز الأهمية من خلال النتائج المتوصل اليها.

وتهتم هذه الدراسة بعينة في ولاية الجلفة متكونة من مراهقين المتمدرسين في المرحلة النهائية من التعليم الثانوي وهي مرحلة مهمة بالنسبة التلاميذ والأسرة و المجتمع.

6-أهداف الدراسة :

لاشك أن أي دراسة تسعى إلى أهداف معينة وتتمثل أهم أهداف دراستنا في النقاط التالية :

*تهدف الدراسة الحالية الى الكشف والتعرف على طبيعة العلاقة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

*تحقق من مستوى التفاؤل وتقدير الذات لدى عينة الدارسة

* التحقق من وجود الفروق في مستوى التفاؤل و تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى للمتغيرات التالية (الجنس ، التخصص الدراسي ،المستوى الاجتماعي)

*التوصل إلى نتائج حول أبعاد الدراسة(التفاؤل وتقدير الذات والعلاقة بينهما) يمكن أن تفيد التلاميذ،واوليائهم في مرحلة التعليم الثانوي.

*وضع اقتراحات وتوصيات في ظل النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة

7-تحديد المفاهيم يعدَ تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث العلمي أمرًا ضروريًا لما له من أهمية ومكانة متَميزة في بناء البحث وتحديده بدقة.

7-1مفهوم التفاؤل:

7-1-تعريف التفاؤل اصطلاحا: يمكن تبني تعريف صاحب المقياس المعتمد في الدراسة حيث يعرف "ديمبر"(Dember)(1989) التفاؤل مفهوم يعكس نظرة إيجابية للحياة تتضمن إدراك الحاضر وتقويمه وكذلك المستقبل. ومنه يمكن أن نقول بأنه توقعات وتصورات الذات الايجابية لدى الفرد والتلميذ بالأخص عن كل ما يتعلق بمستقبله الدراسي وجوانب حياته المتعلقة به.

7-1-2 تعريف التفاؤل اجرائيا: هو الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص من عينة الدراسة الفعلية على (مقياس التفاؤل الفرعي) المستخدم في الدراسة

7-2مفهوم تقدير الذات:

7-2-1 التعريف الاصطلاحي:

ويعرف كوبر سميث تقدير الذات نقلا عن عايدة بأنه:و تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على الحفاظ عليه ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل والنجاح والفشل والقبول وقوة الشخصية. (عايدة ذيب عبد الله محمد، 2010 ، ص. 76)

7-2-2 التعريف الإجرائي: يتحدد تقدير الذات بإستجابات أفراد العينة حيال بدائل الأجوبة(لا،قليلا،كثير)أي هي الدرجات التى يتحصل عليها المفحوص من قائمة تقدير الذات لكوبر سميث.

7-3مرحلة التعليم الثانوي: هي مرحلة المراهقة بشكل عام لذلك فان هذا النوع من التعليم يستمد أهميته من انه يقابل مرحلة نفسية معينة يمر بها الفرد أثناء نموه ، كما

أنها تعتبر المرحلة التي يحدد فيها الفرد نوع التعليم الذي يختاره ،والأفراد المتمدرسون في الأقسام النهائية يبلغ متوسط عمرهم 18سنة

8-حدود الدراسة : لقد اقتصرت الدراسة على المحددات التالية :

- ❖ تحددت الدراسة بمتغيرات موضوع البحث والذي يبحث في العلاقة بين متغيري التفاؤل وتقدير الذات
- ❖ وبالعينة المتاحة والتى أمكن الحصول عليها من طلبة الثالثة ثانوي بثانوية النجاح للموسم الدراسية 2019/2018 بالجلفة
- ❖ وكذالك بالأدوات المستخدمة .

9-الدراسات السابقة (عرض ومناقشة): تعتبر الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع البحث خطوة هامة من خطوات البحث العلمي إن دراسة التفاؤل وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي له أهميته في الحياة المدرسية وفي محاولة لاستعراض ما تم في المجال من بحوث ودراسات سابقة لبيان مدى إفادتها للبحث الحالي،وهل يمكن أن تعطى مؤشرات للإجابة عن تساؤلاته

9-1الدراسات التي تناولت متغير التفاؤل وعلاقته بمتغيرات أخرى:

9-1-1دراسة(بلال نجمة و بأحمد جويدة) (2015)

عنوان الدراسة : سمتي التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى الطلبة الجامعين

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة الحالية إلى محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين سمتي التفاؤل و التشاؤم وعلاقتهما بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى الطلبة الجامعين

منهج الدراسة : واعتمدت الباحثتين في هذه الدراسة المنهج الوصفي

عينة الدراسة : بلغت عينة الدراسة (63) طالبا وطالبة من طلاب السنة الثالثة لسانس (ل م د) كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية بجامعة تيزي وزو

أدوات الدراسة: *مقياس التفاؤل والتشاؤم ومقياس الدافعية للإنجاز الأكاديمي مقياس التفاؤل و التشاؤم للباحث" ديمبر"(Dember) و المترجم من قبل" مجدي محمد الدسوقي(2001) "

*مقياس الدافعية للإنجاز الأكاديمي :للباحثة" رفقة خليف سالم"

النتائج الدراسة : من أهم النتائج التى تم التوصل اليها

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمتي التفاؤل والتشاؤم ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين.

9-1-2دارسة منصور بن محمد بن على عويضة (2015)

عنوان الدراسة : قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة العلا

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة العلا،وكذلك التعرف على الفروق في كل من قلق المستقبل المهني والتفاؤل والتشاؤم لدى أفراد العينة وفقا لمتغيرات المستوى الدراسي والتخصص الدراسي.

منهج الدراسة : استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.

عينة الدراسة : تم إجراء الدراسة على عينة تكونت من (400)طالبا منهم (200) طالبا من طلاب القسم الطبيعي و(200) طالبا من طلاب القسم الشرعي لكل من المستوى الثاني والثالث من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة العلا.

أدوات الدراسة : 1- مقياس قلق المستقبل المهني من إعداد مخيمر (2013)

2- القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد عبد الخالق(1996)

النتائج الدراسة : من أهم النتائج التى تم التوصل اليها

– مستوى التفاؤل لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي لدى موافقة أفراد البحث على مقياس التفاؤل

– وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب تبعاً للتخصص الدراسي على مقياس التفاؤل والتشاؤم

9-1-3دراسة بسام القصاص (2018) التفاؤل ومركز الضبط وعلاقتهما بالتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية

الهدف من الدراسة:هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى التفاؤل ومركز الضبط ومستوى التفكير الإيجابي،لدى طلبة المستوى الرابع بالجامعات الفلسطينية ،والتعرف على الفروق في مستوى التفاؤل ومركز الضبط ومستوى التفكير الإيجابي ،تبعا للمتغيرات التالية (الجنس ،الدخل ، الجامعة ، المعدل).

منهج الدراسة: اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي في دراسته

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من(389) من كلية التربية المستوى الرابع في الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة لعام 2018

أدوات الدراسة: استخدم الباحث ثلاثة مقاييس مختلفة مقياس التفاؤل إعداد ديمبر وآخرون (1989) ترجمة مجدي الدسوقى ، مقياس مركز الضبط إعداد روتر(1982) تقنين علاء الدين كفاني ، ومقياس التفكير الإيجابي من (إعداد الباحث)

النتائج الدراسة :ومن أهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة مستوى التفاؤل كبير عند عينة الدراسة قدر:وزن نسبي عام 80.13%

عدم وجود فروق في التفاؤل تعزى لمتغير الجنس

9-2-الدراسات المتعلقة بتقدير الذات وعلاقته بمتغيرات أخرى: تطرقت معظم الدراسات بشكل عام إلى دراسة تقدير الذات بجانب متغيرات أخرى،بهدف كشف طبيعة تأثير وتأثر هذه المتغيرات بتقدير الذات ولقد ركزنا على المتغيرات ذات المحنى الايجابي مثل(الطموح الدافعية الانجاز ....الخ)

9-2-1دراسة زبيدة أمزيان(2007):بعنوان علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الارشادية دراسة مقارنة ضوء متغير الجنس

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مشكلات المراهقين ومعرفة علاقة تقدير الذات لهم المشكلات وحاجات الارشادية

العينة: تكونت عينة الدراسة من (200) تلميذ متواجدين بمركز التكوين المهني الكائن بطريق "تازوت"والإخوة تزال وثانوية مصطفى بن بولعيد بالجزائر.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة استبيان المشكلات النفسية واستبيان الحاجات الإرشادية من إعداد الباحثة ومقياس تقدير الذات ل" كوبر سميث."

وتوصلت إلى النتائج التالية:

- ❖ وجود علاقة بين تقدير الذات المراهقين بالمشكلات والحاجات الإرشادية وفق متغيرات الدراسة.
- ❖ توجد فروق بين ذوي تقدير الذات المتدني وذو التقدير المتوسط في متغيرات الدراسة وفق متغير الجنس

9-2-2 دراسة خمنو دونيا(2009) بعنوان:تأثير تقدير الذات على الاختيار المهني لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بالجزائر

هدفت هذه الدراسة إلى إبراز العلاقة الموجودة بين تقدير الذات و الاختيار المهني عند تلاميذ الثالثة الثانوي ، ودراسة ما إذا كانت هناك فروق في الاختيار المهني بين التلاميذ ذوي التقدير المرتفع و المنخفض للذات.

وكذلك التعرف على تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي وفقا لبعض المتغيرات الشخصية كالجنس،التخصص و المستوى الاقتصادي للتلميذ.

العينة: : تكونت عينة الدراسة من (300) تلميذ موزعين على ستة تخصصات إناث و ذكور من ثلاث ثانويات مختلفة بالجزائر العاصمة.

منهج الدراسة إعتمد الباحثة في الدراسة على المنهج الوصفي

أدوات الدراسة: قامت الباحثة في بحثها بتطبيق مقياس تقدير الذات من إعداد الدكتور "**عبد الرحمان صالح الازرق**" واستبيان الاختيار المهني الذي اقتبس من استبيان الباحث Rothwell Miller

وتوصلت إلى النتائج التالية:

*وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختيار المهني لتلاميذ الثالثة ثانوي و مستوى تقديرهم للذات.

وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين تلاميذ الثالثة ثانوي في تقدير الذات وفقا لمتغير الجنس و التخصص الدراسي و المستوى الاقتصادي.

9-3- الدراسات التي تناولت متغير تقدير الذات وعلاقته متغير التفاؤل

9-3-1دراسة : عبد القادر رحيم الأنصاري(2014)

عنوان الدراسة : الاكتئاب وعلاقته بالتشاؤم و التفاؤل وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة

الهدف من الدراسة : هدف البحث الى:

*الكشف عن طبيعة مدى دلالة الفروق بين أفراد عينة الدارسة في متغيرات الاكتئاب والتفاؤل وتقدير الذات.

* تعرف على العلاقة الارتباطية بين كل من الاكتئاب والتفاؤل وتقدير الذات.

*تعرف على اثر الجنس والتخصص الد ا رسي والتفاعل بينهما على الاكتئاب.

منهج الدراسة : استعمل الباحث المنهج الوصفي الارتباطي في البحث الحالي وذلك ليتناسب مع متغيرات الدراسة وأدواتها وعينتها

عينة الدراسة: تكونت عينة البحث من (300)من طلبة جامعة البصرة / كلية التربية للعلوم الانسانية (150)ذكور (150) اناثا

أدوات الدراسة :

أ. مقياس الاكتئاب ل(ألين).

ب . مقياس التفاؤل والتشاؤم(الحكاك).

ج . مقياس تقدير الذات(مورسي2000).

النتائج الدراسة:

1 توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغير تقدير الذات فقط.

2توجد علاقة ارتباطية عكسية بين كل من الاكتئاب وبين التفاؤل وتقدير الذات من جهة اخرى.

3عدم وجود اي اثر دال للجنس او التخصص الدراسي او التفاعل بينهما على الاكتئاب.

9-3-2دراسة نهدي سعاد(2015)

عنوان الدراسة:التفاؤل و التشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين

الهدف من الدراسة :هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التفاؤل و التشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدي عينة من طلبة علم النفس بجامعة قاصدي مرتاح بورقلة بأخذ المتغيرات التالية بعين الاعتبار: الجنس و تقدير الذات وأثر هذه المتغيرات على كل من التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة .

منهج الدراسة: واعتمدت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الموضوع

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (119) طالبا بكلية العلوم الانسانية والاجتماعية شعبة علم النفس بجامعة قاصدي مرتاح ورقلة

أدوات الدراسة : مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة و تقدر الذات

النتائج الدراسة : من أهم النتائج التى تم التوصل اليها

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمتي التفاؤل والتشاؤم ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعة

-لاتختلف سمة التفاؤل لدى طلبة الجامعة بإختلاف الجنس

-تختلف سمة التفاؤل لدى طلبة الجامعة بإختلاف مستوى تقدير الذات

النتائج الدراسة:

1 توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغير تقدير الذات فقط.

2توجد علاقة ارتباطية عكسية بين كل من الاكتئاب وبين التفاؤل وتقدير الذات من جهة اخرى.

3عدم وجود اي اثر دال للجنس او التخصص الدراسي او التفاعل بينهما على الاكتئاب.

10-التعقيب على الدراسات السابقة :قمنا بمراجعة ما تمكنا من الحصول عليه من الدراسات السابقة والتى لها صلة بموضوع الدراسات الحالية ، ولقد كان الهدف من هذا العمل هو تكوين فكرة حول الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة وحتى نتمكن من الإلمام بموضوع دراستنا ولقد تباينت هذه الدراسات في أهدافها وتساؤلاتها وفرضياتها بالإضافة إلى إختلاف الأدوات المستخدمة ، ومن خلال

عرض الدراسات السابقة الى تناولت متغيرات الدراسة وعلاقتها ببعض المتغيرات تبين لنا ما يلي :

1- **من حيت الهدف** : مجمل الدراسات السابقة كان هدفها التعرف إلى التفاؤل والتشاؤم عند طلبة الجامعة كما هدفت الى التعرف الى بعض السيمات الايجابية **وقد اختلفت الدراسة** الحالية عن الدراسات السابقة أنها تهدف الى معرفة سمة التفاؤل دون سمة التشاؤم لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بينما أغلب الدراسات تدرس سمة التفاؤل و التشاؤم لدي الطلبة الجامعين .

2-**من حيث العينة:** معظم أفرد العينات في الدراسات السابقة من الراشدين وهم الطلبة الجامعين كما أنه كبير مقارنة بدراستنا

تختلف الدراسة الحالية من حيث العينة

ومن حيث الأدوات : استخدمت الدراسات السابقة سواء مقياس القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم أو مقياس التفاؤل والتشاؤم لـ: "ديمبر" (Dember) مقايس أخرى اما الدراسة الحالية فقد استخدمت المقياس الفرعي للتفاؤل فقط"لـ :ديمبر" (Dember) ترجمة محمد مجدي الدسوقي

الجانب النظري

تمهيد

1- مفهوم التفاؤل

2-أنواع التفاؤل

3- خصائص وصفات المتفائلين

4-النظريات المفسرة للتفاؤل

5- العوامل المؤثرة في التفاؤل

6-فوائد التفاؤل

7-قياس التفاؤل

8- خلاصة الفصل

تمهيد:

الإنسان عبارة عن مزيج من السمات التي لا يزال الكثير من الباحثين يوم بعد يوم يكتشفون خباياها وتفاعلاتها وتأثيرها، وتحتل دراسة التفاؤل اهتمام بالغ من قبل الباحثين نظرا لارتباطه بالصحة النفسية والجسمية للفرد ، فقد أكدت مختلف النظريات على ارتباط التفاؤل بالسعادة و الصحة والمثابرة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة فهو يلعب دورا بعيد المدى في حياتنا النفسية وفي سلوكياتنا وفي علاقتنا وفيما نقوم به من خطط للمستقبل القريب و البعيد ولا نبالغ إذا قلنا إن جميع النشاطات الإيجابية في حياتنا ترتبط بالتفاؤل و لاشك أن التفاؤل له أهمية في حياة تلاميذ المرحلة الثانوية فهو بمثابة السلاح الذي يواجهون به المصاعب التي تعيق تقدمهم على المستوى الدراسي وكذلك ما ينتظرهم في مستقبل حياتهم والطلاب الذين يتوقعون الخير في معظم ما يقابلهم في الحياة هم بلا شك الطلاب المتفائلون وهذا ما يجعل الطلاب أكثر قدرة على مقابلة مشاكل الحياة وأكثر تحملا لصدماتها.

وحتى يكون لدينا رؤيا واضحة عن الموضوع الذي نحن بصدد دارسته من المستحسن أن نتطرق إلى المفهوم اللغوي للتفاؤل ويليه مجموعة من التعاريف الاصطلاحية ثم أنوع التفاؤل وخصائصه والنظريات و العوامل والفوائد والقياس وأخيرا خلاصة لما جاء في هذا الفصل

1- مفهوم التفاؤل:L'optimisme

1-1 لغة : التفاؤل من الفأل،وهو قول يستبشر به، وتسهل الهمزة فيقال الفال، وتفاؤل بالشيء أي تيمن به، وقال" ابن السكيت" الفأل أن يكون الرجل مريضا فيسمع أخر يقول :يا سالم، أو يكون طالب ضالة فيسمع أخر يقول: يا واجد، فيقول: تفاءلت بكذا، ويتوجب له في ضنه كما سمع انه يبرأ من المرض أو يجد ضالته ويقال: لا فال عليك أي لا ضير عليك، والفال ضد التطير وتفاؤل ضد تشاؤم.

(ابن منظور،2000،ص228)

1-2 اصطلاحا: يُعدُّ التفاؤل استعداداً كامناً داخل الفرد للتوقع العام لحدوث الاشياء الجيد الايجابية لقد تعددت تعاريف سمة التفاؤل وفق آراء بعض باحثي علم النفس نذكر منها:

يَعرف التفاؤل في معجم (وبستر) بأنه الميل إلى التوقع أفضل النتائج.

كما يعرفه تايجر(1979) **Tiger** بأنه:" عبارة عن دافع بيولوجي يحافظ على بقاء الإنسان ويعد الأساس الذي يمكن الأفراد من وضع الأهداف والالتزامات وأنه الأفعال أو السلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والمحن التي قد تواجههم في الحياة . (الأنصاري،1998،ص 14)

ويعرفه شاير وكارفر**(1985)** التفاؤل هو النظرة الإيجابية والاقبال على الحياة والاعتقاد بامكانية تحقيق الرغبات في المستقبل فضلاً عن الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الاشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السلبي.

وكما يعتبره تايلور وزملائه**(2000)**أنه هو حالة مستمرة ومستقرة نوع ما في الشخصية تؤدي إلى الظن وتوقع حدوث الامور الجيدة.

(رحيم الأنصاري،2015ص 110)

ويعرفه **أحمد عبد الخالق:**بأنه نظرة وإستبشارنحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر الخير،ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك . (زروالي،2016، ص149)

أما مارشال ولانك عرفه: على أنه الإعتقاد بأن المستقبل عبارة عن مخزن الرغبات أو الطموحات المطلوبة أو المرغوبة بغض النظر عن قدرة الفرد على السيطرة عليها أو تحقيق تلك الرغبات. (عبدالكريم، والدوري2010،ص245)

وعرفه مخيمر وعبد المعطي: بأنه صفة تجعل توقعات الفرد وتوجهاته إيجابية نحو الحياة بصفة عامة،يستبشر الخير،ويستمتع بالحاضر،ويحدوه الأمل في مستقبل أكثر إشراقا وأحسن حالا. (يوسف محيسنً2010ص،58)

فعرفه **ويستر**(Webster):مذهب يتضمن فكرة أن الواقع أساسا جيد وخير في الحياة يفوق ألم الحياة وشرها وهو صفة التميز بالأفضل أو السعي نحوه و هو الحالة المدركة لإمكانية أفضل ما يكون، وهو الميل نحو وضع التركيب المرغوب أكثر من غيره موضع التطبيق لتقليل الظروف والاحتمالات المضادة و هي التوقع و التنبؤ لأفضل نتيجة ممكنة تبعث على الفرح والسرور.(حيدروالعكونشي،2012ص166)

وأما**سحر فاروق** تعرف أن التفاؤل هو:

الإصرارعلى تحقيق الأهداف بالرغم من العقبات والعوائق ومن يمتلكونهذه المهارات:

- يصرون على تحقيق أهدافهم بالرغم من العقبات والعوائق.
- يعملون على أمل النجاح وليس خوفا من الفشل.
- يرجعون العقبات لظروف يمكن التعامل معها وليس لعيوب في شخصيتهم.

(كريمان بدير،2006،ص25)

مما سبق ذكره نلاحظ تعددت التعاريف في التفاؤل، وما نستنتجه من خلالها هو تركيز بعضها على جوانب معينة، كاعتباره النظرة الإيجابية والتوقع الأفضل للحياة والمستقبل والنجاح وتحقيق الأهداف وتختلف باعتباره على أنه عامل ودافع بيولوجي ومخزن الرغبات أو طموحات الفرد وأنه ، والبعض يرى أن التفاؤل مكون معرفي وإعتقاد النجاح وفاعلية الذات والنظرة المبشرة للأفضل، وهذا الذي يجعل من التفاؤل يختلف من فرد إلى آخر.

2-أنواع التفاؤل: للتفاؤل أنواع مختلفة ونذكرها فيما يلي:

2-1التفاؤل الديناميكي:والذي عرفه **مور(1992):**على أنه إتجاه عقلاني إيجابي نحو إمكانياتنا الفردية والجماعية ويفسر المتفاؤل الديناميكي الخبرات بشكل إيجابي"،كما أنه يهيء الظروف للنجاح من خلال التركيز على القدرات والفرص،ويفسر المتفاؤل الديناميكي الخبرات بشكل إيجابي،كما يؤثر على النتائج بصورة إيجابية وقد حدد **مور** عشرة سمات رئيسية للتفاؤل وتتدرج تحت أمرين هما:

أولا:تفسير الخبرات بشكل إيجابي :

- ❖ التركيز الإنتقائي .
- ❖ الإمتناع عن الشكوى.
- ❖ المزاج.
- ❖ تحدي القيود.
- ❖ إحساس الحرية.
- ❖ جدارة الذات.

ثانيا:التأثير في النتائج بشكل إيجابي:

- ❖ المسؤولية الشخصية.
- ❖ البحث عن البدائل.
- ❖ العقلانية والتقييم الموضوعي.
- ❖ الثقة بالذات.
- ❖ إختيار البيئة الإيجابية.
- ❖ تحسين الذات.

2-2التفاؤل غير الواقعي:يراه **تايلور** و**براون (taylor&broun1988)** بأنه: شعور الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع أو

مظاهرتؤدي إلى هذا الشعور،مماقديتسبب أحيانا إلى حدوث النتائج غير متوقعة،وبالتالي يصبح الفرد في قمة الإحباط(بن مصبح البوسعيدية،2014،ص39)

ويرى **عبد الخالق (1998)**:أن التفاؤل غير الواقعي يعني التفاؤل المتحيز،أو لتفاؤل الذي لا تسوغه المقدمة أو الوقائع،مما يعرض الإنسان للمخاطر الصحية،ويحدث التفاؤل غير الواقعي عندما يخفض الأفراد تقديراتهم أو توقعاتهم الشخصية أو الذاتية،لمواجهة الأحداث السيئة، كما أن لا يحدث فقد عندما يقلل الأفراد من إحتمالات حدوث الأسوأ من الأحداث،يعني أيضا عند زيادة توقع الأحداث الإيجابية. (بلقاسم مخلوف،2013ص،94)

ويعرف كلا من **هارييس** و**ميديلتو (Harris&Middelto)**: التفاؤل غير الواقعي هو: عبارة عن نزعة داخل الفرد للتوقع العام لحدوث الأشياء الإيجابية بدلا من الأشياء السلبية. بينما التفاؤل غير الواقعي"عبارة عن نزعة داخل الفرد لتوقع حدوث الأشياء السلبية أقل مما يحدث فعلا".ويعرفه **الفنجري**:إستجابة الفرد لمدى توقعه لحدوث أحداث إيجابية متنوعة أكثر مما يحدث في الواقع وتوقع حدوث الأحداث السلبية أقل مما يحدث في الواقع وتقاس هذه الاستجابة من خلال

مقياس التفاؤل غير الواقعي،ويحدث هذا النوع من التفاؤل عندما يخفض الأفراد تقديراتهم أو توقعاتهم الشخصية أو الذاتية لمواجهة الأحداث السيئة،وأيضا عند زيادة توقع الأحداث الإيجابية.

2-3 التفاؤل الفعال:أكد **مور** أن التفاؤل يعد جزءا أساسيا في حياة الفرد الإنفعاليةوإن أردنا أن نعيش حياة نشطة وفعالة فعلينا أن نبتعد عن التشاؤم وأن نحل مكانه تفاؤلا نشطا،ولكي يكون الفرد متفائلا فعالا عليه أن يتبنى الإتجاهات الإيجابية المتفائلة،وأن يؤمن بقدراتها على التأثير بإيجابية في تفكيره وسلوكه وإنجازاته وفي شعوره بالسعادة. (بن مصبح البوسعيدية،2014،ص40)

3- خصائص وصفات المتفائلين:

يمتازون المتفائلون بخصائص يمكن من خلالها التنبؤ بإتجاهاتهم نحو التفاؤل،غير أن هذه الخصائص لا يشترط أن تبدو على الفرد المتفائل في وقت واحد،كما أنها تظهر عند الأفراد بدرجات متفاوتة ،وأهم هذه الخصائص تنتظمها محاور

ثلاثة،النظرة إلى الذات،كيفية تفسير النجاح والفشل،وأسلوب مواجهة ضغوط الحياة والمشكلات وهي:

- ✓ الثقة بالنفس،حيث يشعرون بأنهم واسعوا الحيلة بما يكفي للتوصل إلى تحقيق أهدافهم.
- ✓ الإتصاف بالمرونة من أجل سبل للوصول إلى أهدافهم،أو تغيير الأهداف التي يستحيل تحقيقها،وهم يتمتعون بالحاسة الذكية التي تمكنهم من تقسيم مهمة صعبة إلى أجزاء صغيرة يمكن التعامل معها.
- ✓ عدم الإستسلام للقلق،أو الموقف الإنهزامي،أو الإكتئاب في مواجهة تحديات أو النكسات.
- ✓ هم أكثر قدرة على التكيف الفعال مع مواقف الحياة الضاغطة،ولديهم القدرة على إتخاذ الأساليب المباشرة لحل المشكلات التي تواجههم،وأنهم أكثر تركيز في نمط تفكيرهم وأكثر إصرارا على إجتيازها، وأكثر إستخداما لأساليب المواجهة الفعالة التي تركز على المشكلة، ويزداد لجوء المتفائلين إلى التخطيط عند مواجهة موقف عصيب،والإستفادة من الخبرة والتعلم السابق.

(جمعي بوقفة،2006،ص84-85)

تشير دراسة **(صبحي، 1984)**إلى الشخصية المتفائلة تتميز بأنها

- ✓ تقدر الأمور والظروف تقديرا سليما.
- ✓ تتعامل مع الآخرين بمودة وثقة.
- ✓ تقبل على الحياة بأمل وسرور.
- ✓ تتعلق بالأمل عند تخطيطها للمستقبل.
- ✓ تشارك بفعالية في المجالات التي تخدم المجتمع.

ويمكن إجمالا الصفات المميزة للشخص المتفائل وفقا **لماك جينييس (McGinnis،1990)**في أنه:

- ✓ دائما ما يبحث عن حلول جزئية لأجزاء المشكلة بغرض الوصول إلى حل المشكلة الكلية.
- ✓ لديه إعتقاد راسخ بأن كل فرد يمتلك القدرة على التحكم بمستقبله.
- ✓ يميل إلى التجديد في حياته والبعد عن الروتين.
- ✓ لايسمح للأفكار السلبية بأن تطغى على تفكيره.
- ✓ يميل إلى تعزيز قدرته على التفكير والإمتنان لمن حوله.
- ✓ يتسم سلوكه بالمرح حتى وإن بدا له تحقيق السعادة أمر مستبعد.
- ✓ يعتقد بأنه يمتلك قوة عالية على تحقيق النجاح.
- ✓ يبحث عن مصادر مختلفة للحب في حياته.

ويرى **كارفر** و**شاير**(**Carver&Scheier,1999**):إن التفاؤل يدفع صاحبه إلى:

- ✓ البحث المستمر عن المعلومات بهدف زيادة المعرفة.
- ✓ إستخدام أساليب مواجهة فعالة.
- ✓ عزو الأحداث لأسباب إيجابية.
- ✓ البحث عن الفائدة.
- ✓ الإتسام بحس الدعابة.
- ✓ تقبل الاخرين من حوله. **(صدقة بسيوني،2011،ص ص75-77)**

4-النظريات المفسرة للتفاؤل:

4-1نظرية التحميل النفسي : كل نظرية تفسر الكثير من السمات النفسية والظواهر على أساس المبادئ التي ترتكز عليها ويعد "**فرويد**" هو واضع هذه النظرية وهو أول من وجه الاهتمام إلى العلاقة بين الإنسان ومراحل نموه التي تقدم الأنا العليا والأنا تصوراَ يفترض أن الشخصية تتكون من ثلاث منظومات وتعمل هذه المنظومات بطريقة حيوية ومتفاعلة أي أن السلوك الذي يصدر عن الشخصية هو نتاج تفاعل المنظومات الثلاثة في صراعها فضلا عن ما تؤكده هذه النظرية من صفة

الاستمرارية في بناء الشخصية وتظهر أهمية العوامل الحياتية في تشكلها ولتفاعل الفرد والبيئة أهمية كبيرة إذ يمكن التنبؤ بسلوك الفرد في مواقف محددة عن طريق التعرف على سلوكه في مواقف متشابهة تعرض لها في الماضي

يرى" فرويد"Freud" في التفاؤل هو القاعدة العامة عامة للحياة،وهو يعتقد أن الفرد يكون متفائلا ما لم يقع في حياته حدث يجعل نشأة العقدة النفسية أمرا ممكنا ويعني ذلك أن الفرد قد يكون متفائلا جدا إزاء احد المواضيع أو المواقف فتقع حادثة مفاجئة تجعله متشائما جدا من الموضوع ذاته ويعتبر " فرويد" منشأ التفاؤل من المرحلة الفموية ، ويذكر أن هناك سمات وأنماط شخصية مرتبطة بتلك المرحلة والتي تكون ناتجة عن عملية التثبيت فيها والتي ترجع إلى التدليل أو الإفراط في الإشباع. **(بسام القصاص،2018 ،ص 13)**

4-2 النظرية المعرفية:إن اللغة والذاكرة والتفكير تكون إيجابية بشكل إنتقائي لدي المتفائلين إذ يستخدم الأفراد المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواء كانت في الكتابة أو الكلام أو التذكر الحر فهم يتذكرون الأحداث الإيجابية قبل السلبية الطبيعية الإنسانية نظام كلي يتمثل بالنظر إلى الذات كتنظيم معرفي يتعلق بتاريخ الفرد وهويته ويخضع لتوجيه إستراتيجيات ضبطه، يرى **كال** أن أنشطة الفرد السلوكية والفكرية يمكن توجيهها في إتجاه معين من خلا تركيباته الشخصية التي يستخدمها في توقع الأحداث،المستقبلية مهمة وحاسمة لتحديد سلوكه،ويشير إلى أن الناس يبحثون عن طرق وأساليب للتنبؤ بما سيحدث كما أنهم يوجهون سلوكياتهم وأفكارهم حول العالم وجهة تميل إلى التنبؤات الدقيقة والصحيحة والمفيدة،كما أظهرت دراسة أن للتفاؤل إرتباط بالإيمان والحظ الجيد والمعتقدات غير العقلانية وفسر الباحث بأن الإيمان والحظ الجيد يعزز سمة التفاؤل.(عينو عبد الله ،2016 ص06)

4-3 النظرية السلوكية: يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن بناء شخصية الفرد يتكون من توقعات والأهداف والمطامع وفعاليات الذات. حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة وذكر **بدوي** أن التفاؤل من بعض

الأعمال أو الرموز، ينتشر بالتقليد والمحاكاة، فقد أثبتت تجارب الفعل المنعكس الشرطي إمكانية تكوين إستجابات معينة للرموز أو إكتساب تفاؤل بطريقة تجريبية متى توفر الدافع أو المنبه الطبيعي أو المثير الصناعي أو الرمز أو الثواب والعقاب.وإهتم **باندورا (Bandoura)**بمفهوم الفاعلية الذاتية والذي يعني توقع الفرد بأن لديه القدرة على آداء سلوك يحقق النتائج المرغوب فيها، وميز بين الفاعلية والتوقعات الإيجابية، حيث يرى أن توقع نتائج التفاؤل هو الإعتقاد بأن سلوك معين سيترتب عليه نتائج مرغوب فيها، فتوقع النتائج أحد المحددات المؤثرة في السلوك، وذلك من خلال تقويم الفرد لنتائج الآداء الناجح وإحتمالات الوصول إلى الهدف المنشود عن طريق هذا السلوك، فإذا لم يقتنع الشخص بأن السلوك سوف يؤدي إلى الهدف فإنه لن يقوم به، حتى لو كان يعتقد بأنه يقدر على القيام به، وبالرغم من الإختلاف بين مفهومي التفاؤل والفاعلية الذاتية فإن هنالك علاقة موجبة بين الفاعلية الذاتية المرتفعة والتفاؤل المرتفع كما أشارت دراسة **ستانلي وآخرون Stanley et (all).** (بلقاسم مخلوفي،2013،ص18)

4-4 نظرية شاير وكارفر:وضع شاير وكارفر:مفهوم التفاؤل بأنه النظرة الإيجابية والإقبال على حدوث الحياة والإعتقاد بإمكانه تحقيق الرغبات في المستقبل فضلا عن الإعتقاد بإحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء،وإن التفاؤل إستعداد عام يمكن داخل الفرد لتوقع الفرد حدوث الأشياء الجيدة والإيجابية أي توقع النتائج الإيجابية لأحداث المقبلة. وأن سمة التفاؤل في رأيهما هو سمة من السمات الشخصية تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والأوقات المختلفة ولا تقتصر على بعض المواقف. (نادية مصطفى،2009،ص287)

فالمتفائلون يستخدمون إستراتيجيات مواجهة متمركزة على المشكلة تستند إلى العاطفة كالتقبل،والاستعانة بالمدح،والصياغة الإيجابية للموقف الذي يواجهونه،ويؤكدان على وجود الفروق الفردية الثابتة في التفاؤل،كما يبرهنان على وجود علاقة بين التفاؤل،والصحة البدنية،إذ أن التفاؤل يوظف إستراتيجيات فعالة لدى الفرد للتغلب على الضغوط الواقعة عليه، فالتفاؤل يرتبط بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف معين. (حيدر الموسوي،2011،ص149)

4-4 نظرية سيلجمان(العجز المتعلم):أشار سيلجمان وزملاؤه في نظريتهم إلى أساس أو أساسيات التفاؤل فأسس التفاؤل لا تكمن في العبارات الإيجابية أو الصور وإنما في الطريقة التي يفكر بها الفرد وينظر بها إلى الأسباب،فكل فرد منا قد إكتسب عادة معينة للتفكير في الأسباب ولكل رؤيته الخاصة المميزة له وهو ما أطلق عليه إسم (الطراز التفسيري) وهذا الطراز ينمو ولا يتطور في الطفولة ويدوم إن بقى بدون تدخل خارجي ،مدى العمر وهنالك ثلاث أبعاد أساسية مهمة يستخدمها الطفل دائما لكي يفسر سبب وقوع أي حدث جيد أو سيء هي:

4-4-1 الاستمرارية:أحيانا"مقابل دائما":يشير سيلجمان وزملاؤه أن الطفل الأكثر عرضة للاكتئاب يؤمن الأسباب المؤدية إلى الأحداث السيئة التي تقع له تكون مستمرة و إن السبب سوف يبقى للأبد في نظره وهذا يعني أن الأحداث السيئة سوف تتواصل بشكل دائم(هذه حال الدنيا دائما).وفي المقابل يرى الطفل الذي يجيد التعامل مع الإخفاق والتصدي للاكتئاب أن الأسباب التي تقف الأحداث السيئة هي مجرد سبب وقتي.

4-4-2 الانتشار:التعميم "مقابل التجديد ":ويعود هذا التفسير إلى تعميم أثر الأسباب (مثل إن ما حدث سيؤثر بشكل في كل شيء أقوم به) وهذا التفسير يؤدي بالفرد إلى الاعتقاد بأن الحدث السيء الذي تعرض له سيؤدي إلى حدوث مشاكل كثيرة.

4-4-3التشخيص:"الداخلي في مقابل الخارجي":يفوق هذا التفسير حدود الإنتشار والاستمرارية ويقصد به تحديد الشخص المسؤول عن الخطأ فعندما تقع أحداث سيئة يمكن أن يلقي الطفل اللوم على نفسه(داخلي) ،أو يمكن أن يلقي اللوم على الآخرين أو على الظروف(خارجي) . (نادية مصطفى،2009،ص288)

وقد ركزت هذه النظرية على إعادة هيكلة نموذج عجز المتعلم والذي يهتم بأسلوب الإعزاءات التي يؤديها أو يسلكها الناس إتجاه الأحداث السلبية،وقد قدم **سيلجمان (1991)** أسلوب الإعزاءات المتفائلة على أنه نموذج من الإعزاءات الداخلية ويظهر هذا النموذج واضحا من خلال نموذج اليأس.

فالتفاؤل في نظرية **سيلجمان** عبارة عن أسلوب تفسيري وتحليلي أكثر من سمة فشخصية والأشخاص المتفائلين تبعا لهذه النظرية يصفون الأحداث السلبية على أنها زائلة وعابرة حدثت من خلال مواقف نادرة وغير متكررة،لهذا فإن المتفائلين على سبيل المثال يرجعون الفشل في الإمتحان إلى الأسلوب الخاطئ في الأسئلة أو الغير متوقع،وتهتم نظرية التفاؤل **لسيلجمان** بعملية الإعزاءات كنقطة محورية للنظرية.ويقاس التفاؤل في نظرية **سيلجمان** بمقياس أسلوب الإعزاءات.

(ديغم،2008،ص ص99-100)

من خلال إستعراض النظريات التي فسرت التفاؤل نلاحظ أن هناك نقاط إختلاف وتشابه بين النظريات وأن هذه الميزة لا تأخذ عليها وإنما هي عوامل قوة ساهمت في توضيح معالم هذا المفهوم، فالنظرية المعرفية ترى أن المتفائلون يستخدمون اللغة والتفكير لأنها إيجابية وإنتقائية وأن الطبيعة الإنسانية تنظر إلى الذات كتنظيم معرفي، أما النظرية السلوكية فقد أعطت الأهمية للتقليد والمحاكاة والإستجابات السلوكية المدعمة، **فكاتل** يرى أن التركيبات الشخصية هي التي تحدد السلوك، أما **شاير** و**كارفر** فقد أوضحا أن التفاؤل هو توقع حدوث الأشياء الإيجابية والجيدة للأحداث المقبلة، أما **سيلجمان** و**زملاؤه** فقد أكدوا على أن التفاؤل يكمن في الطريقة التي يفكر بها الفرد وينظر بها إلى الأسباب ووجود مفهوم الطراز التفسيري وهو أحد الأساليب المعرفية يتكون من ثلاثة أسس هي الإستمرارية والإنتشار والتشخيص لتفسير الأحداث السيئة بطريقة غير مباشرة بتقديمه مبررات خارجية وغير ثابتة ونوعية، وتهتم بعملية الإعزاءات كنقطة محورية للنظرية والتي تقيس التفاؤل بأسلوب الإعزاءات.

5 – العوامل المؤثرة على التفاؤل: هناك عوامل محددة لدرجات الأفراد في التفاؤل فيما يلي بيان لأثر بعض العوامل التي تؤثر بالتفاؤل لدى الأفراد:

5-1 العوامل البيولوجية:تشمل المحددات الوراثية والإستعدادات الموروثة،حيث تلعب دورا هاما في التفاؤل، فقد كشفت نتائج دراسة قام بها**(plomin،2006)** على عينة من(500) من التوائم المطابقة، أن الوراثة تلعب دورا مهما في التفاؤل وتسهم بنسبة(25%)في شخصية الفرد في جعلها شخصية متفائلة، كما أن، البيئة والوراثة

هما اللتان تعملان على توجيها لموروثات التفاؤلية، فتعمل التربية على إخراجها إلى حيز الوجود جميعا لكن بقوتين غير متساويتين، فقد يجد الفرد نفسه أكثر ميلا للتفاؤل، ولكن في الحالتين فإن تلك المقومات الموروثة لا تكفي بأن يكون الفرد متفائلا، فلا بد من تغذية الموروث وتلبيته وجعله يتفاعل مع المقومات والموضوعات البيئية حتى يستمد ما لدى الإنسان بالقوة إلى وجود بائنا وفعلي في الحياة .

(بن مصبح البوسعيدية،2014 ،ص 44)

كثيرا ما ينشأ التفاؤل عن نشاط الشخص وقوته العقلية والعصبية، فقد تعود أن يزود نفسه بالأفكار الصحيحة السارة. (حمزة الكرعاوي ومحمد سعيد،2012،ص99)

5-2 العوامل الإجتماعية:

وهي تتمثل في التنشئة الإجتماعية من لغة وعادات و قيم و إتجاهات سائدة في المجتمع، ولها في تنشئة المفهوم، فالمواقف الإجتماعية المفاجئة تجعل الفرد يميل في الغالب إلى التشاؤم والعكس إلى حد بعيد.

إن الأساليب الخاطئة، كاللجوء إلى العقاب من أجل إسكات الرغبات التي تريد الإستمتاع بمبهاج الحياة و إحباط سعي المراهق الذي يحاول الإستقلال عن أسرته، ومعاملة الراشدين وضعف الإمكانيات المادية مما يؤدي إلى سوء إستغلال أوقات فراغهم والأضرار بهم وبمجتمعهم.

إن للعوامل البيئية والثقافية دورا كبيرا في تحديد التفاؤل بين الجنسين، فالذكور لهم مجال أكبر في التعبير عن آرائهم وإتجاهاتهم وهذا مما لا شك فيه يخلق لديهم نوعا من الأمل والتفاؤل نحو المستقبل لاسيما الشباب العربي من الذكور يتمتعون بفرص وخيارات أكثر من تلك التي تتمتع بها الإناث، لأنهم يمتلكون القرار في تحديد مصيرهم سواء من ناحية إستمرار التعليم وإختيار المهنة المناسبة أو حتى إختيار الزوجة، أما الإناث فما زالت التقاليد الإجتماعية تحد من ذلك عندهن لكن لايعني إنخفاض التفاؤل بدرجة كبيرة لديهن، لكن التفوق يظهر لدى الذكور.

(صالح مهدي،2013،ص،04)

5-3العوامل الاقتصادية:

يشير (رسيل) Raseel(1989) كما ورد في الانصاري (1998) ،ان التراجع الاقتصادي المستمر الذي يقلل من إمكانات الاستخدام و العمل في معظم الدول الغربية منذ أواخر السبعينات من القرن العشرين ،قد اثر دون شك على أهدف الحياة التي يضعها صغار الشباب لحياتهم ، ونظرا للشك في المستقبل بوجه عام أن يطور صغار الشباب لحيلتهم اتجاهات متأثرة بهذه الظروف فيصبيحون مترددين جدا مما يؤثر بلا ريب على معدلات التفاؤل لديهم. (الانصاري،1998،ص60)

5-4 مستوى التدين:

إن المتدينين يميلون إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلا من غير المتدينين، وقد حاولت بعض الدراسات أن تتخذ من درجة تدين الفرد متغيرا هاما في الكشف عن التفاؤل،فقد كشفت نتائج الدراسات عن وجود علاقة دالة إيجابية بين التفاؤل والتدين.

5-4 التنشئة الأسرية:

تلعب أساليب التنشئة التي تتعبها الأسرة في تربية أبنائها دورا هاما في نمو أبنائها فكلما كانت عملية التنشئة إيجابية وتشعر الطفل بأهميته وقيمته إحترامه و تقديره وبأنه مرغوب فيه، كلما كان الطفل أكثر توافقا وتفاؤلا، فالأسرة التي يسودها السلام والاستقرار تعكس جوا يسوده الحب والتفاؤل. (يوسف محيسن،2012،ص،61)

6-فوائد التفاؤل:

لاشك أن نجاح الإنسان في حث نفسه على التفاؤل،وإيقاظ جذوته فيها، مبني على حسن ظنه بالله تعالى،وإستقامة توكله عليه من الناحية الإيمانية، وبالتدريب من الناحية النفسانية والبدنية، ولذلك كله دلالات كثيرة وفوائد عديدة نذكر شيئا منها:

- إن حسن الظن بالله تعالى يجلب السعادة لنفس الإنسان و روحه، وبهذا فإن من حسن الظن وتفاؤل يعيش في سعادة روحية، وسكينة نفسية.
- وكذلك فإن من فوائد التفاؤل وآثاره:ترويح الفرد و سروره في نفسه وأسرته ومجتمعه.

- في التفاؤل تقوية للعزائم، ومعونة على الظفر، و هو في حقيقته باعث على الجد.
- وفيه إقتفاء لأثر الرسول "صلى الله عليه وسلم"، وإتباع لهديه في التعامل مع المنظومة البيئية و الحياتية، الأرضية والكونية.
- تظهر فوائد التعامل في الحياة بروح متفائلة من خلال تجديد الشخص لقوته الذاتية، وإستفسار إرادته الروحية والبدنية لتحقيق أهدافه وغاياته،إذ يمنح التفاؤل صاحبه طاقة روحانية منشطة نحو الوصول إلى ما يعتبره غاية سامية.وإن من معطيات التفاؤل وفوائده:إثارته الوجدان الإيجابي في من يسلك سبيله قولا أو عملا، ويظهر ذلك من خلال إستشراف المستقبل بكل أمل
- والنظر إلى الغيبيات من خلال حسن الظن بموعود الله تعالى، والعيش في ظلاله. (أسامةالسامراني،2001،ص ص،117-118)

7-قياس التفاؤل:

قام كل ديمبر وبروكس (**Dember & Brooks1989**) بالدراسة استهدفت بناء مقياس جديد لقياس سمة التفاؤل و التشاؤم المقياس يتألف من 56 فقرة ولقد تم لاستعانة بالمقياس في هذه الدراسة حيث قمنا باستخدام المقياس الفرعي للتفاؤل من هذا المقياس من الصورة العربية التى أعدها الدسوقي ولقد تم تعريفه في أدوات الدراسة .

كما أن عددا لا بأس به من البحوث العالمية في مجال التفاؤل أجريت بواسطة مقياس التوجه نحو الحياة من وضع **شايروكارفر(Sheier & carver1985)**، كما أجريت عليه أيضا دراسات عدة،يتكون الإختبار من(12) عبارة يجاب عن كل منها

على أساس (5) إختيارات تقيس التفاؤل بعبارات مثل: "أنا متفائل دائما بالنسبة لمستقبلي" و"أؤمن بالفكرة القائلة بعد العسر يسرا"

وقد طبق العالمان اللذان وضعا هذا المقياس في صورته الأخيرة على أربع عينات مستقلة بلغت(100) طالب وطالبة في الجامعات الأمريكية، فوصل معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق بعد أربع أسابيع إلى (0.79)، وإستخرجت معاملات الصدق بحسب الإرتباطات بعدد من المقاييس منها مقاييس:"التوقع العام للنجاح""تقدير الذات""وجهة الضبط الداخلي والخارجي"و"المغامرة...وتشير معاملات الإرتباط المستخرجة إلى صدق الإختبار.

إلا أن هذا الإختبار تعرض للنقد من طرف بعض الباحثين **(سميث وزملاؤه)** من خلال دراسة أظهرت أنه يقيس العصابية بدلا من التفاؤل، وذلك إعتمادا على دراسة عاملية لإختبار التوجه نحو الحياة، ومقياس التوقع العام للنجاح، ومقياس القلق الصريح، ومقياس سمة القلق، حيث كشف التحليل العاملي عن إستخراج عامل واحد أطلق عليه "العصابية" وبهذه النتيجة فإنه يجب إعادة النظر في تفسير إستخبار التوجه نحو الحياة بوصفه مقياسا للتفاؤل

بالإضافة إلى هذا الإستخبار هناك إستخبارات عدة لا تتوفر لدي معلومات عنها، لذلك أكتفي بعرض أسمائها، فهناك مقياس أحداث الحياة من وضع **(وانشتاين)**، ومقياس أحداث الحياة من وضع **(بيك وزملاؤه)**، مقياس التفاؤل غير الواقعي من وضع **بدر الأنصاري**،بالإضافة إلى القائمة العربية للتفاؤل من إعداد **أحمد عبد الخالق** و**بدر الأنصاري**. (جمعي بوقفة،2006ص ص102-103)

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق عرفنا أن التفاؤل بأنه صفة تجعل الفرد وتوجهاته إيجابية نحو الحياة بصفة عامة يستبشر بالخير فيها،ويستمتع بالحاضر في مستقبل أكثر إشراقا وأن التفاؤل مهم لبقاء الإنسان متحررا من المخاطر التي يمكن أن تضر بصحته البدنية والنفسية ، وكذا العوامل المؤثرة للتفاؤل والنظريات التي فسرت التفاؤل ومن أبرزها نظرية سيلجمان الذي يرى أن أسس التفاؤل يتمثل في الأسلوب أو الطراز التفسيري الذي يمارسه الفرد في مواجهة المواقف المزعجة، ويمكن قياسه وملاحظته بل وتعديله أيضا،ويعتبر أحد الأساليب المعرفية ويتكون من ثلاث أسس هي الاستمرارية و الإنتشار والتشخيص و أن المتفائل الذي يفسر الأحداث السيئة بطريقة غير مباشرة بتقديمه مبررات خارجية وغير ثابتة.

الفصل الثاني :تقدير الذات

تمهيد

1 مفهوم الذات

2 المفاهيم المرتبطة بالذات

3 مفهوم تقدير الذات

4 الاتجاهات التي تناولت تقدير الذات

5 تكوين تقدير الذات

6 الفرق بين الذات مفهوم الذات وتقدير الذات

7 نظريات تقدير الذات

8 مستويات تقدير الذات

9 عوامل تقدير الذات

10 خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد تقدير الذات من الأبعاد الرئيسية لمفهوم أوسع وأشمل هو الذات و تعتبر الذات جوهر الشخصية الإنسانية ومفهوم الذات حجر الزاوية في بناء الشخصية و التوافق النفسي، وللذات أثر كبير في سلوك الفرد وتصرفاته ففكرة المرء عن نفسه تلعب دورا كبيرا في توجيه السلوك وتحديده.

تتضمن الذات مختلف المكونات العضوية والذهنية للكيان العام للفرد، وتشكل في مجموعها هويته الشخصية التي يتميز بها عن الآخرين ككيان مستقل.

فمفاهيم الذات معقدة ومتغيرة كما أنها تحدد كيف يستجيب الفرد للمواقف الكثيرة وكيف يتعامل معها وهذه التصورات التي يكونها الفرد عن من هو، وما هو، لا تتضمن فقط قيمة وأنظمة ومعتقدات، بل تشمل أيضا التقديرات التي يعكسها الآخرون الذين يتصل بهم الفرد، كما يعتبر مفهوم تقدير الذات من المفاهيم الهامة التي لا يمكن الاستغناء عنها في فهم الشخصية والسلوك الإنساني، فشعور الفرد بالتقدير والاعتبار النابع من اتجاهه نحو نفسه غالبا ما يدعم عنده فرص النجاح في الحياة ويوجه نشاطه نحو تحقيق الأهداف. لقد حاولنا من خلال هذا الفصل تعريف مفهوم الذات والمفاهيم المرتبطة به، ومفهوم تقدير الذات والفرق بينه وبين مفهوم الذات، وكذا أهم نظريات ومظاهر ومصادر تقدير الذات، بالإضافة تقدير الذات وفترة المراهقة، وتقدير الذات عند المراهق وعند التلميذ ، وأخيرا خلاصة الفصل.

1-مفهوم الذات: يحتل موضوع مفهوم الذات مكانا مرموقا في نظريات الشخصية ،ويعتبر من العوامل الهامة التي لها تأثير على السلوك الفرد و تحصيله الدراسي وتنظيم تصرفاته.

1-1الذات لغة: وذات الشيء نفس الشيء عينه وجوهره ، فهذه الكلمة لغوياً مرادفة لكلمة النفس والشيء ، ويعتبر الذات أعم من الشخص ، لأن الذات تطلق على الجسم وغيره والشخص لا يطلق إلا على الجسم فقط. (ابن منظور2000،ص18)

2-1الذات اصطلاحاً: لقد استخدم مصطلح مفهوم الذات من فترة مبكرة لدى الكثير من الباحثين و المنظرين أمثال: البورتWilliam Albort وجيمس وكوميس للإشارة إلى خبرة الفرد بذاته وباعتباره تنظيما إدراكيا من المعاني والمدركات التي يحصلها ويكتسبها الفرد والتي تشمل هذه الخبرة الشخصية بالذات، وبهذا يختلف المصطلح تماما عن كثير من المفاهيم السيكولوجية التي تتداخل أو تتشابه معه في الصياغة.(سهير كامل،2000،ص 116)

إن جذور الذات كمفهوم وأسسه قديمة جدا تعود إلى أفكار الفلاسفة القدماء وإلى التراث السيكولوجي الأول، فلا توجد لغة في العالم سواء كانت قديمة أو حديثة وعلى اختلاف الحضارات إلا واستخدمت ألفاظا مثل أنا، نفسي والتي تدل على كنه النفس، وما يؤكد هذا القدم التطور التاريخي للمفهوم عبر الأزمنة المتعاقبة، فبعض الأفكار ترجع أصولها إلى"هوميروس" الذي ميز بين الجسم الإنساني و الوظيفة الغير المادية والتي أطلق عليها فيما بعد مصطلح النفس أو الروح.

(قحطان أحمد الظاهر،2004،ص 15)

لقد تعددت تناولات الذات كمفهوم من حيث الفهم والتعريف بتعدد الاتجاهات الفكرية، ففي القرن التاسع عشر اتسعت دائرة النقاش حول الذات كمفهوم بعد أن أصبح علم النفس علما معترف به يدرس السلوك،حيث تعتبر سنة (1860) نقطة تحول في إبراز طرق حديثة لدراسة الذات، وذلك بالرجوع إلى أفكار"وليام جيمسWilliam James" الذي اعتبر الأنا كمعني للذات، وأن للنفس ثلاث مظاهر هي المظهر الروحي ويتضمن انفعالات الفرد و رغباته، المظهر الاجتماعي ويشمل

وجهة نظر الآخرين نحو الفرد، أما المظهر المادي فيتجسد في جسم الفرد، أسرته وممتلكاته . (مروان أبو حويج،2006،ص72)

أضاف"وليام جيمسWilliam James "بعد آخر يتسم بالشمولية يتضمن كل ما يشترك به الفرد مع الآخرين كالعائلة والمجتمع وأطلق عليه تعبيرات الذات الممتدة، وأوضح "جيمس" أن للإنسان ذوات بقدر عدد الذين يعرفونه من الناس فله ذات معينة لزوجته، وذات أخرى لأولاده، وذات لرفيقه، وذات أخرى لربه .

(قحطان أحمد الظاهر ،2004،ص17)

من أوائل علماء النفس الاجتماعيين الذين ساهموا إسهاما فعالا في دراسة الذات عالم النفس الاجتماعي "كولي Cooly" (1902) وهو صاحب الرأي المشهور أن مرآة الفرد مجتمعه من خلالها يرى نفسه بالطريقة التي يراها به الآخرون، فالذات عنده تنموا من خلال تفاعل الفرد الاجتماعي، وبناءا على ذلك توصل كولي إلى مفهوم الذات الاجتماعية.(حسين عبد الحميد رشوان،2006،ص129)

هذا وقد أعطى"سيجموند فرويد" مكانة بارزة للأنا قي نظريته المتعلقة بتكوين الشخصية، حيث اعتبر الأنا المرتكز الأساسي في بناء الشخصية، إذ له دور وظيفي وتنفيذي اتجاهها، فهو الذي يتحكم بدوافع الفرد من حيث تفريغها أو الموازنة بينما يفرضه الواقع من أخلاقيات و الدوافع الطبيعية، أي أن الوظيفة الأساسية هي الموافقة بين الواقع والضمير. (محي الدين توق وآخرون،2007،ص،10)

يمكن القول أن الأجزاء المتفاعلة المكونة للشخصية هي الهو والذات و الذات والذات العليا وبتعبير "فرويد" هي الهو والأنا و الأنا الأعلى، إذ لكل منها خصائصها التي تميزها عن بعضها، إذ لا يمكن للأنا أن يعمل لوحده دون تفاعله مع العالم الخارجي، فهو يتفاعل لتحقيق التوازن بين الغريزة الموروثة وحصيلة متغيرات البيئة المتنوعة التي تشكل سلوك الفرد، فهو إذا الأساس الأول لبناء الشخصية وتكوين الذات. (مأمون صالح،2007،ص 61)

أما "ميد **Mead**"فيرى أن الذات هي موضوعا للوعي أكثر منها نظاما من العمليات ، وقد ميز بين مكونين للذات ،أولهما الذات المفردة وتمثل الذات المطلقة غير مقيدة

بالمعايير الاجتماعية، وثانيهما الذات الاجتماعية و تمثل المعايير الثقافية التي اكتسابها الفرد (سعد جلال ،1987،ص 133)

أما"كاتل "(Catte1950) فيرى في الذات الأساس لثبات السلوك الإنساني وانتظامه، وقد قسم الذات إلى قسمين هما الذات الواقعية وتدعي أيضا الذات الحقيقية أو العقلية وهي تمثل حقيقة الفرد كما يقر بها والذات المثالية وهي ذات الطموح ويقصد بها ذات كما يود الفرد أن يراها في نفسه. (حسين عبد الحميد رشوان،2006،ص36)

يرى"سيموندس "(Symands1951) أن الأنا هو مجموعة من العمليات النفسية ، أما الذات فهي الأساليب التي يستجيب بها الفرد لنفسه، وتتكون الذات وفقه من أربعة جوانب هي كيف يدرك الفرد ويقيم سلوكه وكيف يحاول من خلال مختلف الأعمال تعزيز نفسه والدفاع عنها إضافة لما يعتقده عن نفسه.

(أحمد عبد الخالق ومايسة النيال،2009،ص155)

فسيموندس يدمج بين نظرية فرويد في التحليل النفسي وبين الفلسفة ميد الاجتماعية.

أما"وليام البورت(William Albort1957)" فقد استعمل مصطلح النفس للتعبير عن الذات، وأطلق على الأنا اسم الوظيفة الملائمة للنفس، ويرى"البوت" أن مصطلح الأنا والنفس يجب أن يستخدما باعتبارهما من المصطلحات التي تدل على الوظائف المناسبة للشخصية. (مروان أبو حويج،2006،ص75)

تعتبر كتابات"كارل روجرز(1959) Rogers)"أكثر ما قدم في هذا المجال تنظيما إذ يعد أول من وضع إطارا متكاملا لنظرية الذات، فهو ينظر للذات على أنها تنظيم عقلي ومعرفي منظم لعدد من المدركات والمفاهيم والقيم الشعورية التي تتعلق بالسمات المميزة للفرد وعلاقاته المتعددة.

(قحطان أحمد الظاهر،2004،ص27)

إن تصور الباحثين لماهية الذات ومدلولها قد يختلف باختلاف التوجهات والمدارس، ولكنهم اشتركوا في الإقرار بأهمية الذات كمفهوم أساسي في تكوين شخصية الفرد ونموها بشكل سوي، إضافة إلى اشتراك عدد من الباحثين في اعتبار أن الذات متعددة المكونات، وأن أشكال الذات تختلف باختلاف المواقف والأدوار، والقيم السائدة.

2-بعض المفاهيم المرتبطة بالذات:إن أبعاد الذات عديدة، وهذا راجع لكون مفهوم الذات مفهوم واسع لذلك اهتم الباحثون بدراسة هذه الأبعاد، وتعمقوا في البعض منها ومن خلال هذا البحث تركزت الدراسة على بعد واحد هو" تقدير الذات لكن هذا لا يمنع التطرق إلى الأبعاد الأخرى ذات الصلة بموضوع البحث.

2-1-صورة الذات: صور الذات هو اشبه بمفهوم النظر الى المرآة، وهذا يستثير التفكير ويساعد التعبير عن التوتر و القلق داخل الذات ويمكن أن تصاغ فكرة الذات بتساؤلات التالية

- من أنا من وجهة نظري؟
- من أنا من وجهة نضر الآخرين ؟
- من الذي سأكون عليه في المستقبل؟

إذا كان هناك فروق بين مفهوم الذات و بين الحقيقة الموضوعية للذات كما يستدل عليها من الآخرين فذالك يعتبر ساحة عامة لعدم التوافق ، كما أن الثقة بالذات تعكس المفهوم السوي السليم لمفهوم الذات ويمكن القول كذالك بأن مشاعر الفرد نحو ذاته هي استجابات قد تعلمها. (أبو مغلي وآخرون،2002،ص105)

إن لصورة الذات أهمية كبيرة في تكوين شخصية الفرد، إذ على أساسها يشكل كل واحد منا فكرته على نفسه، ويبدي سلوكا مميزا يتماشي وتلك الصورة، غير أن هذه الصورة المأخوذة ليست ثابتة بل تكون متجددة ودائمة التغيير أو بالأحرى ديناميكية. (محمود محمد غانم،2002،ص39)

لقد قسم"طومي Tomi" صورة الذات إلى:

- **صورة خاصة:** وتتضمن الشعور بالذات وإدراكها عن طريق التعبير عن الميول و التقدير الذاتي
- **صورة اجتماعية:** ويقصد به ما يمثله دور الآخرين في تحديد إدراك الفرد لذاته. (محمد جاسم العبيدي،2009،ص286)

2-2-تحقيق الذات: يرى علماء النفس الإنسانيين إلى أن هدف الحياة أن تستخدم حياتك لتحقيق شيء تؤمن به ويشير"ماسلو **Maslow**" إلى أن تحقيق الذات هو أن يكون للفرد اتجاها واقعيا وأن يتقبل نفسه والآخرين والعالم الخارجي كما هو، وأن يتمركز حول المشاكل بدلا من تمركزه حول نفسه، وأن يتسم بالاستقلال الذاتي عن الآخرين، ويري"أدلر **Adlaer**" أن تحقيق الذات يعني السعي وراء تحقيق التفوق والأفضلية والكمال التام. (إبراهيم أحمد أبوزيد،2005،ص84)

يعتبر"ميخائيل إبراهيم اسعد" أن الاختيار والتخطيط للمستقبل له أهمية خاصة في وعي المراهق بنفسه وفي تحقيق ذاته ليكون بذلك شخصية مستقلة وفعالة.

(بوقصارة منصور،2008،ص232)

2-3-الوعي أو الشعور بالذات: يرى"فاخر عاقل" أن الشعور بالذات يكون مرادفا للحالات الوجدانية الأقل أو الأكثر ثباتا، والتي تسعي للاحتفاظ بشروط النجاح و الامتلاكات المرغوبة والتطلعات الشخصية، والشعور بالذات هو الوعي بالذات خاصة في مجالات العلاقات الاجتماعية.

حسب"سبيتز Spitz" فإن الوعي بالذات يكون من خلال:

- ✓ الابتسامة التي تظهر حوالي الشهر الثالث كرد للقبول.
- ✓ قلق الشهر الثامن، الذي يتضمن التعرف على الموضوع.
- ✓ استعمال عبارة"لا" أي الرفض في حوالي الشهر الخامس عشر.

(أحمد عبد الخالق ومايسة النيال،2009،ص102)

2-4-تأكيد الذات: هو قدرة المرء على التعبير عن انفعالاته و أدائه ووجهات نظره حول الأمور ويعتبر تأكيد الذات كالحافز للسيطرة، والتفوق أو البروز بالنسبة للآخرين وهو دليل على المعرفة التامة لنقاط القوة والضعف للذات وبصورة سوية و إيجابية مقبولة من المجتمع. يوضح"إبراهيم احمد أبوا زيد" بأن تأكيد الذات هو قدرة الفرد على التعبير الملائم عن مشاعره وأفكاره وآرائه، ومواقفه اتجاه الأشخاص والأحداث بناءا على رؤيته لنفسه وتقييمه لتقدير الآخرين له، فتأكيد الذات وفقه هو ذلك الدافع الذي يجعل الإنسان في حاجة إلى تقدير، والاعتراف، والاستقلال

والاعتماد على النفس، وهو أيضا الرغبة في السيطرة على الأشياء والسعي الدائم نحو إيجاد المكانة والقيمة الاجتماعية؛ هذا ويميل"جانيت **Janet**" إلى القول بأن تأكيد الذات يعني أن يتخذ الفرد موقفا يحافظ من خلاله على حقوقه دون الاعتداء على حقوق الآخرين، بحيث يتصرف بطريقة إيجابية على الرغم من وجهات النظر المعارضة. (باسم محمد علي دحادحة،2008،ص 22)

2-5-تقبل الذات: وهوحالة التوافق بين الذات الواقعية و الذات المثالية وحسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي فإن تقبل الذات هو"رضا المرء عن نفسه وعن صفاته وقدراته وإدراكه لحدوده" وهو اتجاه يكونه المرء الراضي عن نفسه، وعن استعداداته، والمدرك لحدود معارفه، وهو أيضا اتجاه الفرد نحو نفسه ونحو خصائصه الشخصية. (أحمد عبد الخالق ومايسة النيال،2009،ص 774)

يشير"ميخائيل إبراهيم اسعد"إلى أن المراهق الذي يتقبل ذاته إيجابيا،يستطيع مجابهة الحياة ببعدها السلبي والإيجابي بواقعية، كما يشعر من يتقبل ذاته أن له الحق في أن يتكلم ويعيش وأن يستخدم طاقته وأن ينمي اهتماماته دون الإحساس بالذم أو العار، أو الرفض لذاته فهو نقيض غير متقبل لها، الذي هو غير مرتاح لنفسه،يلومها لايعطيها قيمتها وحتى أنه يكرهها.(بوقصارة منصور،2008،ص234)

2-6-فاعلية الذات:

يقصد بفاعلية الذات حسب"محمد سيد عبد الرحمان" كفاءة الذات هي عبارة عن تكوين نظري يسهم في تغيير السلوك، ووفقا لذلك فإن درجة الفعالية تحدد السلوك المتوقع الذي يقوم به الفرد في مواجهة المشكلات التي تعترضه، كما تحدد كمية الطاقة المبذولة للتغلب على تلك المشكلات، ويؤكد" محمد سيد عبد الرحمان" على أن فعالية الذات لا تحدد نمط السلوك فحسب ولكنها تحدد أيضا أنماط السلوك الأكثر فعالية. (خالد ابن سيد عبد الله،2009،ص87)

2-7-تحقير الذات:

يقصد بتحقير الذات إذلالها وما يصاحبه من شعور بالنقص وإحساس بالدونية، وهو كذلك حط المرء من شأن نفسه وإحساسه السلبي نحو ذاته، فعدم إشباع الحاجات وخاصة الحاجة إلى التقدير من شأنه أن ينمي الشعور بالنقص والدونية، كما يساهم

أفراد المجتمع في تشكيل وتدعيم هذا الشعور أي عدم إشباع الفرد لحاجاته في الانتماء والقبول الاجتماعي.(أحمد عبد الخالق ومايسة النيال،2009،ص275)

3-مفهوم تقدير الذات:

فتقدير الذات احد أهم المفاهيم المرتبطة بشخصية الإنسان، وقد انتشر استخدامه في العديد من كتب ومقالات علم النفس، واخذ مكانته بسرعة في كتابات الباحثين والعلماء إلى جانب عدد من المصطلحات الخاصة بالذات، وأصبح منذ أواخر الخمسينيات من القرن العشرين وحتى الألفينات من أكثر جوانب الذات انتشارا من حيث الدراسة.

ونظرا لخصوصية هذا المفهوم وتعدد جوانب دراسته، فقد تعددت التعريفات التي شملته فعرف"روزنبيرج (Rosenberg 1965)" بأنه اتجاهات الفرد الشاملة سلبية كانت أم إيجابية نحو نفسه.(مصطفى قسيم هيلات،2007،ص157)

يشير كوبرسميث Coopersmith إلى تقدير الذات بأنه " ذلك التقييم الذي يتوصل إليه الفرد ويتبناه عادة فيما يتعلق بذاته. ويرى أن هذا المفهوم يعبر عن اتجاه وموافقة أو عدم الموافقة من جانب الفرد تجاه ذاته. كما يرى أيضا أن مفهوم تقدير الذات،يشير الى اعتقاد الفرد في ذاته،باعتبارها ذاتا قادرة ناجحة ذات أهمية وشأن.كما يعتقد أن الفرد يتوصل في وقت ما من مراحل حياته المبكرة إلى تقييم ذاتي عام بمدى قيمته وكفاءته،ثم يظل هذا المفهوم ثابتا نسبيا في اعتقاد الفرد وإدراكه لعدة سنوات تالية".(بشير معمرية2012ص139)

ويشير"سيد سليمان"(1992) إلى أن تقدير الذات هو التقييم الذي يقوم به الفرد نحو ذاته، فضلا عن كونه تعبير سلوكي لمدي تقدير الفرد للفكرة والتصور الذي كونه عن ذاته، بحيث هذا التقدير يعكس شعوره بالجدارة والكفاية.

(ليلي بنت عبد الله،2007،ص90)

توضح"مريم سليم"(2003) بأن تقدير الذات هو مجموع المشاعر والقناعات التي يكونها الفرد عن ذاته وأن تقدير الذات يبني على ما يعتقده الفرد وما يشعر به إزاء صورته لنفسه. (مريم سليم،2003،ص07)

4-الاتجاهات التي تناولت تقدير الذات:

أشارت نجلاء إبراهيم أن هناك عدد من الاتجاهات التي تناولت مفهوم تقدير الذات و أَجمَلَها محمد عبد المختار(2004،ص430-431) في الآتي:

4-1 تقدير الذات بوصفه اتجاهاً :وهو شعور الفرد بالإيجابية عن نفسه، ويتمثل ذلك في الكفاءة، والقوة والإعجاب بالذات واستحقاق الحب.

4-2 تقدير الذات بوصفه حاجة: حيث قسمMaslow حاجات التقدير عند الأفراد إلى اتجاهين، أولهما حاجات التقدير التي تتضمن الرغبة القوية في الإنجاز والكفاءة والثقة بالنفس والقدرة على الاعتمادية، وحاجات مشتركة مع الاتجاه الأول وتتضمن أيضاً الرغبة في الحصول على الهيبة والإعجاب. فالأفراد لديهم حاجة حقيقية للتقدير من خلال وجهة نظر الآخرين.

4-3 تقدير الذات بوصفه حالة: حيث قدمتKristen, C. et.al(1999) تعريفاً لتقدير الذات يتضمن نظرة الشخص الشاملة لذاته ، وهذا التقدير للذات يتضمن التقييم والحكم على معرفة الذات بجوانبها الإيجابية والسلبية ، فالتقدير الإيجابي يرتبط بالصحة النفسية ، بينما يرتبط التقدير السلبي بالاكتئاب.

4-4 **تقدير الذات بوصفه توقعاً:** حيث إن التغذية الراجعة السلبية أو الإيجابية تؤثر في تقدير الذات من خلال البيئة الاجتماعية ، ويرىAdler أن هناك ارتباطاً بين الإحساس بالفشل وتقدير الذات ، وهو ما أسماه عقدة النقص.

بينما رأى Alport أن هناك ارتباطاً ما بين القوة والمثابرة من جهة، وتقدير الذات من جهة أخرى .أماRollomay فاعتقد أن تقدير الذات مرتبط بالكينونة" نكون أو لا نكون "فالوعي بالذات احتياج ومطلب رئيسي للأفراد حتى يعي نفسه ويكون توقعه مقبول ومستحسن أم مرفوض ومكروه.

4-5 .تقدير الذات بوصفه تقييماً: ويعني ذلك إصدار الحكم من الفرد وأحكام الآخرين لمعاني الذات المتمثلة في الذات الجسمية وهوية الذات ونطاق الذات وتصور الذات، وهذه القيم المدركة يمكن أن يعبر عنها الفرد من خلال المظاهر السلوكية للفرد أثناء المحادثه.(نجلاء إبراهيم ،2018 ص54)

5-تكوين تقدير الذات : يبدأ تكوين تقدير الذات منذ الطفولة،من خلال إدراك الطفل لمشاعر الآخرين نحوه، حبا أو كراهة، تقبلا أو نبذا،رعاية أو إهمالا.وأن له قيمة عند

والديه،والأسرة،و الأقارب والجيران .و المجتمع ويشير سيلجمان 1999 silegman إلى أن تقدير الذات تتضح معالمه في الثامية من العمر.ويساعد الآباء أبناءهم على تكوين تقدير عال للذات،عن طريق الحب مع الحرية و التهذيب.

ويرى كذلك كوبر سميث أن تقدير الذات مثل أي خاصية نفسية تبدو أنها تثبت نسبيا في الإنسان بين 10.7 سنوات من عمره ولكن إريك إريكسون زاد هذه الفترة العمرية حتى سن المراهقة ،حيث جماعة الاصدقاء في هذه الفترة لها تأثير كبير على الشخصية ،فيتعامل الفرد مع شخصيات كثير مختلفة ، ومع مفاهيم جديدة،وتجارب غير مألوفة. (بشير معمرية 2012،ص ،144)

6- الفرق بين الذات ومفهوم الذات وتقدير الذات: ويفرق"هامانشيك "بين ثلاثة مصطلحات أساسية هي: الذاتSelf و مفهوم الذات Self Concept وتقدير الذات Self-Esteem حيث يرى أن كلاً منها يمثل جزءاً من شخصية الفرد الكلية ، فالذات هي ذلك الجانب الذي نعيه عن أنفسنا في المستوى الشعوري ، أما مفهوم الذات فإنه يشير إلى تلك المجموعة الخاصة من الأفكار، والاتجاهات التي تتكون لدينا حول، وعينا أنفسنا في أي لحظة من الزمن ، أو هو ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشأ من خبرتنا بأنفسنا، ومن الوعي بانفسنا تنمو أفكارنا أو مفاهيمنا عن نوع الشخص الذي نجده في أنفسنا، فمفهوم الذات بهذا المعنى يمثل الجانب المعرفي Cognitive من الذات ، ومن ناحية أخرى فإن تقدير الذات يمثل الجانب الوجداني أي أننا بالإضافة إلى ما نكونه من أفكار حول من نكون (مفهوم الذات)فإنه تتكون لدينا كذلك مشاعر معينة حول من نكون (تقدير الذات)، ومن هنا فإن تقديرنا للذات يشير إلى درجة إعجابنا بأنفسنا،أو إعطائها قيمة، وأهمية-أي توقيرها-ومن هذه الجوانب الثلاثة مجتمعة (الذات، و مفهوم الذات، و تقدير الذات) ينتج ما يطلق عليه الشخصية.(أبو شهيل،2013 ص 42)

قدم"بيتز وزملائه Bitz et la" ما توصل إليه"بلاسكوفتش وتوماكا Blascovich & Tomaka" فمن خلال تلخيصهما للنظريات والبحوث حول المفهومين توصلا إلى نتيجة مفادها أن تقدير الذات يعتبر تقييم وجداني مقارنة بمفهوم الذات الذي يعتبر مرجعية معرفية لذات الفرد.(غريب عبد الفتاح،2001،ص 20)

يذكر"عبد الرحمان صالح الأزرق" أن العلاقة بين مفهوم الذات ومفهوم تقدير الذات هي علاقة تكاملية فهما بمثابة وجهان لعملة واحدة هي الذات، فإذا كان مفهوم الذات يشير إلى الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه بما يتضمنه من مشاعر نحو ذاته الجسمية، العقلية، الوجدانية، الاجتماعية والأخلاقية من خلال علاقته بالآخرين وتفاعله معهم، فإن تقدير الذات يشير إلى عنصر التقييم، أي حكم الفرد على ذاته في مختلف جوانب الشخصية، ووصفها بالحسن أو القبح، بالإيجاب أو السلب، بالرفعة أو الدونية مقارنة بالآخرين، حيث تكون الفكرة التي كونها الفرد عن نفسه هي مصدر هذا الحكم. (عبد الرحمان صالح الأزرق،2000 ، ص119)

نري أن هناك فرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات، فالأول هو وصف يضعه الفرد لذاته، أو هو التصور الذي يبنيه الفرد عن الذات من خلال ما تتسم به الشخصية من صفات وخصائص، أما تقدير الذات فيعكس التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه بحيث يقيم أحكاما على تلك التصورات.

7-نظريات تقدير الذات:

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

7-1-نظرية روزنبرغ Rosenberg:

لقد حاول"روزنبرغ" دراسة نمو وارتقاء السلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بفئة المراهقين لذاتهم، وأوضح أن تقدير الذات المرتفع يعني أن يحترم الفرد ذاته ويقيمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض يعني رفض الذات وعدم الرضا عنها.

(خليل عبد الرحمان المعايطة،2007،ص84)

ووسع دائرة اهتماماته فيما بعد ليشمل ديناميات تطور صور الذات الايجابية في فترة المراهقة، واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته، وسعى إلى إبراز العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة والسلوك الاجتماعي

لفرد مستقبلا، كما قام بالاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك، واعتبر أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه، كما طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهه نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وتعد الذات هي إحدى الموضوعات، فالفرد يكون اتجاها نحوها لا يختلف عن الاتجاه الذي يكونه نحو الموضوعات الأخرى، لكنه تراجع فيما بعد ونفي هذه الفكرة معتبرا أن اتجاهات الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاهه نحو الموضوعات الأخرى، وبذلك أكد"روزنبرغ" أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض.

(جنان سعيد الرحو،2005،ص15)

7-2-نظرية كوبر سميث Coope rsmith:

على عكس **روزنبرغ**،حاول **كوبر سميث** أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكثر شمولية، لكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب .لذا يجب علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم .و يؤكد بشدة على أهمية وضع الفروض غير الضرورية، و إذا كان تقدير الذات عند **روزنبرغ** ظاهرة أحادية البعد، فإنها عند **كوبر سميث** ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات، ردود الفعل و الاستجابة الدفاعية، و إذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات،فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة .و تقدير الذات هو الحكم الذي يصدره

الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق .و ينقسم تقدير الفرد لذاته إلى قسمين:التعبير الذاتي و هو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها، و التعبير السلوكي الذي يفصح

عن تقدير الفرد لذاته و تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

و هناك التقدير الذاتي الحقيقي، و نجده عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوي قيمة، و تقدير الذات الدفاعي عند الأفراد الذين يشعرون بأنهم ليس عندهم قيمة و لكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور و التعامل معه. و قد ركز **كوبر سميث** على خصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة

الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات .و قد افترض أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات و هي الحاجات ، القيم ، الطموحات والدفاعات. و يذهب **كوبر سميث** إلى أنه بالرغم من ذلك، إلا أنه لا يمكن تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجة العالية و أصحاب الدرجة المنخفضة في تقدير الذات. (أبو جادو، 2000 ، ص ص154 ،155)

7-3-نظرية زيلر Ziller: تعد هذه النظرية أقل شيوعا من سابقتها، إلا أنها أكثر تحديدا و أشد خصوصية و تقوم نظرية"زيلر" على أن تقدير الذات الذي ينشأ ويتطور بلغة الواقع الاجتماعي، أي أن تقدير الذات ينشأ داخل الإطار الاجتماعي للمحيط الذي يعيش فيه الفرد، وهو ينظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في تقدير الذات، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي ، كما يصف تقدير الذات بأنه تقييم يقوم به الفرد لذاته بحيث يلعب دور الوسيط بين الذات والعالم الواقعي وعليه عندما تحدث تغييرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك، فتقدير الذات وفق"زيلر" مفهوم يرتبط بين تكامل الشخصية من جهة وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من جهة أخرى وعليه افترض أن الشخصية التي تتمتع بقدر عالي من التكامل تحضي بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها لأن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة انطلاقا من الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه. (جنان سعيد الرحو،2005،ص154)

8- مستويات تقدير الذات: اهتم"كوبر سميث"بدراسة تقدير الذات لدى أطفال ما قبل المدرسة الثانوية و استطاع أن يميز بين ثلاث مستويات لتقدير الذات وهي على النحو التالي:

8-1المستوى الأول: تضم الأطفال ذوي التقدير المرتفع، وفي هذا المستوي يعتبر الأطفال أنفسهم على درجة كبيرة من الأهمية ويستحقون قدرا كبيرا من الاحترام والتقدير، ويتصفون بتمتعهم بالتحدي ومواجهة الصعوبات، ويميلون إلى التصرف بطريقة تحقق لهم التقدير الايجابي من قبل الآخرين، كما يمتلكون الثقة في مداركهم.

8-2المستوى الثاني: تضم الأطفال ذوي تقدير الذات المنخفض، وفي هذا المستوي يعتبر الأطفال أنفسهم غير متقبلين من قبل الآخرين ولا يحضون بالحب منهم، ولا يرغبون في القيام بأعمال كثيرة بينما لا يستطيعون تحقيق الذات لأنهم يرون أنفسهم في صورة أقل مقارنة بالآخرين.

8-3 المستوى الثالث: تضم الأفكار ذوي تقدير الذات المتوسط، ويقع هذا المستوى بين المستويين السابقين حيث أن الأطفال في هذا المستوى يتصفون بصفات تقع موقعا وسطا بين تقدير الذات المرتفع والمنخفض

ومنه فإن المستويات الثلاث التي وضعها"سميث" تعد مؤشرا لتقدير الفرد لذاته، بمعني أن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير ذات عال يكونون أكثر ثقة بأنفسهم، وأكثر شعورا بقيمتهم، وعلى العكس من ذلك فإن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير ذات سالب يشعرون بالدونية والضعف ولا يثقون بأنفسهم، وكما نجده قد ميز أيضا بين نوعين من تقدير الذات وهما تقدير الذات الحقيقي،وهو بوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم بالفعل ذوي قيمة، أما تقدير الذات الدفاعي فهو يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم ليسوا ذوي قيمة

ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين. (حجاج غانم،2009،ص20)

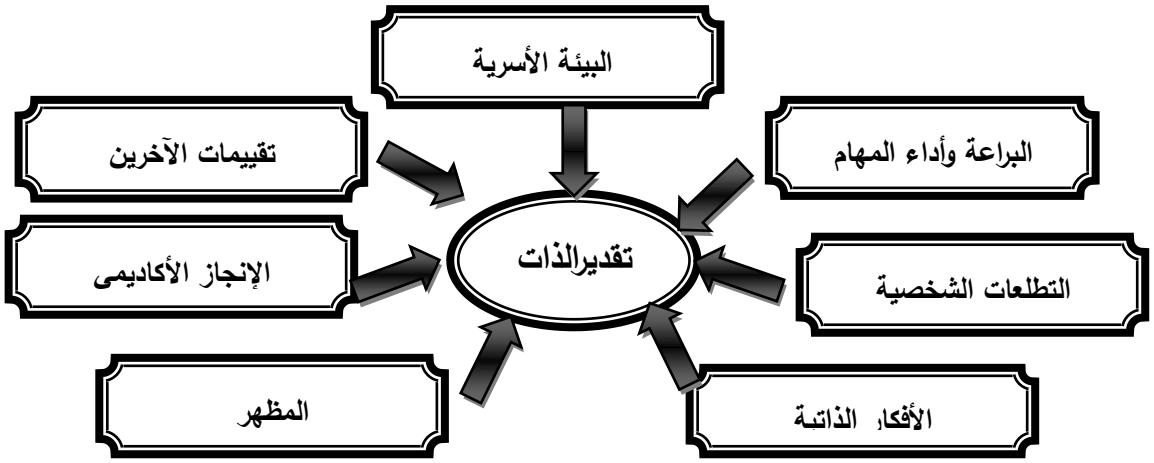
9- عوامل تقدير الذات:

يرى كل من"Leord&Andra" أن هناك ثلاث عوامل أساسية تؤثر في تقدير الذات لدى الأطفال والمراهقين وهي:

- ❖ البيت والوالدين.
- ❖ المدرسة والمدرسون.
- ❖ الأقران والأصدقاء والمقربون.

كما يعتبر أن المظهر الخارجي، النجاح المدرسي، المهارات، العلاقات الاجتماعية والقبول من المحيط من أهم العوامل المؤثرة في تكوين تقدير ذات ايجابي أو سلبي.(الريماوي محمد عودة،2004،ص232)

أشار"سليمان عبد الواحد إبراهيم" في نفس السياق إلى أن العوامل المؤثرة في تقدير الفرد لذاته عديدة منها ما يتعلق بالفرد نفسه ومنها ما يتعلق بالبيئة المحيطة به حيث يتوقف تقدير الفرد لذاته في أي مرحلة من العمر وفقه على تأثيرات مجموعة من العوامل وهي: الأسرة، الأصدقاء، صورة الجسم خبرات النجاح أو الفشل، التحصيل الدراسي، والقيم والمعتقدات التي يتبناها الفرد وتوسع كل من"ماهلي و ريزونر Malhli&Reasoner" في ضبط العوامل المؤثرة على تقدير الذات وحددها فيما يلي:



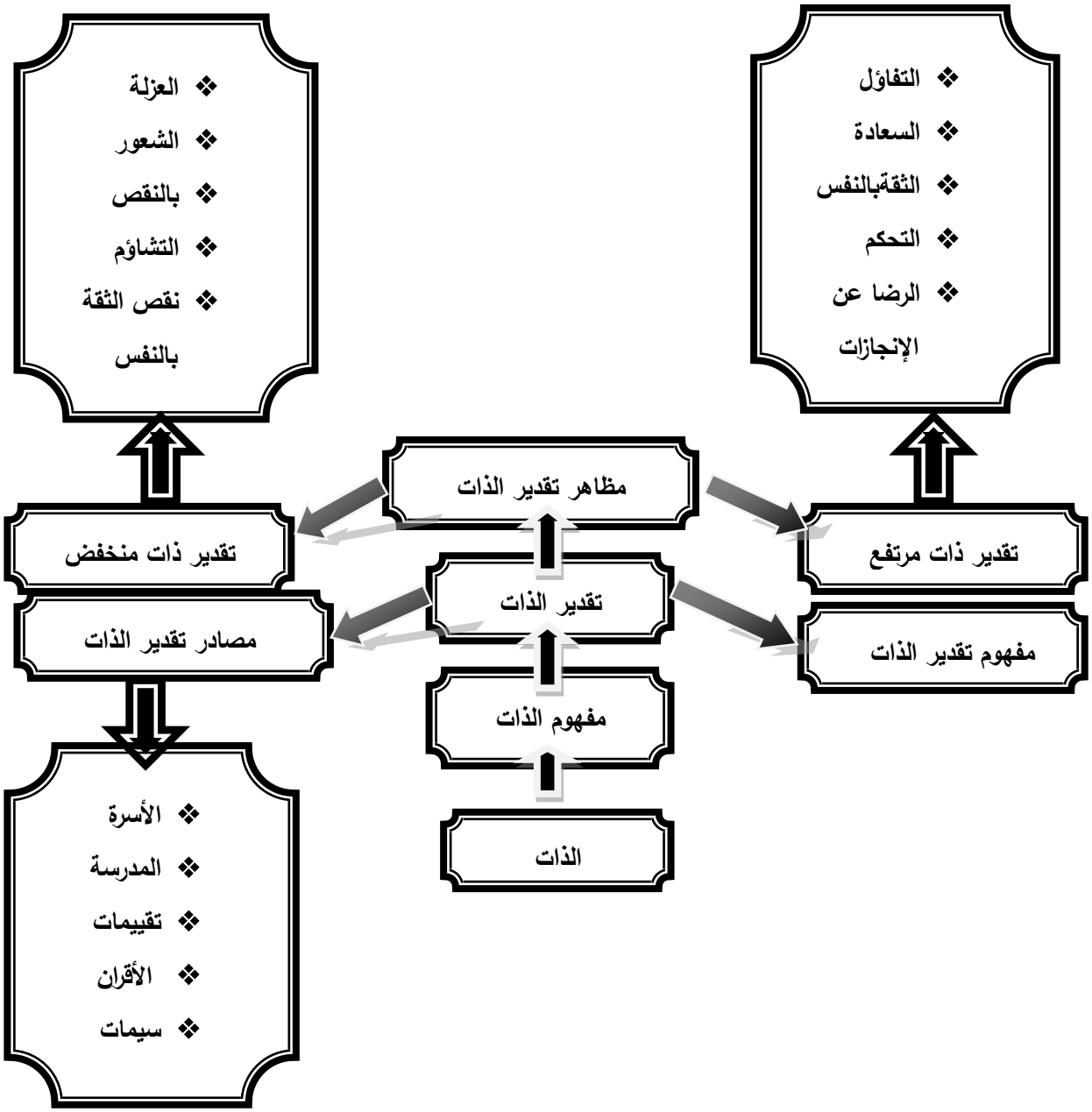
الشكل رقم(01) يبين العوامل المؤثرة في تقدير الذات وفق"ماهلى و ريزورز"
(حمري،صارة،2012،ص24)

ومن عوامل التي من شأنها أن تؤثر سلبا في تقدير الفرد لذات وهي:

- **عوامل ثقافية:** كالنظام الاستبدادي في الأسرة والتربية المتسلطة في المؤسسات التربوية.
- **عوامل ترجع إلى الطفولة المبكرة:** مثل الإسراف في الحماية القائمة على التسلط من قبل الوالدين والمنافسة مع الأخوة، وإلحاح الوالدين في استثارة غيرة الطفل مقارنة بالأطفال الآخرين، والصرامة المفرطة في النظام والعقاب، وعدم استخدام المدح والاحترام أو التقدير وطول الاعتماد على الغير.
- **عوامل ناشئة عن المواقف الجارية:** كالعيوب الجسدية، وضآلة النجاحات، والشعور بالاختلاف عن الغير، الرفض من قبل الآخرين، العجز عن الوفاء

بما تتطلبه أمور الحياة من صفات ومثل الشعور بالإثم والذنب، ونظرة الآخرين غير الملائمة للتوقعات. (الحميدي محمد الضيدان،2003،ص27)

ويذهب"فاروق عبد الفتاح" إلى توضيح العوامل المؤثرة في تقدير الفرد لذاته، فمنها ما يتعلق بالفرد نفسه مثل استعداداته، قدراته، ومنها ما يتعلق بالبيئة الخارجية وبالأفراد الذين يتعامل معهم، فإذا كانت البيئة تهيئ للفرد المجال للانطلاق والانجاز والإبداع فإن تقديره لذاته يزداد،أما إذا كانت البيئة المحبطة وتضع العوائق أمام الفرد بحيث لا يستطيع أن يستغل قدراته واستعداداته وبالتالي لا يستطيع تحقيق طموحاته فإن تقديره لذاته سينخفض، ويوضح"فاروق عبد الفتاح" أن نمو تقدير الذات لا يتأثر بالعوامل البيئية والموقفية فحسب بل يتأثر أيضا بعوامل أخرى مثل الذكاء، سمات الشخصية، والمرحلة العمرية والتعليمية. (فاروق عبد الفتاح،2009،ص21)



الشكل رقم(02) يبين خريطة معرفية لتقدير الذات

(حمري،صارة،2012،ص26)

خلاصة:

يمكن أن نستخلص مما سبق أن تقدير الذات من المفاهيم الأساسية والهامة في مجال الدراسات النفسية والتربوية، لما له من تأثير في تنمية واستمرار الاتجاهات الايجابية نحو الذات و الثقة بالنفس والاستقلال والقدرة على مواجهة الأزمات، وإيجاد الطرق الفعالة لحماية الذات، يعد تقدير الذات أحد أهم الجوانب لمفهوم أوسع وأشمل هو الذات أو هو على الأصح يعبر عن الحكم على صلاحيات الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والشخصية و الأكاديمية، و هو يشير بدرجة أساسية إلى القيمة التي يعطيها الفرد لنفسه كمحصلة لما يشعر به نحو ذاته بما يتضمنه من إحساس بالجدارة والكفاية، فمع التطور العمري وفي أي مرحلة من مراحل النمو يبدأ الفرد في إعادة تقييم نفسه بمقارنة إمكاناته وقدراته وخصائصه مع تلك التي عند أقرانه وعند الآخرين عموما، وهذا يضعنا أمام حقيقة أن تقدير الذات ليس شيء مادي يمكن منحه للفرد ليصبح ذا تقدير مرتفع أو منخفض للذات، و أنما هو محصلة لمجموعة من العوامل تتفاعل وتكامل فيما بينهما لينتج عنها شعور الفرد بالايجابية وبأنه مؤهل لمواجهة تحديات الحياة وأنه جدير بالاحترام والتقدير، أو ينتج عنها شعور بالسلبية مع عدم القدرة على مواجهة صعوبات الحياة.

إن لتقدير الذات أثر هام على سلوك حيث أن الأفراد ذوي التقدير المرتفع للذات يميلون لأن يكونوا واثقين في أنفسهم، مستقلين ومتحملين المسؤولية متفهمين ومتفائلين بما قد تأتي به الحياة، ما من شانه أن يؤثر على قدراتهم وكفاءتهم في أدائهم لمهامهم، وبهذا يكون تقدير الذات الايجابي والمرتفع إحدى المتطلبات الأساسية للتوافق في مختلف مجالات الحياة.

تمهيد :

1-تعريف التعليم الثانوي

2-نشأة التعليم الثانوي

3-النمو النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي

4-مفهوم المراهقة

5-تقدير الذات عند المراهق

6-خلاصة

تمهيد :

مرحلة التعليم الثانوي مرحلة فعالة في العملية التربوية لأنها تنمي قدرات وخبرات الطلاب بهدف تكوين شخصيتهم عن طريق التوجيه والإرشاد ، وهي مرحلة انتقالية في حياة الطالب ، تكتسي أهمية كبيرة يتجلى ذلك من خلال النتائج المتحصل عليها في شهادة البكالوريا كما تعتبر مرحلة التعليم الثانوي من أهم مراحل النمو في حياة الفرد لما تتميز به من تغيرات فيزيولوجية ،عقلية ،نفسية و اجتماعية، و نظرا لأهميتها البالغة يعتبرها علماء النفس " بدء ميلاد حياة جديدة للفرد." و تمتد هذه المرحلة في الفترة مابين البلوغ الجنسي و الرشد حيث ينتقل الفرد من عالم الطفولة إلى عالم الرجولة و الأنوثة و هذا الانتقال نفسره بالتغيرات الجسمية ،النفسية المختلفة و المتعددة.

و بما أن مرحلة التعليم الثانوي هي مرحلة المراهقة بشكل عام سنتطرق في هذا الفصل إلى تقديم مفهوم التعليم الثانوي ، نشأت التعليم الثانوي بالإضافة إلى خصائص نمو النفسي ولاجتماعي التلاميذ في هده المرحلة المهمة إضافة الى مفهوم مفهوم المراهقة وتقدير الذات في هذه الفترة فترة المراهقة

وتقدير الذات عند التلميذ في الاخير خلاصة الفصل

1-تعريف التعليم الثانوي :

المقصود بالعليم الثانوي هو المرحلة الوسطى من سلم التعليم، بحيث يسبقه التعليم الأساسي ويتلوه التعليم العالي ، وذلك في معظم بلدان العالم المتقدم والنامي على حد السواء وهو ما يقابل الفئة العمرية من 16 سنة إلى 19 سنه.

" والتعليم الثانوي معد لاستقبال التلاميذ بعد نهاية التعليم الأساسي ، وعادة ما يسمى التعليم ما بعد المتوسط ، ينتقل التلاميذ إلى التعليم الثانوي حسب شروط محددة ويشمل التعليم العام والمتخصص والتقني" . (صياد نعيمة ،2010، ص29)

2- نشأت التعليم الثانوي:

أنشئ التعليم الثانوي في الجزائر بمقتضى الأمر 76/ 35 المؤرخ في 16 أفريل 1976م ، والمتضمن تنظيم وتسيير مؤسسات التعليم الثانوي والمنشور الوزاري رقم 533 الصادر في 11 أوت 1992م والمتعلق بهيكلة التعليم الثانوي ، وحسب هذا الأمر فالتعليم الثانوي معد لاستقبال التلاميذ بعد نهاية التعليم الأساسي ، حسب شروط محددة وتمثل التعليم الثانوي العام والتقني .

إذن فالتعليم الثانوي هو تعليم يتم داخل مؤسسة عمومية للتعليم ، تتمتع بالشخصية المعنوية والاستقلال المالي ، وتظم المدارس الثانوية و المتاقن ، ويدوم حاليا ثلاث سنوات. (المرجع نفسه،ص36)

3-النمو النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي :

3-1النمو النفسي: إنما ماهو ملاحظ للسلوك في هذه الفترة يثير الإنتباه هو الاتجاه نحو الذات الذي يصل عند بعض المراهقين إلى حد التمركز حول الذات لكنه يختلف في مضمونه عن تمركز الطفل حول ذاته ، لأن المراهق يكون قد بلغ من النمو العقلي والنضج الاجتماعي ما يؤهله للتمييز بين ذاته وبين الآخرين، ويهدف من خلال هذا المظهر السلوكي إلى معرفة أسباب التحولات التي يتعرض لها، ويأخذ شعور المراهق بذاته صورا كثيرة ، كالاعتناء بمظهره الخارجي وبملبسه

وعلاقاته مع الآخرين، كما أنه يعقد المقارنات بينه وبين غيره ممن هم في سنه مما يشعره بالقلق، إذا شعر أن ذاته الجسمية ليست كما يتصورها

ولذا فمن الطبيعي أن يتأثر المراهق بنظرائه من نفس فئته العمرية لدرجة تجعله يقلدهم في الحديث والملبس وفي كثير من جوانب سلوكهم كما قد يؤثر الأصحاب أحيانا على سمات واتجاهات أخرى...، ويبدو من ارتباط المراهق برفاقه وكأن مشاكل المراهقين ترجع برمتها إلى محاولة الآباء السيطرة وتوجيههم والحد من نشاطهم. (رمضان محمد القذافي ، 2000 ، ص360)

3-2علاقة التلميذ بالمؤسسات التربوية: تعد المؤسسات التربوية من القوى الثقافية المهمة في تشكيل سلوك التلميذ وبناء شخصيته وتكوين علاقات اجتماعية مختلفة ومن بين هذه العوامل التي تساهم في اكتساب هذه الشخصية وهو تفاعل التلميذ مع المدرسة ومع الاستاذ ومع اقرانه من التلاميذ وفيما يلي نذكر هذه العلاقات المختلفة:

علاقة التلميذ بالمدرسة: والتى تعد المصدر الأول في تشكيل السلوكي للتلميذ من الناحية الثقافية والمصدر الثاني لتربيته بعد الأسرة بصفتها تتركب من عوامل ومعطيات تضبطها.

4-مفهوم المراهقة: تمثل المراهقة مرحلة نمو سريعة وتغير في مختلف جوانب الحياة الجسدية، العقلية، الانفعالية والاجتماعية كما أن فترة اكتساب خبرات ومسؤوليات جديدة، وعلى نحو عام، فأن المراهقة هي مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد، حيث تمتد من بداية النضج الجنسي وصولا إلى السن الذي يحقق فيه الفرد نوعا من الاستقلالية عن سلطة الكبار.

وتعد المراهقة من المواضيع الهامة في دراسة الجانب النفسي للفرد، حيث أن للخبرات المكتسبة في هذه المرحلة تأثيرا بارزا على التطورات التي ستحدث في مراحل متقدمة من حياة الفرد، فالتكيف الايجابي في مرحلة المراهقة يرتبط ارتباطا وثيقا بنمو الراشد من جهة وبسلامة المجتمع من جهة أخرى.

(رغدة شريم،2009،ص 21،22)

ونظرا لأهمية المراهقة كمرحلة حرجة من النمو ما جعل منها محور اهتمام عدد كبير من الباحثين أمثال"ارنولد جازل Arnold Jazel"ومعاونوه والذين قضوا الشطر الأكبر من حياتهم العلمية في دراسة هذه المرحلة من العمر، وكما نجد"ستونلي هول Stonley Hall" الذي اهتم بدراسة المراهقة واعتبرها فترة اضطرابات وتوتر وشدة.

(بوقصارة منصور،2008،ص23)

5-تقدير الذات عند المراهق:

لقد بين كل من"سليجمان وشافير Sigelman&Shafer"(1995) أن فترة المراهقة هي من أكثر فترات الحياة أهمية بالنسبة لنمو الذات، فالمراهقة وفقهما هي الوقت الذي يجد فيه الفرد نفسه ويقدرها حق قدرها وهي المرحلة الذي يعرف فيها وعلى نحو وثيق ما سيكون عليه مستقبلا، فالمراهق في هذه الفترة يناضل لكي يكون الشخص الذي يريده. (علاء الدين كفافي، 2006،ص313)

إن فترة المراهقة تتمتع بالديناميكية والتغير حيث يسعي الفرد فيها نحو النضج والكمال والقبول الذاتي الاجتماعي، ومن بين أهم العوامل المساعدة على تحقيق ذلك هو التقدير الايجابي للذات، فالشخص الذي يقدر نفسه تقديرا ايجابيا يقدر الآخرين ويقدرونه ويتفاعل معهم ايجابيا، وهذا يشعره بالراحة والاطمئنان النفسي ولاجتماعي أما الذي لا يقدر ذاته تقديرا ايجابيا فإنه يجد صعوبة في مواجهة الناس ويميل إلى العزلة والانطواء، لأنه يعجز في التعبير عن ذاته وقدراته وخبراته.

فتقدير الذات يعد اللبنة الأساسية التي يقوم عليها البناء النفسي لشخصية المراهق خصوصا إذا علمنا أن إحدى المهمات النمائية الأساسية للمراهق هو سعيه الدائم لتحقيق ذاته وتقديرها. (ليلى بنت عبد الله،2007،ص67)

يذكر"علاء الدين الكفافي"(2006) أن تقدير الفرد لذاته في بداية فترة المراهقة يكون في أدني مستوياته ولكن هذه الوضعية سرعان ما تزول ليستعيد بعد ذلك المراهق كثيرا من جوانبه الايجابية ويعود إلى نفس مستوي أدائه قبل البلوغ، أي أن المراهق يخرج من هذه المرحلة بنفس درجة تقدير الذات التي كان عليها من قبل(أي قبل دخوله للمراهقة)،كما يوضح في نفس السياق أن الفرد في مرحلة المراهقة يراجع مفاهيمه عن ذاته بطريقة أكثر موضوعية، ويكتسب التقدير الموجب لذاته بعد تكيفه

مع التغيرات الجسمية والمعرفية والاجتماعية المرتبطة بالمرحلة.

(علاء الدين كفافي،2006،ص320)

6-خلاصة

مرحلة التعليم الثانوي أو مرحلة المراهقة من أهم مراحل العمر للفرد ، و هي مرحلة العبور إلى سن النضج و بناء الذات و الشخصية ،كما أنها المرحلة التي يطرأ فيها معظم التغيرات الجسمية و النفسية للفرد ،و هي تعبر على الطاقة الحيوية لذا فانه من الضروري معرفة كيف نساعد المراهق على النمو الاجتماعي السليم الخالي من الأزمات النفسية التي تنتابه من حين لآخر

و سنحاول في فصلنا القادم التطرق إلى منهجية البحث و الجانب التطبيقي له.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

أولا: الدراسة الاستطلاعية

1-الغرض من دراسة الاستطلاعية

2- مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية

3- طريقة المعاينة وخصائص عينة الدراسة الاستطلاعية

4- وصف الأدوات المستخدمة في الدراسة

5- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

ثانيا :الدراسة الاساسية

1-منهج الدراسة الأساسية

2- حدود الدراسة الأساسية

3-مجتمع الدراسة

4- إجراءات الدراسة الاساسية

5-الأساليب الإحصائية

6-خلاصة

تمهيد:

يتناول هذا الفصل وصفا مفصلا للإجراءات التي اتبعنها في تنفيذ الدراسة وإن الهدف من هذا الجزء هو عرض مختلف الخطوات المنهجية التي اعتمدنا عليها لتحقيق أهداف الدراسة .

بعد انجازنا للجانب النظري و الذي تضمن عدة معلومات و مفاهيم حول التفاؤل و تقدير الذات ومرحلة التعليم الثانوي كان لزما علينا بعد هذا الجهد التطرق إلى الجانب الميداني الذي يدعم صدق فرضيتنا و يحل الإشكال المطروح،استعرضنا فيه الإجراءات المقاربة الميدانية للبحث،من أجل التحقق من صحة الفرضيات ميدانيا وقد تطرقنا إلى الغرض من دراسة الاستطلاعية و،حدودها وطريقة المعاينة ووصف للأدوات و الخصائص السيكومترية أما في الدراسة الاساسية تناولنا المنهج والأدوات المستعملة المجتمع والأساليب الاحصائية في الدراسة

أولا: الدراسة الاستطلاعية:

1-الغرض من دراسة الاستطلاعية:الدراسة الاستطلاعية ضرورية في أي بحث علمي لما تحققه من غايات علميه حيث تفيد الدراسة الاستطلاعية في التعرف على الظروف التي سيتم فيها إجراء الدراسة،و الصعوبات التي ربما تواجه الباحث في تطبيق أدوات بحثه مثلا،أو إجراء مقابلة شخصية،أو نحو ذلك للتعرف على ظروف الأفراد ،الذين ستطبق عليهم هذه الأدوات أو تتم معهم المقابلة،أو يتم جمع البيانات عنهم،ومدى استعدادهم ورضاهم عن الإجراءات الخاصة التي ستتبع معهم و غير ذلك من الظروف التي تمهد لنجاح إجراء البحث.(عبد الحليم منسي 2003،ص60)

2-مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية : ولقد قمنا بدراسة استطلاعية في ثانوية الشهيد الرائد بن سليمان محمد(النجاح) بمدينة الجلفة،تم فيها تطبيق المقياسين:

- ✓ مقياس الفرعي التفاؤل لديمبر وآخرون
- ✓ مقياس تقدير الذات لكوبر سميث

على 39 تلميذا من السنة الثالثة ثانوي ، تمثل نسبة 17.3من المجموع الكلي و الذي يقدر بـ:225 تلميذا وذلك خلال شهر مارس 2019 ولقد تم التطبيق على مرحلتين بصيغة التطبيق ولإعادة التطبيق بفصل زمني قدره (15) يوما.

3-طريقة المعاينة وخصائص عينة الدراسة الاستطلاعية :

3-1 طريقة المعاينة:نظر لصعوبة إختيار العينة بطريقة عشوائية بسب طول الوقت وتعقيد الاجراءات الإدارية من أجل الحصول على قائمة التلاميذ قمنا باختيار قسم دراسي بطريقة عرضية هو قسم 3ع ت1

3-2- خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية الدراسة :

توزعت عينة الدراسة وفق متغير الجنس حسب الجدول التالى:

جدول رقم(1)يوضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
الذكور	13	%25

الإناث	26	%75
المجموع	39	%100

يلاحظ من خلال الجدول (1)أن عينة الدراسة الاستطلاعية شملت 13 ذكر وهو ما يعادل 25%و 26 أنثى ما يعادل 75% وعليه نلاحظ نسبة الإناث تفوق نسبة الذكور

4- وصف الأدوات المستخدمة في الدراسة : من أجل تحقيق اهداف البحث، و الوصول الى نتائج موضوعية اعتمدنا على مقياسين **هما**:

1- المقياس الفرعي للتفاؤل مأخوذ من مقياس التفاؤل والتشاؤم لـ**:يمبري وأخرون** (1989) أعده **للعربية محمد مجدي الدسوقي(2001)** مأخوذ من رسالة ماجستير للباحث يزيد شويعل 2013.

2- قائمة تقدير الذات ستانلى كوبر سميث وقد تم تقنينها على البيئة الجزائرية من طرف/ البروفيسور بشير معمرية مأخوذ من كتابه علم النفس الذات

4-1- وصف مقياس التفاؤل: هو مقياس فرعي للمقياس التفاؤل و التشاؤم الذي أعده "**ديمبر وآخرون**"(1989).dember et al هذا المقياس الذي قام بترجمته وتقنينه على البيئة العربية"**مجدي محمد الدسوقي**"(2001) ويتكون المقياس من (56)عبارة تشمل(18)عبارة لقياس التفاؤل ،ومثلها التشاؤم إلى جانب(20)عبارة مكررة بصيغ أخرى لكي يتم إخفاء الغرض من المقياس،ويجيب المبحوث على كل عبارة بإجابة واحدة من أربعة اختيارات أوفق تماما ،أوفق،لا أوفق،لا أوفق مطلقا .

وكما ذكرنا سابقا أن المقياس يحتوي على مقياسين فرعيين لقياس التفاؤل و التشاؤل

- العبارات التي تمثل المقياس الفرعي للتفاؤل هي :7-11-12-15-17-19-21-23-28-29-33-37-38-43-46-47-52-56-

❖ **طريقة التصحيح :**

وضع " مجدي محمد الدسوقي"للمقياس الأساسي تعليمات بسيطة تتضمن أن يجيب المبحوث عن كل عبارة من عبارات المقياس تبعا لبدائل أربعة هي:

أوافق تماما:إذا كان مضمون العبارات أو البند ينطبق على المبحوث تماما.

أوفق:إذا كان مضمون العبارة ينطبق على المبحوث بدرجة كبيرة أو أعلى من المتوسط.

لا أوافق:إذا كان مضمون العبارة ينطبق المبحوث بدرجة قليلة أو أقل من المتوسط.

لا أوافق مطلقا:إذا كان مضمون لا العبارة ينطبق المبحوث كلية.

ووضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة كالآتي أوافق تماما(4)، أوافق(3)،لأوافق(2)،لا أوافق مطلقا(1)، ويستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص حيث عبارات المقياس (18)، والاختيارات هي أربعة اختيارات فتكون الدرجة الدنية (18) و الدرجة العليا(72).

(شويعل يزيد ،2013ص ص117-118)

4-2- وصف مقياس تقدير الذات:أعد قائمة تقدير الذات كوبر سميث **cooper smith** في أمريكا ، تتكون من25 بندا تقيس تقدير الذات لدى الراشدين بأسلوب تقريري ضمن ثلاثة اختيارات أو بدائل.

- **طريقة التصحيح** :تنص التعليمات على أنه عند عند الإجابة على القائمة ، يطلب من المفحوص أن يضع علامة xتحت واحد من الاختيارات الثلاثة السابق ذكرها ، وذلك حسب انطباق مضمون العبارة عليه .

وضع بشير معمرية تعليمات بسيطة تتضمن أن يجيب المبحوث عن كل عبارة من عبارات المقياس تبعا لبدائل ثلاثة هي:

لا وتنال صفرا ، **قليلا** وتنال درجة واحدة **كثيرا** وتنال درجتين حيث أن البنود التى تحمل الأرقام التالية:

1.2.3.4.6.7.10.12.13.16.17.18.21.22.23.24.25 فتصحح عكسيا وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين الصفر (لا وجود لتقدير الذات) و50 (ارتفاع تقدير الذات)أما الدرجات الفعلية فقد تراوحت عند عينة الذكور بين 11-45 درجة .وتراوحت عند الإناث بين 21-47 درجة.

(معمرية 2012،ص ص161-162)

5- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة : تم تقنين المقياس على البيئة العربية وكذلك تطبيقه في البيئة الجزائرية ولقد قمنا باستعمال المقياس الفرعي للتفاؤل فقط .

5-1مقياس التفاؤل :

أولا الثبات المقياس: قمنا بحساب الثبات المقياس عن في البيئة المحلية عن طريق ولإعادة التطبيق بفاصل زمني قدره (15)على عينة بلغت(39) تلميذ وتلميذة والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها عند تطبيق الاختبار(x)وبعد لإعادته (y)

الجدول رقم(2)يوضح النتائج المتوصل اليها عند تطبيق الاختبار(X)وبعد إعادته(Y)

الاختبار / n=39	x	^{2}x	y	^{2}y	y*x
المجموع	2224	129109	2199	126737	127269

وقد تم استخدام معامل الارتباط بيرسون وفقا المعادلة التالية يدويا أو بواسطة المعالج الإحصائي كما تظهر النتائج في الجدول(3)

$$R=\frac{n\sum(x*Y)-(\sum X*\sum Y)}{\sqrt{[n\sum(X^2)-\sum(X)^2][n\sum(Y^2)-\sum(Y)^2]}}$$

X: الاختبار الأول

Y: الاختبار الثاني (إعادة التطبيق الاختبار للمرة الثانية بعد فترة)

n: أفراد العينة التى تم التطبيق عليها

الجدول رقم (3) يبين نتائج ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار باستعمال معامل الارتباط بيرسون

الإختبار	قرار إحصائي	الجدولية T	T المحسوبة	معامل بيرسون	درجة الحرية	N
بذيلين	دال إحصائيا	2.042	11.158	0.878	37	39
بذيل أيمن	دال إحصائيا	1.697				
بذيل أيسر	غير دال	-1.697				

التعليق على الجدول: نلاحظ أن (T) المحسوبة اكبر من(T) الجدولية وعليه معامل ارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 وبالتالي المقياس ثابت

الطريقة الثانية: تم التأكد من ثبات مقياس التفاؤل وذلك بحساب معامل ألفا على عينة الدراسة دراسة الاستطلاعية حيث بلغت قيمه $\alpha = 0.929$

ثانيا صدق المقياس: لقد كتفينا بالصدق الذي قام به معد المقياس في صورته العربية مجدي محمد الدسوقي سنة 2001 إضافة الى ذلك فقد تم تطبيقه في البيئة الجزائرية ولقد قمنا بالاقتصار على المقياس الفرعى وذلك وفق الطرق التالية

1- الصدق التلازمي:تم بحساب معاملات الارتباط بين درجات المقياس الفرعي للتفاؤل لعينة التقنين ودرجاتهم على القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم من إعداد "**أحمد عبد الخالق** و الجدول التالي يوضح النتائج

الجدول رقم (4) يبين الصدق التلازمي لمقياس التفاؤل لدى فراد عينة التقنين

الفئة	n	القائمة العربية للتفاؤل و التشاؤم	
		مقياس التفاؤل	
تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية	121	0.621	

طلاب وطالبات المرحلة الجامعية	117	0.592	0.01
المراشدون و الراشدات	97	0.607	

يتضح من الجدول (04)أن معاملات الارتباط الناتجة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 مما يشير إلى صدق تلازمي مرتفع للمقياس.

2-الصدق البنائي أو التكويني:بحساب ارتباط درجة كل بند من البنود بالدرجة الكلية على بقية البنود بعد استبعاد قيمة هذا البند من الدرجة الكلية للمقياس الفرعي للتفاؤل، قام مجدي محمد الدسوقي بحساب معاملا ت الارتباط على عينة تقدر بـ:221 منها(ن=94 ون=117 إناث) ولقد كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى 0.01 في عينة التقنين وهذا ما يشير إلى اتساق المقياس وصدق محتواه (بنوده)

3-الصدق التقاربي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات أفرد عينة التقنين على المقياس الفرعي للتفاؤل ودرجاتهم بعض مقاييس الشخصية ولقد اقتصرنا على ذكر مرحلة تلاميذ الثانوي من عينة التقنين و الجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها في الجدول التالي

الجدول (5)يبين معاملا ت الارتباط بين درجات مقياس التفاؤل ودرجات بعض المقايس الشخصية

العينة	المقياس	معاملات الإرتباط
تلاميذ مرحلة الثانوي (ن=121)		مقياس التفاؤل
	الوسواس القهري	0.325
	الاستحسان الاجتماعي	0.419
	الثقة بالنفس	0.634
	القلق	0.703

يتضح من الجدول رقم(5)وجود ارتباط سلبي بين التفاؤل وكل من الوسواس القهري و القلق وارتباط إيجابي بين التفاؤل كل من الاستحسان الاجتماعي والثقة بالنفس

4-الصدق المقياس في البيئة الجزائرية : حيث قام الباحث يزيد شويعل بإعادة التحقق من صلاحية المقياس من خلا ل صدق المحتوى عن طريق المحكمين بعرضه عن مجموعة من الاساتذة المحكمين و الذين أبدو ملاحظاتهم على المقياس وتم حساب نسبة إتفاق المحكمين ولقد تراوحت مابين (62.5%) و(100%) وهي نسبة عالية مما يدل على صلاحية عبارات مقياس التفاؤل وأنها تقيس ما وضعت لقياسه، وبالتالي سوف يتم استعمال الصورة العربية إي الإبقاء على جميع عبارات المقياس.

وكذلك الصدق الداخلي على عينة تقدر بـ(ن=84) حيث أن الاتساق الداخلي تراوح مابين(0.805)كحد أعلى ،و(0.183) كحد ادنى، وكانت كل البنود دالة ما عدا البند رقم (10). **(شويعل 2013 ص ص121 ،130)**

5-2 مقياس تقدير الذات:

أولا ثبات المقياس:أما في دراستنا الحالية اعتمدناعلى طريقة اعادة الاختبار لقياس ثباته وهذا وفقا لبيئة المحلية,فقمنا بتطبيقه عل 39 تلميذ و تلميذة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي,ثم أعدنا تطبيقه

للمرة الثانية على نفس التلاميذ بعد مرور أكثر من 15 يوما ،و الجدول رقم(4) يوضح النتائج المتوصل اليها عند تطبيق اختبار **(X)** وبعد إعادته **(Y)**

الجدول رقم(6)يوضح النتائج المتوصل اليها عند تطبيق اختبار(X) و بعد اعادته

الإختبار / n=39	X	X^2	Y	Y^2	X*Y
المجموع	1366	49848	1233	40801	44792

وقد تم استخدام معامل الارتباط بيرسون وفقا المعادلة التالية يدويا أو بواسطة المعالج الإحصائي كما تظهر النتائج في الجدول(7)

$$R = \frac{n\sum(x*Y)-(\sum X*\sum Y)}{\sqrt{[n\sum(X^2)-\sum(X)^2][n\sum(Y^2)-\sum(Y)^2]}}$$

X: الاختبار الأول

Y: الاختبار الثاني (إعادة التطبيق الاختبار للمرة الثانية بعد فترة)

n: العينة التى تم التطبيق عليها

الجدول رقم (7) يبين نتائج ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار باستعمال معامل الارتباط بيرسون.

الإختبار	قرار إحصائي	T الجدولية	T المحسوبة	معامل بيرسون	درجة الحرية	N
بذيلين	دال إحصائيا	2.042	8.846	0.824	37	39
بذيل أيمن	دال إحصائيا	1.697				
بذيل أيسر	غير دال	-1.697				

التعليق على الجدول: نلاحظ أن (T) المحسوبةأكبر من(T) الجدولية وعليه معامل ارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 وبالتالي المقياس ثابث

الطريقة الثانية : تم التأكد من ثبات مقياس تقدير الذات وذلك بحساب معامل ألفا على عينة الدراسة الاستطلاعية حيث بلغت قيمه $\alpha = 0.929$

ثانيا صدق المقياس تم تقنين قائمة تقدير الذات ستانلي كوبر سميث على البيئة الجزائرية من طرف البروفيسور /بشير معمرية الذي قام بحساب معامل الصدق على عينة من الذكور والإناث بثلاث طرق:

1-الصدق التمييزي : باستعمال طريقة المقارنة الطرفية **عينة الذكور**: حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الذكور ، حجم كل عينة يساوي 10 مفحوص بواقع سحب 27%من العينة الكلية (ن=37)

والجدول رقم(8) يبين قيم"ت"لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابين لعينة الذكور.

العينة	العينة العليا ن=10		العينة الدنيا ن=10		قيمة "ت"
المتغير	م	ع	م	ع	
قائمة تقدير الذات (كوبر سميث)	42.10	1.44	24.9	5.85	8.56 ***

***قيمة "ت"دال إحصائيا عند مستوى 0.001

يتبين من قيم "ت"في الجدول رقم (8)أن قائمة كوبر سميث لتقدير الذات تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين و المنخفضين في تقدير الذات.مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة من الذكور .

عينة الإناث :حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الإناث ، حجم كل عينة يساوي 11 مفحوصة بواقع سحب 27%من العينة الكلية (ن=42)

والجدول رقم(9) يبين قيم"ت"لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابين لعينة الإناث.

العينة	العينة العليا ن=11	العينة الدنيا ن=11	قيمة "ت"

المتغير	م	ع	م	ع	
قائمة تقدير الذات (كوبر سميث)	41.91	3.19	23.64	1.72	15.89***

***قيمة "ت"دال إحصائيا عند مستوى 0.001

يتبين من قيم "ت"في الجدول رقم (9)أن قائمة كوبر سميث لتقدير الذات تتميز بقدرة كبيرةعلى التمييز بين المرتفعات و المنخفضات في تقدير الذات.مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة من الإناث .

2-الصدق الاتفاقي : لحساب هذا نوع من الصدق ،تم تطبيق قائمة كوبر سميث لتقدير الذات مع قائمة توكيد(غريب عبد الفتاح،1995).وقائمة فعالية الذات (بشير معمرية،2011) وقائمة جامعة تكساس لتقدير الذات .(عادل عبد محمد2000).

وبين الجدول رقم(10) معاملات الارتباط بين قائمة كوبر سميث لتقدير الذات وكل من توكيد الذات وفعالية الذات ،وقائمة جامعة تكساس لتقدير الذات.

الجدول رقم(10)يبين معاملات الارتباط بين قائمة كوبر سميث لتقدير الذات وقوائم أخرى

المتغيرات		جنس العينات	حجم الغينات	معاملات الارتباط
قائمة تقدير الذات (كوبر سميث)	توكيد الذات	ذكور	60	0.347**
		إناث	54	0.311*
		ذكورو إناث	114	0.248*
	فعالية الذات	ذكور	53	0.410**
		إناث	58	0.382**
		ذكورو إناث	111	0.291**
	تقدير	ذكور	37	0.779**

	الذات	إناث	58	**0.727
		ذكورو إناث	79	**0.754

**دالة إحصائيا عند مستوى0.01 *دالة إحصائيا عند مستوى 0.05.

يتبين من معاملات الصدق الاتفاقي في الجدول رقم(10) أن قائمة كوبر سميث لتقدير الذات تتصف بمعاملات صدق مرتفعة .

3-الصدق التعارضي:تم تطبيق قائمة كوبر سميث لتقدير الذات مع استبيان التشاؤم (أحمد محمد عبد الخالق 2000) وقائمة اليأس/بيك(محمد بدر الأنصاري 2001).

الجدول رقم(11)يبين معاملات الارتباط بين قائمة كوبر سميث لتقدير لذات ومتغيري التشاؤم واليأس.

المتغيرات		جنس العينات	حجم الغينات	معاملات الارتباط
قائمة تقدير الذات (كوبر سميث)	التشاؤم/ محمد عبد الخالق	ذكور	22	**0.452
		إناث	29	**0.423
		ذكورو إناث	51	**0.432
	اليأس/بيك	ذكور	25	**0.576
		إناث	31	**0.512
		ذكورو إناث	56	**0.546

**دالة إحصائيا عند مستوى0.01 (بشير معمرية،2012 ،ص ص158-161)

ثانيا :الدراسة الاساسية

1-منهج الدراسة:

يعتبر المنهج المتبع في البحث العلمي من أساسيات أي بحث علمي ، حيث في ضوءه تتحد مدى مصداقية نتائج البحث

إن معالجة مشكلة ما تتطلب أولا التعرف على هذه المشكلة ثم وضع فرضيات مؤقتة

قصد التحقق من صدقها أو بطلانها و ذلك باتباع منهج معين و طبيعة الموضوع هي التي تحدد المنهج والتقنيات لجمع المعطيات و البيانات لمعالجتها فيما بعد.
ولقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي الذي يعرف بأنه " وصف منظم للحقائق ولمميزات مجموعة معينة أو ميدان من ميادين المعرفة الهامة بطريقة موضوعية وصحيحة."
و يعرف" الأغا "المنهج ا لوصفي بأنه " دراسة أحداث وظواهر وممارسات قائمة موجودة متاحة للدراسة والقياس كما هي، دون تدخل الباحث في مجرياتها و يستطيع الباحث أن يتفاعل معها فيصفها ويحللها. (الأغا،1997،ص:41) .
وانطلاقا من خصوصية الدراسة الحالية التي تحاول الكشف من طبيعة العلاقة بين التفاؤل و تقدير الذات لدى تلاميذ مرحلة الثانوي لهذا تم استخدام المنهج الوصفي الذي يحاول إبرار جود هذه العلاقة وأعدمها
ويعرف أيضا المنهج الوصفي بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر،وذلك بغرض تشخيصها وكشف العلاقة الموجود بين عناصرها أو بين الظواهر التعليمية و النفسية والاجتماعية.
(منسي،1989،ص209).

2-حدود الدراسة :

2-1 المجال البشري : تم إجراء الدراسة على عينة من التلاميذ في المرحلة الثالثة ثانوي.

2-2:المجال المكاني : تمت هذه الدراسة بثانوية الرائد بن سلمان محمد(النجاح) بالجلفة.

2-3 المجال الزمني:تم إجراء الدراسة في الموسم الدراسي 2018-2019 وتطبيق في بداية شهر مارس.

3- مجتمع الدراسة : يتكون مجتمع الأصلى من طلبة المقبلين على شهادة البكالوريا ولقد اقتصرت الدراسة الحالية على ثانوية النجاح بالجلفة

الجدول رقم (12): يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب التخصص

التخصص الدراسي	التكرار	النسبة المئوية%
أداب وفلسفة	63	28
لغات أجنبية	38	16.88
علوم تجريبية	108	48
تقني رياضي	16	7.11
المجموع	225	100

3-1 عينة الدراسةالأساسية: هي عينة عرضية بذلك يمكن اعتبارها عشوائية لانه لا يوجدأي تحيز في اختياره وإنما يخصع لعامل الصدفة ولقد تم التطبيق على من حضر من من التلاميذ ولقد تتكون العينة الفعلية من (80) تلميذوتلميذة من ثانوية النجاح "بالجلفة"، تتراوح أعمارهم بين(17-20) سنة.

الجدول رقم (13): يبين توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
الذكور	34	42,5
الإناث	46	57,5
المجموع	80	100

الجدول رقم (14): يبين توزيع أفراد عينة حسب التخصص الدراسي

التخصص	التكرار	النسبة المئوية%
علمي	26	32.5
ادبي	28	35
هندسة	14	17.5
لغات	12	15
المجموع	80	100

الجدول رقم (15): يبين توزيع أفراد عينة حسب المستوى الاجتماعي

المستوى الاجتماعي	التكرار	النسبة المئوية%
علمي	15	18.8
ادبي	58	72.5
هندسة	7	8.8
المجموع	80	100

4- إجراءات الدراسة الاساسية: لتحقيق هدف الدراسة التى نحن في صدد القيام بها اتبعنا الخطوات التالية :

1. بعد الذهاب الى الثانوية واستقبالنا من طرف المستشارة وتسليمها الرخصة الموافقة لمرة الثانية لتوزيع أدوات جمع البيانات على التلاميذ كما هي موضحة في الملاحق

2. تم تطبيق أدوات الدراسة لجمع البيانات (مقياس التفاؤل الفرعي وقائمة تقدير الذات) على التلاميذ الذين يدرسون في الثالثة من التعليم ثانوي
3. تم توزيع أدوت الدراسة على قسم 3ع ت1 مع أخذ بعين الاعتبار ترتيب التلاميذ على إعتبار هذا القسم هو العينة الاستطلاعية التى تم اختيارها مسسبقا وتم توزيع الادوات عنها في المرة السابقة بصحبة المستشارة
4. تم توزيع أدوات الدراسة بطريقة عرضية بحسب الحضور لانهم كثيري الغياب بعد تحضيرهم نفسيا وإعطائهم المعلومات وأن هذه الادوات لا تتعدى أن تكون وسيلة لجمع البيانات من أجل رسالة التخرج، وبرغم تلقينا كثير من الرفض لان العينة عبارة عن تلاميذ في مرحلة المراهقة إضافة الى الفترة التى تم التطبيق فيه فترة كانت قريبة من الامتحانات والعطلة بداية الحراك
5. بعد لانتهاء من التطبيق قمنا بإ باستبعاد بعض الاستبيانات لتي لم يتم الاجابة عن كل فقراتها
6. قمنا بتصحيح أدوات الدراسة وحساب درجة كل استبان.
7. قم بتفريق البيانات ثم قمنا بتحليل البيانات باستخدام الاساليب الإحصائية.

5- الأساليب لإحصائية المستعملة في الدراسة : لقد قمنا في هذه الدراسة باستعمال عدة تقنيات إحصائية والهدف هو التوصل الى مؤشرات كمية تساعد على التحليل والتفسير سوف نوردها كما يلي

التكرارت: معرفة توزيع العينة وفق العوامل الديمغرافية (الجنس أو التخصص...)

المتوسطات الحسابية: حساب المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على بنود المقياس ويعد من مقاييس النزعة المركزية الذي يوضح مدى تقارب الدرجات من

بعضها و اقترابها من المتوسط، و هو مجموعة الدرجات المتحصل عليها على مجموع أفراد العينة

الانحرافات المعيارية: يعتبر الانحراف المعياري من أهم مقاييس التشتت ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، و الانحراف المعياري يفيدنا في معرفة توزيع أفراد العينة ، ومدى انسجامها.

التباينات:

اختبار**T-test:** لقداعتمدنا اختبار "ت" للفروق لحساب الفروق في تقدير الذات والتفاؤل تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الاجتماعي بالنسبة لكل متغير على حدا

معامل الارتباط بيرسون : هو معامل يكشف عن وجود أو عدم وجود علاقة ارتباطية بين متغيرين. وكذا تحديد قوة الارتباط واتجاهه (موجب أو سالب)

اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova): لبيان دلالة الفروق بين المتوسطات ثلاث فئات فأكثر.

اختبار شيفيه : لمعرفة اتجاه الفروق ودلالتها بين فئات كل متغير من متغيرات في العوامل الديمغرافية(الجنس ، التخصص...) وتأثير على مقايس الدراسة

تمهيد

1-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى

2-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية

3-1عرض ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى

3-2عرض ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية

3-3عرض ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة

4-1-عرض ومناقشة الفرضية الجزئية **الرابعة**

4-2عرض ومناقشة الفرضية الجزئية **الخامسة**

4-3عرض ومناقشة الفرضية الجزئية **السادسة**

استنتاج عام

الخاتمة

الاقتراحات

تمهيد :

يتناول الفصل الحالي نتائج الدراسة التي أسفر عنها التحليل الإحصائي للبيانات التي تم الحصول عليها بعد تطبيق أدوات الدراسة على العينة،وسوف يتم عرض نتائج الدراسة من خلال المعالجات الإحصائية المستخدمة لاختبار مدى صحة الفروض فيما يلي عرضاً للنتائج التي تم الحصول عليها باستخدام أدوات والمعالجات الاحصائية

1-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى: من أجل معرفة صحة الفرضية الأولى التي تنص على مايلي: **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التفاؤل وتقدير الذات لدى عينة الدراسة .**

قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمتغير التفاؤل والدرجة الكلية لتقدير الذات ولقد جاءت النتائج في الجدول التالي

الجدول رقم (16) يبن علاقة الارتباط بين التفاؤل وتقدير الذات

	التفاؤل	تقدير الذات

التفاؤل	قيمة الارتباط بيرسون	1	0.295**
	الدلالة الإحصائية		0.008
	العينة	80	80
تقدير الذات	قيمة الارتباط بيرسون	0.295**	1
	الدلالة الإحصائية	0.008	
	العينة	80	80

** الارتباط دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01

يتضح من الجدول (16) أن قيمة الارتباط بين التفاؤل وتقدير الذات قد بلغت 0.295 وهي وإن كانت ضعيفة نوعا ما إلا أنها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01

وعليه فإن الفرضية القائلة : :توجد علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي قد تحققت.

1-1مناقشة وتفسير الفرضية الاولى: تنص الفرضية الأولى على وجود علاقة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي وقد تحقق هذا يعني أن تقدير الذات يتأثر بتفأول الفرد يمكن تفسير ذلك بأن التلميذ في مرحلة المراهقة يعتز بذاته هو مقبل على شهادة البكالوريا حيث يضع في الحسبان إحتمالات النجاح و تحقيق ذاته وذهاب الى الجامعة وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة (القبيسي2008) في وجود علاقة موجبة بين التفاؤل و تقدير الذات

2- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية القائلة : تتمتع عينة دراسة بمستوى مرتفع من التفاؤل وتقدير الذات .

للإجابة على هذه الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي لمتغيري التفاؤل و تقدير الذات ومقارنته بالوسط الافتراضي

إن استبيان التفاؤل وتقدير الذات المستخدم في دراستنا الحالية يحتوي على 34 عبارة وذلك بعد حذف العبارات الضعيفة **وذلك بعد دراسة الخصائص السيكومترية على العينة الفعلية .**

لذلك كان متوسط الاستبيان الافتراضي هو عد الفقرات مضروب في القيمة الوسطى ومن خلال الجدول الآتي وبمقارنة المتوسط الحسابي للتفاؤل وتقدير الذات مع المتوسط الافتراضي .

الجدول رقم (17) يبين الحكم مستوى التفاؤل وتقدير الذات لدى عينة الدراسة

المتغير	العينة	التكرار الأدنى	التكرار الأعلى	مجموع التكرارات	متوسط استجابات العينة	الإنحراف المعياري	عدد الفقرات	المتوسط الافتراضي	الحكم على المستوى
التفاؤل	80	19	44	2331	29.14	5.541	16	32.00	منخفض
تقدير الذات	80	19	45	2503	31.29	6.140	18	36.00	منخفض

من الجدول(17) يتضح أن مستوى التفاؤل وتقدير الذات لدى عينة الدراسة منخفض،لأن المتوسط الحسابي لكل من المتغيرين أقل من المتغير الافتراضي أو النظري لكل منها ، وعليه فإن الفرضية القائلة : تتمتع عينة الدراسة بمستوى مرتفع من التفاؤل وتقدير الذات لم تتحقق

2-2مناقشة وتفسير الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية على تتمتع عينة دراسة بمستوى مرتفع من التفاؤل وتقدير الذات لم تتحقق يمكن تفسير هذه نتيجة بطبيعة المرحلة التي يمر بها التلميذ فإنخفاض مستوى التفاؤل قد يرجع الى توقع الفشل في شهادة البكالوريا كما أن تقدير الذات قد ينخفض من توقع نظرة المجتمع التى يضعها التلميذ في الحسبان في حالة الفشل هذا ما تؤكده الفرضية الاولى على أن السمتين مرتبطتين وإن كانت درجة هذا الارتباط ضعيفة

3-عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

الإجابة على الفرضية الثالثة التي تنص على : هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة.وتتفرع عليها فرضيات جزئية هي:

3-1-هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى للمتغير الجنس (ذكر، انثى).وللإجابة على الفرضية الجزئية الأولى قمنا بحساب اختبار "ت" للعينتين مستقلتين وجاءت النتائج كالآتي

الجدول (18) يبن الفروق بين الجنسين في التفاؤل

المتغير	مجموع المتوسطات		قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	الحكم على الاختبار
التفاؤل	ذكور	34	0.135	78	0.89	0.01/0.05	غير دال
	إناث	46	0.133				

إن قيمة ت غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 وبالتالي فأنه لا توجد فروق ذات دلالة في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزي لمتغير الجنس (ذكر ،أنثى).وعليه فإن الفرضية الجزئية الأولى لم تتحقق.

3-1مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الأولى: التى تنص وجود فروق في سمة التفاؤل بإختلاف الجنس ولقد توصلت الدراسة الى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في سمة التفاؤل وهذا يرجع الى تغير نظرة المجتمع الى الإناث وغياب التميز الذي كان سائد في الماضى حيث أصبح يحظى كليهما بنفس الفرص التعليمية و المهنية نتيجة للتغيرات التي طرأت على المجتمع وانعكست على الاسرة حيث أصبحت تعطي فرصا متساوية ومتعددة كما يمكن أن يرجع عدم وجود فروق بين الجنسين الى توقع نفس الفرص بعد شهادة البكالوريا،ونعتقد في عدم وجود فروق جوهرية في مستوى التفاؤل لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي،في ثانوية النجاح بمدينة الجلفة تبعًا لمتغير الجنس إلى أن التلاميذ ذكورًا وإناثًا لديهم درجة منخفضة من التفاؤل قد يكون أمر طبيعي نتيجة الى لإغلاق الأفق الظروف التى تمربها البلاد إضافة إلى طبيعة المرحلة العمرية لعينة الدراسة التي تتسم هذه المرحلة بعدم الاستقرار النفسي و العاطفي. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة(بركات1998) بينما لم

تظهر النتائج المتمخضة عن الدراسة فروقا جوهرية بين متوسطات درجات الطلبة على بعد الشخصية لسمة التفاؤل ، يمكن عزوها الى متغيرات الجنس وكذلك مع دراسة القصاص(2018)

عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية

3-2-هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (علمي، أدبي ، هندسة ، لغات). للإجابة على هذه الفرضية الجزئية الثانية قمنا بحساب تحليل التباين الأحادي أنوفا لأكثر من عينتين وجاءت النتيجة كالآتي:

الجدول (19) يبين تحليل التباين للتفاؤل بالنسبة للمتغير التخصص الدراسي

ANOVA					
التفاؤل					
	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
داخل المجموعات	124.106	3	41.369	1.366	0.260
بين المجموعات	2301.382	76	30.281	غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01و0.05	
المجموع	2425.488	79			

إن قيمة ف غير دالة إحصائيا عند مستوى الدالة 0.01و 0.05 وبالتالى فإنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (علمي، أدبي ، هندسة ، لغات). وعليه فأن الفرضية الثانية لم تتحقق.

3-2-1مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثانية :أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل بنسبة لمتغير التخصص الدراسي ونعتقد أن عينة الدراسة أصبح لها دراك بأن كل التخصصات أصبح لها أفق متعددة مما يضع التلميذ أمام كثير من الخيارات وأهم شئ هو التفاؤل بالنجاح في شهادة البكالوريا

بغض النظر عن التخصص وتختلف هذه الدراسة مع دراسة (بركات1998)اذ تبين ان الطلبة الذين يدرسون في التخصصات العلمية كالزراعة والحاسوب اكثر ميلا نحو سمة التفاؤل كما تتفق هذه دراسة مع دراسة (عويضة 2015) في عدم وجود تبعا للتخصص الدراسي على مقياس التفاؤل

عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

3-3 هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير المستوى الاجتماعي (جيد ،متوسط،ضعيف).

للإجابة على هذه الفرضية الفرعية الثالثة قمنا بحساب تحليل التباين الأحادي أنوفا لأكثر من عينتين وجاءت النتيجة كالآتي:

الجدول (20) يبين تحليل التباين للتفاؤل بالنسبة للمتغير المستوى الاجتماعي

ANOVA					
التفاؤل					
	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
داخل المجموعات	50.673	2	25.335	0.821	0.444
بين المجموعات	2374.815	77	30.842	غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01و0.05	
المجموع	2425.488	79			

إن قيمة ف غير دالة إحصائيا عند مستوى الدالة 0.01و 0.05 وبالتالى فإنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل بنسبة لمتغير لمستوى الاجتماعي (جيد،متوسط،ضعيف). وعليه فأن الفرضية الثالثة لم تتحقق.

3-3-1مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثالثة: أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل بنسبة لمتغير الاجتماعي ونعتقد ان هذه

النتيجة لدى عينة الدراسة تعزى الى التفاؤل بالنجاح في الشهادة البكالوريا طموح فالكل يتمنى النجاح بغض النظر عن المستوى الاجتماعي

عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة

4-الإجابة على الفرضية الرابعة: التى تنص على مايلى:هناك فروق ذات دالة إحصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة ، وتتفرع عليها فرضيات جزئية هي:

4-1-هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس وللإجابة على الفرضية الجزئية الاولى قمنا بحساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين ، جاءت النتيجة كالآتي:

الجدول (21) يبن الفروق بين الجنسين في تقدير الذات

المتغير	مجموع المتوسطات		قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	الحكم على الاختبار
تقدير الذات	ذكور	34	-0.689	78	0.492	0.01/0.05	غير دال
	إناث	46					

إن قيمة "ت" غير دالة إحصائيا عند مستوى الدالة 0.01 وبالتالى فإنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس(ذكر،أنثى).وعليه فإن الفرضية الفرعية لم تتحقق.

4-1-1مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الاولى: التى تنص وجود فروق في سمة تقدير الذات بإختلاف الجنس ولقد توصلت الدراسة الى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في سمة تقدير الذات وهذا يرجع الى تغير نظرة المجتمع الى الإناث وغياب التميز الذي كان سائد فالتلميذ الذي يتميز بتقدير ايجابي هو تلميذ يكون متفائلا و في نفس السياق ،يذكر فاروق عبد الفتاح أنه و من بين العوامل التي تؤثر في تقدير الفرد لذاته كثيرة من‌ها ما يتعلق بالفرد بذاته، و المرحلة العمرية و التعليمية التي يمر بها، و في دراستنا الحالية فإن التلاميذ مرحله الشهادة والمراهقة.

4-2عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي
(علمي ،أدبي،هندسة ،لغات).وللإجابة على الفرضية الجزئية قمنا بحساب تحليل التباين الأحادي أنوفا لأكثر من عينتين وجاءت النتائج كالآتي:

الجدول (22) يبين تحليل التباين لتقدير الذات بالنسبة لمتغير التخصص الدراسي

ANOVA					
تقدير الذات					
	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
داخل المجموعات	181.412	3	60.470	1.643	0.186
بين المجموعات	2796.975	76	36.802	غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01و0.05	
المجموع	2978.387	79			

إن قيمة ف غير دالة إحصائيا عند مستوى الدالة 0.01و 0.05 وبالتالى فإنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (علمي، أدبي ، هندسة ، لغات). وعليه فإن الفرضية الجزئية الثانية المتعلقة بتقدير الذات و التخصص الدراسي لم تتحقق.

4-2-1 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية: التى تنص وجود فروق في سمة تقدير الذات بإختلاف التخصص الدراسي (علمي، أدبي ، هندسة ، لغات) ولقد توصلت الدراسة الى عدم وجود فروق في تقدير الذات وبتالي ليس هناك تأثير للتخصص الدراسي على سمة تقدير الذات لدى عينة الدراسة

4-3-عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

4-3-1 هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى

لمتغير المستوى الاجتماعي(جيد،متوسط،ضعيف).وللإجابة على الفرضية الجزئية الثالثة قمنا بحساب تحليل التباين الأحادي أنوفا لأكثر من عينتين وجاءت النتائج كالآتي:

الجدول (23) يبين تحليل التباين تقدير الذات بالنسبة لمتغير المستوى الاجتماعي

ANOVA					
تقدير الذات					
100	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
داخل المجموعات	356.518	2	178.259	0.821	0.007
بين المجموعات	2621.869	77	34.050	غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01و0.05	
المجموع	2978.388	79			

إن قيمة ف دالة إحصائيا عند مستوى الدالة 0.01و 0.05 وبالتالى فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير المستوى الاجتماعي (جيد،متوسط،ضعيف). وعليه فأن الفرضية الثالثة الخاصة بتقدير الذات و التخصص قد تتحقق.

وللكشف على الفرق في تقدير الذات لصالح أي مستوى اجتماعي قمنا بحساب اختبار شيفيه وقد جاء النتيجة كالآتي:

الجدول رقم (24) يبين اختبار شيفيه لمستوى الاجتماعي لمتغير تقدير الذات

اختبار شيفيه **scheffe**				
المستوى الاجتماعي		الفرق في المتوسطات	الخطأ المعياري	الدلالة الاحصائية
جيد	متوسط	-2.121	1.690	0.459
	ضعيف	-8.571	2.671	0.008

متوسط	جيد	2.121	1.690	0.459
	ضعيف	-6.451	2.335	0.026
ضعيف	جيد	8.571	2.671	0.008
	متوسط	6.451	2.335	0.026

*الفرق في المتوسطات دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05

تقدير_الذات				ترتيب الفئات
Scheffe [a.b]				
المستوى _الاجتماعي	**N**	**الفا=0.05**		
		1	**2**	
جيد	15	29.00		3
متوسط	58	31.12		2
ضعيف	7		37.57	1
الدلالة الاحصائية		0.648	1.000	

من الجدول يتضح لنا أن فئة المستوى الاجتماعي الضعيف هي الأولى تليها فئة المستوى الاجتماعي المتوسط فالجيد

وعليه فإن الفروق في تقدير الذات لدى عينة الدراسة وفق متغير المستوى الاجتماعي هي لصالح ذوي المستوى الاجتماعي الضعيف.

4-3مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة : نعتقد أن الطموح و النجاح و التفوق و الثقة بالنفس لا يرتبط بالظروف الاقتصادية والاجتماعية كم من بيت بسيط قد تخرج منه عظماء وإن نجد صدى نتيجة هذه الفرضية في بعض المقولات الشعبية المشهورة " الخبز و الماء و الرأس في السماء " أو الزلط و التفرعين"

استنتاج عـام:

يتمحور هذا البحث أساسا في محاولة التوصل إلى الإجابة عن التساؤل الذي يدور حول علاقة التفاؤل وتقدير الذات وبعد تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث تقنين بشير معمرية على البيئة الجزائر والمقياس الفرعى للتفاؤل ديمبروأخرون ترجمة الدسوقي علي عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ومن خلال نتائج الدراسة الميدانية يمكن إجمال النتائج المحصل عليها في الدراسة الحالية كالآتي :

1-توجد علاقة ارتباط ضعيفة موجبة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى عينة الدراسة.

2-تتمتع عينة الدراسة بمستوى منخفض في التفاؤل.

3-تتمتع عينة الدراسة بمستوى منخفض في تقدير الذات .

4-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

5- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

6- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفاؤل لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير المستوى الاجتماعى

7- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذاتى لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

8-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي .

9- توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير المستوى الاجتماعي لصالح ذوي المستوى الاجتماعي المنخفض وعموم النتائج المتحصل عليها تتعلق بعينة الدراسة فهي تبقى نسبية

خاتمة

خـاتمـة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل و تقدير الذات ومن خلال منهجية متبعة إنطلاقا من الجانب التمهيدي الذي على الاشكالية المطروحة و الفرضيات المصاغة كمشروع للدراسة و الدراسات السابقة التى تم وضعها بإعتبارها خلفية نظرية ومرورا بالجانب النظري الذي حاولنا فيه تناول ما يخدم الموضوع (**التفاؤل وعلاقته بتقدير الذات لدى التلاميذ السنة الثالثة ثانوي**)على الاقل من وجهة نظرنا ومن خلال تقسم البحث الى ثلاثة فصول تناولنا في الفصل الأول كل ما له علاقة بمفهوم التفاؤل لغويا واصطلاحا وأنواعه وخصائصه النظريات المفسرة ....الخ كما تطرقنا في الفصل الثاني الى مفهوم تقدير الذات والمفاهيم المرتبطة بمفهوم الذات و تكوينه و النظريات المفسرة للتقدير الذات .... الخ.....في الفصل الثالث تناولنا المرحلة التعليم الثانوي وذلك لتكوين خلفية نظرية نعتمد عليها في تفسير نتائج الدراسة الميدانية أم الجانب الميداني فيتكون من فصلين الفصل الرابع تناولنا فيه الاجراءا ت المنهجية المتبعة في الدراسة و الفصل الخامس تناولنا فيه عرض ومناقشة وتفسير النتائج حيث كان الجانب الميداني يهدف الى إختبار الفرضيات الموضوعة قصد إثباتها أو نفيها و التى كانت على الشكل التالي:

الفرضية العامة الأولى:توجد علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

الفرضية العامة الثانية:تتمتع عينة الدراسة بمستوى مرتفع من التفاؤل وتقدير الذات

الفرضية العامة الثالثة:توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي

الفرضية الجزئية الأولى :توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بين الجنسين

الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب التخصص الدراسي

الفرضية الجزئية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب المستوى الاجتماعي

الفرضية العامة الرابعة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي

الفرضية الجزئية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بين الجنسين

الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب التخصص الدراسي

الفرضية الجزئية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي حسب المستوى الاجتماعي

وإ عتمدتا في هاه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي نظرا لملائمته لطبيعة الدراسة ولقد تمت الدراسة على عينة قدرها (80) تلميذ وتلميذة من مجتمع إحصائي قدره 225تلميذ يدرس في السنة الثالثة ثانوي ولقد اعتمدنا على مقياس تقدير الذات لكوبر سميث و مقياس الفرعي للتفاؤل تم التحصل عليه من خلال من مقياس التفاؤل– التشاؤم لـ:ديمبر ونظر لعدم وجد مقاييس تقيس التفاؤل كسمة مستقلة وليس لنا القدرة ولا الوقت الكافي لبناء مقياس استخدمنا المقياس الفرعي للتفاؤل لقد تم تقديمه مع قائمة تقدير الذات بدون نضع له عنوان وكانه بعد في قائمة تقدير الذات حتى يتم التموه و الحفاظ على الخواص السيكومترية للمقياس.

الاقتراحات

بناء على النتائج التي أسفرت عليها الدراسة ، نأمل أن تكون هذه الدراسة على بساطتها خطوة في دراسة بعض المفاهيم المتعلقة بعلم النفس الايجابي بهدف التعرف أثر هذه المفاهيم على شخصية التلميذ في مرحلة اثالثة من التعليم الثانوي فإننا وضعنا عددا من والاقتراحات كانت على الشكل التالي :

1-تصميم برامج إرشادية وتدريبية من شأنها تنمية سمة التفاؤل لدى التلاميذ الثالثة ثانوي.

2-العمل على تحسين البيئة التعليمية والنظام التعليمي ليكون بيئة محفزة وجاذبة ودافعة للتفاؤل مما يساهم في عملية النجاح.

3 – ضرورة الاهتمام بالجوانب الايجابية من طرف كل العاملين في حقل التربية وكل حسب تخصصه

4- التركيز أهمية الجوانت الايجابية في شخصية التلميذ وليس على العوامل الممرضة فقط فاليوم اصبح التنمية الجوانب الإيجابية أكثر أهمية من علاج المرض

المراجع

قائمة المراجع

القرآن الكريم

1. ابن منظور.(2000). **قاموس لسان العرب،** دار بيروت لطباعة والنشر. المجلد الثاني. بيروت.
2. الأغا ، إحسان (1997). **البحث التربوي عناصره، مناهجه، أدواته.** ط1.دار الكتاب.غزة،فلسطين.
3. أبو مغلي ،سميح وآخرون.(2002). **التنشئة الاجتماعية للطفل** .ط1. داراليازوري العلمية للنشروالتوزيع.عمان. الاردن.
4. أحمد،إبراهيم أبوا زيد .(2006). **سيكولوجية الذات والتوافق.** دار المعارف.القاهرة.
5. أحمد،عبدالخالق ومايسةالنيال.(2009). **دراسة حديثة في المراهقة.** دار المعرفةالجامعية. الإسكندرية.
6. بدر، محمد الأنصاري. (1998). **التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات.** ط1. لجنة التأليف والتعريب والنشر. الكويت.
7. جنان، سعد الرحو. (2005). **أساسيات في علم النفس،** الدار العربية للعلوم. بيروت.
8. حجاج ،غانم وياسر عبد الله. (2009). **علم النفس المدرسي.** عالم الكتاب، القاهرة.
9. خالد، ابن السيد عبد الله.(2009). **مفهوم الذات أسسه النظرية والتطبيقية.** دار النهضة العربية.
10. خليل، عبد الرحمان المعايطة.(2015). **علم النفس الاجتماعي.**ط5. دار الفكر. عمان.

10. ذيب، عايدة وعبد الله محمد(2010). **الانتماء وتقدير الذات في مرحلة الطفولة** .ط1.دار الفكر ناشرون وموزعون . عمان .

11. رشوان، حسين عبد الحميد.(2006). **علم الاجتماع النفسى : المجتمع – الثقافة – الشخصية** مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.
12. رمضان، محمد القذافي(2000). **علم النفس النمو الطفولة و المراهقة**.المكتبة الجامعية
13. الريماوي، محمد عودة (2004).**علم النفس النمو**، دار المسيرة. عمان.
14. السامراني ،عبد القدوس بن أسامة . (2011). **إستراتيجية التفاؤل سبيلك إلى النجاح دراسة في ضوء القرآن والسنة**، ط1 دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري بدبي إدارة البحوث. الإمارات العربية المتحدة.
15. سعد، جلال.(1987). **المرجع في علم النفس**. دار الفكر العربي. القاهرة.
16. سهير، كامل أحمد.(2000). **التوجيه والرشاد النفسي**. مركز الإسكندرية للكتاب. الاسكندرية.
17. شريم، رغدة.(2009). **سيكولوجية المراهقة**. دار المسيرة. عمان.
18. صالح ،علي أبو جادو .(2000). **سيكولوجية التنشئة الإجتماعية**. دار المسيرة للنشر. عمان.
19. عبد الرحمان صالح الأزرق.(2000). **علم النفس التربوي**. مكتبة الطرابلس العلمية. الطرابلس.
20. العبيدي،محمد جاسم.(2009). **علم النفس التربوي وتطبيقاته**. دار الثقافة. عمان.
21. فاروق ،عبد الفتاح.(2009). **تقدير الذات في الطفولة والمراهقة**. عمان.الاردن
22. قحطان ،أحمد الظاهر.(2004). **تعديل السلوك** .ط2 .دار وائل للنشر والتوزيع. عمان الأردن.
23. قطامي ،يوسف ومحي الدين توق. (2007). **أسس علم النفس التربوي**. ط4 .دار الفكر. عمان.

24. كريمان، بدير، (2006)، **التعلم الإيجابي وصعوبات التعلم رؤية نفسية تربوية معاصرة** .ط1 .عالم الكتب. القاهرة،.
25. كفافي ،علاء الدين.(2006). **الارتقاء النفسي للمراهق**. دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.
26. مأمون، صالح. (2007). **الشخصية أنماطها تكوينها بنائها اضطراباتها** دار أسامة. عمان.الاردن.
27. محمود ،محمد غانم (2002).**علم النفس التربوي** الدار العلمية الدولية.عمان.
28. مروان، أبو حويج.(2006). **مدخل إلى علم النفس العام** دار اليازوري العلمية، عمان.
29. مريم، سليم.(2003). **تقدير الذات والثقة بالنفس**. دار النهضة العربية. بيروت،.
30. معمرية، بشير.(**2012**).**علم نفس الذات**. ط2 . دار الخلدونية للنشر والتوزيع القبة القديمة. الجزائر.
31. منسي، عبد الحليم. (1989). **الإحصاء و القياس في التربية وعلم النفس** .دار المعرفة، القاهرة. مصر.
32. منسي ،محمود عبد الحليم و آخرون .(**2003**).**الصحة النفسية و المدرسية للأطفال**،الإسكندرية .مصر.

المذكرات والرسائل

1. آمنة ،أحمد محمد سالم. (2016)." **أثر إستخدام نموذج التفاؤل المتعلم على تنمية التفكير الناقد والنضج الإجتماعي من منظور علم النفس الإيجابي لدى طلاب المرحلة الثانوية**" رسالة دكتوراه. غير منشورة جامعة القاهرة. مصر.
2. بخاري،نسيمة بنت قاري عبد القادر.(2009). "**التفاؤل والتشاؤم: أساليب عزو العجز المتعلم لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة**"

رسالة ماجستير. كلية التربية، جامعة أم القرى غير منشورة. بمكة المكرمة. السعودية.

3. بسام ،عمر محمود القصاص.(2018)."**التفاؤل ومركز الضبط وعلاقتهما بالتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية**" رسالة ماجستر كلية التربية الجامعة الاسلامية بغزة.غير منشورة فلسطين.
4. بلقاسم، مخلوف (2013)." **إسترتيجية التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم لدى التلاميذ المقبلين على شهادة إمتحان البكالوريا الرياضية**" رسالة ماجستير. جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف. الجزائر.
5. بوقصارة منصور.(2008). "**الدافع للأنجاز مركز الضبط تقدير الذات والإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ الثانوية**" قسم علم النفس وعلوم التربية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة وهران.
6. جمعي، بوقفة.(2006). "**العلاقة بين أنماط التفكير والتفاؤل والتشاؤم**".رسالة ماجستير.كلية الآداب والعلوم الإنسانية. جامعة الحاج لخضر غير منشورة باتنة. الجزائر
7. حسن،صالح مهدي.(2013)." **التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالإستجابة الإنفعالية لدى لاعبي الدوري الممتاز بكرة السلة**". كلية التربية للبنات، جامعة الكوفة. العراق
8. حمري، صارة.(2012)."**علاقة تقدير الذات بالدافعية للانجاز لدى تلاميذة الثانوية**". رسالة ماجستير. جامعة وهران.الجزائر.
9. الحميدي، محمد الضيدان.(2003)." **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض**". رسالة ماجستير. كلية الدارسات العليا غير منشورة أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية .السعودية.
10. رائد، أحمد أبو هويشل.(2013) ."**الشخصية السيكوباتية وعلاقتها بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى السجناء المودعين بسجن غزة المركزي**" رسالة ماجستير.الجامعة الإسلامية بغزة غير منشورة .فلسطين.

11.شويعل ،يزيد. (2013) . "**التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بمركز الضبط وإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية**" رسالة ماجستير. جامعة الجزائر 2. الجزائر.

12.صياد نعيمة .(2010). "**واقع المرافقة النفسية التربوية لمعيدي شهادة البكالوريا**" ، رسالة الماجستير غير منشورة.الجزائر.

13.عبد ربه ،على شعبان (2010). **الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً**". رسالة ماجستر. الجامعة الإسلامية بغزة غير منشورة.فلسطين.

15.عينو، عبد الله. (2016)." **فعالية إسترتيجية في تنمية سمة التفاؤل لدى تلاميذ سنة ثالثة ثانوي**" كلية العلوم الإجتماعية، جامعة سعيدة. الجزائر.

16.غريب، عبد الفتاح. (2001). "**مفهوم الذات في مرحلة المراهقة وعلاقتها بالاكتئاب، دراسة مقارنة بين مصر والإمارات العربية**". رسالة دكتوراه غير منشورة الإمارات.

17.فيصل ،محمود و خليل حمدان .(1999). "**سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين**". رسالة ماجستير. غير منشورة جامعة النجاح الوطنية. جامعة النجاح الوطنية .نابلس.فلسطين.

18.مخلوفي، سمية.(2015)." **سمة التفاؤل وعلاقتها بإضطراب الهلع غير المصاحب لرهاب الأماكن المفتوحة لدى عينة من طلبة الجامعة**" رسالة ماجستر كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية. غير منشورة جامعة قاصدي. مرباح ورقلة.

19.مقبولة، بنت ناصر بن مصبح البوسعيدية. (2014)." **فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية التفاؤل وخفض التشاؤم لدى الأحداث الجانحين**" رسالة ماجستير، غير منشورة كلية العلوم والآداب. جامعة نزوى.سلطنة عمان .

20.منصور، بن محمد بن على عويضه. (2015). **قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة العلا**" رسالة الماجستر غير منشورة ،جامعة ام القرى.السعودية.

21.نجلاء،إبراهيم أبو الوفا وهب الله.(2018)." **فعالية برنامج علاجي عقلاني انفعالي سلوكي في تنمية الدافعية وتقدير لدى الموهوبات ذوات صعوبات التعلم بالمرحلة الثانوية**".رسالة دكتوراه غير منشورة .جامعة أسوان.مصر

المجلات ودراسات

1. **الأنصاري ،عبد القادر رحيم** .(2015). "**الاكتئاب وعلاقته بالتشاؤم و التفاؤل وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة**" مجلة أبحاث ميسان .المجلد 11 ، العدد 22
2. إيمان ،صادق عبد الكريم وريا الدوري. (2010). "**التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات**". مجلة البحوث التربوية والنفسية. العدادان(26-27)
3. بسيوني،،سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز. (2011). "**التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة**"مجلة الإرشاد النفسي.العدد 27. السعودية.
4. دحادحة،باسم محمد. (2008)."**فاعلية برنامجي إرشاد جمعي في تفنيد الأفكار اللاعقلانية وتأكيد الذات في خفض مستوي الاكتئاب**". مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية، المجلد 20. العدد01.
5. زروالي، وسيلة .(2016). "**دور علم النفس الإيجابي في تأكيد إنسانية الإنسان(دراسة تحليلية)**". مجلة العلوم الإنسانية.جامعة أم البواقي العدد(5).
6. شعبان ،نادية مصطفى.(2009). "**قياس التفاؤل والتشاؤم لدى تلاميذ الصف الخامس الإبتدائي**". مجلة كلية التربية، جامعة المستنصرية. العدد2.ص

7. عبد المحسن، ديغم. (2008)، **الفاعلية الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط للتمييز بين الأمل والتفاؤل**" دراسات عربية في علم النفس، المجلد(07)، العدد(01).
8. عون،عوض يوسف محيسن. (2012). "**التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات**" .مجلة الجامعة الإسلامية. غزة، المجلد(20). العدد(2).
9. قسيم، مصطفى هيلات.(2007). "**أثر التعليم المختلط على تقدير الذات لدى عينة من الطالبات في جامعة الأردن**" مجلة العلوم النفسية والتربوية. المجلد8. العدد.156

10.الكرعاوي، سلام محمد حمزة وعلي محمد سعيد.(2012). "**التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الرياضية المرحلة الرابعة**" .مجلة علوم التربية الرياضية. جامعة بابل. المجلد(5)، العدد.4

11.ليلى بنت عبد الله. (2007). "**فعالية الذات وعلاقتها بكل من الدافعية والذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى**" مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد8، العدد4،.

12.الموسوي ،عبد العزيز حيدرو حليم صخيل العنكوشي. (2011). "**التفاؤل-التشاؤم لدى طلبة جامعة القادسية**"مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، المجلد(10)، العدادان(1-2).

13.نجمة ،بلال و بأحمد جويدة. **(2017)**. "**سمتي التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى الطلبة الجامعين**". دراسات نفسية و تربوية. عدد 19

الملاحق

الملحق (1):مقياس التفاؤل

جامعة زيان عاشور – بالجلفة–

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

تخصص علم النفس المدرسي

الجنس ☐ ذكر ☐ أنثى

التخصص الدراسي ☐علمي ☐ ادبي ☐دسة ☐لغات

المستوى الاجتماعي ☐ متوسط ☐ ضعيف ☐

التعليمة

في إطار التحضير لنيل شهادة التخرج في علم النفس المدرسي

عزيزي التلميذ(ة):

العبارات تتحدث عن شخصيتك ومدى فهمك لنفسك وفهم الآخرين من مجموعة يلي فيما **أوافق تماما ، أوافق، (**الخانة في(×) لك.اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة وذلك حسب انطباق العبارة عليك،أجب عن كل العبارات **أو لا أوافق، لا أوافق مطلقا)** عن تعبر التي هي الصحيحة وإنما خاطئة وأخرى صحيحة إجابة توجد لا أنه علما الحقيقي شعورك

الرقم	العبـــــــارات	أوافق تماما	أوافق	لا أوافق	لا أوافق مطلقا
1	بصفة عامة تبدو الحياة جميلة				
2	التخلص من حالة مزاجية لا يستغرق مني وقتا طويلا				
3	إذا كنت أرغب في تحقيق شيء ما واجتهدت فسوف أحقق هدفي في النهاية				
4	بالإيمان و الثقة أستطيع تقريبا أن افعل أي شيء				
5	عندما أبدأ في عمل شيء جديد أتوقع النجاح				

6	بصفة عامة أرى الجانب المشرق من الحياة				
7	بصفة عامة فإنني أقلل من حجم مشاكلي				
8	حينما توجد الإرادة يوجد الطريق				
9	عندما أذهب إلى حفلة ما أتوقع الاستمتاع				
10	عن الظروف في تحسن دائم ومستمر				
11	أتوقع أن أحقق معظم الأشياء التي أريدها في الحياة				
12	أثق عادة في أن الأمور تسير حسنا				
13	في بعض الأحيان تكون روحي المعنوية منخفضة ولكن سرعان ما عود الى حالتي الطبيعية				
14	أي شخص يعمل بجد واجتهاد يجد لديه فرصة طيبة للنجاح				
15	أتجاهل عادة الانتكاسات البسيطة التي تحدث لي				
16	بصفة عامة تنتهي الأمور على ما يرام				
17	بصفة عامة أنظر إلى الغد على أنه سيكون سعيدا				
18	بعد العسر يسرا				

الملحق (2):مقياس تقدير الذات

جامعة زيان عاشور – بالجلفة–

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

تخصص علم النفس المدرسي

الجنس ☐ ذكر ☐ أنثى

التخصص الدراسي ☐علمي ☐ ادبي ☐دسة ☐لغات

المستوى الاجتماعي ☐ متوسط ☐ ضعيف ☐

التعليمة

في إطار التحضير لنيل شهادة التخرج في علم النفس المدرسي

عزيزي التلميذ(ة):

العبارات تتحدث عن شخصيتك ومدى فهمك لنفسك وفهم الآخرين من مجموعة يلي فيما **لا** أو **قليلا** أو **كثيرا**) (الخانة في(×) لك.اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة وذلك حسب انطباق العبارة عليك،أجب عن كل العبارات

عن تعبر التي هي الصحيحة وإنما خاطئة وأخرى صحيحة إجابة توجد لا أنه علما الحقيقي شعورك

الرقم	العبـــــــارات	لا	قليلا	كثيرا
1	أتضايق من كثير من الأمور والأشياء عادة			
2	أمام جماعة من التحدث أجد من الصعب عليَ الناس			
3	نفسي في أشياء أغيَر أن استطيع لو أود			
4	يصعب عليَ اتخاذ قرار خاص بي			
5	معي بوجودهم الآخرون يسعد			
6	المنزل في بسرعة أتضايق			
7	الأشياء على كي أتعود طويل إلى وقت أحتاج الجديدة			

8	سني بين من الأشخاص بين محبوب أنا			
9	عادة مشاعري أسراتي تراعي			
10	بسرعة استسلم وأنهزم			
11	مني نجاحات عالية تتوقع أسرتي			
12	أنا يصعب عليَ جدا أن أبقى كما			
13	حياتي في كلها الأشياء تختلط			
14	أفكاري الناس يتبع			
15	قدرها حق نفسي أقدر لا			
16	المنزل أترك لو كثيرا أود			
17	عملي من غالبا بالضيق أشعر			
18	الناس معظم مثل جيدا ليس مظهري			
19	أقوله فإني أقوله أن أريد شيء عندي كان إذا عادة			
20	تهمني أسـرتي			
21	مني أكثر محبوبون الناس معظم			
22	أشياء لفعل أُدفع كنت عادة كما لو أشعر			
23	من به أقوم ما على التشجيع ينقصني تلقي أعمال			
24	آخر شخصا أكون لو كثيرا أرغب			
25	عليّ الاعتماد للآخرين يمكن لا			

ملحق(3) نتائج الدراسة الاستطلاعية التفاؤل

```
EXAMINE VARIABLES=hالاختبارالأول الاختبارالثاني
  /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPPLOT
  /COMPARE GROUPS
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /CINTERVAL 95
  /MISSING LISTWISE
  /NOTOTAL.
```

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
الاختبار الأول	39	3.9%	961	96.1%	1000	100.0%
الاختبار الثاني	39	3.9%	961	96.1%	1000	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
الاختبار الأول	Mean		57.03	1.463
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	54.06	
		Upper Bound	59.99	
	5% Trimmed Mean		57.42	
	Median		56.00	
	Variance		83.499	
	Std. Deviation		9.138	
	Minimum		38	
	Maximum		69	
	Range		31	
	Interquartile Range		17	
	Skewness		-.506-	.378
	Kurtosis		-.686-	.741
الاختبار الثاني	Mean		56.64	1.248
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	54.11	
		Upper Bound	59.17	
	5% Trimmed Mean		56.96	

	Median	58.00	
	Variance	60.762	
	Std. Deviation	7.795	
	Minimum	40	
	Maximum	68	
	Range	28	
	Interquartile Range	8	
	Skewness	-.831-	.378
	Kurtosis	-.053-	.741

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
الاختبار الأول	.148	39	.032	.923	39	.011
الاختبار الثاني	.160	39	.014	.910	39	.004

a. Lilliefors Significance Correction

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الاختبار الأول الاختبار الثاني
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

Notes

Output Created		26-APR-2019 11:58:42
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	1000
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.

	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES= الاختبار الأول الاختبار الثاني /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.03
	Elapsed Time	00:00:00.06

Correlations

		الاختبار الأول	الاختبار الثاني
الاختبار الأول	Pearson Correlation	1	.878**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	39	39
الاختبار الثاني	Pearson Correlation	.878**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	39	39

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

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=الاختبار الأول الاختبار الثاني
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	39	3.9
	Excluded[a]	961	96.1
	Total	1000	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

eliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.929	2

ملحق(4) نتائج الدراسة الاستطلاعية لتقدير الذات

```
GET DATA
  /HIDDEN IGNORE=YES.
EXECUTE.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
EXAMINE VARIABLES=الاختبار الاول الاختبار الثاني
  /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPPLOT
  /COMPARE GROUPS
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /CINTERVAL 95
  /MISSING LISTWISE
  /NOTOTAL.
```

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
الاختبار الاول	39	100.0%	0	0.0%	39	100.0%
الاختبار الثاني	39	100.0%	0	0.0%	39	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
الاختبار الاول	Mean		35.03	1.163
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	32.67	
		Upper Bound	37.38	
	5% Trimmed Mean		35.09	
	Median		33.00	
	Variance		52.710	

	Std. Deviation		7.260	
	Minimum		18	
	Maximum		48	
	Range		30	
	Interquartile Range		13	
	Skewness		-.039-	.378
	Kurtosis		-.775-	.741
الاختبار الثاني	Mean		31.62	1.108
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	29.37	
		Upper Bound	33.86	
	5% Trimmed Mean		31.46	
	Median		31.00	
	Variance		47.874	
	Std. Deviation		6.919	
	Minimum		20	
	Maximum		45	
	Range		25	
	Interquartile Range		11	
	Skewness		.428	.378
	Kurtosis		-.692-	.741

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
الاختبار الاول	.128	39	.107	.959	39	.168
الاختبار الثاني	.125	39	.127	.953	39	.103

a. Lilliefors Significance Correction

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=x Y
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

		الاختبار الاول	الاختبار الثاني
الاختبار	Pearson Correlation	1	.824**

الاول	Sig. (2-tailed)		.000
	N	39	39
الاختبار الثاني	Pearson Correlation	.824**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	39	39

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

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=الاختبار الاول الاختبار الثاني
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Reliabilit

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	39	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	39	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.903	2